

EFICÁCIA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA TRANSTORNOS DE ANSIEDADE EM PESSOAS MENORES DE 18 ANOS

Thiago Marques Brito, Raquel Lira Lustosa Carvalho

Palavras-Chave: Adolescente. Psicoterapia. Psicopatologias.

DOI: 10.47094/IVCNNESP.2023/RS.79

Introdução: As literaturas têm consentido que os índices de Transtorno da Ansiedade Generalizada (TAG) em pessoas menores de 18 anos de idade aumentaram nos últimos anos, afetando a capacidade de interação escolar e familiar. O tratamento para esses pacientes visa ajudar a prevenir que eles desenvolvam outras psicopatologias associadas, bem como o uso e abuso de álcool e outras drogas em qualquer fase da vida como forma de mecanismo compensatório. Nessa ótica, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) se torna protagonista no tratamento desta condição. **Objetivo:** Esta revisão da literatura busca avaliar a importância e a eficácia da TCC em jovens menores de 18 anos. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura nas plataformas Cochrane, PubMed e SciELO, compilando artigos publicados entre janeiro 2015 e abril de 2023. Dentre os critérios de inclusão, foram selecionados artigos em português e inglês, bem como estudos randomizados em menores de 18 anos com diagnóstico de TAG de acordo com os critérios do Manual Diagnóstico e Estatístico (DSM). Os descritores utilizados foram: “transtorno da ansiedade generalizada” e “transtorno de angústia”. **Resultados:** Foi selecionado um total de dezoito artigos que envolveram crianças e adolescentes com ansiedade de gravidade leve a moderada. Os participantes foram submetidos à TCC e comparados através de formulários e anamnese com outro grupo que não recebeu nenhuma terapia, tendo resultados significativamente superiores, porém com baixo nível de confiabilidade, pois alguns faziam uso de medicações ansiolíticas esporádicas ou não permaneceram no estudo por tempo suficiente. Entre os participantes que receberam a TCC, obtivemos alguns relatos de caso referindo melhoras em situações de estresse no cotidiano. **Conclusão:** Evidenciamos que a TCC se mostrou eficaz em relação a quem não a recebeu, havendo relatos de melhoras sintomatológicas quando os pacientes foram submetidos aos cenários de estresse no cotidiano. Esta revisão não abordou diretamente o uso de medicamentos antidepressivos, no entanto, constatamos que os participantes que faziam utilização destes medicamentos e receberam a TCC, obtiveram respostas clínicas mais evidentes do que os que receberam apenas a TCC, fato este já sido constatado nas literaturas abordando os mesmo cenários de ansiedade, porém na fase adulta.