

## **DIAGNÓSTICO PRECOCE ATRAVÉS DAS ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS NA ANSIEDADE: UM ESTUDO REFLEXIVO**

**Beatriz de Brito Pinto<sup>1</sup>; Márcia Keuly Barbosa Josias<sup>1</sup>; Natharyne Silveira da Silva<sup>1</sup>; Sandy Siqueira de Alencar Almeida<sup>1</sup>; Ana Carolina Matias Dinelly Pinto<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá.

<sup>2</sup>Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá.

E-mail: carolinamatias@unicatolicaquixada.edu.br

### **RESUMO**

Ansiedade é o transtorno psíquico mais predominante na contemporaneidade, a busca para compreender sua etiologia é um campo ainda complexo e pouco explorado. A grande incidência desse transtorno mental permite-nos refletir acerca da provável influência do desenvolvimento tecnológico, da crescente pressão econômica, política e social como fatores que corroboram para que a ansiedade se converta do seu estado normal para o patológico. A ansiedade é um estado natural do ser humano, entretanto, quando o sofrimento decorrente da ansiedade traz impactos negativos para o indivíduo por causa do comportamento de fuga de eventos relevantes na vida social, acadêmica e profissional a consideramos patológica. Existem diversas terapias alternativas para o controle da ansiedade. No Transtorno de Ansiedade Social (TAS), o indivíduo tem medo de se comportar inadequadamente, por um desempenho deficitário ou através da demonstração da ansiedade, por sofrer com reprovação e críticas de outros. Dessa forma, o paciente tende a evitar situações sociais, apesar de desejar realizar o contato social temido. Isso gera prejuízos no desempenho do indivíduo nas diversas áreas. Por isso a necessidade de um tratamento é real. Um dos tratamentos que tem demonstrado muita eficácia é a terapia cognitivo-comportamental (TCC), que tem o objetivo de identificar pensamentos automáticos distorcidos, questionar as bases de pensamentos e construir alternativas menos tendenciosas e padronizadas. Essa terapia é a mesma empregada no Transtorno de Ansiedade Generalizada e no Transtorno de Estresse Pós-Traumático. Infere-se, portanto, que os transtornos de ansiedade causam alterações no organismo do indivíduo e estão relacionadas a sistemas cerebrais ativados quando o indivíduo se encontra em um ambiente ameaçador, podendo apresentar quatro manifestações: somáticas, comportamentais, emocionais e cognitivas.

**Palavras-chave:** Ansiedade. Transtorno. Estudo Reflexivo.