

# ANSIEDADE INFANTIL: INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NA SINTOMATOLOGIA DO TRANSTORNO DE PÂNICO ATRAVÉS DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Nathália Brito Barbosa BATISTA\*  
Pedro Eduardo dos Anjos RODRIGUES\*\*  
Eli Carine NEVES\*\*\*

## RESUMO

O Transtorno de Pânico é um Transtorno Ansioso que se caracteriza por ataques repentinos de ansiedade gerando sintomas físicos e emocionais associados ao medo de morrer, no qual o medo e ansiedade excessivos podem gerar prejuízos significativos ao indivíduo que apresenta comportamentos evitativos para minimizar os impactos, abordagens como a Terapia Cognitivo-Comportamental, podem mudar o curso deste transtorno, desmistificando crenças e pensamentos disfuncionais relacionados às crises. A prevalência deste transtorno em crianças é pouco comum, no entanto foi desenvolvido um relato de caso onde foram descritas, com o auxílio do DSM-5, informações referentes a supostas crises de pânico manifestadas em uma criança de 8 anos de idade. O acompanhamento na abordagem baseou-se na eficácia comprovada em estudos científicos e o relato desenvolvido teve como objetivos descrever técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental que apresentaram melhores resultados diante a um caso clínico com hipótese diagnóstica do Transtorno de Pânico na infância. As técnicas que apresentaram melhores resultados foram identificação dos pensamentos automáticos, psicoeducação, respiração diafragmática, relaxamento muscular progressivo, exposição interoceptiva e exposição in vivo. A eficácia foi verificada através de entrevistas e escalas de ansiedade infantil. Há poucos estudos científicos voltados para os transtornos ansiosos na infância, em especial o Transtorno de Pânico. Deste modo, buscou-se responder, quais contribuições às técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental podem trazer no tratamento de sintomas do Transtorno de Pânico manifestado em crianças? O acompanhamento na abordagem possibilitou mudanças de comportamentos diminuindo sintomas e eliminando crises de ansiedade e pânico.

Palavras-chave: Transtornos Ansiosos na Infância. Transtorno de Pânico. Terapia Cognitivo-Comportamental.

---

\*Graduanda do curso de Psicologia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul – SP, UNIFUNEC, nathaliabrito13@gmail.com

\*\*Graduando do curso de Psicologia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul – SP, UNIFUNEC, pedro\_edu17@hotmail.com

\*\*\*Docente do curso de Psicologia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul – SP, UNIFUNEC, elicarine@gmail.com