

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

NILSON ANTONIO DA SILVA

**O MANEJO CLÍNICO DA ANSIEDADE INFANTO-JUVENIL: resenha do livro
“ansiedade: terapia cognitivo-comportamental para crianças e jovens”**

**PATOS DE MINAS
2019**

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

NILSON ANTONIO DA SILVA

**O MANEJO CLÍNICO DA ANSIEDADE INFANTO-JUVENIL: resenha do livro
“ansiedade: terapia cognitivo-comportamental para crianças e jovens”**

Resenha apresentada à Faculdade Patos de Minas como requisito para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia com finalidade de obtenção do título de Bacharel, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientador: Prof. Me. Arthur Siqueira de Sene

Coorientadora: Profa. Dra. Luciana de Araújo Mendes Silva

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
Curso Bacharelado em Psicologia

NILSON ANTONIO DA SILVA

**O MANEJO CLÍNICO DA ANSIEDADE INFANTO-JUVENIL: resenha do livro
“ansiedade: terapia cognitivo-comportamental para crianças e jovens”**

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 18 de
junho de 2019.

Orientador: Prof. Me. Arthur Siqueira de Sene
Faculdade Patos de Minas

Examinador 1: Prof. Me. Marcelo Matta de Castro
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 2: Profa. Me. Aline Fernandes Alves
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho a todos os meus pacientes, os quais têm todo o meu respeito.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, por ser presença constante em minha vida.

À minha mãe, que não mediu esforços para me ajudar, dar colo, amparar, sempre que precisei.

Ao meu filho, João Pedro, pela paciência nas minhas ausências; você é a razão da minha vida!

Ao meu irmão, Wilson, que mesmo distante, se faz presente em nossas vidas.

À minha prima, Maria Eunice, com quem compartilho todos os meus momentos, tristes ou felizes...

Aos meus familiares, obrigado! Vocês são a minha base!

Aos amigos, colegas, obrigado pelo apoio. Esta vitória é nossa!

À minha amiga, Elessandra, pelos ensinamentos, pela companhia e pela sinceridade!

À minha amiga, Daliene, pela parceria, amizade e cumplicidade!

Ao meu orientador, Prof. Me. Arthur Siqueira, pelo esforço em caminhar junto a mim nesta etapa, sempre incentivando a busca pelo conhecimento.

À minha coorientadora, Profa. Dra. Luciana Araújo, pelo apoio indispensável e por acolher nossas angústias...

Aos meus professores, obrigado por contribuírem com meu aprendizado.

Ao Coordenador do Curso de Psicologia, Prof. Me. Júnior Antoniassi, que não mediu esforços para nos oferecer o melhor.

E a todos que contribuíram direta ou indiretamente com este trabalho.

O meu carinho e gratidão!

Se nossos pensamentos forem simples e claros, estaremos prontos para alcançar os nossos objetivos.

Aaron Beck

O MANEJO CLÍNICO DA ANSIEDADE INFANTO-JUVENIL: resenha do livro “ansiedade: terapia cognitivo-comportamental para crianças e jovens”

Stallard, Paul. (2010). *Ansiedade: Terapia Cognitivo-Comportamental para crianças e jovens*. Porto Alegre: Artmed.

Por: Nilson Antonio da Silva*

Arthur Siqueira de Sene**

Luciana de Araújo Mendes Silva ***

1 CREDENCIAIS DE AUTORIA

Paul Stallard é doutor em psicologia clínica pela Universidade de Birmingham. Atuou com crianças e jovens no departamento de psiquiatria infantil e de família em Bath. Membro associado da equipe de investigação da Universidade de Bath. É professor de Saúde Mental Infantil e Familiar na Universidade de NHS-Trust. Recebeu inúmeras honrarias por estudar os efeitos das experiências traumáticas e doenças crônicas em crianças. Possui diversas publicações em revistas científicas e coordena um projeto de investigação para o estudo da aplicação da Terapia cognitivo-comportamental em transtornos de ansiedade e depressão em escolas do Reino Unido e em outros países.

2 APRESENTAÇÃO DA OBRA

O autor da obra aborda a temática ansiedade a partir de sua definição básica, seus efeitos e processos disfuncionais, bem como sinaliza tratar-se de um transtorno comum a crianças e jovens. O livro é organizado em 12 capítulos, os quais abarcam desde os problemas de ansiedade na infância, passando pelo comportamento parental, à avaliação de problemas, manejo de emoções até os processos de resolução de problemas e prevenção de recaídas.

*Concluinte do Curso de Graduação em Psicologia pela Faculdade Cidade Patos de Minas (FPM). nilsoncontabil@yahoo.com.br

**Mestre em Psicologia Aplicada pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU) e docente orientador do Departamento de Graduação em Psicologia da FPM. arthurssene@gmail.com

***Doutora em Promoção da Saúde pela Universidade de Franca (UNIFRAN) e docente coorientadora do Departamento de Graduação em Psicologia da FPM. laraujo32016@gmail.com

O autor inicia o livro discutindo, nos primeiros dois capítulos, sobre os problemas de ansiedade em crianças, em especial, aquelas que tendem a se preocuparem de maneira acentuada. Na infância, a preocupação está, geralmente, relacionada ao desempenho escolar, saúde, acidentes, danos pessoais e vínculos afetivos.

Em seguida, assegura que em uma pesquisa realizada no Reino Unido e nos Estados Unidos, verificou-se que 2% a 4% das crianças com idade entre 5 e 16 anos contemplam os requisitos para o diagnóstico de transtorno de ansiedade grave, conforme estabelece o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-IV).

Dentre os achados, o autor cita maior tendência do transtorno de ansiedade em crianças do sexo feminino em relação ao masculino, sendo que as primeiras apresentam mais possibilidades de relatar os sintomas relacionados ao transtorno. Além disso, há maior prevalência do transtorno de ansiedade conforme o aumento da idade da criança. Por ser tratar de uma obra internacional, não apresenta, em suas descrições, índices referentes à população brasileira.

A obra faz referência a algumas pesquisas longitudinais, que apontam uma tendência, na infância, dos transtornos de ansiedade permanecerem na idade adulta e que há relação dos fatores biológicos, ambientais e individuais, além dos elementos genéticos e características do temperamento que potencializam a vulnerabilidade desta patologia.

Stallard garante que, no transtorno de ansiedade, podem aparecer comorbidades como a depressão e as ansiedades específicas e trata o transtorno de ansiedade de separação como sendo um transtorno específico da infância, com base nos critérios diagnósticos do DSM-IV e denota as particularidades da terapia cognitivo-comportamental (TCC), com a explanação da metodologia aplicada e a estruturação detalhada da sessão.

Ao longo do primeiro capítulo, Stallard apresenta casos clínicos que tornam o texto mais claro e contribuem para que o leitor possa fazer uma análise dos sintomas e comportamentos típicos de cada transtorno.

Há, neste segmento, a abordagem do transtorno de ansiedade fóbico como um medo mal-adaptativo, que não obedece à idade cronológica, mas permanece por longos períodos e difere-se dos medos ditos normais da fase infantil.

Adiante, Stallard trabalha o conceito de fobia social/transtorno de ansiedade social, embasando-se no CID-10, e descreve este transtorno como corriqueiro na adolescência, quando estes indivíduos sentem medo excessivo de serem avaliados pelas pessoas, em ambientes que possam sofrer qualquer tipo de embaraço ou humilhação.

Nesta linha de raciocínio, há apontamentos sobre os ataques de pânico e ênfase na identificação e classificação do DSM-IV-TR em três tipos: inesperados, vinculados a situações e predispostos por situações. O texto destaca ainda o fato de que este transtorno é caracterizado por sintomas fisiológicos, intensos e recorrentes.

Stallard finaliza o capítulo sinalizando preocupação com o transtorno de ansiedade generalizada, uma vez que gera preocupações excessivas, de forma incontrolável, que podem estar relacionadas a eventos passados e/ou futuros, além dos sintomas fisiológicos e sugere que as avaliações devem ser minuciosas a fim de evitar erros no diagnóstico.

De acordo com o autor, um ponto em comum entre todos estes transtornos é a possibilidade de potencializar o risco de abuso de álcool na adolescência, com intuito de minimizar os sintomas da ansiedade.

A segunda seção da obra é destinada a apresentar pontos de relevância terapêutica, tanto no atendimento individual quanto em grupo, e aborda técnicas como a psicoeducação, reconhecimento e manejo das emoções, exposição, automonitoramento, dentre outras, destacando ainda a necessidade de engajamento dos pais neste processo psicoterapêutico.

Em sequência, no terceiro tópico do livro, o autor faz um relato sobre as cognições e os processos disfuncionais, bem como as características em crianças e jovens com transtorno de ansiedade que têm atenção seletiva para os estímulos ameaçadores e tendem a assimilá-los de forma mais rápida, porém, não há pesquisas significativas que mostrem as proporções entre as cognições positivas e cognições negativas.

No quarto capítulo, o autor destaca um fator relevante na observação sobre a fase infantil, que é o comportamento parental desadaptativo. Para Stallard, este controle excessivo dos pais em relação aos filhos, a negatividade, as crenças, podem prejudicar a autoeficácia e tendem a desencadear sintomas ansiogênicos nas crianças, impedindo-as de dominar seus problemas.

No decorrer desta subdivisão do livro, existe um destaque claro para a importância do desempenho de papéis dos pais durante o tratamento; primeiramente como facilitadores, na promoção das habilidades aprendidas fora das sessões e estímulo para que a criança as desenvolva. Em segundo lugar, como coterapeutas, pois os pais são incentivados a apoiar, monitorar e estimular a capacidade de enfrentamento do filho fora das sessões. E, por fim, como coclientes, em razão de aprenderem novas habilidades para lidar com as conflitivas familiares.

Sequencialmente, nos capítulos quinto, sexto e sétimo, Stallard menciona a relevância da entrevista clínica e seus vários modelos disponíveis para aplicação. Apresenta as informações que devem ser obtidas, não para preencher os critérios de diagnósticos, mas para analisar os sintomas de forma funcional e compreensiva, para que seja possível identificá-los de forma precoce e, assim, desenvolver meios para a manutenção e enfrentamento das dificuldades.

Neste íterim, o autor discute a relação terapêutica como fator primordial na psicoeducação, pois é através dela que se estabelece a confiança e torna-se possível o encorajamento necessário para que a criança expresse, do seu jeito, a compreensão da ansiedade.

Destaca-se também, neste ponto do texto, a existência de inúmeros modelos de entrevistas clínicas estruturadas utilizadas no diagnóstico de diversos transtornos mentais, inclusive os associados à ansiedade, sendo que o autor critica seus constructos genéricos que acarretam uma avaliação superficial baseada apenas nos critérios do DSM.

A obra traz ainda uma explicação do modelo cognitivo básico da ansiedade e a aplicação da terapia cognitivo-comportamental, que envolvem três domínios centrais, sendo eles o cognitivo, emocional e comportamental e realça a importância da relação entre eles.

O autor expõe também que a formulação do problema, além de oferecer a hipótese clínica de forma explícita, determina o plano de tratamento e afirma que o primeiro passo para o envolvimento é que a criança reconheça o problema.

Ao longo da obra, o autor reconhece a importância da motivação da criança em mudar suas cognições em relação ao problema enfrentado, pois só assim, ela investirá em um processo ativo de mudança, caso contrário, sentimentos de insegurança e ambivalência podem dificultar o tratamento.

No que tange aos objetivos do tratamento, Stallard propõe um acrônimo para representá-los: SMART (specific, measurable, achievable, realistic e time-oriented) que, traduzidos para o português, significam que os objetivos precisam ser específicos, mensuráveis, realizáveis, realistas e orientados no tempo para que a criança seja capaz de compreendê-los.

A formulação do caso fornece à criança e aos pais, de forma simples, informações que esses necessitam para o entendimento da ansiedade. Isso é essencial para a criança realizar suas mudanças, visto que este modelo clarifica o que perpassa entre o comportamento, pensamento e sentimentos.

Durante todo o tempo de explanação do texto, Stallard reforça a participação dos pais no processo terapêutico e afirma o quanto este vínculo capacita a criança em comportamentos mais corajosos para enfrentar suas dificuldades, porém, o autor alerta sobre os fatores parentais desadaptativos, nos quais os pais mostram-se controladores em excesso, são intrusivos, encorajam a esquiva em situações de medo, além de serem negativos e críticos. Com isso, as crianças podem desenvolver dificuldade nas competências para lidar com seus problemas.

O oitavo capítulo é dedicado ao reconhecimento e manejo das emoções, tendo em vista que a área emocional é compreendida como o ponto de partida para as intervenções de TCC. Esta parte traz ainda folhas de exercícios para serem trabalhadas com crianças durante as sessões. As atividades são ilustradas e retratam sinais de ansiedade, que auxiliam a criança a expressar fatos recentes que a deixaram assustada ou com medo, além de atividades para relaxamento.

Outro instrumento apresentado neste segmento são as 'escalas de classificação de ansiedade', usadas para quantificar os estados subjetivos através de recursos visuais os quais permitem classificar, monitorar e manejar as emoções. Estes exercícios são expostos de forma a propiciar alívio imediato ou em longo prazo, uma vez que, é, a partir do entendimento dos sentimentos ansiosos, que a criança aprende a manejá-los e, com isso, é capaz de engajar-se no processo e desenvolver suas cognições.

No nono capítulo, Paul Stallard esclarece que o aprimoramento cognitivo deve ser trabalhado a partir do momento em que a criança e seus familiares conseguem entender e manejar os sentimentos de ansiedade, ou seja, já são capazes de perceber a importância que os pensamentos têm em relação aos sentimentos ansiogênicos.

Sendo assim, ao adquirir o domínio cognitivo, a criança deve ter seus pontos fortes reforçados, além de ser encorajada a analisar seus pensamentos e a questionar as evidências de cada um, se são úteis ou inúteis, pois, enquanto os pensamentos úteis podem ser capacitantes, os pensamentos inúteis tendem a aumentar os níveis de ansiedade.

Nos antepenúltimo e penúltimo capítulos, há uma abordagem acerca das formas de resolução de problemas, exposição e prevenção de recaídas como parte final da intervenção terapêutica, que almeja através de questionamentos, o desenvolvimento de habilidades para a solução de problemas, enfrentamento das situações as quais causam medo ou são evitadas, realização de experimentos para testar crenças e reforço das novas tentativas de enfrentamento.

O autor apresenta também propostas alternativas para trabalhar com problemas corriqueiros que possam aparecer durante o processo interventivo, como a desmotivação da criança, o contexto familiar que não apoia o processo terapêutico, ou até mesmo quando as atividades direcionadas para casa não são realizadas, visto que a TCC se utiliza do método colaborativo.

No último capítulo, Stallard expõe exemplos de exercícios e materiais didáticos capazes de auxiliar na compreensão da psicoeducação e despertar o interesse da criança a engajar-se na TCC, além de oferecer aos psicólogos um vasto campo para exploração das técnicas, uma vez que são encorajados a desenvolver seus próprios recursos e adaptar os materiais de acordo com os interesses da criança.

3 APRECIÇÃO DA OBRA

A presente obra apresenta-se como um material de apoio embasado em metodologias científicas de atuação clínica profissional através da terapia cognitivo-comportamental, demonstrando clareza na apresentação do tema, bem como pluralidade no seu aprofundamento. Desta forma, aos profissionais que destinam depreender conhecimentos específicos voltados para o público-alvo clínico infantil (crianças e adolescentes) a obra apresenta esta conexão de forma evidente.

O autor cita algumas pesquisas sobre a incidência de ansiedade em crianças e jovens, ressalta que acomete, em maior número, os indivíduos do sexo feminino em relação aos indivíduos do sexo masculino, porém chama atenção à inexistência

de informações sobre esta disparidade. É fundamental que a obra contemple essas variáveis para que o leitor tenha subsídios para interpretar esse viés.

Paul Stallard expõe, ao longo da obra, o transtorno de ansiedade de forma globalizada, sem se aprofundar em questões distintivas específicas de cada transtorno e sem desenvolver as particularidades de cada faixa etária.

Destaca-se também que a obra contempla a apresentação de uma gama de materiais para utilização durante as sessões, bem como há a exposição, pelo autor, em meio aos capítulos, de exemplos de casos clínicos, o que permite compreender a ponte entre o contato dos materiais e sua aplicação na prática clínica. Assim, a obra fornece mecanismos para que se estude e interprete os sintomas, o que colabora para a ampliação do entendimento teórico e prático.

Faz-se necessário ressaltar que não se trata de um passo a passo que deve ser seguido à risca, e sim cumpre a função de subsidiar o atendimento infantil com estratégias que possam potencializar os efeitos clínicos adaptativos, tornando o atendimento clínico mais eficaz.

4 INDICAÇÃO DA OBRA

A obra notabiliza-se em oferecer sugestões de técnicas da terapia cognitivo-comportamental para atendimento de crianças e jovens com sintomatologia de ordem ansiogênica. Tais técnicas caracterizam-se por sua fácil aplicação, com possibilidade de adaptação de acordo com a necessidade e individualidade de cada paciente.

Paul Stallard constrói um material de relevância ao tema ansiedade, indicado aos profissionais e estudantes de psicologia que podem se aproveitar dos conhecimentos técnico-científicos e potencializar, de forma direcionada, o auxílio a tal público-alvo.

O material pode também ser usado como apoio a profissionais da saúde de maneira geral que estejam inseridos e envolvidos em ambientes que lidam com crianças e jovens. Posiciona-se ainda como uma ferramenta de significativo auxílio para pesquisas acadêmicas e para disciplinas ligadas aos estágios clínicos, uma vez que se destina a um público-alvo específico.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA**Autor Orientando:**

Nilson Antonio da Silva

Rua Clariza Araújo, 455 Nossa Senhora de Fátima – Patos de Minas – MG – Cep:
38.701-618

Telefone de contato: (34) 99206-0158

Email: nilsoncontabil@yahoo.com.br

Autor Orientador:

Arthur Siqueira de Sene

Rua Juscelino Kubitschek de Oliveira, 1220 Bairro: Cidade Nova – Patos de Minas -
MG – Cep: 38.706-002

Telefone de contato: (34) 3818-2300

Email: arthurssene@gmail.com

Autora Coorientadora:

Luciana de Araújo Mendes Silva

Rua Juscelino Kubitschek de Oliveira, 1220 Bairro: Cidade Nova – Patos de Minas -
MG – Cep: 38.706-002

Telefone de contato: (34) 3818-2300

Email: laraujo32016@gmail.com

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Patos de Minas, 18 de junho de 2019.

Nilson Antonio da Silva
Orientando

Arthur Siqueira de Sene
Orientador

Luciana de Araújo Mendes Silva
Coorientadora



FACULDADE PATOS DE MINAS



FACULDADE PATOS DE MINAS

Mantenedora – Associação Educacional de Patos de Minas

Portaria de Recredenciamento MEC – DOU Nº. 1469 de 10 de Outubro de 2011.

Departamento de Graduação em Psicologia

Curso de Bacharelado em Psicologia

(Formação de Psicólogo)

Curso Reconhecido pela Portaria DIREG/MEC Nº. 371 de 30/08/2011, renovado Reconhecimento de Curso pela Portaria DIREG/ME Nº. 267 de 03/04/2017, publicado DOU em 04/04/2017, nº. 65, sessão 1, pág. 70-81

“Como Psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”

(Juramento do Psicólogo – Conselho Federal de Psicologia)