



Otorrinolaringologia e ansiedade: Uma interconexão complexa explorada com base em evidências

Otorhinolaryngology and anxiety: A complex interconnection explored based on evidence

DOI: 10.56238/isevjhv3n2-021

Recebimento dos originais: 20/03/2024

Aceitação para publicação: 10/04/2024

Camila Batista Caixeta

Médica, Hospital CEMA

Mariana Ribeiro Bocchi

Médica, Hospital CEMA

RESUMO

O zumbido, caracterizado pela percepção de som na ausência de uma fonte externa, muitas vezes coexiste com transtornos de ansiedade, apresentando um cenário clínico desafiador. Este artigo sintetiza descobertas de revistas médicas indexadas para elucidar a intrínseca relação entre zumbido e ansiedade. Ao examinar dados epidemiológicos, mecanismos neurobiológicos e implicações clínicas, oferece insights sobre o impacto bidirecional dessas condições e destaca a importância de estratégias de manejo abrangentes.

Palavras-chave: Ansiedade, Otorrinolaringologia, Zumbido.

1 INTRODUÇÃO: COMPREENSÃO DO ZUMBIDO E DA ANSIEDADE

O zumbido, uma condição audiológica prevalente, frequentemente é acompanhado por sintomas de ansiedade, resultando em angústia significativa e prejuízo para os indivíduos afetados. Esta seção fornece uma visão geral das taxas de prevalência de zumbido e transtornos de ansiedade, preparando o terreno para uma exploração mais profunda de sua inter-relação.

2 EPIDEMIOLOGIA: PREVALÊNCIA E CORRELATOS

Com base em estudos populacionais e pesquisas clínicas publicadas em revistas médicas indexadas, esta seção examina as taxas de prevalência de ansiedade entre indivíduos com zumbido e explora fatores sociodemográficos, comorbidades e correlações psicossociais associadas a essa co-ocorrência. Destaca-se o ônus significativo da ansiedade em populações com zumbido e a necessidade de intervenções direcionadas.



3 MECANISMOS NEUROBIOLÓGICOS: DESVENDANDO A CONEXÃO

Avanços recentes em neuroimagem e pesquisa neurofisiológica lançaram luz sobre os fundamentos neurobiológicos do zumbido e da ansiedade. Esta seção sintetiza evidências de estudos pré-clínicos e clínicos, elucidando vias neurais compartilhadas, disfunções de neurotransmissores e mudanças neuroplásticas implicadas em ambas as condições. Enfatiza-se o papel da desregulação do sistema nervoso límbico e autonômico na manifestação e exacerbação do sofrimento relacionado ao zumbido e sintomas de ansiedade.

Tabela 1

Sintomas Psicológicos/ Psiquiátricos	Disfunção Auditiva
Ansiedade	Zumbido
Depressão	Hipoacusia (Perda Auditiva)
Insônia	Hipersensibilidade Sonora
Irritabilidade	Distúrbios de Processamento Auditivo Central (DAC)
Dificuldade de Concentração	Dificuldade de Compreensão da Fala
Estresse	Acúfenos Pulsáteis

4 IMPLICAÇÕES CLÍNICAS: ABORDANDO O DUPLO ÔNUS

Abordagens integradas para o manejo do zumbido que abordam aspectos auditivos e psicológicos são essenciais para otimizar os resultados do paciente. Esta seção revisa intervenções baseadas em evidências, incluindo terapia cognitivo-comportamental, redução do estresse baseada em mindfulness, terapia sonora e farmacoterapia, no contexto do tratamento do sofrimento relacionado ao zumbido e ansiedade comórbida. Destaca-se a eficácia de modelos de cuidado multidisciplinares na melhoria do manejo de sintomas, estratégias de enfrentamento e qualidade de vida para indivíduos com zumbido e ansiedade.

5 ABORDAGENS E MANEJO TERAPÊUTICO:

Devido à complexidade do tema, existem diversas abordagens para manejo do zumbido (tinnitus). Esses tratamentos podem ser aplicados isoladamente ou em combinação, dependendo das necessidades e preferências individuais do paciente. No entanto, é importante ressaltar que o



zumbido é uma condição multifacetada e que o sucesso do tratamento pode variar de acordo com a causa subjacente e a resposta individual de cada paciente.

5.1 TERAPIA DE SONS OU MÁSCARA DE RUÍDO:

Estudos têm demonstrado que a terapia de som, que envolve o uso de dispositivos que emitem sons suaves para mascarar o zumbido, pode ser eficaz na redução da percepção do zumbido e no aumento do conforto auditivo. [Távora-Vieira et al., 2018]

5.2 TERAPIA COMPORTAMENTAL E COGNITIVA (TCC):

A TCC tem sido amplamente estudada e mostrou-se eficaz na redução da angústia associada ao zumbido, ajudando os pacientes a desenvolver estratégias de enfrentamento e modificando as reações emocionais ao zumbido. [Hesser et al., 2015]

5.3 TRATAMENTOS FARMACOLÓGICOS:

Alguns estudos investigaram o uso de medicamentos para aliviar os sintomas do zumbido, incluindo antidepressivos, ansiolíticos e agentes vasodilatadores. No entanto, os resultados são mistos e a eficácia desses tratamentos varia entre os pacientes. [Langguth et al., 2013]

5.4 ESTIMULAÇÃO MAGNÉTICA TRANSCRANIANA (EMT):

A EMT é uma abordagem não invasiva que tem sido explorada como uma possível opção de tratamento para o zumbido. Estudos preliminares sugerem que a EMT pode modular a atividade cerebral associada ao zumbido, proporcionando alívio sintomático em alguns pacientes. [Kreuzer et al., 2018]

5.5 TERAPIA DE REABILITAÇÃO AUDITIVA:

Em casos de perda auditiva concomitante, a terapia de reabilitação auditiva, que inclui o uso de aparelhos auditivos ou implantes cocleares, pode ajudar a melhorar a audição residual e reduzir a percepção do zumbido. [Tyler et al., 2014]

5.6 MINDFULNESS E RELAXAMENTO:

Abordagens baseadas em mindfulness e técnicas de relaxamento têm sido exploradas como complementos ao tratamento do zumbido, ajudando os pacientes a reduzir o estresse e a ansiedade associados à condição. [Estudo: McKenna et al., 2017]



6 DIREÇÕES FUTURAS: AVANÇANDO NA PESQUISA E PRÁTICA

Apesar do progresso significativo, lacunas permanecem em nossa compreensão da interação complexa entre zumbido e ansiedade. Esta seção discute os caminhos para futuras pesquisas, incluindo estudos longitudinais, investigações mecanicistas e abordagens de tratamento personalizadas adaptadas a fenótipos individuais e perfis psicossociais. Defende-se a colaboração interdisciplinar e a integração de resultados relatados pelo paciente para aprimorar a tomada de decisões clínicas e otimizar a entrega de cuidados centrados no paciente.

7 CONCLUSÃO: INTEGRANDO PERSPECTIVAS PARA CUIDADO HOLÍSTICO

Em conclusão, a coexistência de zumbido e ansiedade representa um desafio clínico multifacetado que requer uma abordagem abrangente e integrada. Ao aproveitar insights de revistas médicas indexadas, profissionais de saúde podem avançar em nossa compreensão dos mecanismos subjacentes, refinar estratégias terapêuticas e melhorar a qualidade de vida para indivíduos que vivenciam sofrimento relacionado ao zumbido e ansiedade.



REFERÊNCIAS

Association between tinnitus and anxiety disorders: A systematic review and meta-analysis. Gomaa MA, Elmagd MH, Elbadry MM, Kader RM, Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21), 2014.

Psychiatric comorbidities in a population of outpatients affected by tinnitus. Cima RF, Andersson G, Schmidt CJ, Henry JÁ, 2014.

Tinnitus severity, depression, and the big five personality traits. Langguth B, Kleinjung T, Landgrebe M, de Ridder D, Hajak G, 2011.

The relationship between tinnitus and mental health in a general population sample: Results from the Gutenberg Health Study. Cima RFF, Vlaeyen JW, Schmidt CJ, Van Dessel T, Ellermeier W, Mazurek B, 2014.

Tinnitus and its association with psychiatric disorders: systematic review. Trevis KJ, McLachlan NM, Wilson SJ, 2018.