



A relação entre estresse, ansiedade e manifestações de psicodermatoses em adultos

The relationship between stress, anxiety, and manifestations of psychodermatoses in adults

Relación entre el estrés, la ansiedad y las manifestaciones de psicodermatosis en adultos

Tauanny Ribeiro Rodrigues

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585 - St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: tauannyrodrigues715@gmail.com

Gisela Daleva Costa

Mestre em Medicina Tropical e Saúde Pública

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585 - St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: giselaguadalupe@unirg.edu.br

Dulcinária Freire Pereira Borges

Especialista em Saúde Coletiva e da Família, Enfermagem do Trabalho e Docência em Enfermagem

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585 - St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: dulci.fp@hotmail.com

Denise Soares de Alcântara

Mestre em Enfermagem

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585 - St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: denises@unirg.edu.br

**Naiana Mota Buges**

Mestre em Ciências da Saúde

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585 - St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: naiana_mota@yahoo.com.br

Pollyana Ferreira Gama

Especialista em Terapia Intensiva

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585 - St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: pollyanagama6@gmail.com

Maira Cristina Martins Pereira

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585 - St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: mairacristina400@gmail.com

Diane Audine Casquero Rêgo

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade de Gurupi (UnirG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585 - St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: casquerodiane4@gmail.com

RESUMO

O presente estudo destacou que a ansiedade é um dos principais problemas de saúde mental da atualidade, apresentando alta prevalência no Brasil. Seus impactos se estendem além do campo emocional e afetam diretamente a saúde física. A relação entre estresse, ansiedade e psicodermatoses reforça a importância de uma abordagem integrativa no cuidado ao adulto. A questão central da pesquisa foi compreender como o estresse e a ansiedade se relacionam às manifestações psicodermatológicas em adultos, buscando identificar e investigar essa conexão. O estudo seguiu uma metodologia qualitativa bibliográfica, incluindo artigos científicos e publicações de instituições de saúde reconhecidas. As evidências indicam que fatores emocionais desempenham papel decisivo na fisiopatologia de diversas condições dermatológicas, sustentando a necessidade de integração entre a dermatologia e a psicologia. As considerações finais enfatizaram como o estresse e a ansiedade influenciam de forma consistente o surgimento e o agravamento das psicodermatoses em adultos. As manifestações cutâneas observadas nesse contexto não se limitam a alterações fisiológicas, mas também se estendem às dimensões emocional, psicológica e social, demonstrando que as doenças de



pele possuem etiologia multifatorial e exigem uma atenção ampliada no cuidado clínico.

Palavras-chave: adulto, ansiedade, dermatológicas, estresse, somáticas.

ABSTRACT

The present study highlighted that anxiety is one of the main mental health problems today, with a high prevalence in Brazil. Its impacts extend beyond the emotional sphere and directly affect physical health. The relationship between stress, anxiety, and psychodermatoses reinforces the importance of an integrative approach in adult care. The central issue of the research was to understand how stress and anxiety are related to psychodermatological manifestations in adults, aiming to identify and investigate this connection. The study followed a qualitative bibliographic methodology, including scientific articles and publications from recognized health institutions relevant to the topic. The evidence indicates that emotional factors play a decisive role in the pathophysiology of several dermatological conditions, supporting the need for an integrated approach between dermatology and psychology. The final considerations emphasized how consistently stress and anxiety influence the onset and worsening of psychodermatoses in adults. The cutaneous manifestations observed in this context are not limited to physiological alterations but also extend to emotional, psychological, and social dimensions, demonstrating that skin diseases have a multifactorial etiology and require broader attention in clinical care.

Keywords: adult, anxiety, diseases, stress, somatic.

RESUMEN

El presente estudio destacó que la ansiedad es uno de los principales problemas de salud mental en la actualidad, con alta prevalencia en Brasil. Sus impactos se extienden más allá del ámbito emocional y afectan directamente la salud física. La relación entre el estrés, la ansiedad y las psicodermatosis refuerza la importancia de un enfoque integrador en la atención del adulto. La cuestión central de la investigación fue comprender cómo el estrés y la ansiedad se relacionan con las manifestaciones psicodermatológicas en adultos, con el objetivo de identificar e investigar esta conexión. El estudio siguió una metodología cualitativa bibliográfica, que incluyó artículos científicos y publicaciones de instituciones de salud reconocidas. La evidencia indica que los factores emocionales desempeñan un papel decisivo en la fisiopatología de diversas afecciones dermatológicas, lo que respalda la necesidad de integrar la dermatología y la psicología. Las consideraciones finales enfatizaron cómo el estrés y la ansiedad influyen de manera consistente en la aparición y el agravamiento de las psicodermatosis en adultos. Las manifestaciones cutáneas observadas en este contexto no se limitan a alteraciones fisiológicas, sino que también se extienden a las dimensiones emocional, psicológica y social, demostrando que las enfermedades de la piel tienen una etiología multifactorial y requieren una atención ampliada en el cuidado clínico.



Palabras clave: adulto, ansiedad, dermatológicas, estrés, somáticas.

1 INTRODUÇÃO

A literatura científica reconhece amplamente a conexão entre a pele e a mente, demonstrando que fatores emocionais e psicológicos podem influenciar diretamente a saúde cutânea. Esse campo de estudo, denominado psicodermatologia, analisa as interações entre o sistema nervoso central, o sistema imunológico e a pele, mostrando que transtornos psiquiátricos podem desencadear diversas condições dermatológicas (Nascimento Júnior *et al.*, 2023).

Estudos apontam que a comorbidade entre transtornos de ansiedade e doenças crônicas agrava o prognóstico e dificulta a adesão ao tratamento médico. Em contextos clínicos, pacientes ansiosos tendem a apresentar maior frequência de consultas médicas, menor resposta a tratamentos convencionais e pior qualidade de vida, o que reforça a importância de uma abordagem interdisciplinar e integrada no cuidado em saúde (Santos, 2022).

Desse modo, as doenças psicossomáticas são condições em que fatores psicológicos influenciam o surgimento e a evolução de sintomas físicos, resultando da interação entre mente e corpo, em que o estresse e conflitos emocionais se manifestam fisicamente (Salgado, 2023).

Conforme Passos *et al.* (2021), doenças psicossomáticas, que são características físicas exacerbadas ou causadas por fatores emocionais, tornaram-se uma preocupação crescente. Identificar os principais fatores que contribuem para o surgimento dessas doenças pode orientar a criação de estratégias eficazes de prevenção e tratamento, melhorando, assim, a qualidade de vida das pessoas afetadas (Passos, 2021).

Marques *et al.* (2022), revela que o fenômeno do adoecimento psicossomático no âmbito da medicina, se dá quando a relação anatomopatológica não é suficiente para explicar a doença, a sua evolução e até



mesmo a sua extinção. São casos que desconcertam os médicos e outros profissionais que eventualmente os acompanham.

Para Gonçalves et al. (2023), há uma estreita relação entre doenças psicossomáticas e dermatológicas, destacando que níveis elevados de cortisol podem comprometer diversas funções do organismo, sendo a pele um dos órgãos mais impactados. Grande parte dessas doenças decorre da capacidade do estresse de prejudicar células imunológicas e potencializar processos inflamatórios.

Ainda segundo Gonçalves et al. (2023), condições crônicas de pele tendem a desencadear sentimentos como raiva, vergonha, frustração, perda de autoconfiança e isolamento social. Adultos com acne severa, por exemplo, apresentam taxas de desemprego superiores às da população sem a doença.

De acordo com Oliveira et al. (2023), o estresse corresponde a uma reação natural do organismo diante de situações de perigo ou ameaça, colocando o indivíduo em estado de alerta e desencadeando alterações tanto físicas quanto emocionais.

As doenças cutâneas englobam diversas condições que acometem pele, cabelo e unhas, variando desde quadros benignos, como acne e eczema, até doenças mais graves, como psoríase e câncer de pele. Ressalta-se ainda que a pele, por ser o maior órgão do corpo humano, exerce funções essenciais na proteção contra agentes externos, na regulação da temperatura corporal e na comunicação sensorial (Char et al., 2024).

Portanto, Nascimento Júnior et al. (2023), aponta que é fundamental que os pacientes entendam a conexão entre mente e pele, pois essa compreensão pode contribuir para a eficácia do tratamento e incentivar uma participação mais ativa na terapia. Ressalta-se também a importância da comunicação entre profissional e paciente como parte de uma abordagem mais humanizada e eficiente, além disso, a formação interdisciplinar fortalece a abordagem psicodermatológica integrada.



Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo conhecer qual a relação entre estresse, ansiedade e manifestações de psicodermatoses em adultos.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 TRANSTORNOS EMOCIONAIS EM ADULTOS: ESTRESSE E ANSIEDADE

Ansiedade, estresse e transtornos emocionais no adulto são fatores importantes a serem considerados nesse projeto.

Segundo Valácio et al. (2025), a relação entre o estresse psicológico e as doenças dermatológicas é bidirecional, pois a tensão emocional pode intensificar as manifestações cutâneas, enquanto essas condições comprometem a autoimagem e a autoestima, contribuindo para o surgimento de transtornos mentais. Esse ciclo contínuo agrava tanto os sintomas dermatológicos quanto o estado emocional dos pacientes, dificultando o tratamento e a recuperação.

Segundo Zanuzo; Menegat (2023), pacientes com esse perfil podem desencadear no terapeuta sentimentos difíceis de manejar, exigindo a necessidade de trabalhá-los fora da sessão de terapia.

Para Ribeiro et al. (2025), a relação entre ansiedade persistente e manifestações dermatológicas é bastante complexa, envolvendo uma interação entre aspectos psicológicos, fisiológicos e imunológicos. Evidências de revisões integrativas apontam que o estresse psicológico pode não apenas agravar doenças de pele já existentes, mas também desencadear novas condições dermatológicas. Compreender os mecanismos fisiopatológicos envolvidos nessa conexão é considerado essencial para a formulação de estratégias terapêuticas mais eficazes, que combinem intervenções tanto psicológicas quanto dermatológicas.



2.2 MANIFESTAÇÕES DE PSICODERMATOSES EM ADULTOS

Segundo estudos recentes, as doenças de pele afetam não apenas o aspecto físico e estético dos indivíduos, mas também têm consequências significativas na forma como eles se percebem e são percebidos socialmente. Isso ocorre porque a pele funciona como um importante meio de comunicação não verbal, e quaisquer alterações em sua aparência podem impactar negativamente a autoestima e as relações interpessoais, o que tem motivado um aumento no interesse pelas repercussões psicológicas dessas condições ao longo das últimas décadas (Motta *et al.*, 2025).

A ansiedade pode provocar alterações na microcirculação da pele, influenciando o fluxo sanguíneo e a oxigenação dos tecidos, o que pode se manifestar por meio de rubor e erupções cutâneas. Além disso, a ativação do sistema nervoso simpático em resposta ao estresse pode aumentar a produção de sebo, contribuindo para o desenvolvimento de acne e outras condições relacionadas à oleosidade. Nesse contexto, o manejo do estresse e da ansiedade é apontado como uma estratégia potencialmente eficaz no tratamento de doenças dermatológicas associadas (Ribeiro *et al.*, 2025).

Para Motta *et al.* (2025), a pele por ser o maior órgão do corpo humano, exerce não apenas funções fisiológicas, mas também simbólicas, estando associada à beleza, saúde e aceitação social. Quando acometida por dermatoses crônicas como psoríase, vitiligo, acne severa, dermatite atópica e lúpus cutâneo especialmente em áreas visíveis, é comum que surjam estigmas e preconceitos. Nessas situações, é frequente a ocorrência de transtornos psicológicos, como depressão, ansiedade, fobia social e distorções da imagem corporal.

2.3 PELE X ESTRESSE E ANSIEDADE

Para Souza *et al.* (2022), o estresse e a ansiedade têm sido cada vez mais reconhecidos pelos dermatologistas como fatores que agravam lesões cutâneas



e doenças como dermatite atópica e psoríase, pois o aumento do cortisol prejudica a cicatrização, reduz a produção celular e retarda a regeneração dos tecidos.

O acúmulo de emoções e experiências vividas que não são expressas ou trabalhadas adequadamente pode levar ao surgimento de lesões cutâneas ou ao agravamento daquelas já existentes. Isso ocorre porque, ao chegarem ao sistema nervoso central, os estímulos de estresse e ansiedade são transmitidos pelos nervos e pela corrente sanguínea até os linfócitos, desencadeando uma resposta imunológica que, por meio de um processo sensorial, interpreta esses estímulos e ativa o sistema neuroendócrino, resultando em uma resposta fisiológica (Souza *et al.*, 2022).

Segundo Valácio *et al.* (2025), o estresse libera hormônios que alteram a imunidade da pele, ativando mastócitos, células dendríticas e queratinócitos. Essas alterações estimulam neuropeptídeos e aumentam a inflamação. Com isso, há comprometimento da barreira cutânea e maior risco de infecções. Doenças como psoríase e dermatite atópica tendem a se agravar. A ativação prolongada do sistema neuroimunoendócrino mantém altos níveis de mediadores do estresse. Consequentemente, a inflamação se intensifica e as psicodermatoses pioram.

O sistema neuro-imuno-cutâneo (NICS) desempenha um papel essencial na resposta ao estresse psicológico, contribuindo significativamente para a patogênese das doenças dermatológicas. Evidências apontam que a ativação do eixo neuroimunoendócrino desencadeia uma série de reações bioquímicas que estimulam a liberação de mediadores inflamatórios e neuropeptídeos, promovendo inflamação e desregulação imunológica na pele. (Valácio *et al.*, 2025).

2.4 IMPACTOS PSICOSSOCIAIS DO ESTRESSE E ANSIEDADE EM PSICODERMATOSES

Os achados evidenciam a relevância de uma avaliação multidisciplinar no



cuidado de pacientes com doenças de pele associadas ao estresse, com atuação integrada entre dermatologistas e psicólogos. Essa abordagem deve considerar aspectos físicos e emocionais, utilizando intervenções que reduzam o estresse e promovam o bem-estar para melhorar a saúde da pele e a qualidade de vida (Ribeiro *et al.*, 2025).

Independente do motivo, fica evidente a necessidade de desmistificação e cuidado com a saúde mental para evitar ou auxiliar no tratamento das doenças dermatológicas em questão, como também promover um cuidado integral do paciente (Pereira *et al.*, 2023).

De acordo com Santana *et al.* (2024), as abordagens terapêuticas integrativas, que associam o tratamento das doenças dermatológicas à gestão do estresse, têm se mostrado eficazes no manejo dessas condições. Entre essas intervenções, destacase a terapia cognitivo-comportamental (TCC), voltada à identificação e modificação de padrões de pensamento negativos e comportamentos disfuncionais relacionados ao estresse crônico e às doenças de pele. A TCC contribui para a redução do estresse, da ansiedade e da depressão, promovendo melhora significativa na qualidade de vida e nos sintomas dermatológicos, além de aumentar a autoconsciência e a aceitação das condições de pele.

Conforme Santana *et al.* (2024), técnicas de relaxamento, como mindfulness e relaxamento muscular, ajudam os pacientes a desenvolverem consciência e bemestar. Programas de apoio psicossocial, como grupos e aconselhamento, favorecem a expressão emocional e o suporte entre pares. Essas estratégias fortalecem o enfrentamento do estresse e promovem equilíbrio emocional. Quando integradas ao tratamento médico, ampliam o cuidado oferecido. Dessa forma, proporcionam uma abordagem holística que contempla aspectos físicos, emocionais e sociais das psicodermatoses.

Segundo Gonçalves *et al.* (2023), os procedimentos estéticos cientificamente comprovados são eficazes e podem auxiliar tanto na recuperação da pele quanto na melhora da autoestima dos pacientes. Como há uma interligação entre corpo e mente, o sucesso do tratamento estético está



associado à presença simultânea da psicoterapia, a qual contribui para o enfrentamento completo das psicodermatoses, incluindo mudanças de hábitos e comportamentos.

3 METODOLOGIA

Este estudo consistiu em uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa. As buscas ocorreram nas bases de dados Google Acadêmico e SciELO, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde “Adulto”, “Ansiedade”, “Dermatológica”, “Estresse” e “Somáticas”, combinados com os operadores booleanos “AND e OR”. Foram incluídos artigos em português, gratuitos, publicados entre 2021 e 2025, disponíveis na íntegra e vinculados a instituições reconhecidas na área da saúde e enfermagem, abordando a relação entre estresse, ansiedade e psicodermatoses em adultos. Foram excluídos estudos que tratassem isoladamente das variáveis, além de teses, dissertações, monografias, cartas ao leitor, opiniões, editoriais, comentários e duplicações.

Por ser uma pesquisa bibliográfica, não apresenta riscos diretos, embora envolva possíveis vieses de seleção, limitação de fontes e interpretação subjetiva. Como benefícios, contribui para a formação acadêmica e prática profissional, oferecendo base científica sobre a influência de fatores emocionais em doenças somáticas e fortalecendo decisões clínicas mais éticas, humanizadas e seguras. Os resultados também podem favorecer ações de promoção da saúde e prevenção de doenças.

A análise dos dados ocorreu por meio da avaliação do título, resumo e texto completo dos artigos, organizados em quadros com informações essenciais. A revisão segue a estratégia PICO e as seis etapas metodológicas propostas por Mendes et al. (2008), possibilitando compreensão ampla da relação entre estresse, ansiedade e psicodermatoses em adultos. Por se tratar de revisão integrativa, dispensa submissão ao Comitê de Ética, conforme a Resolução nº 466/2012, mantendo-se o respeito à integridade científica e aos direitos autorais.



4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A análise dos estudos selecionados permitiu identificar diferentes dimensões da relação entre estresse, ansiedade e manifestações de psicodermatoses em adultos. Para melhor compreensão dos achados, os resultados foram organizados em categorias temáticas, considerando os aspectos fisiológicos, psicológicos e psicossociais envolvidos no desenvolvimento e agravamento das doenças dermatológicas associadas a ansiedade e estresse emocional.

Essa organização possibilitou integrar as evidências disponíveis, destacando os mecanismos neuroimunoendócrinos relacionados às psicodermatoses, os impactos emocionais e sociais gerados pelas dermatoses crônicas e as estratégias terapêuticas utilizadas no manejo desses quadros. A seguir, o Quadro 1 apresenta a síntese dos principais achados, autores correspondentes e implicações clínicas identificadas na literatura analisada.

Quadro 1. Principais Referências Bibliográficas Consultadas

Autor	Título	Ano	Objetivo do estudo
Valácio; Cosenza; Machado; Jorge	Resposta neuroimunoendócrino ao estresse e sua contribuição para a patogênese das dermatopatias	2025	Sintetizar e analisar achados científicos relacionados à influência do estresse psicológico em doenças dermatológicas, com foco nos mecanismos biológicos e nas interações entre os sistemas nervoso e imunológico e a pele.
Zanuzo; Silveira; Menegat; Carla	A Psicossomática sob o olhar psicanalítico: relato de experiência	2023	Investigar junto à paciente as causas desencadeantes das crises, trazendo conteúdos desde sua infância até o momento presente, sob a ótica psicanalítica.
Ribeiro et al.	Impacto da Ansiedade Persistente na Pele: Mecanismos Fisiopatológicos e Manifestações Dermatológicas.	2025	Revisar as evidências sobre os mecanismos fisiopatológicos e as manifestações dermatológicas associadas à ansiedade.
Motta et al.	Impacto psicológico das doenças dermatológicas: repercussões psicossociais.	2025	Investigar o impacto psicológico das dermatoses visíveis e suas repercussões psicossociais.
Pereira et al.	Doenças dermatológicas e fatores psicossomáticos.	2023	Verificar a possível relação entre ansiedade, depressão, estresse e Dermatite Atópica e Psoríase.



Santana et al.	Avaliação Do Estresse Crônico Como Etiologia Para Doenças Dermatológicas.	2024	Examinar criticamente a relação entre o estresse crônico e as doenças dermatológicas.
Gonçalves et al.	Relação entre doenças psicossomáticas e disfunções dermatológicas	2023	Avaliar as consequências do estresse para a pele, seus impactos no estilo e qualidade de vida dos pacientes e principais procedimentos estéticos utilizados.

Fonte: elaborado pelos autores, 2025.

Os estudos analisados nesta revisão integrativa demonstram de forma consistente a relação entre estresse, ansiedade e o surgimento ou agravamento de psicodermatoses em adultos. A síntese dos achados está organizada no Quadro 1, elaborado para apresentação tabular. As evidências apontam que fatores emocionais desempenham papel determinante na fisiopatologia de diversas doenças dermatológicas, o que reforça a necessidade de uma abordagem integrativa entre a dermatologia e a psicologia.

Os autores Valácio et al. (2025) destacam que o estresse psicológico exerce influência bidirecional sobre a pele: enquanto intensifica lesões cutâneas, estas repercutem de forma negativa na autoimagem e autoestima, contribuindo para o aumento da ansiedade e de outros transtornos emocionais. Para Zanuzo e Menegat (2023), pacientes com sofrimento emocional associado a doenças da pele podem despertar no terapeuta sentimentos difíceis de manejar, o que reforça a necessidade de supervisão clínica e acolhimento qualificado.

Ribeiro et al. (2025) descrevem que a relação entre ansiedade persistente e manifestações dermatológicas envolve interação entre fatores imunológicos, fisiológicos e psicológicos, favorecendo o surgimento de novas condições dermatológicas ou agravamento das já existentes.

De acordo com Motta et al. (2025), dermatoses crônicas que afetam áreas expostas, como psoríase, vitiligo e acne severa, desencadeiam impactos psicossociais significativos, incluindo estigmatização, isolamento social e aumento da ansiedade. Esses achados reforçam a importância de estratégias multidisciplinares, conforme apontam Pereira et al. (2023), que defendem a integração entre cuidados dermatológicos e atenção psicológica para promover saúde integral.



As abordagens terapêuticas que combinam tratamento médico e intervenções psicológicas apresentam resultados promissores. Santana et al. (2024) destacam que a terapia cognitivo-comportamental, mindfulness e técnicas de relaxamento contribuem para a redução do estresse, melhora da qualidade de vida e alívio de sintomas dermatológicos.

Para Gonçalves et al. (2023), procedimentos estéticos cientificamente validados também podem desempenhar papel relevante, especialmente quando aliados à psicoterapia, promovendo melhora da autoestima e favorecer mudanças comportamentais benéficas ao manejo das psicodermatoses.

Dessa forma, os resultados corroboram a literatura ao evidenciar que o manejo adequado do estresse e da ansiedade constitui elemento chave para o tratamento eficaz das psicodermatoses em adultos. Além disso, demonstram a importância de uma abordagem integrada, holística e centrada no paciente, articulando saúde emocional, bem-estar social e cuidado dermatológico.

5 CONCLUSÃO

A literatura analisada demonstrou que a relação entre mente e pele é bidirecional, evidenciando que fatores emocionais, como estresse e ansiedade, podem intensificar lesões dermatológicas, enquanto essas alterações repercutem negativamente na autoestima, imagem corporal e qualidade de vida. Esse entendimento atende ao primeiro objetivo do estudo, ao permitir conhecer a relação entre estresse, ansiedade e manifestações de psicodermatoses em adultos, mostrando que tais condições se influenciam mutuamente e formam um ciclo que exige intervenções integradas.

Os resultados apontam que a ativação do sistema neuro-imuno-cutâneo tem papel central na fisiopatologia dessas condições. O estresse crônico está associado à inflamação persistente e à desregulação imunológica, o que pode dificultar o controle clínico das dermatoses e comprometer o sucesso terapêutico. Além disso, os impactos psicossociais, como estigma social,



isolamento, depressão e prejuízos nas relações interpessoais, influenciam diretamente a adesão ao tratamento e a evolução clínica.

Os achados destacam que abordagens terapêuticas integrativas, como terapia cognitivo-comportamental, mindfulness, técnicas de relaxamento e acompanhamento psicossocial, são eficazes na redução do estresse e da ansiedade, favorecendo a melhora dos sintomas dermatológicos. A combinação entre intervenções clínicas, estéticas e suporte emocional também se mostrou relevante, promovendo bem-estar, fortalecimento da autoestima e maior capacidade de enfrentamento dos sintomas físicos.

Assim, conclui-se que compreender de forma ampliada a relação entre estresse, ansiedade e psicodermatoses é fundamental para subsidiar práticas clínicas mais eficazes, éticas e humanizadas. Espera-se que este estudo contribua para o avanço do conhecimento e incentive novas pesquisas, ampliando o uso de estratégias multidisciplinares na promoção da saúde mental e dermatológica de adultos.



REFERÊNCIAS

CHAR, Mateus Harmad et al. **Diagnóstico Psicodermatológico: Entendendo a Complexidade da Relação entre Emoções e Doenças Cutâneas**. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 6, n. 3, p. 1762-1782, 2024. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/1725/1919>. Acesso em: 15 set. 2025.

GONÇALVES, Eloise Santana; COSTA, Maria Helena Ponciano. **Relação entre doenças psicossomáticas e disfunções dermatológicas**, 2023. Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/7130/1/TCC%20FINAL%20RELA%C3%87%C3%83O%20ENTRE%20DOEN%C3%87AS%20PSICOSSOM%C3%81TICAS%20E%20DISFUN%C3%87%C3%95ES%202023.pdf>. Acesso em: 14 set. 2025.

MAR, Kristie; RIVERS, Jason K. **The mind body connection in dermatologic conditions: A literature review**. Journal of Cutaneous Medicine and Surgery, v. 27, n. 6, p. 628-640, 2023. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10714694/>. Acesso em: 15 out. 2025.

MARQUES, Isabella Da Silva et al. **A influência do sistema nervoso autônomo nas doenças psicossomáticas sob a compreensão da Psicanálise e da Terapia Cognitiva Comportamental**. Saúde e Desenvolvimento humano, v. 10, n. 1, 2022. Disponível em: https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento/article/view/7835/pdf. Acesso em: 01 jun. 2025.

MENDES, K. Dal S; SILVEIRA, R. C. C. P; GALVAO, C.M. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a Incorporação de evidências na saúde e na enfermagem**. Texto contexto - Enferm., Florianópolis, v.17, n. 4, dez. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 21 out. 2025.

MOTTA, Beatriz Santilli et al. **Impacto psicológico das doenças dermatológicas: repercussões psicossociais**. Journal Archives of Health, v. 6, n. 4, p. e2832-e2832, 2025. Disponível em: <https://ojs.latinamericanpublicacoes.com.br/ojs/index.php/ah/article/download/2832/2545>. Acesso em: 27 set. 2025

NASCIMENTO JÚNIOR, Sebastião Francisco et al. **Saúde, estética e bem-estar: Competências do enfermeiro dermatologista e esteticista**. Research, Society and Development, v. 12, n. 12, p. e84121243801-e84121243801, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/43801/35316>. Acesso em: 08 out. 2025.



OLIVEIRA, Flávia Pina Siqueira Campos; DE ARAGÃO, Ivana Picone Borges. **Psicodermatoses e a prevalência de ansiedade: revisão de literatura.**

Revista IberoAmericana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 9, n. 7, p. 800-816, 2023. Disponível em: [file:///C:/Users/rodri/Downloads/\[64\]](file:///C:/Users/rodri/Downloads/[64])

PSICODERMATOSSES+E+A+PREVAL%C3%8ANCIA+DE+ANSIEDADE-+REVIS%C3%83O+DE+LITERATURA%20(1).pdf. Acesso em: 14 set. 2025.

PASSOS, Alana Gabriela De Araujo et al. **O aumento das doenças psicossomáticas durante a pandemia e dificuldades no atendimento psicológico.** Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento, v. 10, n. 8, pág.

e10710817004-e10710817004, 2021. Disponível

em <file:///C:/Users/rodri/Downloads/dorlivete,+e10710817004.pdf>. Acesso em: 09 jun. 2025.

PEREIRA, Gabriela De Diego et al. **Doenças dermatológicas e fatores psicossomáticos.** Revista Eletrônica Acervo Médico, v. 23, n. 1, p. e11623-e11623, 2023. Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/medico/article/view/11623/7008>. Acesso em: 17 set. 2025.

RIBEIRO, Guilherme Bartolomeu et al. **Impacto da Ansiedade Persistente na Pele: Mecanismos Fisiopatológicos e Manifestações Dermatológicas.**

Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 7, n. 2, p. 2202-2226, 2025. Disponível em:

<https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/5308/5251>. Acesso em: 15 set. 2025.

SALGADO, Márcia Regina Colasante; GUTIERREZ, Dimitrius. **Saúde Integral: Uma interação entre ciência e espiritualidade.** AME-Brasil Editora, 2023.

Disponível em:

https://books.google.com.br/books?hl=ptBR&lr=&id=DbXIEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT5&dq=Uma+intera%C3%A7%C3%A3o+entre+ci%C3%Aancia+e+espiritualidade&ots=zqgzWJTr4&sig=4DAiTQm0lfKF80H6mInGPfM5tzi&redir_esc=y#v=onepage&q=Uma%20intera%C3%A7%C3%A3o%20entre%20ci%C3%Aancia%20e%20espiritualidade&f=false. Acesso em: 10 jun. 2025.

SANTANA, Fernanda de Castro Araujo et al. **Avaliação Do Estresse Crônico Como Etiologia Para Doenças Dermatológicas.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 10, n. 3, p. 1508-1518, 2024.

Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/13248/6416>. Acesso em: 30 set. 2025.

SANTOS, A. A. dos. **Ansiedade e somatização: uma análise qualitativa em pacientes da atenção básica.** 2022. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2022. Disponível em:

<https://repositorio.ufba.br/handle/ri/38618>. Acesso em: 10 jun. 2025.



SOUZA, D. R. et al. **Patologias associadas ao estresse crônico e seus mecanismos: revisão de literatura.** Centro Universitário UNIFG, 2022.

Disponível em:

https://scholar.google.com/scholar?hl=ptBR&as_sdt=0%2C5&q=Patologias+associadas+ao+estresse+e+seus+mecanismos%3A+revis%C3%A3o+de+literatura&btnG= . Acesso em: 10 jun. 2022.

VALÁCIO, Camilla Cosenza; Machado, Carla Jorge. **Resposta neuroimunoendócrino ao estresse e sua contribuição para a patogênese das dermatopatias.** ARACÊ, v. 7, n. 1, p. 791-797, 2025. Disponível em: <https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/2706/3151>. Acesso em: 07 out. 2025.

ZANUZO, Bianca Silveira; DE BARROS MENEGAT, Carla. **A Psicossomática sob o olhar psicanalítico: relato de experiência.** Diaphora, v. 12, n. 1, p. 64-68, 2023. Disponível em: <https://www.sprgs.org.br/>. Acesso em: 10 mar. 2025.