

# Redução de sintomas ansiosos e da Sensibilidade à Ansiedade em Ensaio Clínico Randomizado comparando intervenção baseada em Mindfulness, tratamento farmacológico e grupo controle ativo no Transtorno de Ansiedade Generalizada

Sofia Giusti Alves

Orientadora: Gisele Gus Manfro

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

## Introdução:

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), caracterizado por preocupação excessiva e sintomas físicos, é bastante prevalente. Um conceito importante no TAG é a Sensibilidade à Ansiedade (SA), que representa o medo da ansiedade e de suas reações fisiológicas. A SA está associada à catastrofização dos sintomas físicos e à crença de que terão consequências adversas, como perda do controle e medo de enlouquecer ou morrer.

Considerando que indivíduos com TAG utilizam preocupação excessiva e controle dos pensamentos como resposta ao estresse, há um potencial benefício em Intervenções Baseadas em Mindfulness (IBMs) na redução de sintomas ansiosos e da SA; IBMs visam à atenção plena no momento presente, diminuição da ruminação do passado e da antecipação catastrófica do futuro, promovendo resposta alternativa mais flexível.

## Objetivo:

Comparar a redução nos sintomas ansiosos e na SA após 8 semanas de IBM, tratamento farmacológico (TF) e grupo controle ativo em pacientes com TAG.

## Materiais e Métodos:

Ensaio Clínico Randomizado no Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) em pacientes adultos de 18 a 65 anos diagnosticados com TAG através do MINI. Randomização para 3 intervenções com duração de 8 semanas: IBM com o protocolo *Body in Mind Training*, TF com Fluoxetina e grupo controle ativo de Qualidade de Vida (QV). Avaliação através da Escala Hamilton de Ansiedade (HAM-A) e da Escala de Sensibilidade à Ansiedade Revisada (ESA-R).

Análise por intenção de tratar; substituição dos dados faltantes pela última observação.

Realizado teste T de Student pareado para avaliar a melhora nas escalas em cada grupo e *one-way* ANOVA para avaliar diferença de melhora entre os grupos.

## Resultados::

- 129 pacientes incluídos (43 no grupo IBM, 42 no TF e 44 no QV).
- 78,3% do sexo feminino. Média de idade de 34,24 anos ( $\pm 12,57$ ).
- Observou-se melhora da HAM-A na IBM ( $8,714 \pm 12,66$ ;  $p = 0,00$ ), TF ( $6,64 \pm 12,96$ ;  $p = 0,001$ ) e QV ( $5,97 \pm 11,015$ ;  $p = 0,002$ ). Porém não houve diferença significativa de melhora na comparação entre os 3 grupos ( $p = 0,619$ ).
- Também observou-se melhora da ESA-R na IBM ( $18,48 \pm 28,34$ ;  $p = 0,00$ ), TF ( $16,46 \pm 33,28$ ;  $p = 0,04$ ) e QV ( $13,16 \pm 36,65$ ;  $p = 0,038$ ). Porém, a diferença de melhora entre os 3 grupos não foi estatisticamente significativa ( $p = 0,775+$ ).

## Conclusão:

Embora IBM e TF sejam modalidades de tratamento distintas, ambas foram eficazes na redução de sintomas ansiosos e SA, sem diferença estatisticamente significativa de melhora. Novos estudos são necessários para entender os diferentes aspectos mecânicos responsáveis pelas mudanças sintomáticas.

Também deve ser considerada a possibilidade de pouco poder estatístico para demonstrar significância na ANOVA devido a um tamanho amostral insuficiente.