

# Ansiedade na infância e na adolescência:quando se torna um problema?

Dra. Elizabete Possidente

CRM 5260192-0 / RQE 12619

Residência Médica em Psiquiatria – UFRJ

Mestrado em Psiquiatria - UFRJ

Email: [elizabete@possidente.org](mailto:elizabete@possidente.org)

Site: [www.possidente.org](http://www.possidente.org)

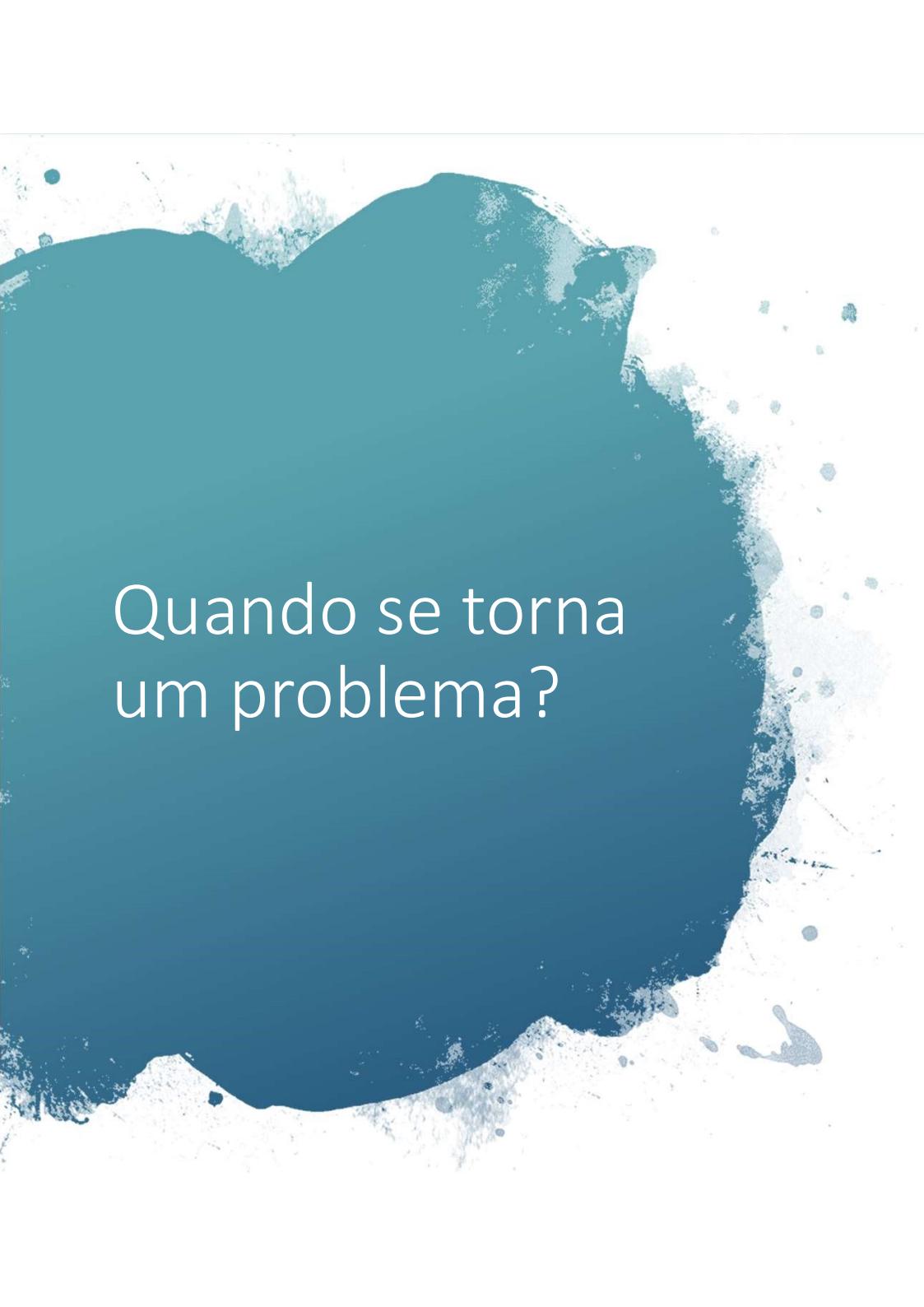
Instagram: @elizabetepossidente

# Conceitos Básicos

- Ansiedade e medo são protetivos
- Todos temos
- Varia com a faixa etária e a situação envolvida

# Ansiedade X Desempenho





Quando se torna  
um problema?

Excessiva

Sofrimento

Prejuízos na sua vida pessoal,  
acadêmica e/ou social



# Sintomas somáticos

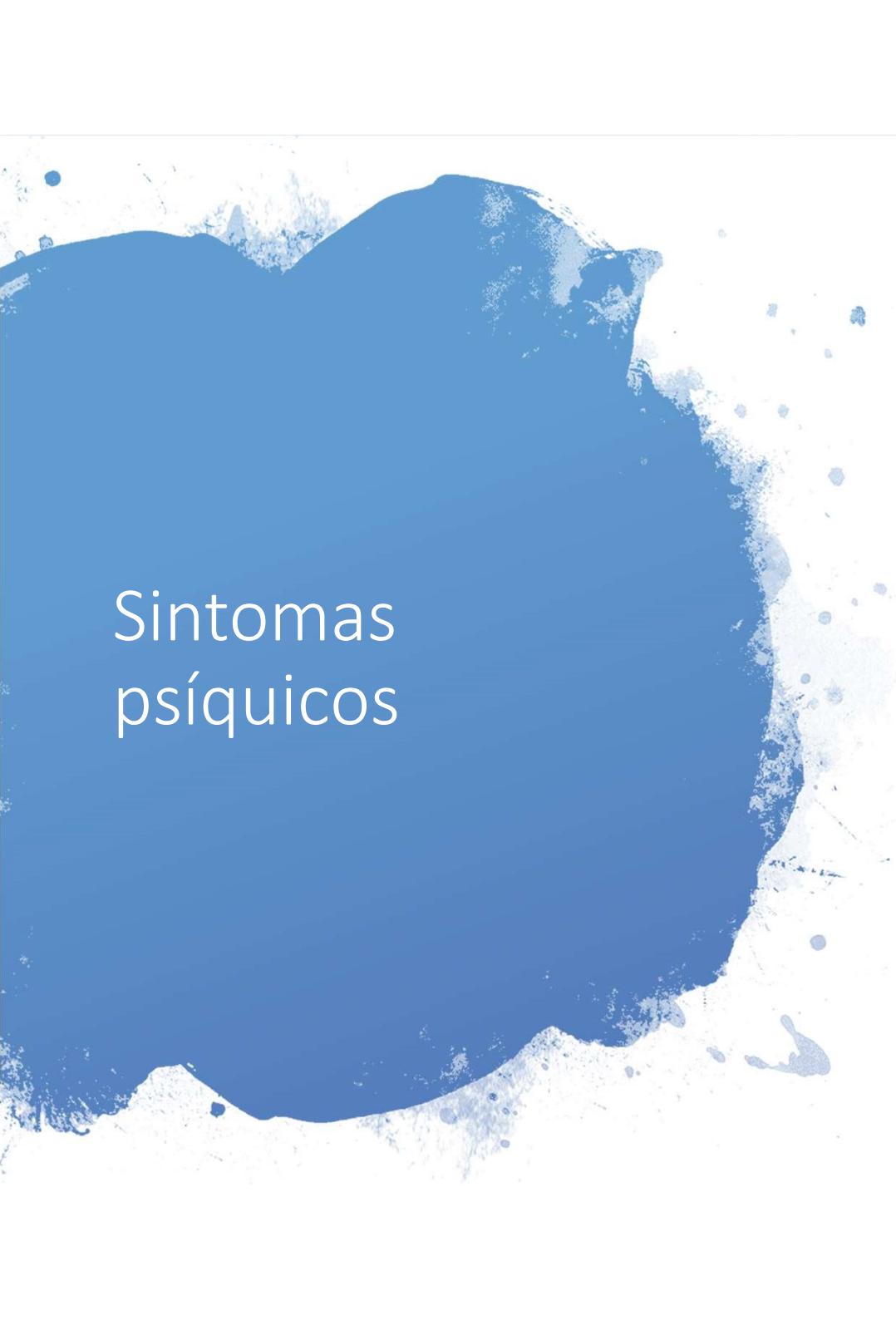
Respiratórios : sensação de falta de ar, sensação de afogamento

Cinestésicos: sensação de formigamento, calafrios, ondas de calor

Musculares: dores, tremores, contraturas

Autonômicos: taquicardia, sudorese, piloereção, vasoconstricção

Gastrointestinais: nausea, vômitos, dor , diarréia e constipação



# Sintomas psíquicos

Tensão

Irritabilidade

Apreensão

Insegurança

Dificuldade de concentração

Despersonalização

Desrealização

# Epidemiologia

Diagnóstico psiquiátrico mais comum em crianças e adolescentes (cerca de 25% de transtornos Psiquiátricos)

5,2% - Brasil (Fleitich – Bilyk & Goodman, 2004) – Taubaté / SP

9,3% - Fiocruz – São Gonçalo/ RJ – 54% comorbidade (Asbahr, 2004)

# Epidemiologia

15,8% das crianças

16,2% adolescentes

As consequências persistiam  
durante a vida adulta

W Epidemiology of Mood and Anx... x  
y.com/doi/abs/10.1002/0471234311.ch24  
links Sites Sugeridos Suggested Sites Web Slice Gallery Nova guia guia e  
chapter 24  
epidemiology of Mood and Anxiety Disorders in Children and Adolescents  
Aileen Ries Merikangas, Shelli Avenevoli  
Book Editor(s): Ming T. Tsuang, Mauricio Tohen  
First published: 23 August 2002 | https://doi.org/10.1002/0471234311.ch24 | Citations: 3  
Summary

SAUDE

# Ansiedade em crianças: entenda o que pode estar por trás

SAÚDE

## Ansiedade em crianças: entenda o que pode estar por trás

Muitas coisas podem contribuir para o aparecimento da ansiedade na criança. Entenda como o excesso de tecnologia e a falta de natureza podem afetar seu pequeno

5 min de leitura



Família

### Como lidar com a ansiedade em crianças?

entretenimento mais a tribuna digital assine >  
GRATUITO - AO VIVO - ONLINE  
29 de agosto Sábado (20h)  
Assista em youtube.com/WBPROD  
CIDADES  
Ansiedade de crianças e adolescentes bate recorde  
A Sociedade Brasileira de Pediatria aponta aumento de casos de ansiedade entre 10 e 14 anos  
Página Trindade, do Jornal A Tribuna  
2019 às 18:03

# Mídia

EQUILÍBRIO  
Cuidar da mente para uma vida mais harmônica

Ansiedade pode afetar cerca de 10% de crianças e adolescentes



Dra. Elizabete Possidente  
elizabete@possidente.org  
www.possidente.org

ARTIGO ORIGINAL

<http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2017;35;2;00011>

# CAMPANHA E CARTEIRA DE RADIOPROTEÇÃO: ESTRATÉGIAS EDUCATIVAS QUE REDUZEM A EXPOSIÇÃO EXCESSIVA DE CRIANÇAS A EXAMES RADIOLÓGICOS

Radioprotection campaign and card: educational strategies that reduce children's excessive exposure to radiological exams

Mônica Oliveira Bernardo<sup>o</sup>, Fernando Antonio de Almeida<sup>a,\*</sup>, Flávio Morgado<sup>o</sup>

Dra. Elizabete Possidente  
elizabete@possidente.org  
www.possidente.org

New Online

Views 2,008 | Citations 0 | Altmetric 19 | Comments



Full Text

Share

Comment

ONLINE FIRST

Viewpoint

July 20, 2020

# Screening for Psychosocial Functioning as the Eighth Vital Sign

Dra. Elizabete Possidente  
elizabete@possidente.org  
www.possidente.org

# Tipos de Ansiedade

Transtorno de ansiedade de separação

Mutismo seletivo

Fobia específica

Fobia Social

Transtorno de pânico

Agorafobia

Transtorno de ansiedade generalizada (TAG)

Transtorno de Estresse pós traumático (TEPT)

Transtorno de ansiedade induzido por substâncias / medicamentos

Transtorno de ansiedade induzido por condição médica

# Transtorno de ansiedade de separação

- É a ansiedade ao se afastar das pessoas de apoio.
- DSM – 5 : mudança – pode ocorrer na fase adulta (6 meses de duração mínima)
- Causas: genética, estressor de perdas, pais superprotetores, pais com TAG



# Ansiedade de Separação - sintomas

- Choro
- Agarra-se aos pais
- Queixas sobre separação
- Chamar pelos pais quando não tiverem a sua vista
- Dores de cabeça
- Dores abdominais
- Insônia
- Náuseas e vômitos

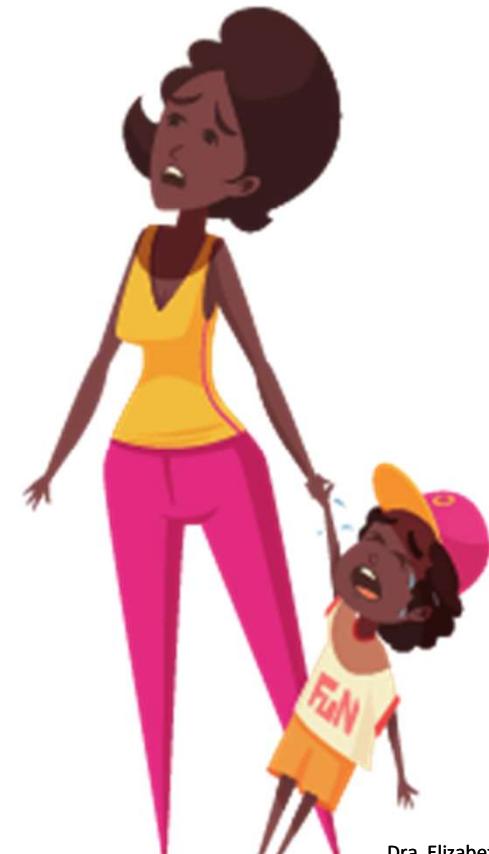
# Ansiedade de Separação

Situações que podem desencadear:

- Primeira experiência escolar
- Mudança de escola
- Separação dos pais (divórcio, viagens ou morte)
- Mudança de casa

Recomendação:

- Ao sair se despedir
- Não mentir para onde vai ou em quanto tempo volta
- Transmitir segurança



# Mutismo Seletivo



É a recusa em falar em alguns locais, ocasiões e com certas pessoas.



Elas querem se comunicar



Causas: genética, personalidade, interação familiar mais simbiótica



Dra. Elizabete Possidente  
[elizabete@possidente.org](mailto:elizabete@possidente.org)  
[www.possidente.org](http://www.possidente.org)

# Transtorno de ansiedade generalizada (TAG)

- Preocupação excessiva com vários eventos na maior parte do tempo exagerada de forma generalizada. Causa sofrimento e prejuízo na sua vida.
- Sintomas mais comuns: “deu branco”, “nervos a flor da pele”, “eterna TPM”, fadigabilidade, redução da concentração, alteração do apetite, sono com diversos despertares ou insônia.
- Início – maior na adolescência, meninas
- = fobia de desempenho
- Importância : é o transtorno mais comum com outras comorbidades (50 a 90%) e tendem a ser crônicos por toda a vida.



# Fobias Específicas

- É um medo exagerado a determinados objetos ou situações + esquia.
- Meninas
- Ataque de pânico
- 7 – 9 %



Dra. Elizabete Possidente  
[elizabete@possidente.org](mailto:elizabete@possidente.org)  
[www.possidente.org](http://www.possidente.org)

# Fobias Específicas

## Subtipos:

- Animal: medo de animais ou insetos.
- Ambiente natural: enchentes, tempestades, alturas, trovões.
- Sangue-injeção-ferimentos: medo de injeção, ver sangue ou ferimentos.
- Situacional: transporte (ônibus, carro, avião, trem); túneis; elevador; locais fechados.
- Outros: fobia a “espaço”- medo de cair se estiver longe de paredes, medo de indivíduos fantasiados; medo de situações que poderiam levar a vômitos, sufocamentos ou doenças.



# Fobia Social

- Medo acentuado e persistente de uma ou mais situações sociais em que ela se sente avaliada por outra pessoa
- É evitada ou suportada
- Auto medicação
- 7%
- Meninas adolescentes

# Fobia Social

Conhecer pessoas novas

Ser o centro das Atenções

Fazer pequenos discursos

Falar publicamente

Ser criticado

Atuar em palco

Falar com pessoas importantes ou de autoridades

Ser chamado na sala de aula

Sair para um encontro

Falar ao telefone

Usar banheiro público

Comer ou beber em público

Falar em reuniões

# Transtorno de pânico



Ataque abrupto e intenso de medo ou desconforto que alcança o pico em minutos.



4 dos seguintes sintomas: palpitação, sudorese, tremores, formigamentos, calafrio, ondas de calor, sensação de falta de ar, dor torácica, náusea ou desconforto abdominal, tontura, sensação de desmaio, desrealização, despersonalização, medo de morrer ou de enlouquecer.



Ansiedade antecipatória



# Transtorno de pânico

- Meninas
- 11,8%
- Frequência e intensidade podem variar
- Fatores de risco: ansiedade, negativista, estressores psicossociais
- Comorbidade : depressão (4 a 80%), maior risco de suicídio, dependência a álcool ou outra substância (20 a 40%)



# Agorafobia

É o medo de não conseguir sair de um local de forma fácil ou não embarçosa, caso precise.

Exemplos: transporte público, espaços muito abertos, filas, multidão.

Meninas

Evitam as situações com sofrimento ou exigem companhia de apoio.

50% dos pacientes TP

# Transtorno de Estresse pós traumático (TEPT)

- Reações de ansiedade relacionados a um evento em que vivenciou ou testemunhou situação que envolva ferimento grave, morte ou risco de morte.
- Recordações aflitivas, sonhos recorrentes, sofrimento grande, esforço de evitar local, situação ou pessoa e incapacidade de recordar o evento.

# III Diagnóstico Diferencial



Doenças endocrinológicas



Doenças pulmonares



Doenças cardiovasculares



Intoxicação ou abstinência de substâncias



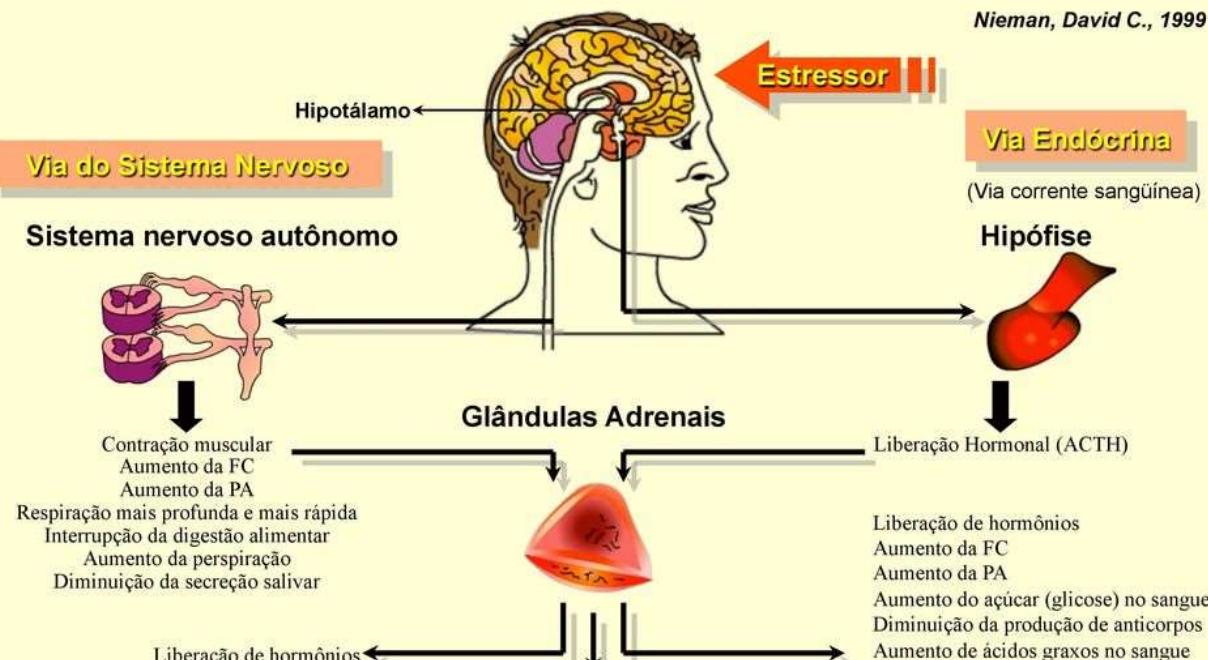
Outros: def. vit B12, dietas radicais, infecções

- Prejuízo na vida – 25% comportamento suicida
- Pode ser incapacitante
- Tabagismo, álcool
- 3 vezes mais chance de doenças cardiovasculares
- Maior risco de fatores inflamatórios

## Tratamento - Importante

# A Resposta do Organismo ao Estresse

**A resposta ao estresse afeta todo o organismo por meio das vias Hormonal e Nervosa**

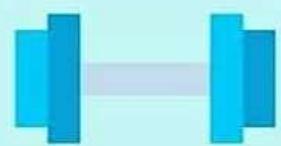


# Tratamento - importante

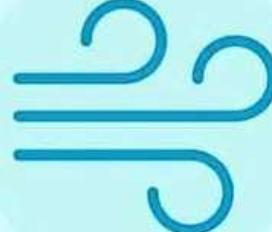
- Psicoterapia
- Psicoeducação
- Aliança terapêutica – paciente, pais e escola
- Medicamentos – antidepressivos, benzodiazepínicos
- Combater estigma

Como tratar?

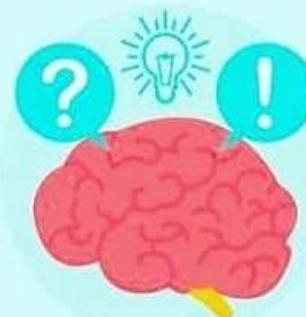
# CONTROLANDO A ANSIEDADE



PRATIQUE ATIVIDADES FÍSICAS



CONTROLE A RESPIRAÇÃO



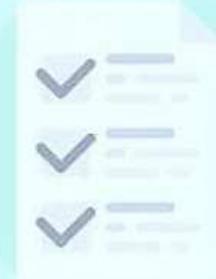
EVITE PENSAMENTOS NEGATIVOS



SEJA ORGANIZADO



CUIDE BEM DA ALIMENTAÇÃO



DEFINA PRIORIDADES

Dra. Elizabete Possidente  
elizabete@possidente.org  
www.possidente.org





Obrigada!

- E-mail: [elizabete@possidente.org](mailto:elizabete@possidente.org)
- Site: [www.possidente.org](http://www.possidente.org)
- Instagram: @elizabetepossidente