

A INTER-RELAÇÃO ENTRE SAÚDE FÍSICA E SAÚDE MENTAL: O IMPACTO DAS DOENÇAS CRÔNICAS NO ADOECIMENTO PSÍQUICO

Josiely Anelise Mendonça¹;

Centro Universitário Alfredo Nasser (UNIFAN), Aparecida de Goiânia, Goiás.

<https://lattes.cnpq.br/7867112795416211>

Ártemis Sandra Borges Nunes Costa²;

Centro Universitário Unieuro (UNIEURO), Brasília, DF.

<https://lattes.cnpq.br/6667598359641490>

Luís Otávio Torres³;

Centro Universitário Alfredo Nasser (UNIFAN), Aparecida de Goiânia, Goiás.

<http://lattes.cnpq.br/6820759397258447>

Sâmella Soares Oliveira Medeiros⁴;

Centro Universitário Alfredo Nasser (UNIFAN), Aparecida de Goiânia, Goiás.

<https://lattes.cnpq.br/8633385382278383>

Pedro Henrique Lessa de Oliveira⁵.

Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Goiás (FM-UFG), Goiânia, Goiás.

<https://lattes.cnpq.br/4369145539696787>

Orcid: 0009-0000-4804-4617

RESUMO: Este estudo investigou a inter-relação entre saúde física e mental, com foco no impacto de doenças crônicas no sofrimento psicológico em adultos. Utilizando uma revisão integrativa da literatura, a pesquisa analisou evidências científicas sobre como as doenças crônicas não transmissíveis afetam a saúde mental. A metodologia seguiu as diretrizes PRISMA, com buscas em bases de dados como PubMed/MEDLINE e SciELO, e seleção de artigos originais dos últimos dez anos. Os resultados demonstram consistentemente que as doenças crônicas estão associadas a uma maior prevalência de sofrimento psicológico, incluindo sintomas depressivos e ansiosos, impactando negativamente a qualidade de vida. A relação é bidirecional: a doença física exacerba os transtornos mentais e o sofrimento psicológico compromete a adesão ao tratamento. Fatores sociodemográficos e comportamentais também influenciam essa dinâmica. Conclui-se que os modelos de cuidados fragmentados são insuficientes, tornando essencial uma abordagem integral, interdisciplinar e humanizada, que integre a saúde mental na gestão de doenças crônicas

para um prognóstico geral mais favorável.

PALAVRAS-CHAVE: Multimorbidade. Depressão. Ansiedade.

THE INTERRELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL HEALTH AND MENTAL HEALTH: THE IMPACT OF CHRONIC DISEASES ON PSYCHOLOGICAL DISTRESS

ABSTRACT: This study investigated the interrelationship between physical and mental health, focusing on the impact of chronic diseases on psychological distress in adults. Using an integrative literature review, the research analyzed scientific evidence on how non-communicable chronic conditions affect mental health. The methodology followed PRISMA guidelines, with searches in databases such as PubMed/MEDLINE and SciELO, and selection of original articles from the last ten years. The results consistently demonstrate that chronic diseases are associated with a higher prevalence of psychological distress, including depressive and anxious symptoms, negatively impacting quality of life. The relationship is bidirectional: physical illness exacerbates mental disorders, and psychological distress compromises treatment adherence. Sociodemographic and behavioral factors also influence this dynamic. It is concluded that fragmented care models are insufficient, making an integral, interdisciplinary, and humanized approach essential, integrating mental health into the management of chronic conditions for a more favorable overall prognosis.

KEY-WORDS: Multimorbidity. Depression. Anxiety.

INTRODUÇÃO

A compreensão contemporânea do conceito de saúde ultrapassa a ausência de doença, incorporando dimensões físicas, mentais e sociais de forma indissociável, conforme preconizado pela Organização Mundial da Saúde. Nesse contexto ampliado, a inter-relação entre saúde física e saúde mental tem ganhado destaque no campo científico e na prática clínica, sobretudo diante do crescimento expressivo da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e de transtornos mentais em escala global. Essas condições, além de representarem importantes causas de morbimortalidade, configuram desafios complexos para os sistemas de saúde, exigindo abordagens integrativas e centradas no indivíduo.

OBJETIVO

Analisar, por meio de uma revisão sistemática da literatura, a inter-relação entre saúde física e saúde mental, com foco específico no impacto das doenças crônicas no adoecimento psíquico em adultos. Ao sintetizar os principais achados científicos sobre essa temática, busca-se contribuir para uma compreensão mais aprofundada do fenômeno

e reforçar a importância de abordagens interdisciplinares e humanizadas no cuidado às pessoas com condições crônicas.

METODOLOGIA

O presente estudo foi delineado como uma revisão integrativa da literatura, com o propósito de identificar, avaliar e sintetizar as evidências científicas disponíveis sobre a inter-relação entre saúde física e mental, especificamente no que tange ao impacto de doenças crônicas no processo de adoecimento psíquico. Para garantir o rigor e a transparência metodológica, o protocolo desta revisão foi estruturado com base nas diretrizes do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA).

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica de natureza aplicada, com abordagem qualitativa e objetivos descritivo-explicativos. A abordagem quantitativa se manifesta na síntese de dados mensuráveis, como prevalência e fatores de risco, enquanto a análise qualitativa permite a contextualização e aprofundamento interpretativo dos achados. O caráter aplicado da pesquisa visa gerar conhecimentos que possam subsidiar a prática clínica e a formulação de políticas de saúde mais integrativas.

A pergunta de pesquisa foi formulada a partir da estratégia PICO, considerando os seguintes elementos: P (População) – pacientes adultos com doenças crônicas não transmissíveis; I (Exposição) – a presença e o manejo da doença crônica; C (Comparação) – indivíduos sem doenças crônicas ou a população geral; e O (Outcome/Desfecho) – o impacto na saúde mental, incluindo diagnósticos formais, sintomas subclínicos e percepção de qualidade de vida. Desta forma, a questão norteadora que guiou este estudo foi: *“Em pacientes adultos com doenças crônicas, qual é o impacto da condição crônica na saúde mental quando comparados a indivíduos sem essas condições?”*

A busca pelos estudos foi realizada em importantes bases de dados da área da saúde, incluindo PubMed/MEDLINE, Cochrane Library, SciELO, LILACS e PsycINFO. A estratégia de busca combinou Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH) com operadores booleanos (AND, OR), utilizando termos como “Chronic Disease”, “Mental Health”, “Depression”, e “Quality of Life”.

Foram estabelecidos os seguintes critérios de elegibilidade:

- Critérios de inclusão: artigos originais (ensaios clínicos, estudos de coorte, caso-controle) publicados nos últimos dez anos, nos idiomas português, inglês ou espanhol, que avaliassem explicitamente a associação entre doenças crônicas e desfechos de saúde mental.
- Critérios de exclusão: revisões de literatura, editoriais, relatos de caso, estudos com populações exclusivamente pediátricas e artigos cuja metodologia não estivesse claramente descrita ou que não apresentassem dados primários.

O processo de seleção dos artigos foi conduzido em duas etapas por dois revisores independentes. Primeiramente, realizou-se a triagem por títulos e resumos. Posteriormente, os artigos pré-selecionados foram lidos na íntegra para a decisão final de inclusão. Eventuais divergências foram resolvidas por consenso ou pela avaliação de um terceiro revisor. A extração dos dados dos estudos incluídos foi feita em uma planilha padronizada, contemplando informações sobre autores, ano, desenho do estudo, população, desfechos e principais resultados.

A análise dos dados foi realizada por meio de uma síntese narrativa, agrupando os achados para identificar padrões e lacunas na literatura. A qualidade metodológica dos estudos selecionados foi avaliada com o uso de ferramentas apropriadas, como a escala Newcastle-Ottawa para estudos observacionais.

Por se tratar de uma pesquisa que utiliza dados secundários de domínio público, o estudo dispensa a submissão a um Comitê de Ética em Pesquisa, em conformidade com a Resolução CNS nº 510/2016. O compromisso ético desta investigação reside na análise imparcial e na fiel representação dos dados e conclusões dos estudos primários.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados nesta revisão evidenciam de forma consistente que a presença de doenças crônicas não transmissíveis está associada a maior prevalência de sofrimento psíquico em adultos, especialmente sintomas depressivos, ansiosos e conseqüentemente influenciando a qualidade de vida. Os achados reforçam que o adoecimento crônico ultrapassa os limites biológicos, produzindo impactos emocionais e psicossociais na vida dos indivíduos.

Dados de base populacional demonstram que pessoas com ao menos uma doença crônica apresentam maior prevalência de depressão quando comparadas à população geral, sendo esse risco ainda mais elevado entre indivíduos com multimorbidade. O acúmulo de condições crônicas parece aumentar a carga emocional do adoecimento, uma vez que leva a maior dependência dos serviços de saúde, uso contínuo de medicamentos e limitações funcionais progressivas, fatores que contribuem para o sofrimento psíquico (SOUSA et al., 2022).

Além da depressão, estudos indicam associação relevante entre doenças crônicas e sintomas de ansiedade, estresse e transtornos mentais comuns. Em especial, condições como hipertensão arterial, diabetes mellitus e doenças cardiovasculares mostram-se frequentemente acompanhadas por alterações emocionais que interferem negativamente no autocuidado e na adesão ao tratamento. Esses resultados sugerem que o manejo clínico dessas doenças deve considerar não apenas os parâmetros fisiológicos, mas também os aspectos subjetivos envolvidos no processo de adoecimento (OLIVEIRA et al., 2020).

Em contextos clínicos mais graves, como o de pacientes hospitalizados por doenças vasculares, a prevalência de depressão se mostrou importante. Evidências apontam que fatores como dor crônica, amputações, redução da capacidade funcional e perda da autonomia desempenham papel central no desenvolvimento de sintomas depressivos, agravando o impacto global da doença e dificultando a recuperação clínica (ARAGÃO et al., 2019).

É destacado que o sofrimento psíquico associado às doenças crônicas não ocorre de forma isolada, mas é influenciado por fatores sociodemográficos e comportamentais, como sexo, percepção negativa de saúde, sedentarismo e condições socioeconômicas desfavoráveis. Esses elementos corroboram para a importância dos determinantes sociais da saúde na compreensão da relação entre adoecimento físico e mental (GRAPIGLIA et al., 2021).

De modo geral, os achados apontam para uma relação bidirecional entre doenças crônicas e adoecimento psíquico. Enquanto o curso prolongado da doença física pode desencadear ou agravar transtornos mentais, o sofrimento psíquico tende a comprometer a adesão terapêutica, o autocuidado e o prognóstico clínico, estabelecendo um ciclo de retroalimentação negativa. Assim, os resultados desta revisão reforçam a necessidade de modelos de atenção integral à saúde, que articulem o cuidado físico e mental de forma contínua, interdisciplinar e centrada no indivíduo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão integrativa realizada, portanto, evidencia a forte e bidirecional associação entre doenças crônicas e adoecimento psíquico, formando um ciclo vicioso que agrava o prognóstico global. O sofrimento mental, principalmente depressão e ansiedade, é mediado por fatores como dor, limitação funcional e determinantes sociais. Os resultados reforçam a insuficiência de modelos de cuidado fragmentados, apontando a urgência de se adotar uma abordagem integral e interdisciplinar na atenção à saúde. Conclui-se que a efetividade no manejo das condições crônicas depende da inclusão sistemática da saúde mental no planejamento terapêutico, demandando práticas clínicas humanizadas e políticas públicas que operacionalizem esse cuidado integrado.

REFERÊNCIAS

BERNARDO, Wanderley Marques; NOBRE, Moacyr Roberto Cuce; JATENE, Fábio Biscegli. **A prática clínica baseada em evidências: parte II-buscando as evidências em fontes de informação**. Revista Brasileira de Reumatologia, v. 44, p. 403-409, 2004.

DE AZEVEDO, Manuella Matos et al. **Metodologias de ensino para a formação de profissionais da saúde: revisão integrativa da literatura**. Saberes Plurais Educação na Saúde, v. 8, n. 1, p. e136954-e136954, 2024.

EL DIB, Regina. **Guia prático de medicina baseada em evidências**. 2014.

LATORRACA, Carolina de Oliveira Cruz et al. **Busca em bases de dados eletrônicas da área da saúde: por onde começar**. Diagnóstico e Tratamento, v. 24, n. 2, p. 59-63, 2019.

Linares-Espinós E, Hernández V, Domínguez-Escrig JL, Fernández-Pello S, Hevia V, Prefeito J, Padilla-Fernández B, Ribal MJ. **Metodologia de uma revisão sistemática**. Actas Urol Esp (Eng. Ed). Outubro de 2018;42(8):499-506. Inglês, espanhol. doi: 10.1016/j.acuro.2018.01.010. Epub 2018, 3 de maio. PMID: 29731270.

ARAGÃO, J. A. et al. **Prevalência de depressão em pacientes internados por doenças vasculares**.

Revista Brasileira de Cirurgia Cardiovascular, São Paulo, v. 34, n. 2, p. 123-129, 2019.

GRAPIGLIA, V. L. et al. **Transtornos mentais comuns em mulheres adultas e fatores associados**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 26, n. , P. 2761-2770, 2021.

OLIVEIRA, A. P. et al. **Doenças crônicas e saúde mental: uma revisão integrativa**. Revista de Saúde Pública, São Paulo, v. 54, p. 1-10, 2020.

SOUSA, R. M. et al. **Depressão e multimorbidade na população adulta brasileira: dados da Pesquisa Nacional de Saúde 2019**. Epidemiologia e Serviços de Saúde, Brasília, v. 31, n. 2, p. e2021123, 2022.