

Ecoansiedade: entre o reconhecimento do sofrimento e os limites da patologização

Eco-anxiety: between the recognition of suffering and the limits of pathologization

Ítalo Arão Pereira Ribeiro ¹ |  <https://orcid.org/0000-0003-0778-1447>
 Helder de Pádua Lima ² |  <https://orcid.org/0000-0002-3795-6343>

Editorial

Como citar

Ribeiro IAP, Lima HP. Ecoansiedade: entre o reconhecimento do sofrimento e os limites da patologização. Rev Científica Integrada 2026, 9(1):e202614. DOI: <https://doi.org/10.59464/2359-4632.2026.4211>.

Conflito de interesses

Não há conflito de interesses.

Submetido em: 27/06/2026

Publicado em: 27/06/2026



Autor correspondente:

Ítalo Arão Pereira Ribeiro
arao.italo@ufms.br

¹Doutor em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí (UFPI). Docente do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campus de Coxim (UFMS/CPCX), Coxim, MS, Brasil.

²Doutor em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará (UFC). Docente do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campus de Coxim (UFMS/CPCX). Coxim, MS, Brasil.

Revista Científica Integrada (ISSN 2359-4632)

<https://revistas.unaerp.br/rci>

Resumo

As mudanças climáticas intensificaram impactos sobre a saúde física, mental e social, tornando a ecoansiedade um tema crescente na literatura científica. Caracterizada por emoções como medo, tristeza, culpa e desesperança diante da degradação ambiental, a ecoansiedade difere dos transtornos de ansiedade tradicionais por estar relacionada a uma ameaça real e amplamente documentada. Estudos apontam sua associação com sofrimento psicológico, mas também destacam seu potencial caráter adaptativo, refletindo uma resposta coerente à crise climática. Embora venha sendo investigada por meio de escalas e modelos conceituais, a ecoansiedade ainda não é reconhecida como categoria diagnóstica pelos principais sistemas classificatórios em saúde mental. Nesse contexto, o editorial discute o desafio de reconhecer e acolher esse sofrimento sem reduzi-lo automaticamente à lógica da patologização. Interpretar toda resposta emocional à crise climática como doença pode deslocar para o indivíduo um problema cuja origem é coletiva, ambiental e política. Assim, propõe-se que a saúde amplie sua abordagem, articulando cuidado clínico e ações voltadas às causas estruturais das mudanças climáticas. Reconhecer a ecoansiedade como expressão legítima da experiência humana diante da crise ambiental contribui para evitar a medicalização de reações proporcionais a ameaças objetivas e reforça a necessidade de respostas integradas para proteger a saúde e o bem-estar das populações.

Palavras-chave: Ansiedade. Mudanças Climáticas. Saúde Mental.

Abstract

Climate change has intensified its impacts on physical, mental, and social health, making eco-anxiety an increasingly relevant topic in the scientific literature. Characterized by emotions such as fear, sadness, guilt, and hopelessness in response to environmental degradation, eco-anxiety differs from traditional anxiety disorders because it is related to a real and well-documented threat. Studies have linked eco-anxiety to psychological distress while also highlighting its potentially adaptive nature as a coherent response to the climate crisis. Although it has been investigated through psychometric scales and conceptual models, eco-anxiety is not currently recognized as a diagnostic category by the major mental health classification systems. In this context, the editorial discusses the challenge of acknowledging and addressing this form of suffering without automatically framing it as a mental disorder. Interpreting every emotional response to climate change as pathology may shift responsibility for a fundamentally collective, environmental, and political problem onto individuals. Therefore, the editorial argues that health responses should extend beyond clinical care by addressing the structural causes of climate change. Recognizing eco-anxiety as a legitimate expression of human experience in the face of the environmental crisis may help prevent the medicalization of proportionate emotional responses and support integrated strategies to protect population health and well-being.

Keywords: Anxiety. Climate Change. Mental Health.

Poucas vezes a relação entre ambiente e saúde mental tornou-se tão evidente quanto no atual contexto das mudanças climáticas. O aquecimento global deixou de ser uma projeção científica e tornou-se uma experiência cotidiana. Ondas de calor extremo, secas prolongadas, enchentes, incêndios florestais e a perda acelerada da biodiversidade já modificam territórios, reorganizam modos de vida, aprofundam desigualdades sociais e afetam a saúde humana. Entre esses efeitos, um tem recebido atenção crescente da literatura científica: a forma como a crise climática repercute sobre a saúde mental e transforma a experiência subjetiva do sofrimento. O *Lancet Countdown 2024* reforça que a crise climática já constitui uma das maiores ameaças à saúde humana neste século, afetando simultaneamente a saúde física, mental e social¹.

Foi nesse contexto que a ecoansiedade passou a ocupar espaço crescente na literatura científica. O termo descreve um conjunto de emoções desencadeadas pela percepção da degradação ambiental e da incerteza em relação ao futuro, incluindo medo, tristeza, angústia, culpa e desesperança^{2,3}. Diferentemente dos transtornos de ansiedade clássicos, seu objeto não é imaginário nem hipotético. Trata-se de uma reação dirigida a uma crise amplamente documentada pela ciência e cujos efeitos já fazem parte da experiência cotidiana de milhões de pessoas. Talvez seja justamente essa característica que torne a ecoansiedade um fenômeno singular: não emergir de uma antecipação irracional de um perigo, mas da consciência crescente de que esse perigo se encontra em curso.

Longe de representar uma reação individual ou excepcional, a ecoansiedade tem se revelado uma experiência compartilhada em diferentes contextos sociais e culturais. Medo, tristeza, culpa, raiva e desesperança diante da intensificação das mudanças climáticas têm sido descritos entre crianças, adolescentes e adultos, frequentemente acompanhados da percepção de que as respostas governamentais permanecem insuficientes frente à gravidade da crise climática⁴. Ao mesmo tempo, a literatura tem demonstrado associação consistente entre ecoansiedade, sofrimento psicológico e sintomas ansiosos e depressivos⁵. Mais do que confirmar a existência desse sofrimento, esse conhecimento evidencia a necessidade de compreender seus significados e de construir respostas que ultrapassem o cuidado individual, envolvendo diferentes setores da sociedade. Para a saúde, isso significa reconhecer a ecoansiedade como uma expressão contemporânea do impacto das mudanças climáticas sobre a vida e o bem-estar das populações.

Dar nome à ecoansiedade foi um passo importante. Nomear um sofrimento significa reconhecê-lo, legitimá-lo e admitir que ele merece atenção. Contudo, toda nova categoria também inaugura novas responsabilidades. À

medida que a ecoansiedade passa a ser investigada, mensurada e incorporada ao campo da saúde mental, surge uma inquietação inevitável: estamos apenas ampliando nossa capacidade de cuidar ou começamos, ainda que involuntariamente, a ampliar também os limites do que passa a ser interpretado como doença?

Essa pergunta merece atenção porque a ecoansiedade ocupa uma posição incomum entre os fenômenos estudados pela saúde mental. O crescimento da produção científica foi acompanhado pelo desenvolvimento de escalas psicométricas, modelos conceituais e propostas de avaliação clínica^{2,5}. Embora amplamente estudada, a ecoansiedade não constitui, até o momento, uma categoria diagnóstica reconhecida pelos principais sistemas classificatórios em saúde mental, como o DSM-5-TR e a CID-11. Essa condição não diminui a legitimidade do sofrimento descrito na literatura; ao contrário, reforça a importância de distingui-lo dos transtornos mentais estabelecidos, reconhecendo que respostas emocionais à crise climática podem representar reações adaptativas diante de uma ameaça objetiva.

Esse avanço é esperado e pode favorecer a identificação de pessoas que realmente necessitam de cuidado. Entretanto, também evidencia uma tensão histórica da saúde mental: nem toda experiência geradora de sofrimento corresponde a uma condição patológica. Em determinados contextos, o sofrimento constitui uma resposta coerente à realidade vivida.

Sob essa perspectiva, a ecoansiedade pode ser compreendida como uma emoção complexa e potencialmente adaptativa, e não necessariamente como manifestação de adoecimento psíquico³. Sentir medo diante da intensificação dos eventos climáticos extremos, lamentar a perda da biodiversidade ou preocupar-se com as futuras gerações pode refletir não um funcionamento psíquico alterado, mas uma percepção lúcida da gravidade da crise ambiental. Essas emoções podem gerar sofrimento, mas também fortalecer o senso de responsabilidade coletiva, estimular o engajamento social e impulsionar ações em defesa do ambiente. Talvez a pergunta mais desconcertante não seja "por que tantas pessoas experimentam ecoansiedade?", mas outra ainda mais incômoda: como esperar que indivíduos permaneçam emocionalmente indiferentes diante de uma crise ambiental cujas consequências já se fazem presentes no cotidiano?

É justamente nessa fronteira que emerge um dos principais desafios para a saúde contemporânea. Reconhecer a ecoansiedade não significa, necessariamente, transformá-la em uma nova categoria diagnóstica. Existe uma diferença importante entre acolher pessoas que sofrem e interpretar todo sofrimento como manifestação de doença. Quando respostas emocionais proporcionais a ameaças

objetivas passam a ser compreendidas predominantemente sob a lógica diagnóstica, corre-se o risco de deslocar para o indivíduo um problema cuja origem é, antes de tudo, coletiva, ambiental e política.

Diante de uma crise com essa magnitude as respostas da saúde também precisam ultrapassar os limites do cuidado estritamente clínico. O desafio não consiste apenas em aliviar o sofrimento provocado pelas mudanças climáticas, mas em reconhecer que algumas formas de sofrimento não são sinais de adoecimento individual, e sim expressões legítimas de uma realidade ambiental profundamente adoecida. Patologizar essas experiências significaria, paradoxalmente, obscurecer a própria origem do problema.

Referências

1. Romanello M. et al. The 2024 report of the Lancet Countdown on health and climate change: facing record-breaking threats from delayed action. The Lancet, London. 2024; 404(10465):1847-1896. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(24\)01822-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(24)01822-1)
2. Clayton S. Climate anxiety: psychological responses to climate change. Journal of Anxiety Disorders, Amsterdam. 2020; 74 (102263). DOI: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263>
3. Pihkala P. Toward a taxonomy of climate emotions. Frontiers in Climate, Lausanne. 2022; 4 (738154). DOI: <https://doi.org/10.3389/fclim.2022.738154>
4. Hickman C. et al. Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. The Lancet Planetary Health, London. 2021; 5 (12): e863-e873. DOI: [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
5. Cosh SM, et al. The relationship between climate change and mental health: a systematic review of the association between eco-anxiety, psychological distress, and symptoms of major affective disorders. BMC Psychiatry, London. 2024; 24(793). DOI: <https://doi.org/10.1186/s12888-024-06252-Y>

Contribuições do autor

Todos os autores são responsáveis pelas ideias e elaboração do texto.

Editor chefe

José Cláudio Garcia Lira Neto

Assistente da revista

Maria Clarice dos Anjos Vieira

Copyright © 2026 Revista Científica Integrada.

Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da licença Creative Commons CC BY. Esta licença permite que terceiros distribuam, remixem, modifiquem e desenvolvam seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe deem crédito pela criação original. É a licença mais flexível de todas as licenças disponíveis. Recomenda-se maximizar a divulgação e utilização de materiais licenciados.