

Capítulo 13

TRANSTORNOS DE ANSIEDADE NA ADOLESCÊNCIA

JOÃO CARLOS RIBEIRO ZORZIN¹

LAÉRCIO WANDERLEY DOS SANTOS JÚNIOR²

VYTOR HENRIQUE DE SANTANA CAVALCANTE LUZ³

VERONICA CORDEIRO ROCHA¹

JOÃO VICTOR SALES GEDDA¹

ISABELA AIALA FRARE¹

GERALDO CARDOSO FEITOSA PESSOA DE CARVALHO¹

ALEXANDRA GOMES DE LIMA¹

INGRID MENDONÇA SILVA¹

MARCELA NASCENTE LUIZ¹

RAUL RODRIGUES DE ABREU¹

JUDI EMILLY ALMEIDA VELOSO¹

1. *Discente – Medicina da Universidade de Rio Verde, Campus Aparecida de Goiânia*

2. *Médico – Pela Universidade de Rio Verde, Campus Aparecida de Goiânia*

3. *Discente – Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás*

Palavras-Chave: Psiquiatria; Ansiedade; Adolescência.

INTRODUÇÃO

Os transtornos de ansiedade emergem como um desafio significativo na saúde mental dos adolescentes, representando uma das condições psiquiátricas mais prevalentes nesse grupo etário. A prevalência de transtornos ansiosos em crianças e adolescentes é geralmente estimada entre 10% e 20% conforme a maioria dos estudos epidemiológicos (COSTA & PIMENTEL, 2023).

Os sintomas ansiosos mais comuns geralmente surgem gradualmente na infância, por volta dos 6 e 8 anos, caracterizados por preocupação excessiva, medos intensos e evitação de situações sociais. Na adolescência, há uma acentuação significativa desses sintomas, coincidindo com o aumento das demandas sociais, podendo resultar em transtornos psiquiátricos mais graves na vida adulta se não forem tratados adequadamente (VALDAMERI, 2023).

Na faixa etária em questão, destacam-se transtornos ansiosos como a fobia social, caracterizada por um intenso medo de situações sociais, frequentemente ligado à ansiedade de desempenho; o transtorno de ansiedade generalizada, manifestado por uma preocupação excessiva em relação a diversos eventos ou atividades, sem um gatilho específico; e o transtorno do pânico, caracterizado por crises de ansiedade recorrentes e sintomas físicos intensos, frequentemente associados à sensação de morte iminente. A comorbidade com depressão também é comum nesse contexto (JESUS *et al.*, 2023).

Este capítulo propõe-se a explorar minuciosamente a complexa interação entre os fatores biológicos, psicológicos e ambientais que contribuem para o desenvolvimento e a manifestação dos transtornos de ansiedade durante a adolescência. Nesse período de transição, marcado por mudanças físicas, cognitivas e emocionais,

os jovens frequentemente enfrentam uma série de desafios que podem desencadear experiências de ansiedade, desde a pressão acadêmica até questões relacionadas à identidade e às relações interpessoais.

A compreensão abrangente dos transtornos de ansiedade na adolescência requer uma análise detalhada de sua epidemiologia, padrões de apresentação clínica e impacto no funcionamento psicossocial dos jovens. Além disso, é fundamental considerar os fatores de risco individuais e contextuais que podem aumentar a vulnerabilidade dos adolescentes ao desenvolvimento desses transtornos, incluindo histórico familiar de transtornos mentais, experiências traumáticas, baixa autoestima e falta de suporte social.

A identificação precoce e a intervenção eficaz são aspectos cruciais no manejo dos transtornos de ansiedade na adolescência, visando mitigar o sofrimento psicológico e promover o funcionamento adaptativo dos jovens. Nesse sentido, este artigo não só analisará as abordagens de avaliação e diagnóstico utilizadas na prática clínica, mas também discutirá as intervenções terapêuticas mais eficazes, que podem incluir terapia cognitivo-comportamental, intervenções baseadas em *mindfulness* e, em alguns casos, farmacoterapia.

Ao fornecer uma análise aprofundada e crítica da literatura atual sobre transtornos de ansiedade na adolescência, este artigo busca contribuir para uma melhor compreensão dessas condições e para o aprimoramento das estratégias de prevenção, avaliação e tratamento adotadas por profissionais de saúde mental, educadores e outros profissionais envolvidos no cuidado e apoio aos adolescentes.

Os transtornos de ansiedade na adolescência são uma preocupação crucial para a saúde mental dos jovens, com fatores como histórico familiar, traumas e pressões sociais influenciando

ando seu desenvolvimento. Esses transtornos manifestam-se por sintomas físicos, emocionais e comportamentais, afetando o desempenho acadêmico e os relacionamentos. A avaliação cuidadosa, com base em critérios diagnósticos, e a oferta de intervenções terapêuticas, como terapia cognitivo-comportamental e farmacoterapia quando necessário, são cruciais. Identificar e intervir precocemente nos transtornos de ansiedade na adolescência é essencial para reduzir o sofrimento psicológico e promover o bem-estar dos jovens.

MÉTODO

Foi conduzida uma revisão narrativa da literatura nas bases de dados PubMed e SciELO, abrangendo o período de janeiro de 2020 a abril de 2024. Foram utilizados os seguintes descritores: "Ansiedade", "Transtornos de Ansiedade", "Criança", "Adolescente", "Pânico", "Fobia Social", "Diagnóstico" e "Tratamento", além de termos equivalentes em português. A busca incluiu estudos originais completos em humanos que exploraram especificamente a ansiedade em crianças e/ou adolescentes, abordando aspectos como prevalência, fatores de risco, manifestações clínicas, diagnóstico e modalidades terapêuticas. Revisões sistemáticas, estudos de caso, pesquisas em outras faixas etárias e estudos fora do escopo foram excluídos após avaliação por dois revisores independentes. A extração dos dados seguiu um formato padronizado, incluindo informações sobre autor, ano, delineamento do estudo, amostra, instrumentos utilizados e principais resultados. Os resultados foram criticamente analisados e sintetizados de maneira descritiva, com o objetivo de resumir o conhecimento atual sobre a ansiedade na população pediátrica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre os transtornos ansiosos mais comuns nessa faixa etária estão a fobia social, que envolve um forte temor de situações sociais, geralmente relacionado ao receio de avaliação; o transtorno de ansiedade generalizada, caracterizado por preocupações excessivas sobre vários eventos ou atividades, sem uma causa específica; e o transtorno do pânico, marcado por episódios recorrentes de ansiedade aguda e sintomas físicos intensos, frequentemente associados à sensação de morte iminente. A coexistência de depressão também é bastante frequente (JESUS *et al.*, 2023).

O processo diagnóstico requer uma minuciosa análise dos indicadores e manifestações de ansiedade, seguindo critérios delineados pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), além da utilização de instrumentos psicométricos validados, específicos para avaliar a ansiedade em crianças e adolescentes (SOUZA, 2022).

A abordagem terapêutica é personalizada, integrando diferentes técnicas como terapia cognitivo-comportamental, programas educacionais em saúde mental, e, se preciso, o uso de medicamentos (DELLAZARI, 2023).

É crucial conduzir pesquisas sobre abordagens eficazes e respaldadas por evidências para identificação precoce e tratamento da ansiedade em crianças e adolescentes. Tais estudos têm o potencial de aprimorar prognósticos e elevar a qualidade de vida nessa faixa etária, que está em alto risco para transtornos psiquiátricos.

Sintomas

A ansiedade em crianças e adolescentes pode se apresentar por meio de uma variedade extensa de sintomas físicos, comportamentais e psicológicos (COSTA & PIMENTEL, 2023).

Os sintomas físicos mais comuns incluem frequentes queixas de dores de cabeça, dores abdominais, sensação de tremores, calafrios e palpitações. Em termos de comportamento, é típico que crianças ansiosas apresentem irritabilidade elevada, crises frequentes de choro sem motivo aparente e uma forte resistência a frequentar a escola ou participar de atividades sociais. Quanto aos sintomas psicológicos e emocionais, é frequentemente observado um medo excessivo e desproporcional em situações cotidianas, preocupações constantes sobre eventos futuros e pensamentos extremamente negativos sobre suas próprias capacidades e o mundo ao seu redor (LOPES *et al.*, 2023).

Enquanto crianças pequenas tendem a expressar queixas físicas vagas e gerais para seus pais e professores, adolescentes geralmente compartilham uma ampla gama de preocupações antecipatórias sobre vários aspectos de suas vidas, incluindo medos relacionados ao julgamento social e uma tendência a ter pensamentos autodepreciativos e catastróficos com mais frequência. É crucial realizar uma avaliação cuidadosa da intensidade e frequência dos sinais e sintomas de ansiedade para determinar o impacto funcional e a redução na qualidade de vida decorrentes do quadro ansioso (JESUS *et al.*, 2023).

Diagnóstico

Para um diagnóstico preciso dos transtornos ansiosos em crianças e adolescentes, é necessária uma avaliação clínica abrangente conduzida por um profissional de saúde mental especializado nessa faixa etária. Isso inclui entrevistas detalhadas com os pais ou responsáveis, a utilização de testes psicométricos validados, como o Inventário de Ansiedade Infantil de Spence, e uma investigação minuciosa dos possíveis fatores ambientais que possam estar relacionados ao início dos sintomas (SOUZA, 2022).

O especialista deve investigar minuciosamente a possível influência de fatores ambientais no surgimento dos sintomas de ansiedade, além de avaliar o histórico familiar de transtornos de ansiedade ou depressão, a duração e progressão dos sintomas ao longo do desenvolvimento da criança ou adolescente, e como esses sintomas afetam o dia a dia e o funcionamento geral dos jovens pacientes. Os principais distúrbios de ansiedade que afetam essa faixa etária são a fobia social, o transtorno de ansiedade generalizada e o transtorno do pânico (NASCIMENTO GUAZINA *et al.*, 2022).

Também é fundamental realizar um diagnóstico diferencial minucioso com outros distúrbios que apresentam sintomas ansiosos proeminentes, como depressão, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, transtorno do espectro autista e transtorno obsessivo-compulsivo. A presença de comorbidades com esses transtornos é comum e deve ser levada em consideração (CHRISTOFARI, 2022).

Tratamento

A terapia cognitivo-comportamental (TCC) é consistentemente reconhecida na literatura especializada recente como o principal tratamento psicoterápico e com maior respaldo de eficácia para gerenciar os sintomas ansiosos em crianças e adolescentes (DELLAZARI, 2023). A TCC concentra-se em ensinar estratégias e técnicas terapêuticas validadas para auxiliar os pacientes a lidarem de forma apropriada com pensamentos automáticos negativos, distorções cognitivas, preocupações antecipatórias e medos que podem ser irracionais ou desproporcionais em relação ao contexto real e à situação do paciente.

Em situações de ansiedade moderada a grave, nas quais a psicoterapia isolada não é suficiente, o uso adicional de medicamentos ansiolíticos, como os inibidores seletivos da recap-

tação de serotonina (ISRS), pode ser bastante benéfico e clinicamente recomendado. Dentro dessa classe de medicamentos, a fluoxetina e a sertralina são as mais estudadas em crianças e adolescentes (TAVARES & RODRIGUES, 2022). O envolvimento ativo dos pais no processo terapêutico, fornecendo orientações sobre como melhor apoiar seus filhos e lidar com os sintomas ansiosos, é fundamental para o sucesso do tratamento (CHRISTOFARI, 2022). Intervenções precoces, abrangentes e multidisciplinares desempenham um papel crucial e essencial na prevenção da progressão e agravamento dos sintomas ansiosos na população jovem.

O tratamento medicamentoso de adolescentes com transtornos de ansiedade requer cuidado especializado. Psicofármacos como os (ISRS) são frequentemente prescritos, pois ajudam a regular os níveis de neurotransmissores no cérebro, reduzindo sintomas como preocupação excessiva e medos irracionais. No entanto, a dosagem precisa ser ajustada conforme a resposta individual e monitorada de perto devido aos efeitos colaterais potenciais. Além disso, a TCC geralmente é recomendada como complemento, visando ensinar estratégias de enfrentamento e modificar padrões de pensamento negativos. O acompanhamento regular por profissionais de saúde mental é fundamental para garantir eficácia e segurança no tratamento desses jovens.

CONCLUSÃO

A adolescência é um período crítico de transição, caracterizado por mudanças físicas, emocionais e sociais substanciais, que podem desencadear experiências de ansiedade. Esta revisão abordou os transtornos de ansiedade na adolescência, destacando sua prevalência, fatores de risco, manifestações clínicas, impacto no

funcionamento psicossocial, estratégias de avaliação, diagnóstico e intervenções terapêuticas.

A prevalência dos transtornos de ansiedade na adolescência é significativa, afetando uma proporção substancial da população jovem. Fatores biopsicossociais desempenham um papel crucial no desenvolvimento desses transtornos, incluindo histórico familiar, experiências traumáticas, pressões acadêmicas e sociais, entre outros. Esses fatores influenciam não apenas a manifestação dos sintomas ansiosos, mas também seu impacto no funcionamento adaptativo dos adolescentes.

Os sintomas ansiosos na adolescência podem variar em sua apresentação, abrangendo manifestações físicas, emocionais e comportamentais. Esses sintomas podem interferir significativamente no desempenho acadêmico, nos relacionamentos interpessoais, na autoestima e no desenvolvimento da identidade dos jovens.

A identificação precoce e a intervenção eficaz são fundamentais para reduzir o sofrimento psicológico e promover o bem-estar dos adolescentes afetados por transtornos de ansiedade. A avaliação criteriosa, baseada em critérios diagnósticos estabelecidos, é crucial para um diagnóstico preciso, utilizando instrumentos de triagem e entrevistas clínicas. Além disso, a implementação de intervenções terapêuticas personalizadas, como terapia cognitivo-comportamental, mindfulness e farmacoterapia, quando indicado, pode ser benéfica para o tratamento desses transtornos.

É importante ressaltar a necessidade de estratégias preventivas baseadas em evidências, visando mitigar o desenvolvimento dos transtornos de ansiedade na adolescência. Isso inclui a promoção de ambientes escolares e familiares saudáveis, o acesso a recursos de apoio psicossocial e a educação sobre saúde mental para adolescentes, pais e educadores.

A importância do tratamento correto para adolescentes com transtornos de ansiedade não pode ser subestimada. A combinação adequada de medicamentos e terapias psicológicas não só alivia sintomas imediatos, como também promove o desenvolvimento saudável e o bem-estar a longo prazo. A supervisão cuidadosa por profissionais especializados é crucial para garantir que cada jovem receba o suporte necessário para enfrentar seus desafios emocionais e alcançar uma vida equilibrada e satisfatória.

Em suma, uma abordagem holística e multidisciplinar é essencial para enfrentar os desa-

afios apresentados pelos transtornos de ansiedade na adolescência. Isso requer uma colaboração entre profissionais de saúde mental, educadores, pais e comunidade em geral, com o objetivo de identificar precocemente os sinais de ansiedade, fornecer intervenções eficazes e promover um ambiente de apoio para os adolescentes. Ao fazê-lo, podemos trabalhar para melhorar o prognóstico desses transtornos e promover um desenvolvimento saudável e resiliente nesta fase crucial da vida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CHRISTOFARI, A.C. Medicalização na infância: disciplinamento, controle e punição. *Zero-a-Seis*, v. 24, n. Especial, p. 685, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5007/1518-2924.2022.e82805>.

COSTA, J.J. & PIMENTEL, M.S. Aspectos da automutilação na adolescência: revisão sistemática de literatura. Trabalho de Conclusão de Curso - Pesquisa em Psicologia, apresentado ao curso em Bacharelado em Psicologia, pelo Centro Universitário Ages como requisito parcial para a obtenção da aprovação da Centro Universitário AGES Bacharelado em Psicologia, Paripiranga - BA, 2023.

DELLAZARI, L. Transtornos bipolar, obsessivo - compulsivo e de personalidade borderline em comorbidade na infância e adolescência: relato de caso. Trabalhos de Conclusão de Curso de Especialização. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Hospital de Clínicas de Porto Alegre. Programa de Residência Médica em Psiquiatria da Infância e Adolescência, Porto Alegre – RS, 2023.

JESUS, C.S. *et al.* Pandemia da COVID-19, isolamento social e saúde mental das crianças: uma revisão bibliográfica. Trabalho de Conclusão de Curso - Pesquisa em Psicologia, apresentado ao curso em Bacharelado em Psicologia, pelo Centro Universitário Ages, Paripiranga-BA, 2023.

LOPES, L *et al.* Fatores de risco e associados ao comportamento suicida no Brasil: uma revisão sistemática. *Revista Tempus Psicológico*, v. 6, n. 2, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.6.2.4694.2023>.

NASCIMENTO GUAZINA, F.M. *et al.* Infância e práticas de cuidado nos Centros de Atenção Psicossocial à Infância e Adolescência (Capsi). *CES Psicología*, v. 15, n. 3, p. 180, 2022.

SOUZA, J.S. Medicalização da infância na fase escolar: um debate à luz das categorias poder e resistência. 152 f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Instituto de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Federal de Ouro Preto, Mariana, 2022.

TAVARES, C.B. & RODRIGUES, L. Mapeando a medicalização infantil e o uso de psicotrópicos entre crianças na literatura brasileira. *Revista Mosaico*, v. 13, n. 1, p. 62, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.21727/rm.v13i1.2730>.

VALDAMERI, B. Dietoterapia como estratégia adjuvante ao tratamento dos sintomas de depressão: uma revisão sistemática. Trabalhos de Conclusão de Curso de Graduação em Nutrição. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2023.