

SALÃO DE  
INICIAÇÃO CIENTÍFICA  
**XXIX SIC**  
**UFRGS**  
PROPESQ



múltipla   
**UNIVERSIDADE**  
inovadora  inspiradora

<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2017: SIC - XXIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2017
<b>Local</b>	Campus do Vale
<b>Título</b>	Ensaio clínico randomizado comparando uma intervenção baseada em mindfulness versus tratamento farmacológico versus grupo qualidade de vida em pacientes com transtorno de ansiedade generalizada
<b>Autor</b>	FELIPE BORGES DE OLIVEIRA
<b>Orientador</b>	GISELE GUS MANFRO

**Ensaio clínico randomizado comparando uma intervenção baseada em mindfulness versus tratamento farmacológico versus grupo de qualidade de vida em pacientes com transtorno de ansiedade generalizada.**

**Felipe Borges de Oliveira, Gisele Gus Manfro**

**Universidade Federal do Rio Grande do Sul**

**INTRODUÇÃO:** O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) é um dos transtornos mentais mais comuns no cuidado primário de saúde, com prevalência de 3,1%, em 12 meses, e de aproximadamente 6% ao longo da vida. Este transtorno está associado a prejuízo funcional, comorbidades clínicas e psiquiátricas. O TAG também tem sido considerado como um fator de risco independente para desfechos cardiovasculares na população em geral. A literatura demonstra que tanto fármacos, como a Terapia Cognitiva Comportamental são efetivas e considerados tratamentos de primeira linha no TAG. No entanto, a taxa de recaída ao longo do tempo é alta. O mindfulness é uma prática desenvolvida para melhorar a auto-regulação emocional, através de “prestar atenção de uma forma particular: com propósito, no momento presente e sem julgamento” (Kabat-Zinn) e seu papel em promover a saúde tem sido alvo de estudo. O presente projeto visa estudar a eficácia de uma intervenção baseada em mindfulness em pacientes com TAG, comparando ao tratamento farmacológico e a um grupo de qualidade de vida.

**MÉTODOS:** Os pacientes foram randomizados para um dos três tratamentos: *mindfulness*, grupo de qualidade de vida e medicação. As escalas Hamilton de Ansiedade (HAM-A) e *Generalized Anxiety Disorder 7-item scale* (GAD-7) foram utilizadas para avaliar os sintomas antes e após as intervenções. A amostra foi descrita utilizando-se média e desvio padrão para as variáveis contínuas e frequências para as variáveis categóricas. Para avaliar a melhora sintomática em cada grupo utilizou-se o teste *T de Student*. Utilizou-se o teste de ANOVA para avaliar se houve diferença entre os grupos. Todas as análises foram feitas através de *Intention to Treat* (ITT) e os dados faltantes foram substituídos pela última observação (*last observation carried forward* - LOCF). Os dados foram analisados com o *programa* SPSS, considerando-se um poder de 80% e um nível de significância de 5%.

**RESULTADOS:** A amostra é composta de 56 pacientes, sendo 78,6% mulheres, com uma média de idade de 31 anos ( $\pm 11$  anos). Observou-se melhora nos grupos medicação ( $5,58 \pm 6,12$ ;  $p=0,002$ ) e qualidade de vida ( $2,35 \pm 4,36$ ;  $p=0,026$ ), utilizando a GAD. Considerando a HAM-A, foi observado melhora nos grupos medicação ( $9,46 \pm 8,96$ ;  $p=0,001$ ) e mindfulness (média= $5,00 \pm 9,54$ ;  $p=0,046$ ). Não houve diferença significativa de melhora entre os grupos para nenhuma das escalas.

**CONCLUSÃO:** A análise parcial dos resultados sugeriu melhora dos sintomas de ansiedade nos 3 grupos, sem diferença significativa entre eles. No entanto, estes resultados têm de ser interpretados de forma cuidadosa, uma vez que se trata de uma amostra ainda parcial, podendo ocorrer erro do tipo II.