



**FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS – FBTC**  
**ANAIS DO XV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS**

**Wilson Vieira Melo**  
Presidente do XV CBTC

**Marcele Regine de Carvalho**  
Coordenadora Científica do XV CBTC

**Salvador**

**2023**

## **RELATO DE TRATAMENTO EM PSICOTERAPIA PARA TRANSTORNO DE ANSIEDADE NO NAPSI**

Autores Maria Aparecida de Paulo Gomes <sup>1</sup>, Marcelo Franco e Souza <sup>1</sup>, Lorayne de Souza Ximenes <sup>1</sup>, Igo de Sousa Ferreira <sup>1</sup>, Igor Camilo do Nascimento <sup>1</sup>

Instituição <sup>1</sup> UNINTA - Centro Universitário UNINTA (Rua Antônio Rodrigues Magalhães, Dom Expedito, Sobral Ceará.)

### **Resumo**

#### Introdução

Este relato clínico refere-se a atendimento realizado no Núcleo de Apoio Psicológico ao Estudante (NAPSI), serviço de psicoterapia disponibilizado pelo Centro Universitário UNINTA, em Sobral-Ceará. A acadêmica em questão, buscou o serviço relatando sintomas compatíveis com o Transtorno de Ansiedade Generalizada -TAG. A ansiedade é uma emoção normal do ponto de vista evolutivo, identificada como um sinal de alerta do próprio organismo. No entanto, ao ultrapassar certo limiar ela deixa de ser protetora e passa a ser patológica.

#### Objetivos

Geral: Relatar a experiência do atendimento de uma paciente com queixa de Transtorno de Ansiedade Generalizada no NAPSI Específicos: Descrever o caso clínico de uma aluna atendida no NAPSI com sintomas de Transtorno de Ansiedade Generalizada e Apresentar o tratamento realizado na abordagem TCC

#### Métodos

Relato de caso clínico de uma acadêmica do UNINTA. A pesquisa atendeu aos princípios éticos através da autorização formalizada da paciente no Termo de Autorização para Psicoterapia e uso em pesquisa de dados. O tratamento desenvolveu-se no período de 15 sessões. Os procedimentos realizados foram Psicoeducação, Registro de Pensamentos Disfuncionais - (RPD) e fichas de exercícios para tratamento da ansiedade de autoria especializadas em Terapia Cognitivo-Comportamental.

#### Resultados

A acadêmica relatou manifestação de alguns sintomas associados à sua vivência acadêmica, dentre eles: insônia, tensão muscular, inquietude constante nos membros inferiores, roer as unhas, desesperança, autocobrança exagerada, preocupação e medo. Na psicoterapia através da aplicação do RPD e descoberta guiada, a paciente chegou a identificar-se com crenças desadaptativas de desamor e desamparo. A paciente relatou em sessão sentimentos de incapacidade ao se deparar com tarefas mais complexas no seu estágio e mencionou que em seu relacionamento percebe-se indigna de ser amada. Através da aplicação de exercícios terapêuticos da TCC, a paciente concluiu que percebe-se vulnerável diante de situações de avaliação de seu desempenho, sendo este um fator predisponente de seus sintomas ansiosos. Nestas situações também percebe a ativação da crença central de incapacidade. As estratégias para reestruturação cognitiva utilizadas na sequência do tratamento, deram-se através de identificação de distorções cognitivas, elaboração de conceituação cognitiva baseada nos pontos fortes e conceituação convencional, busca de evidências e treino direcionado à memórias positivas associadas à autorrealizações.

#### Discussão

Nessa perspectiva trazida pela TCC, focando no aumento da consciência da paciente acerca de seu processo, a aplicação dos protocolos de atendimento favoreceu condições para que a paciente identificasse as crenças associadas à manifestação sintomática de sua ansiedade clínica. Após o período de atendimento a paciente apresentou resultados associados à autoestima, flexibilização cognitiva e resolução de problemas. A paciente desenvolveu ao longo do processo formas de lidar com seus comportamentos ansiosos, resultando em uma consistente autonomia.

**Palavras-chaves:** Ansiedade, Terapia Cognitivo-Comportamental , Acadêmico