

A RELAÇÃO ENTRE ANSIEDADE CRÔNICA E O DESENVOLVIMENTO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Gabrielen Coelho Belem⁰
Andrew San Torres Sanches⁰
Regimeire Amaral Dantas⁽³⁾
Larissa Jácome Barros Silvestre⁽⁴⁾

RESUMO - INTRODUÇÃO: As doenças cardiovasculares (DCV) representam a principal causa de morbimortalidade no mundo, estando associadas a múltiplos fatores de risco, incluindo aspectos biológicos, comportamentais e psicossociais. Entre esses, a ansiedade crônica tem sido reconhecida como um importante fator de risco independente para eventos cardiovasculares adversos. **OBJETIVOS:** Analisar a relação entre ansiedade crônica e o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, destacando os principais mecanismos fisiopatológicos envolvidos e suas implicações clínicas. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura baseada em artigos científicos publicados em bases de dados como PubMed, SciELO e Google Scholar, priorizando estudos clínicos, revisões sistemáticas e diretrizes internacionais publicadas nos últimos 10 anos. Foram utilizados descritores relacionados ansiedade crônica, estresse psicológico, sistema cardiovascular e fatores de risco cardiovasculares. **REVISÃO DE LITERATURA:** A literatura evidencia associação consistente entre ansiedade crônica e aumento do risco de hipertensão arterial sistêmica, doença arterial coronariana, arritmias cardíacas e eventos cardiovasculares maiores, como infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral. Os principais mecanismos fisiopatológicos identificados incluem: Ativação persistente do sistema nervoso simpático, resultando em aumento da frequência cardíaca, vasoconstrição periférica e elevação sustentada da pressão arterial, disfunção do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, com aumento crônico dos níveis de cortisol, contribuindo para resistência à insulina, inflamação sistêmica e disfunção endotelial. **DISCUSSÃO:** A ansiedade crônica deve ser compreendida como condição sistêmica com repercussões fisiológicas significativas. A hiperativação autonômica prolongada promove sobrecarga hemodinâmica e remodelamento vascular, enquanto a inflamação crônica contribui para a progressão da aterosclerose. A ansiedade crônica deve ser compreendida não apenas como uma condição psicológica isolada, mas como um fator sistêmico capaz de desencadear alterações fisiológicas com impacto direto na saúde cardiovascular. A hiperativação autonômica prolongada promove sobrecarga hemodinâmica e remodelamento vascular, enquanto a inflamação crônica contribui para a progressão da aterosclerose. Dessa forma, a saúde mental desempenha papel fundamental na prevenção e no prognóstico das doenças cardiovasculares. A integração entre cuidados psicológicos e clínicos torna-se essencial, sobretudo na atenção primária saúde, onde a identificação precoce de sintomas ansiosos pode contribuir para a redução de riscos cardiovasculares futuros. **CONCLUSÕES:** A ansiedade crônica está significativamente associada ao aumento do risco de desenvolvimento e agravamento das doenças cardiovasculares, por meio de mecanismos neuroendócrinos, inflamatórios e comportamentais.

Palavras-chave: Aterosclerose; Estresse psicológico; Inflamação; Sistema nervoso simpático; Síndrome metabólica.

¹ Graduanda do curso de MEDICINA da AFYA – Porto Nacional.

Gabrielencoelhobelem708@gmail.com Lattes: <https://lattes.cnpq.br/5998234433236472>.

² Graduanda do curso de MEDICINA da AFYA – Porto Nacional. regimeire41@gmail.com Lattes: <https://lattes.cnpq.br/0760787363341388>

³ Graduando do curso de MEDICINA da AFYA – Porto Nacional. andrewsantorres48@gmail.com Lattes: <https://lattes.cnpq.br/5811982150349501>.

⁴ Professor do curso de MEDICINA da Afya – Porto Nacional. larissa.silvestre@afya.com.br. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6199915058357882>