

INTERVENÇÃO COGNITIVO-COMPORTAMENTAL COM ENFOQUE NUMA EXPOSIÇÃO COMPORTAMENTAL NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA INFANTIL: ESTUDO DE CASO

2012

Edja Andrade Belo
edjabl@hotmail.com

Ilda Márcia Fontan
ildafontan@yahoo.com.br

Lidiane Sabino
lidianesabino@hotmail.com

Thássia Maria Soares Leão
thassialeao@hotmail.com

Psicólogas - Núcleo Alagoano de Psicoterapias Cognitivas: psicoterapia e ensino e pesquisa (Brasil)

RESUMO

O presente trabalho refere-se a um estudo de caso no atendimento psicoterápico infantil. A análise embasa-se nos pressupostos da terapia cognitivo-comportamental, apontando intervenções realizadas para o transtorno de ansiedade generalizada – TAG. Apresenta a evolução do paciente até a utilização de uma exposição comportamental criada e experimentada no âmbito clínico através da invenção de um breve filme de terror, com intuito de atenuar ou eliminar o medo iniciado após um filme de terror que fora assistido pelo paciente, generalizando para outros medos e sintomas ansiosos, fator descrito pelos pais e paciente. O presente artigo constitui uma pesquisa de revisão da literatura da área dos principais aspectos de tratamento do TAG à luz dos preceitos da TCC. Para tal foi realizada uma pesquisa em banco de dados no portal Medline, Scielo, Pubmed, Google acadêmico e Portal capes, sendo selecionados 28 artigos em português, no período de 2000 a 2012. Os resultados encontrados apontam que a maioria dos artigos faz referência a identificação e tratamento precoce do TAG como prevenção de repercussões negativas na infância e a eficácia da terapia cognitivo comportamental. Desta forma, a utilização de técnicas da TCC propiciou a evolução do paciente em questão, sobretudo

com o enfoque no experimento comportamental após a confecção e filmagem de um vídeo caseiro, oferecendo resultado de extinção do medo e favoreceu a alta do paciente.

Palavras-chave: Ansiedade generalizada na infância, terapia cognitivo comportamental

INTRODUÇÃO

Este estudo aponta resultados de um processo terapêutico de ansiedade generalizada infantil, baseada na terapia cognitivo comportamental, o objetivo é relatar o caso e utilização dos principais recursos da TCC, intervenção cognitiva e comportamental, utilizando a psicoeducação, busca de evidências e a exposição comportamental frente ao objeto temido.

Os pacientes com TAG se preocupam com acontecimentos altamente improváveis que não se baseiam na realidade e que não são modificáveis (DUGAS; LADOUCCER 2007). O conteúdo verbal da preocupação representa a evitação do temor provocado pela imaginação e que tal preocupação é reforçada negativamente por uma diminuição da excitação somática aversiva (BARKOVEC; LYONFIELDS; ROEMER, *apud* DUGAS; LADOUCCER 2007).

A incidência de TAG em amostras clínicas com crianças de até 12 anos é significativamente menor do que em crianças a partir desta idade e o número de sintomas apresentados aumenta com a idade (TRACEY & COLS., 1997 *apud* VIANNA, Renata; CAMPOS, Angela; LANDEIRA-FERNANDEZ, Jesus, 2009). A prevalência de TAG em meninas passa a ser maior do que em meninos a partir dos primeiros anos da adolescência, e essa diferença se mantém em adultos (RAPEE, *apud* VIANNA, Renata; CAMPOS, Angela; LANDEIRA-FERNANDEZ, Jesus, 2009). Estudos alertam que a presença do Transtorno de ansiedade na infância e adolescência é um fator de risco para prejuízos funcionais importantes no adulto (CHAVIRA & STEIN, *apud* VIANNA, Renata; CAMPOS, Angela; LANDEIRA-FERNANDEZ, Jesus, 2009). Estudos prospectivos mostraram que o adulto com histórico de Transtorno de ansiedade muitas vezes apresenta uma história de fracasso escolar, acompanhada de baixa autoestima e solidão (FRANCIS & COLS; *apud* VIANNA, Renata; CAMPOS, Angela; LANDEIRA-FERNANDEZ, Jesus, 2009).

Este trabalho objetivou, a partir de uma revisão na literatura descrever a evolução de um caso clínico através da aplicação e eficácia de alguns recursos da TCC para o tratamento do TAG, baseando-se em teorias atualmente aceita, através de artigos, que utilizam os referenciais cognitivo, comportamental e cognitivo-comportamental, têm abordado o tema ansiedade e ansiedade generalizada em seus trabalhos. E ainda, fazer alusão especial a exposição situacional

ao medo, como método eficaz em diversos casos clínicos de transtornos de ansiedade sejam eles (Transtorno de Pânico Com e Sem Agorafobia, Fobia Social, Transtorno Obsessivo-Compulsivo e Transtorno de Ansiedade Generalizada) sendo a ansiedade generalizada o caso clínico referente.

REVISÃO DA LITERATURA

Apesar da preocupação excessiva e a ansiedade serem tomadas como os principais traços da ansiedade generalizada, o TAG é classificado no manual diagnóstico DSM-IV como uma condição crônica que se distingue de preocupações não-clínicas: pela diferença quantitativa na frequência da preocupação, em vez de utilizar uma diferença qualitativa, em que há ansiedade e preocupação excessivas (expectativa apreensiva), ocorrendo mais dias do que não, pelo menos seis meses, a respeito de uma série de acontecimentos ou atividades (DUGAS; ROBICHAUD 2009).

Segundo Stallard (2010), as pesquisas de ponto de prevalência na comunidade do Reino Unido e EUA indicam que de 2 a 4% das crianças entre 5 e 16 anos preenchem os critérios diagnósticos do Manual Diagnóstico e estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-IV-TR) Para transtorno de ansiedade grave, seguido de prejuízos significativos (APA, 2000; COSTELLO et al., 2003; MELTZER et al., 2003). Etiologicamente, presume-se que uma vulnerabilidade biológica (p. ex., inibição comportamental) predispõe a criança a um transtorno de ansiedade que é então ativado e mantido por fatores ambientais (p. ex., o comportamento parental), processos cognitivos (p. ex., cognições e processos distorcidos) e experiências de aprendizagem (p. ex., condicionamento e esquiva) como aponta Last et al., (*apud* STALLARD 2010). A presença de co-morbidades no TAG é extremamente comum em casos de crianças e adolescentes com transtorno de ansiedade generalizada (Layne & cols., *apud* VIANNA, Renata Ribeiro e CAMPOS Angela Alfano; FERNANDEZ Jesus Landeira 2009), alerta sobre outros diagnósticos, apontando um estudo conduzido por Masi e cols. (2004) 93% dos participantes com transtorno de ansiedade generalizada tinham alguma comorbidade; 75% tinham como comorbidade um outro transtorno de ansiedade, 56% um transtorno depressivo e 21% TDAH ou TC (Layne & cols., 2008). Estas coocorrências são mais frequentes em pré-adolescentes e adolescentes e provocam um grande impacto na adaptação psicossocial destes jovens (Flannery-Schroeder, *apud* VIANNA, Renata Ribeiro e CAMPOS Angela Alfano; FERNANDEZ Jesus Landeira 2009).

MÉTODO

O presente estudo foi realizado através de revisão de literatura e discussão do caso clínico. Foram utilizados os seguintes bancos de dados: Medline, Pubmed, Scielo, Google Acadêmico e portal Capes com publicações que tenham sido realizadas nos últimos 10 anos (de 2002 até 2012), no total foram coletados 55 artigos dos quais 28 foram analisados, que correspondiam aos seguintes critérios de inclusão: artigos alusivos à pesquisa com crianças e adolescentes; artigos utilizando a teoria, tratamento de ansiedade generalizada.

Foram utilizados os descritores: ansiedade; ansiedade Generalizada; terapia cognitivo comportamental, ansiedade generalizada infantil. A criança foi atendida por uma das autoras do artigo que utilizou tais técnicas: O trilho dos meus medos, balões de pensamentos, registro diário de pensamentos disfuncionais, baralho das emoções, termômetro do medo e o experimento comportamental com a elaboração de um vídeo. O caso clínico em estudo foi realizado em 35 sessões psicoterápicas.

DISCUSSÃO DE CASO CLÍNICO

C.F tem 10 anos, estudante do 6º ano do ensino fundamental. Foi encaminhado para psicoterapia por apresentar os seguintes sintomas: Ansiedade e preocupação excessivas acerca de eventos do seu cotidiano, irritabilidade, inquietação, perturbação do sono, sem conseguir dormir sozinho, passando a noite no quarto dos pais. O que causou sofrimento e prejuízo no funcionamento social, uma vez que evitava os amigos com receio destes descobrirem seus medos e preocupações. Os sintomas eclodiram em 2010, após assistir a um filme de terror sem o conhecimento dos pais. C.F iniciou o processo terapêutico em 13 de janeiro de 2011, mostrou-se uma criança bem amadurecida para a idade e relatou que seu problema consistia em pensamentos persistentes que invadem a sua mente durante a noite, quando estava em seu quarto, causando enorme angústia que o motivava a ir para o quarto dos pais, mesmo sentindo-se envergonhado no dia seguinte. Relatou sentir durante o dia, náuseas, irritabilidade, grande dificuldade de controlar a preocupação com seus pais e irmãs; receio de que seus amigos descobrissem seus medos. Fato que comprometeu a concentração nos estudos, registrando notas baixas pela primeira vez em seu boletim. Em várias situações apresentava grande ansiedade, evitava brincar com colegas por temer que algo ruim pudesse acontecer, como acidentes com ele e os amigos. A psicoterapia foi iniciada com a utilização de intervenções no plano cognitivo, objetivando a identificação e reavaliação de pensamentos disfuncionais, com objetivo de alterar disfunção do paciente ao perceber o ambiente e as causas da ansiedade, propiciando a automonitoração.

Material e métodos Utilizados:

Foram aplicadas técnicas em conformidade com a TCC: Técnicas de automonitoração, O trilho dos meus medos, balões de pensamento, rastreador de pensamentos, registro diário de pensamentos disfuncionais, baralho dos sentimentos. Com aplicação dessas técnicas foram detectados os seguintes pensamentos disfuncionais: “Se não dormir com meus pais algo terrível vai acontecer a minha família”, “alguma coisa muito ruim vai acontecer e não consigo lidar com isso”, “se relaxar algo ruim vai acontecer”, “meu pensamento atrai os personagens do filme e eles vão se materializar”, “posso ser ruim e minha família corre perigo”. Técnicas de relaxamento: relaxamento muscular progressivo, Técnicas de respiração diafragmática, respiração em círculos. Técnicas de autocontrole: Teste de evidências, e se o pior acontecer. Cartões de enfrentamento do medo. No decorrer do processo terapêutico, a partir das 28 sessões, o enfoque passou a ser um experimento comportamental. Foi feito em conjunto com o paciente o roteiro e execução de um vídeo de terror denominado “O assassinato no berço”. C.F elaborou o roteiro, fez a maquiagem nos bonecos e realizou a filmagem, no ambiente do próprio consultório, contando inclusive com um making off com a terapeuta com explicações psicoeducativas sobre o medo. O vídeo retratava dois bonecos (tipo bebezinhos) sentados junto a um bercinho indicando que iriam dormir. No segundo plano, um dos bebezinhos aparece deitado no berço, dormindo, e o outro entra no jardim e se transforma, saindo maquiado e com aspecto de mau, se dirige ao bebê que estava no berço e o enforca, saindo sangue pela boca. A maquiagem constou de tinta preta e vermelha e geleca vermelha simbolizando sangue, sendo realizada pelo paciente, que caracterizou o boneco como um brinquedo assassino. O objetivo deste experimento foi levar a criança a compreender a dinâmica do cinema, onde o processo de criação de um personagem leva o espectador a interpretar como realidade, partindo da premissa de que a utilização da técnica levaria o paciente a alcançar conclusões esclarecedoras a respeito do seu medo e aprender novas estratégias de enfrentamento com maior rapidez. Após a filmagem e a exibição do vídeo aos pais, foi realizada em consultório uma exibição do filme que originou o medo, uma pesquisa em conjunto sobre o making desligado do filme e a caracterização dos atores em personagens. Em seguida, foi procedida psicoeducação sobre ansiedade.

DISCUSSÃO

Os resultados obtidos no estudo de caso indica efetividade da abordagem cognitivo comportamental através da aplicação das técnicas de identificação da ansiedade, auto-controle, auto-monitoramento e enfrentamento das situações temidas pela criança, com isso os medos foram reduzidos e os pensamentos catastróficos também. Os achados deste estudo destacaram

que exposição com experimentos comportamentais da situação temida reestruturou cognitivamente, confirmando que a TCC parece apresentar melhores respostas e resultados clínicos. A cinematerapia não aponta, segundo estudos escassos, um efeito comprovado, contudo, parece um recurso positivo, de provável eficácia, uma vez, que, artigos analisados também apontam que técnicas cognitivas e comportamentais estão inseridas na cinematerapia. Como é possível evidenciar através do caso clínico, houve uma exposição comportamental com a utilização de um vídeo, caracterizando em um filme, com intenção de atenuar ou extinguir o medo através da “montagem” de um novo filme de terror, proporcionando ao paciente vivenciar o máximo possível o objeto temido. De acordo com este estudo as intervenções consistem em alterar as percepções sobre os fatores que causam ansiedade e mudanças nos comportamentos ansiosos e evitativos. Desta forma a TCC tem se mostrado útil por ser um tratamento estruturado e com intervenções organizadas conduzindo a criança a superar dificuldades provenientes da ansiedade generalizada. De modo geral, o estudo de caso tem como finalidade descrever e apontar técnicas que se mostram eficazes no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada infantil oferecendo assim indicações que podem ser relevantes no âmbito clínico.

CONCLUSÃO

Identificar as manifestações do transtorno de ansiedade generalizada na infância pode evitar repercussões negativas na Infância por ocasionar prejuízos no funcionamento familiar, social e escolar. Neste estudo a terapia cognitiva comportamental com a finalização e importância da exposição comportamental com um vídeo se revelou como modelo teórico eficaz para um caso clínico, não sendo suficiente para comprovar eficácia em demais processos terapêuticos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALLGULANDER, Christer. **O que os nossos pacientes querem e necessitam saber sobre o transtorno de ansiedade generalizada.** rev.bras. psiquiatr., 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v29n2/a16v29n2.pdf>. Acessos em 10 de maio de 2012.

ANDREATINI, Roberto, LACERDA, Roseli Boerngen e FILHO, Dirceu Zorzetto. **Tratamento farmacológico do transtorno de ansiedade generalizada: perspectivas futuras.** Rev.Bras.Psiquiatr, cidade, 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v23n4/7172.pdf>. Acessos em 04 de maio de 2012.

ASBAHR, Fernando Ramos. **Transtornos ansiosos na infância e adolescência: aspectos clínicos e neurobiológicos.** Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro, 2004. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/jped/v80n2s0/v80n2Sa05.pdf>>. Acessos em 05 de maio de 2012.

BARBOSA, João Ilo Coelho; TOURINHO, Emmanuel Zagury. **Uma análise dos relatos sobre estados emocionais e motivacionais na evolução de um caso clínico.** rev.bras.ter.comp.cog., Campinas,2010. Disponível em: www.usp.br/rbtcc/index.php/RBTCC/article/download/418/312. Acessos em 12 de maio de 2012.

CABALLO, Vicente E.; Manual para o tratamento Cognitivo-comportamental dos Transtornos Psicológicos; São Paulo; Ed: Santos, 2007; 671 p.

CAIRES, Monique Cabral; SHINOHARA, Helene. **Transtornos de ansiedade na criança: um olhar nas comunidades.** Rev. bras.ter. cogn., Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, jun. 2010. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872010000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 10 de Junho de 2012.

CASTILLO, Ana Regina GL et al . **Transtornos de ansiedade.** Rev. Bras. Psiquiatr., São Paulo, 2012 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462000000600006&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 13 de Junho de 2012.

DUGAS, Michel J. & ROBICHAUD, Melisa, **Tratamento Cognitivo-Comportamental para o Transtornos de Ansiedade generalizada – da Ciência para a prática – Ed: Cognitiva, 2009, 269 p.**

FARIA, Katia Figueiredo. **Uma revisão bibliográfica de técnicas cognitivas e comportamentais utilizadas no transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de pânico e fobia social.** 2011 Dissertação (Pós graduação em Psicologia) Universidade do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10183/40110>. Acessos em 02 de junho de 2012.

GONÇALVES, Débora Hexsel et al. **Transtorno de ansiedade na infância como preditor de psicopatologia em adultos.** Rev. gaúcha enferm., Porto Alegre, 2009. Disponível em <http://seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/7568/6973>. Acessos em 03 de junho de 2012.

HABER, Gabriella Mendes; CARMO, João dos Santos. **O fantasiar como recurso na clínica comportamental infantil.** Rev. bras. ter. comport. cogn., São Paulo, v. 9, n. 1, jun. 2007 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452007000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 25 de Maio de 2012.

ISOLAN, Luciano; PHEULA, Gabriel; MANFRO, Gisele Gus. **Tratamento do transtorno de ansiedade social em crianças e adolescentes.** Rev. psiquiatr. clín., São Paulo, v. 34, n. 3, 2007 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000300004&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 15 de Junho de 2012.

MANFRO, Gisele Gus et al . **Estudo retrospectivo da associação entre transtorno de pânico em adultos e transtorno de ansiedade na infância.** Rev. Bras. Psiquiatr., São Paulo, v. 24, n. 1, Mar. 2002 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462002000100008&lng=en&nrm=iso>. Acessos em 30 de Maio de 2012.

MOURA, Cynthia Borges de; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. **O uso de vídeo em intervenções clínicas com pais: revisão da literatura e hipóteses comportamentais sobre seus efeitos.** Psicol. teor. prat., São Paulo, v. 10, n. 1, jun. 2008 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872008000100011&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 13 de Junho de 2012.

NASCIMENTO, Cristhiane Luiza Furquim et al. **Ampliando o conhecimento sobre o transtorno de ansiedade generalizada.** IX Encontro Latino Americano de Iniciação Científica. [S.n.t.] Disponível em: <http://biblioteca.univap.br/dados/INIC/cd/epg/epg7/epg7-11.pdf>. Acessos em 27 de Maio de 2012.

OLIVEIRA, Maria Aurelina Machado. **O uso da terapia cognitiva no transtorno de ansiedade generalizada.** Departamento de Psicologia – UFRN. [S.n.t.] Disponível em: <http://www.cchla.ufrn.br/shXVIII/artigos/GT36/Artigo%20Revisado%20Anais%20SM.pdf>. Acessos em 08 de Junho de 2012.

OLIVEIRA, Maria Inês Santana. **Intervenção cognitivo comportamental em transtornos de ansiedade: relato de caso.** Rev. Bras. Ter. Cog., Rio de Janeiro, 2011. Acessos em 25 de Junho de 2012.

PETERSEN, Salcides Circe. **Evidências de efetividade e procedimentos básicos para Terapia Cognitivo-Comportamental para crianças com transtornos de ansiedade.** Rev. bras. Psicoter., Porto Alegre, 2011;13(1):39-50. Disponível em: http://www.rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=53. Acessos em 22 de Junho de 2012.

PHEULA, Gabriel Ferreira; ISOLAN, Luciano Rassier. **Psicoterapia baseada em evidências em crianças e adolescentes.** Rev. psiquiatr. clín., São Paulo, v. 34, n. 2, 2007. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000200003&lng=en&nrm=iso>. Acessos em 25 de Junho de 2012.

SILVA, Wildson Vieira. **Ansiedade infantil e instrumentos de avaliação: uma revisão sistemática.** Rev. Bras. Psiquiatr., cidade, 2005. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/rbp/v27n4/a14v27n4.pdf>>. Acessos em 03 de Junho de 2012.

SOUZA, Luciano Dias de Matos. **Transtorno de ansiedade generalizada em jovens de 18 a 24 anos – prevalência, fatores associados, comorbidades e impacto na qualidade de vida.** 2010. Dissertação (Doutorado em Psicologia) – Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre 2010. Disponível em <http://www.academicoo.com/artigo/transtorno-de-ansiedade-generalizada-em-jovens-de-18-a-24-anos-prevalencia-fatores-associados-comorbidades-e-impacto-na-qualidade-de-vida>. Acessos em 12 de Junho de 2012.

STALLARD, Paul; **Ansiedade – terapia Cognitivo-Comportamental para Crianças e Jovens** – Porto Alegre: Artmed 2010. 213 p.

VITOR, Oliva Sambati Hugo et al. **Cinematerapia como intervenção psicoterápica: características, aplicações e identificação de técnicas cognitivo-comportamentais.** Rev. Psiq. Clin., cidade, 2010. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v37n3/v37n3a08>. Acessos em 25 de Junho de 2012.

VIANNA, Renata Ribeiro Alves Barboza; CAMPOS, Angela Alfano; LANDEIRA-FERNANDEZ, Jesus. **Transtornos de ansiedade na infância e adolescência: uma revisão.** Rev. bras. ter. cogn., Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, jun. 2009. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872009000100005&lng=pt&nrm=iso Acessos em 25 de Junho de 2012.

VINOCUR, Evelyn et al. **Avaliação dos transtornos de comportamento na infância.** rev. Hosp. Univer. Pedro hernesto., Rio de Janeiro.,2011. Disponível em: http://revista.hupe.uerj.br/detalhe_artigo.asp?id=103 Acessos em 30 de Maio de 2012.