

Transtorno de ansiedade generalizada: O trabalho do psicólogo no acompanhamento de pacientes com o distúrbio

Andreia Pereira Dias (UNIFAMA)¹ andreia.porcino@hotmail.com

Evanize Lemes Matos Martins (UNIFAMA)²nizebio@hotmail.com

Resumo: O presente estudo busca compreender as causas relacionadas ao Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), e suas consequências no cotidiano da pessoa com esse distúrbio e dos entes que fazem parte do seu convívio. Tem como objetivo principal realizar uma revisão bibliográfica com a finalidade analisar os aspectos epidemiológicos do TAG, e ainda evidencia como objetivos específicos a necessidade de conhecer as implicações do TAG na vida social, familiar, afetiva e ocupacional do indivíduo; analisar os fatores relacionados à convivência dos indivíduos com transtornos de ansiedade; discutir as implicações destes; entender qual o papel do psicólogo no acompanhamento dos portadores do distúrbio de TAG e compreender como o grau de sofrimento psíquico pode se tornar um perigo para vida do indivíduo e dos que o cercam. Nesse sentido, se faz primordial analisar a complexidade em relação ao entendimento da situação comportamental de indivíduos que apresentam características de TAG se denota principalmente em virtude dos atos realizados por estes, uma vez que apresentam traços de comportamento antissocial gerados principalmente pelo medo e pelo sentimento de incapacidade de agir sendo caracterizados pelas depressões, psicoses, transtornos do desenvolvimento, transtorno hipercinético, que acabam gerando prejuízos aos pacientes, os quais acabam se agravando cada vez mais, se não houver tratamento. O método utilizado foi a pesquisa bibliográfica e documental, que constou da análise de documentos escritos como os Referências de Assistência Social do Programa Nacional de Assistência Social. Este trabalho será caracterizado, em uma pesquisa qualitativa descritiva e exploratória.

Palavras-chave: Atendimento Infantil; Psicólogo; Transtorno de Ansiedade Generalizada.

¹**Andreia Pereira Dias.** Graduanda do curso de Psicologia da Faculdade de Ciências Sociais de Guarantã do Norte-MT, Rua Jequitibá, nº 40, Jardim Aeroporto. Cep.: 78520-000. E-mail: andreia.porcino@hotmail.com. Dezembro de 2021.

²**Evanize Lemes Matos Matos** Licenciada em Ciências Biológicas (**nome da instituição e ano**), Especialização em Gestão Escolar (**nome da instituição e ano**), Bacharel em Psicologia (**nome da instituição e ano**), Especialização em saúde mental (**nome da instituição e ano**), abordagem psicanalítica, atualmente orientadora e supervisora dos trabalhos acadêmicos, Unifama: União das Faculdades de Mato Grosso Faculdade (UNIFAMA, Guarantã do Norte-MT, 2021). na Jequitibá, n. 40, Bairro Aeroporto, Fone (66) 3552-1965, CEP 78520-000, E-mail: nizebio@hotmail.com, dezembro de 2021.

Abstract: The present study has as a problem to understand the causes related to Generalized Anxiety Disorder, and its consequences in the daily life of the person with this disorder and the ones who are part of their life. Its main objective is to carry out a literature review in order to analyze the epidemiological aspects of TAG, and also highlights as specific objectives the need to know the implications of TAG in the individual's social, family, affective and occupational life; To analyze the factors related to the coexistence of individuals with anxiety disorders; discuss the implications of these; Understand the role of the psychologist in monitoring patients with GAD disorder and Understand how the degree of psychological distress can become a danger to the life of the individual and those around him. In this sense, it is essential to analyze the complexity in relation to understanding the behavioral situation of individuals who have characteristics of GAD is denoted mainly by virtue of the acts performed by them, since they present antisocial behavior traits generated mainly by fear and the feeling of inability to act being characterized by depression, psychosis, developmental disorders, hyperkinetic disorder, which end up causing harm to patients, which end up worsening more and more if there is no treatment. The method used was bibliographic and documentary research, which consisted of the analysis of written documents such as the Social Assistance References of the National Social Assistance Program. This work will be characterized in a qualitative descriptive and exploratory research.

Keywords: Child Care; Generalized Anxiety Disorder; Psychologist.

1. INTRODUÇÃO

O presente projeto de pesquisa busca trazer à tona uma análise sobre o transtorno de ansiedade, bem como a análise da literatura a respeito dos novos estudos sobre as principais ações a serem realizadas no seu controle, como fator preponderante de saúde física e emocional. Nesse sentido espera-se atingir os objetivos propostos neste projeto e com isso organizar as ações a serem realizadas no enfrentamento da situação, conduzindo os estudos a construção do artigo final como objeto de estudo do curso de Psicologia.

O transtorno da ansiedade generalizada pode ser considerado como uma simples doença que afeta as relações psicossociais e o estado de ânimo da pessoa. Tal fato acontece se evidencia também em outras condições de saúde mental, porém é mais comum que se parece e as causas desse distúrbio podem ser variadas, desde os sentimentos de medo e de insegurança até os problemas traumáticos e aqueles associados a depressão.

Nesse projeto será abordado a importância dos cuidados com os pacientes que apresentam o quadro de Transtorno de Ansiedade Generalizada-TAG e os fatores que podem desencadear situações mais graves em determinadas situações, pois mesmo sendo inicialmente considerado como um transtorno leve, atualmente se avalia que o TAG é uma doença que pode trazer muitos danos à pessoa como a segregação, falta de interesse em viver, depressão e outros fatores que podem até gerar risco de morte. Assim sendo, conhecer as formas de agir e os possíveis tratamentos acaba se tornando fator primordial nestes casos.

O método utilizado foi a pesquisa bibliográfica e documental, que constou da análise de documentos escritos como os Referencias de Assistência Social do Programa Nacional de Assistência Social. Este trabalho será caracterizado, em uma pesquisa qualitativa descritiva e exploratória.

A pesquisa descritiva tem como características fundamentais: à descoberta, a interpretação em contexto, busca retratar a realidade de forma concreta e profunda, tem uma variedade de informações, revela uma experiência vicária, procura representar os diferentes pontos de vista numa situação social e os relatos têm linguagem mais acessível (LÜDKE e ANDRÉ, 1986).

Segundo Ludke e André (1986),

[...] para realizar uma pesquisa é preciso promover um confronto entre os dados, as evidências, as informações coletadas sobre determinado assunto e o conhecimento teórico acumulado a respeito dele. Trata-se de construir uma porção do saber. Esse conhecimento é não só fruto da curiosidade, da inquietação, da inteligência e da atividade investigativa do pesquisador, mas também da continuação do que foi elaborado e sistematizado pelos que já trabalharam o assunto anteriormente. [...]

Com base nos objetivos da investigação a pesquisa é descritiva conforme Costa (2006) esse tipo de pesquisa “[...] está interessada em descobrir e observar os fenômenos, procurando descrevê-los, classificá-los e interpretá-los descrevendo as características de determinada população ou fenômeno ou, então, o estabelecimento de relações entre variáveis”. Analisando, com isso, procuram-se as contribuições científicas e fazendo um paralelo para poder compreender o problema objeto da investigação.

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) consiste em uma ansiedade intensa, geral e persistente e um alto grau de nervosismo a qual não acontece somente como fator ligado a uma situação inusitada e peculiar, levando a situações de medo e pavor e que acabam se tornando latente e são derivados de outras condições psiquiátricas pelas quais o indivíduo passa (OMS). De acordo com Souza (2013),

(...) Os TA interferem significativamente na vida do indivíduo diagnosticado e daqueles com quem ele convive, comprometendo suas atividades cotidianas, seus relacionamentos sociais e outras esferas da vida. Além disso, transtornos de ansiedade apresentam baixos índices de remissão espontânea e tendem a se cronificar ou mesmo se desdobrar em outros transtornos psiquiátricos quando não tratados.

Acredita-se, porém, que o transtorno da ansiedade generalizada esteja diretamente relacionado a alguns neurotransmissores que ocorrem naturalmente em nosso cérebro, a exemplo da serotonina, dopamina e norepinefrina, que são neurotransmissores que exercem

funções de grande valia para o bom desempenho do organismo (VISMARE, ALVES e PALERMO, 2008).

A serotonina é difundida como responsável pelas emoções como a felicidade, pois se trata de uma substância intimamente ligada aos problemas depressivos em que sentimentos como felicidade, ansiedade e tranquilidade oscilam de forma constante. Mas está presente em outras áreas do comportamento, como agressividade, raiva, irritabilidade e rege funções ligadas ao controle de temperatura, apetite, náusea e vômitos, sexualidade, sono, e ao sentimento de dor (FEIJÓ e REIS, 2018).

A dopamina exerce funções relacionadas ao comportamento, atividade motora, automatismos, motivação, recompensa, produção de leite, regulação do sono, humor, ansiedade, atenção e aprendizado (DE PAULO e HORTIZ, 2000).

Contudo, as causas exatas da Ansiedade Generalizada ainda são uma incógnita para os pesquisadores e estudiosos, porém se sabe que há uma série de fatores que contribuem para o seu desenvolvimento, dentre os quais são incluídos elementos estressores ambientais, a química do cérebro, além da herança genética podem contribuir para o seu desenvolvimento.

Alguns estudos declaram que o histórico familiar pode aumentar a probabilidade de uma pessoa desenvolver o Transtorno. Isso significa que a tendência para desenvolver TAG pode ser transmitida hereditariamente. Dessa forma, o medo e a ansiedade se caracterizam como patológicos quando assumem uma postura exagerada e fora das proporções comuns em as situações que desencadeiam tal estímulo.

Também se efetivam como preocupantes quanto qualitativamente se observa maior incidência de ansiedade e medo até mesmo em situações que não causam nenhum desconforto ou que podem apresentar-se como perigosas ou estressantes. Muitos casos, porém, acabam se tornando uma norma em determinada faixa etária e por ser uma constante de um grupo passam a interferir nos relacionamentos pessoais e conseqüentemente na qualidade de vida, em que o conforto emocional ou o desempenho diário do indivíduo não se justifica para os demais (ALLEN, LEONARD e SWEDO, 1995).

De acordo com Guiselini (2004) por meio da convivência em sociedade, pode-se aprender a desenvolver relações saudáveis, a criar redes de relacionamento, a viver em bom senso e harmonia com o meio ambiente e em harmonia familiar, colaborar auxiliando a construir um mundo melhor. O autor ainda afirma que:

O processo de sociabilização tem início nos primeiros momentos de vida, logo após o nascimento. Mas não se deve esquecer que, desde o momento da fecundação do óvulo, caracteriza-se a formação de um novo ser. Em termos biológicos, é nesse momento que se estabelece a primeira relação de um novo ser com aquela que, por um período de nove meses, será sua hospedeira. (Guiselini 2004).

Assim, inicialmente da fecundação já se inicia a constituir uma relação com a mãe, e posteriormente ao nascimento, estes laços de socialização apenas alongam a aumentar. Na vida escolar dos alunos também não é diferente, é essencial que haja uma integração social para que os alunos consigam coexistir bem entre todos, seja na escola ou fora dela.

Conforme Roeder (2003), “o comportamento social é um conjunto de ações, atitudes e pensamentos que o indivíduo apresenta em relação à comunidade, aos indivíduos com que interage e a ele próprio”.

É impensável para um indivíduo viver sem manter um contato social, mesmo que se passe despercebido, porém, as pessoas dependem uma das outras para viver com qualidade, seja alguém da família ou não. Assim, os contatos sociais e o intercâmbio, de acordo com Oliveira (1999) compõem, assim sendo, condições imprescindíveis a associação humana.

Inúmeras mudanças ocorridas nestes últimos anos vêm afetando diretamente as relações pessoais e o convívio, o mundo moderno carregado de incertezas, tem gerado muito medo e angústias para boa parte da população, que acaba vivendo de incertezas.

Com relação a estas mudanças que vem ocorrendo muito rapidamente, é que a convivência do ser humano nesta sociedade complexa e atribulada se torna cada vez mais desafiadora. Essas incertezas e medos vão cada vez se tornando mais presentes, principalmente quando a pessoa vive em situações conflituosas ou de muita violência.

Não há como negar que muitas condições interferem na qualidade de vida e da saúde física e mental dessas pessoas, quer seja no convívio em casa e com familiares ou em situações pertinentes ao trabalho e a realização profissional onde a busca pela ascensão, a disputa profissional, a concorrência e as normas que muitas empresas utilizam para fazer com que as metas sejam cumpridas, cria um elevado nível de adrenalina e muito esforço que em muitos casos gera uma inversa ao que se pressiona, que é o estresse devido à falta de capacidade de se conseguir o esperado.

O estresse é um dos principais inimigos e gera consequências para a saúde e para a qualidade de vida que são percebidas pela queda de produtividade e dificuldade nos relacionamentos interpessoais. Todas as questões relacionadas a esses fatores estão

diretamente ligadas à sobrecarga de atividades, principalmente na dificuldade em se conciliar trabalho e vida pessoal.

O escritor e sociólogo Alvin Toffler utilizou o termo choque do futuro para descrever o sentimento de ansiedade vaga e constante que surge nas pessoas sujeitas a esse ritmo de mudança (ALBRECHT, 1990). Na opinião do escritor:

O efeito dessa aceleração da mudança é obrigar praticamente as pessoas que passam por ela a atingir um nível de estresse fisiológico - uma forma de alerta biológico tangível que as torna mais vulnerável a outras pressões e acontecimentos de suas vidas. O próprio choque do futuro pode fazer com que as pessoas adoçam fisicamente, predispondo-as a ficarem doente de uma maneira geral (ALBRECHT, 1990, p. 33).

Na antiguidade pouco ou nada se sabia a respeito dos grandes males que assolavam as populações, a partir do aparecimento das doenças pouco podia ser feito. Em virtude das condições sanitárias de cidades e regiões e do desconhecimento sobre a etiologia das doenças, grandes epidemias atingiram populações no passado.

Durante muitos séculos existiu a crença de que as pessoas recebiam a doença como castigo ou punição, assim, essa deveria ser aceita e enfrentada com dores e sofrimentos, já que tinham justificativa na fé religiosa; outra possibilidade considerada era de que a pessoa doente estaria possuída por maus espíritos, que se apoderando da alma, poderiam levar a consequências fatais, a pessoa que sobrevivia teria então sido absolvida de seus pecados através do “milagre” da cura, tendo assim o direito a uma vida nova (BRAZ, 1985).

O convívio dentro de uma organização também se torna um desafio, pois cada pessoa possui um temperamento, uma forma de ser e de pensar diferentes dos outros. O ser humano é uma pessoa sensível, seu comportamento, e até suas emoções são influenciadas socialmente (LIMONGI FRANÇA e RODRIGUES, 1997).

Segundo Limongi França e Rodrigues (1997): “O trabalho submete as pessoas ao stress, frequentemente crônico, e estamos submetidos a ele de forma contínua”. É importante mencionar que, são várias as doenças reconhecidas como causadas ou agravadas pelo estresse, pelos pesquisadores da medicina, as quais serão apresentadas no desenvolver deste estudo. Para que as pessoas consigam enfrentar de uma maneira eficaz as mudanças que surgem em seu cotidiano, elas precisam descobrir maneiras que facilitem a adaptação a esse ritmo imposto pela sociedade.

A resistência, as queixas aos amigos e a dificuldade de se comunicar são mais prejudiciais do que qualquer doença física e podem se tornar um grande inimigo no ambiente

de trabalho. Além de tantos outros os pontos abordados estão relacionados a fatores diretamente ligadas à sobrecarga de trabalho, principalmente na dificuldade em se conciliar trabalho e vida pessoal, em que muitos demonstram não conseguirem desligar-se do trabalho mesmo quando estão em casa e muitas vezes assumem compromissos acima dos limites.

2. TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA E SEUS PREJUÍZOS NA VIDA DO INDIVÍDUO

O presente estudo surgiu da necessidade de compreender de fato, os fatores que desencadeiam o Transtorno de Ansiedade Generalizada e quais suas causas e consequências na vida do indivíduo e todos que o cercam. Assim, é preciso entender que fatores contribuem para o desencadeamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada, e quais as situações que as atitudes realizadas pelo indivíduo acometido do transtorno podem causar situações danosas a estes que acabam interferindo na sua saúde mental e conseqüentemente física.

As principais causas estão associadas a falta de controle sobre as situações vividas e pela insegurança em relação as novas experiências o que gera excessiva ansiedade e o medo que causa a insegurança e o distanciamento de outras pessoas. Tais sentimentos podem ativar gatilhos de defesa inesperados e fora dos padrões da normalidade fazendo com que o sujeito se abstenha do convívio social e adquira comportamentos fora do padrão de normalidade.

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) desempenho em tarefas frente às quais o indivíduo sente vergonha e temor de exposição, experimentando invariavelmente uma resposta imediata de ansiedade. Os principais medos relacionados à exposição são: dizer tolices; parecer ridículo, ser observado pelas outras pessoas, ser o centro das atenções, interagir com estranhos ou pessoas do sexo oposto, comer, beber ou escrever em público,

Na maioria das vezes, são acompanhadas por sinais e sintomas como: tremores, sudorese, palpitações, tensão muscular, desconforto gastrointestinal, rubor facial e confusão mental. Frente a essas situações vistas como ameaçadoras pelos indivíduos com esse transtorno, automaticamente haverá uma certa evitação de tais eventos, o que pode se caracterizar no cotidiano uma recusa em apresentar trabalhos ou seminários, escrever, realizar entrevistas ou conversas na escola, com professores, ou no trabalho, com chefes, iniciar uma relação afetiva, viajar com os amigos, participar de jogos e de atividades esportivas, entre outras.

Em estados mais graves do transtorno pode desencadear outros tipos de transtorno, como problemas de concentração e de memória, problemas para dormir (insônia), pensamento de tragédia iminente, sentimento de incapacidade, fobias como locais fechados, sensação de pânico, depressão e até mesmo suicídio.

A constatação do transtorno, evidencia a necessidade de acompanhamento médico especializado, principalmente para que tais pessoas possam viver de forma equilibrada em sociedade

Entender a realidade e buscar meios para minimizar as situações traumáticas geradas a partir desse contexto se tornam essenciais para conhecer a natureza humana, bem como todo o desenrolar da vida do sujeito até que se culmine e situações desencadeadas pelo comportamento antissocial tem se tornado um dos grandes pontos de estudo da realidade, principalmente devido a evidencia que o tema tem ganhado em relação aos casos de jovens que cometem suicídios de familiares e de amigos em detrimento de sua personalidade afetada.

2.1. Papel do Psicólogo no tratamento da TAG

Cabe ao psicólogo a função de acompanhar o desenvolvimento cognitivo e as fases do desenvolvimento a que estas se referem pois ele é conhecedor das técnicas de trabalho e o próprio modo de compreender o processo de formalização da aquisição do conhecimento. Assim para que tais situações possam ser controladas, antes que maiores consequências apareçam nos primeiros sinais de estresse e de ansiedade a pessoa e os familiares já deve ficar alerta, e buscar ajuda de um psicólogo para que minimizem os problemas.

Entretanto, não se pode deixar toda responsabilidade nas mãos do psicólogo. Ao mesmo tempo em que são decisivos para o acompanhamento dos casos é preciso ter claro o diagnóstico, os testes psicológicos acabam sendo de grande ajuda para o profissional. Contudo se percebe ainda uma grande luta no sentido de desburocratizar a sua utilização, pois muitos ainda apresentam somente a versão americana o que não corresponde as mensurações utilizadas no Brasil.

Sua dificuldade em serem instrumentos confiáveis para diagnóstico reside no fato de que muitas crianças obtêm resultados que não revelam suas dificuldades, pelo fato de o teste ser vivenciado como novidade ou por se beneficiarem da relação um a um com o aplicador (HALLOWELL e RATEY, 1999).

O psicólogo deve estar inserido nesse contexto, sendo também um conhecedor do desenvolvimento humano normal para ter condições de detectar as áreas defasadas e comprometidas. Cabe ao psicólogo a função de acompanhar o desenvolvimento cognitivo e as fases do desenvolvimento a que estas se referem pois ele é conhecedor das técnicas de trabalho e o próprio modo de compreender o processo de formalização da aquisição do conhecimento.

Entende-se ainda que o trabalho do psicólogo com enfoque sócio-histórico, é crítica em relação a noção de vocação ou habilidades inatas, portanto, necessita de reflexão sobre as ações realizadas e as consequências destas na vida prática, sendo que o psicólogo não ensina o caminho a seguir, mas sim faz com que o indivíduo tenha meios de escolher e definir um caminho de acordo com as suas reais expectativas (BOCK, 2002).

Nesse sentido, o conhecimento frente à transição de paradigmas passa a ser um tópico importante a ser entendido no contexto docente: as mudanças nos pressupostos teóricos e científicos são constantes, o que atinge sobremaneira a prática profissional deste. Berehoff (apud Gauderer, 1997), relatam que com isso o psicólogo pode influir em vários níveis e desenvolver vários papéis, tais como: investigador e pesquisador, pode atuar junto a uma equipe diagnóstica e de avaliação; psicoterapeuta, em uma abordagem individual; psicoterapeuta, em uma abordagem institucional; consultor institucional e orientador familiar.

A crise do profissionalismo, que constantemente coloca em xeque a maneira de agir, discutindo a necessidade de desenvolver o ensino voltado para a realidade concreta, traz, por sua vez a dicotomia entre a teoria e a experiência aplicada na prática. Dessa forma a profissão do psicólogo apresenta muitos desafios em relação aos portadores de distúrbios e suas famílias. Gauderer (1997), relata que o psicólogo pode desenvolver emoções e sentimentos face às doenças crônicas ou doenças fatais e que esses sentimentos influenciam no diagnóstico.

São questões que envolvem o dia a dia de todos os sujeitos envolvidos no processo e que certamente influenciam os encaminhamentos durante o tratamento, aspectos que devem ser, portanto, conhecidos, discutidos e encaminhados em todas as dimensões, sendo que cabe ao psicólogo estar muito sensível às observações e relatos da família, e para tal é preciso estar atualizado com os trabalhos e pesquisas recentes relativos à sua especificidade para orientar a família. A sua sensibilidade diante do paciente em relação ao nível de comprometimento é

importante para que ele saiba adequar propostas terapêuticas que realmente a beneficiem (Ellis, 1996).

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo tem como problema compreender as causas e consequências relacionadas ao Transtorno de Ansiedade Generalizada- TAG, que conforme o manual de Diagnósticos de Transtornos Mentais (DSM) se caracteriza como uma doença que geralmente atinge indivíduos no início da vida adulta, sendo que ultimamente também é comum sua evidência em crianças, uma vez que estas tem se tornado refém de um mundo imediatista e com poucas possibilidades de atividades livres, comparadas as crianças de algumas décadas atrás.

Entender a realidade e buscar meios para minimizar as situações traumáticas geradas a partir desse contexto se tornam essenciais para conhecer a natureza dessa personalidade, bem como todo o desenrolar da vida do sujeito até as situações desencadeadas pelo comportamento ansioso

Como o Transtorno evidencia atitudes danosas, busca-se entender como conduzir as situações pessoais de indivíduos com tais características de forma a possibilitar um acompanhamento desse problema com atitudes que possam minimizar as situações que se caracterizam como prejudiciais e que levam a pessoa a desenvolver outros sintomas e situações que cada vez mais contribuem para a sua segregação e falta de engajamento na sociedade. A ansiedade pode levar a depressão, a sentimentos negativos e destrutivos fazendo com que a pessoa desenvolva a síndrome do pânico, e ainda como falta de possibilidade de seguir normas e valores morais, éticos e sociais.

Porém, percebe-se que o terapeuta necessita identificar os padrões de comportamento do paciente, sendo esta uma das suas primeiras ações a realizar. Para tanto, precisa conhecer quais foram os problemas que levaram a pessoa a buscar terapia e entender quais pensamentos, emoções e comportamentos estão envolvidos nessas situações.

Dessa maneira, vale reiterar que a ação do psicólogo é de suma importância, principalmente em relação a percepção dos sentimentos e interpretação da subjetividade para melhor entendimento do desempenho acadêmico para aprofundar a compreensão dos mecanismos envolvidos nos quadros apresentados de Transtornos de Ansiedade

Generalizada, pois mesmo considerando a realidade e a evidencia dos sintomas é preciso agir de forma intensa para que o tratamento ofereça resultados mais rápidos e efetivos, o que evidencia que o empenho do profissional é elementar.

REFERÊNCIAS

- ALBRECHT, K. **O gerente e o estresse: faça o estresse trabalhar para você**. Rio de Janeiro: J. Z. E. 2.ed, 1990.
- ALLEN, A.; LEONARD, H.; SWEDO, S. Current knowledge of medications for the treatment of childhood anxiety disorders. **Am Acad Child Adolesc Psychiatry**, 1995. 34:976-86.1.
- ANDERSON, J. et al. DSM-III disorders in preadolescent children. **Arch Gen Psychiatry**, 1987. 44:69-76.
- BOCK, S. D. **Orientação profissional: a abordagem sócio-histórica**. São Paulo: Cortez, 2002.
- BRAZ, A. As implicações das atividades docentes na saúde física e mental do professor. **Revista Terra e Cultura: cadernos de ensino e pesquisa**, Londrina, v. 1, n. 1, p. 25-26, jan/jun 1985.
- DE PAULO, J.; HORTIZ, L. Understanding Depression. **Jonh Wiley & Sons**, 2000.
- ELLIS, K. **Autismo**. Rio de Janeiro: Revinter, 1996.
- FEIJÓ, M.; BERTOLUCCI, C.; REIS, C. **Serotonina e controle hipotalâmico da fome**. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ramb/v57n1/v57n1a20.pdf>>. Acessado em 10/0/2021.
- GAUDERER, C. **utismo e Outros Atrasos do Desenvolvimento – Guia Prático Para Pais e Profissionais**: Revinter, 1997.
- GUISELINI, M. **Aptidão Física, Saúde e Bem-Estar - Fundamentos teóricos e exercícios práticos**. São Paulo: Phorte, 2004.
- HALLOWELL, E.; RATEY, J. **Tendência à distração: identificação e gerência do distúrbio do déficit de atenção da infância à vida adulta**. Rio de Janeiro: Rocco, 1999.
- LIMONGI FRANÇA, A.; RODRIGUES, A. **Stress e trabalho: guia básico com abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas S.A., 1997.
- LÜDKE, M.; ANDRÉ, M. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas**. São Paulo: EPU, 1986.
- MINAYO, M.; SANCHES, O. Quantitativo – Qualitativo: Oposição ou Complementaridade. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, jul/set 1993. 239-248.
- OLIVEIRA, A. **Educação Física no ensino médio - período noturno: um estudo participante**. Campinas: Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP, 1999.
- ROEDER, M. **Atividade física, saúde mental e qualidade de vida: atividade sensório-motora na prevenção, tratamento e reabilitação das pessoas com transtornos mentais e do comportamento (incluindo os transtornos decorrentes do uso de substâncias psicoativas)**. Rio de Janeiro: Shape, 2003.
- SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 23. ed. rev. e atual. ed. São Paulo: Cortez, 2007.
- SOUZA, V.; et al. Perfil das habilidades cognitivas no envelhecimento normal. **Rev. CEFAC**, São Paulo, v. 12(2), abril 2010.
- VERGARA, S. C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 3. ed. ed. São Paulo: Atlas, 2000.

VISMARE, G.; ALVES, G.; PALERMO, A. Depressão, antidepressivos e sistema imune: um novo olhar sobre um velho problema. Revisões da Literatura. **Arch. Clin. Psychiatry**, São Paulo, n. 35 (5), 2008. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-60832008000500004>>. Acessado em 10/0/2021.