



Intervenções Terapêuticas Baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para Transtornos de Ansiedade em Adolescentes

Thaiza Pereira de Paula

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Rio de Janeiro - Campus Macaé

Endereço: v. Aluizio da Silva Gomes, 50 - Granja dos Cavaleiros, Macaé - RJ, CEP: 27930-560

E-mail: thaizadpaula@gmail.com

ORCID: 0009-0006-1856-4682

Elisa Anawate de Oliveira

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade de Franca

Endereço: Av. Armando Salles Oliveira, 201 – Franca – São Paulo CEP: 14404-600

E-mail: elisanawate@gmail.com

ORCID: 0009-0007-3880-3721

Verena Cruz Orsi

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade Federal do Sul da Bahia - Campus Paulo Freire

Endereço: 45988, Praça Joana Angélica, 58 - São José, Teixeira de Freitas - BA

E-mail: verena-orisi@hotmail.com

ORCID: 0000-0003-3743-0787

Camille Gomes Zucco

Graduada em Medicina

Instituição: UNIDEP Afya, campus Pato Branco

Endereço: R. Benjamin Borges dos Santos, 1100 - Fraron, Pato Branco - PR, CEP: 85503-350

E-mail: camizucco4@gmail.com

ORCID: 0009-0008-4343-3339

RESUMO

Os transtornos de ansiedade são um desafio significativo na saúde mental dos adolescentes, afetando seu bem-estar e qualidade de vida. O objetivo deste resumo é destacar a eficácia das intervenções baseadas na TCC, com base em evidências, na redução dos sintomas de ansiedade e no aprimoramento da qualidade de vida e funcionamento social de adolescentes.

Palavras-chave: Qualidade de vida, TCC, Funcionamento social de adolescentes.

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos de ansiedade são um desafio significativo na saúde mental dos adolescentes, afetando seu bem-estar e qualidade de vida. Neste resumo, exploramos a eficácia das intervenções terapêuticas baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) como uma abordagem adaptada para o tratamento de transtornos de ansiedade em adolescentes.



2 OBJETIVO

O objetivo deste resumo é destacar a eficácia das intervenções baseadas na TCC, com base em evidências, na redução dos sintomas de ansiedade e no aprimoramento da qualidade de vida e funcionamento social de adolescentes.

3 METODOLOGIA

Realizamos uma revisão da literatura, analisando estudos clínicos recentes que investigaram a eficácia da TCC como intervenção para transtornos de ansiedade em adolescentes. Foram considerados estudos que avaliaram os resultados clínicos e funcionais, bem como a adaptação de técnicas da TCC para esse grupo etário.

4 DISCUSSÃO E RESULTADOS

A TCC é uma abordagem terapêutica que se concentra na identificação e modificação de pensamentos disfuncionais e comportamentos relacionados à ansiedade. Estudos recentes demonstram que a TCC é capaz de reduzir significativamente os sintomas de ansiedade em adolescentes. Além disso, a TCC pode melhorar a qualidade de vida e o funcionamento social, auxiliando os adolescentes a enfrentar seus medos e preocupações.

5 CONCLUSÃO

As intervenções terapêuticas baseadas na TCC representam uma estratégia valiosa no tratamento de transtornos de ansiedade em adolescentes. A adaptação de técnicas de TCC para atender às necessidades específicas desse grupo etário e a intervenção precoce são cruciais para promover uma saúde mental positiva durante essa fase crítica do desenvolvimento. É fundamental que profissionais de saúde mental, pais e educadores estejam cientes da eficácia dessas intervenções e trabalhem em conjunto para proporcionar o melhor suporte possível aos adolescentes.



REFERÊNCIAS

- Kendall, P. C. (2011). *Child and adolescent therapy: Cognitive-behavioral procedures*. Guilford Press.
- Walkup, J. T., Albano, A. M., & Piacentini, J. (2008). Cognitive-behavioral therapy, sertraline, or a combination in childhood anxiety. *New England Journal of Medicine*, 359(26), 2753-2766.
- Silverman, W. K., & Pina, A. A. (2015). Psychosocial treatments for phobic and anxiety disorders in youth. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 44(5), 803-814.
- James, A. C., James, G., Cowdrey, F. A., Soler, A., & Choke, A. (2013). Cognitive behavioural therapy for anxiety disorders in children and adolescents. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 6, CD004690.