

## A INTERCONEXÃO ENTRE SAÚDE MENTAL E DOENÇAS AUTOIMUNES

Anna Karen Santos Gava<sup>1</sup>; Ana Clara da Silva Benincá<sup>2</sup>; Maricelia dos Santos<sup>3</sup>;  
Alexsandro Pereira dos Santos<sup>4</sup>; Fernanda Sibien Vieira<sup>5</sup>; Mariane Ferreira dos Santos<sup>6</sup>;  
João Vitor Teixeira Ribeiro<sup>7</sup>

enfannakarengava@gmail.com

**Introdução:** As doenças autoimunes constituem um conjunto de patologias que afetam milhões de pessoas em todo o mundo. Atualmente, elas são classificadas em duas categorias: sistêmicas e específicas. Estima-se que existam mais de 100 tipos de doenças autoimunes, que acometem entre 5% e 8% da população global. A abordagem de saúde para indivíduos que sofrem dessas condições deve considerar não apenas a saúde física, mas também a saúde mental, uma vez que essas enfermidades impactam de maneira significativa a qualidade de vida, a autoestima e o bem-estar dos pacientes. **Objetivo:** Explorar a interconexão entre a saúde mental e as doenças autoimunes, destacando como essas condições impactam a vida dos portadores. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa, de artigos publicados nos últimos cinco anos. **Resultados e Discussão:** As doenças autoimunes, como vitiligo, artrite reumatoide, colite ulcerativa, esclerose múltipla, lúpus, doença celíaca, doença de Crohn, diabetes tipo 1, entre outras, geram uma variedade de problemas tanto físicos quanto psicológicos. O estresse é um fator desencadeador de alterações emocionais, sendo uma resposta natural do organismo a situações de alerta ou risco, porém quando essas situações se tornam persistentes, pode evoluir para um estado crônico, resultando em um desequilíbrio hormonal e comprometendo o sistema imunológico, impactando de forma significativa na vida dos indivíduos. Logo, evidencia-se que as doenças autoimunes afetam a saúde mental dos diagnosticados e que além do estresse, outros problemas como ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), insônia e sono não reparador, diminuição da qualidade de vida, dificuldades para realizar atividades cotidianas, indisponibilidade para manter relacionamentos interpessoais, bem como a exclusão social devido aos sintomas da doença, e aos desafios emocionais e sociais que enfrentam, são frequentemente observados em pacientes com essas condições. **Conclusão:** Em conclusão, as doenças autoimunes apresentam um impacto profundo na vida dos indivíduos afetados, tendo significativas repercussões na saúde mental. O estresse crônico, juntamente com a ansiedade, depressão e outros distúrbios, contribui para um ciclo vicioso que compromete ainda mais a gravidade da doença e a qualidade de vida dos pacientes. É essencial que as abordagens dos tratamentos integrem cuidados físicos e psicológicos, além de aumentar a conscientização sobre esses desafios, oferecendo um suporte adequado e contribuindo para a reintegração social.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Doenças autoimunes; Promoção da saúde.

**Área Temática:** Temas Livres em Saúde