



Área Temática: Psicologia.

QUANDO A ANSIEDADE SE TORNA UM PROBLEMA: CONCEITUALIZAÇÃO COGNITIVA NO TRANSTORNO DO PÂNICO

AZEVEDO, Regina Lígia W. Professora - Universidade Federal de
Campina Grande. Email: regina.azevedo@gmail.com.

AZEVEDO, Maria Renata Florencio. Graduanda em Psicologia –
Faculdades Integradas de Patos.

Introdução: A conceitualização cognitiva do paciente é de fundamental importância no processo terapêutico, sendo uma das principais ferramentas do psicólogo e essencial para o sucesso do tratamento. Esse processo se dá a partir de uma avaliação abrangente, onde o terapeuta irá ter acesso às minúcias dos conflitos que o paciente apresenta. Nos mais diferentes casos sua realização é de extrema importância, coerente a isso, o processo de conceitualização no transtorno do pânico, objetiva obter informações que oportunem a estruturação de um plano de tratamento que, antes de tudo, reduza os ataques de pânico, assim como torne consciente o modo distorcido ou disfuncional do indivíduo perceber os acontecimentos. **Objetivo:** O presente estudo teve por objetivo apresentar as principais características do processo de conceitualização cognitiva em casos de Transtorno do Pânico, tendo como base a abordagem cognitivo-comportamental. **Método:** Trata-se de uma pesquisa qualitativa do tipo exploratória, realizada a partir de uma revisão integrativa da literatura nas principais bases de dados, a saber:, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PEPSIC), e o Portal da CAPES



(Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior) e IndexPsi. Utilizou-se como descritores os termos “Transtorno do Pânico e terapia cognitiva” e “Psicoterapia cognitivo-comportamental e seus princípios e técnicas”. Para tanto, foram considerados os seguintes critérios de refinamento: artigos publicados em português, exclusão de textos coincidentes, que não disponibilizassem o conteúdo completo e que não fizessem referência direta ao tema. Foram encontrados 12 artigos, não obstante, apenas 7 atenderam aos critérios de inclusão. O tratamento dos dados foi realizado por meio da análise qualitativa dos artigos selecionados, confrontando-os de modo a extrair as convergências, divergências e novas perspectivas acerca do tema abordado.

Resultados e discussões: a partir dos achados científicos analisados, o processo de conceitualização nos casos de transtorno do Pânico é constituído de fatores que dizem respeito: a) identificação de temores irrealistas, que subestimam a capacidade de controlar ou lidar com situações, b) histórico familiar e sua contribuição para o desenvolvimento de esquemas norteados pela ansiedade e evitação, c) fatores situacionais atuais ativadores dos sintomas, d) padrões típicos de pensamentos automáticos. Sendo possível a partir deles, desenvolver um plano de tratamento que busque reduzir os ataques de pânico, através de reestruturação cognitiva e de técnicas que possibilitem um maior controle de ansiedade. Não obstante, é preciso enfatizar que é de suma importância o estabelecimento de uma boa relação terapêutica, reforçada pela conceitualização contínua e pelo empirismo colaborativo, como aspectos fundamentais para a eficácia do processo. **Conclusão:** Percebe-se portanto a importância da conceitualização no tratamento de pessoas com Transtorno de Pânico, pois realiza-se junto com o paciente um planejamento adequado, o qual se deriva do entendimento deste a respeito da doença e suas formas de enfrentamento e superação acurada e eficaz.

Palavras-chave: Transtorno do pânico, Conceitualização cognitiva, cognitivo-comportamental



CONACIS

I CONGRESSO NACIONAL DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
AVANÇOS, INTERFACES E PRÁTICAS INTEGRATIVAS
26 A 28 DE MARÇO DE 2014 | CAJAZEIRAS - PB