

Características do Transtorno de Ansiedade em Meio Acadêmico e Escolar: Uma Revisão Integrativa da Literatura

*Nays Manoela de Lima¹, Diane Lucia de Souza Carvalho²,
Roberta Azevedo Vieira Leite Ramalho³, Micherllayne Alves Ferreira Lins⁴*

Resumo: A ansiedade social ou fobia social é um tipo de ansiedade caracterizada pela excessiva e persistente situação de interação social e desempenho do indivíduo. É uma doença grave e tem histórico que envolvem as ações sociais e familiares. O presente estudo teve como objetivo identificar através de uma revisão literária as características da fobia social nos acadêmicos, mostrando ao leitor os sintomas, a forma de tratamento, como identificar o transtorno, o modo de avaliação, causas, razões, e dentre outras. Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica com abordagem qualitativa realizada na base de dados do BIREME com 12 artigos incluídos e discutidos dentre os autores que tratassem sobre a fobia social em acadêmicos e na idade escolar. Como resultado pode-se observar que a fobia é algo muito presente, possui um tratamento com base na teoria cognitivo-comportamental, instrumento utilizado pelo psicólogo como alternativa de abordagem ao indivíduo com tal problema. É um tipo de ansiedade que acomete mais mulheres e que se não for acompanhado com eficácia pode regredir a recaídas, fazendo com que o indivíduo desenvolva distúrbios bem mais avançados.

Palavras-chaves: transtornos fóbicos, de ansiedade, terapia cognitivo comportamental

Characteristics of Academic and School Anxiety Disorder: An Integrative Review of Literature

Abstract: Social anxiety or social phobia is a type of anxiety characterized by excessive and persistent situation of social interaction and individual performance. It is a serious illness and has a history involving social and family activities. This study aimed to identify through a literature review the characteristics of social phobia in academic, showing the reader the symptoms, how to treat, how to identify the disorder, the manner in, causes, reasons, among others. This is a bibliographic review with qualitative approach held in BIREME database with 12 articles included and discussed among the authors who treat of social phobia in academic and school age. As a result it can be seen that phobia is very present, it has a treatment based on cognitive-behavioral theory, an instrument used by psychologist as an alternative approach to the individual with this problem. It is a type of anxiety that affects more women and that is not accompanied with efficiency may regress relapse, causing the individual to develop far more advanced disorders.

Keywords: phobic disorders, anxiety, therapy cognitive behavioral.

¹ Psicóloga. Faculdade de Ciências da Saúde de Serra Talhada – FACISST. Pós graduada em Saúde Mental e Atenção Psicossocial. naysmanoela@hotmail.com;

² Assistente Social pela Faculdade de Ciências Humanas e Sociais de Serra Talhada. Especialização em Serviço Social e Gestão de Políticas Públicas pela Faculdade de Saúde de Paulista – PE. Psicanalistasdianelucia_10@hotmail.com;

³ Assistente Social pela Universidade do Norte do Paraná. Pós-graduação em Gestão de Políticas Sociais. roberta_avl@hotmail.com;

⁴ Enfermeira pela Faculdade de Enfermagem de Belo Jardim. Mestre em Educação e Saúde. micherllayne@hotmail.com.

Introdução

A fobia social é caracterizada por um medo persistente de situações sociais, onde o indivíduo teme agir de modo que demonstre sintomas de ansiedade, evitam ser observados pelas outras pessoas, e tentam sempre sobressair-se de situações que pra eles pareçam ser humilhantes. Esse transtorno está sendo considerado um problema grave de saúde mental e vem se tornando incapacitante para o indivíduo agir diante das interações sociais, interferindo então nas relações de trabalho, no convívio com amigos, em lugares públicos que estejam cheios; ou nem sempre precisam estar cheios, shows, universidades, escolas, tudo que abrange o social, além disso, é considerado um dos transtornos que acarreta mais prejuízos para o indivíduo (CASTILLO et al., 2000).

Corroborando com a definição acima citada, D'el Rey (2001) e Lamberg (1998) consideram a Fobia Social (FB) como um Transtorno de Ansiedade Social (TAS), sendo este considerado um dos transtornos fóbicos que mais traz prejuízo a população acometida. Muitas vezes, esse transtorno é confundido com a timidez, porém torna-se um transtorno ansioso e de evolução crônica, e pode levar ao indivíduo à prejuízos no trabalho, nas atividades sociais, escolares, no relacionamento familiar, dentre outros (SCHENEIR et al., 1994). Esse transtorno pode ser observado no meio acadêmico, o que condiz com o tema aqui apresentado. Muitos acadêmicos apresentam esse tipo de transtorno, principalmente ao apresentar trabalhos, falar em público ou se relacionar. É observado por Bernik (2005, p.52) que:

O medo de falar em público é umas das manifestações mais comuns da Fobia Social, sendo frequente na população universitária. Desta forma o estudante passara por situações que terá de falar em público se expondo para seus colegas e professores, além da necessidade de fazer parte de um grupo de amigos. Em situações como essas, a fobia social pode resultar em sofrimento excessivo e gerar graves limitações.

Para Menezes et al., (2007) o medo social está associado a algumas situações, tais como, o desempenho em sala de aula, o diálogo ou a apresentação em público, as interações sociais, como a relação de um jovem na faculdade, sua participação em festas, entrevistas de emprego. Os jovens que são diagnosticados com esse tipo de transtorno apresentam muitas vezes uma hipersensibilidade a críticas, não aceitando-as e mantêm uma avaliação negativa a respeito de si mesmo, como sentimento de inferioridade.

O presente trabalho tem como proposta identificar através de uma revisão literária as características da fobia social nos acadêmicos, mostrando ao leitor os sintomas, a forma de tratamento, como identificar o transtorno, o modo de avaliação, causas, razões, e dentre outras.

O tema surgiu devido à presença desse tipo de ansiedade durante a vida acadêmica, assim, buscou-se entender como seria as características desse tipo de transtorno que muitos até desconhecem. O trabalho apresenta-se na abordagem de algumas evidências tais como: às definições de fobia social, sua sintomatologia e as principais causas, a compreensão dos tipos dessa ansiedade na vida acadêmica, o perfil do universitário que pode apresentar esse transtorno e o papel do psicólogo na atenção sob esses aspectos.

É importante frisar que o profissional de nível superior, em destaque o psicólogo, pode contribuir de forma positiva para o enfrentamento desse tipo de transtorno, por esse motivo foi evidenciado seu papel no presente estudo. Espera-se que o trabalho possa contribuir cientificamente para profissionais da área que desejam expandir seus conhecimentos e ao leitor, como universitários que queiram enfrentar seus medos e angústias.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, de aspecto qualitativo, relacionado às descrições e conceitos apresentados por autores que referiram sobre a ansiedade/ fobia social. Foram vistos no site do BIREME, LILACS, SCIELO publicações relacionadas à fobia social totalizando 331 trabalhos. No contexto mais aprofundado foram revisados artigos em português com os descritos apresentados.

Quanto ao período de tempo estudado, foram selecionados artigos de 2000 a 2014, utilizando para esse fim os seguintes descritores: transtornos fóbicos, de ansiedade, teoria comportamental.

O período de busca nessas publicações aconteceu de setembro a dezembro de 2015, através da base de dados online Scielo e Biblioteca Virtual em Saúde, totalizando 12 artigos completos. Para a análise dos dados selecionados, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: artigos em periódicos entre o período de 2000 a 2014, que estivessem inclusos na temática de fobia social.

Resultados

As publicações aqui encontradas se definiram de acordo com os critérios de inclusão, sendo analisados 12 artigos que referissem a temática. O quadro 1 descreve sobre distribuição dos artigos examinados segundo autores sobre sinais e sintomas da Fobia Social, título e ano.

Pode-se destacar que outros autores também trataram sobre o tema do qual pode ser percebido nas discussões apresentadas nesse estudo. É importante perceber a real interação desse tema com a atualidade e disposição sobre as revistas de psicologia.

Neste estudo foram analisados 12 trabalhos científicos que continham o objeto de pesquisa e, após o devido tratamento, os mesmos foram categorizados em áreas temáticas, a saber: transtornos fóbicos, de ansiedade, teoria comportamental, foram excluídos artigos que não estavam compatível com a temática e idioma. A tabela 1 demonstra a quantidade de publicações encontradas nos sites de referência.

Tabela 1 – Demonstrativo de publicações encontradas na internet, base geral de pesquisa com relação à temática.

Assunto Principal	Quantidade	Inclusão
Transtorno fóbico	237	4
Transtorno de ansiedade	44	4
Ansiedade	22	2
Teoria comportamental	13	1
Total	316	11

O quadro 1 faz uma representação sobre os artigos encontrados na literatura que tratam da fobia social e seus principais sinais e sintomas.

Quadro 1 – Distribuição dos artigos examinados segundo autores sobre sinais e sintomas da Fobia Social

Autor	Título	Ano
Nardi, Antonio Egidio	Transtorno de ansiedade social: fobia social, a timidez patológica / Rio de Janeiro; Medsi;	2000

Angélico, Crippa, Loureiro.	Fobia social e habilidades sociais: uma revisão da literatura. <i>Interação em Psicologia</i> , 2006, 10(1), p. 113-125.	2006
Pereira, Lourenço	O estudo bibliométrico do transtorno de ansiedade social em universitários. Arq. bras. psicol. , Rio de Janeiro , v. 64, n. 1, p. 47-62, abr.	2012

Fonte: Dados da Pesquisa.

No primeiro trabalho, o autor ofereceu uma série de hipóteses terapêuticas, diagnósticas e epidemiológicas do Transtorno de Ansiedade Social - TAS. Orienta que com o uso da Escala de Esquiva e Desconforto Social, é possível rastrear comportamentos associados ao TAS, tornando-se necessário, realizar o encaminhamento de pessoas não diagnosticadas à rede de atendimento, pois em muitos casos o TAS é associado à timidez e não é devidamente tratado. Informa que há consenso sobre as diretrizes envolvidas na avaliação e tratamento do TAS, propondo certa uniformidade na atuação dos profissionais de saúde. Propõe como uma perspectiva alternativa a realização de experimentos de realidade virtual com elementos específicos ao TAS.

No segundo trabalho utilizou-se estudos empíricos que abordassem a fobia social e suas associações às habilidades sociais entre 2000-2005, visando a análise crítica das metodologias empregadas nesses estudos. Identificou-se 16 artigos, agrupados para análise em duas categorias: Modalidades Terapêuticas - Aplicação e Comparação de Intervenções Clínicas (N = 6), e Caracterização do Repertório de Habilidades Sociais (N = 10).

Os estudos que compararam abordagens terapêuticas constataram a maior eficiência do treinamento em habilidades sociais (THS) para o desenvolvimento de repertório social mais competente, em comparação com a terapia cognitivo-comportamental. Os estudos de caracterização de perfis (10), relataram que os pacientes com fobia social apresentaram habilidades sociais mais deficitárias, apontando para o benefício potencial da participação em programas de THS.

A análise crítica dos delineamentos apontou para a necessidade de novos estudos com amostras clínicas e não-clínicas, com alocação randômica dos participantes, com diagnóstico preciso e proposição de tarefas de interação contextualizadas, de modo a respaldar a generalização quanto à associação das habilidades sociais e fobia social, e evidenciar a funcionalidade e o processo pelo qual a ansiedade interfere no desempenho social.

No terceiro trabalho, o Transtorno de Ansiedade Social (TAS) ou Fobia Social (FS) foi estudado como uma ansiedade excessiva e persistente nas situações de interação social ou de desempenho. Teve como objetivo avaliar os indicadores bibliométricos da literatura científica entre 2006-2010 (*Pubmed* e *Web of Science*), com relação ao transtorno de ansiedade social/fobia social em estudantes universitários. A amostra de 13 artigos que atendiam à temática estudada, indicaram como resultados que há TAS nos universitários e que este interfere na percepção que o sujeito tem de si, avaliando seu desempenho de forma negativa e crítica.

Nestes casos, observou-se que há ainda muito que se trabalhar em termos de novos estudos que possam subsidiar propostas em termos de políticas públicas mais efetivas no enfrentamento da TAS.

O quadro 2 representa a distribuição de artigos examinados de acordo com as formas de tratamento da fobia social.

Quadro 2 – Distribuição dos artigos examinados segundo autores sobre as formas de tratamento da fobia social

Autor	Título	Ano
Ito, L. M et al.	Terapia cognitivo-comportamental da fobia social. Revista Brasileira de Psiquiatria , 30,96-101.	2008
Castillo, Ana Regina G.L. et al.,	Transtornos de ansiedade. Rev Bras Psiquiatr 2000;22(Supl II):20-3	2000
Almeida, Priscylla Araújo et al.	Desafiando medos: relatos de enfrentamento de usuários com transtornos fóbico-ansiosos. Rev. bras. enferm. [online]. vol.66, n.4, pp.528-534.	2013
Gusmao, Estefanea Élide da Silva et al.	Contribuições da terapia cognitivo-comportamental para o tratamento da fobia social. Rev. bras.ter. cogn. , Rio de Janeiro , v. 9, n. 2, p. 118-125, dez.	2013
Pereira, Anderson Siqueira, Wagner, Marcia Fortes e Oliveira, Margareth da Silva	Déficits em habilidades sociais e ansiedade social: avaliação de estudantes de psicologia. Psicologia da Educação , (38), 113-122.	2014

Fonte: Dados da Pesquisa.

O primeiro artigo revisou aspectos relevantes da fobia social e os estágios de tratamento através da terapia cognitivo-comportamental em crianças, adolescentes e adultos. Os resultados sugeriram que a fobia social é uma condição prevalente e crônica, caracterizada por inibição social e timidez excessiva. Tanto o diagnóstico como o tratamento desse transtorno são comumente determinados pelo nível de incômodo e pelo prejuízo funcional. Estudos

populacionais indicaram taxas de prevalência ao longo da vida para a fobia social entre 2,5 e 13,3%. O estudo concluiu, através de um relato de caso que a terapia cognitivo-comportamental é eficaz tanto para o tratamento tanto de jovens como de adultos com fobia social. Uma vez que a fobia social, com frequência, tem início precoce, a identificação de crianças com risco acentuado para o desenvolvimento de fobia social deve ser priorizada em investigações futuras. O estudo orientou que o tratamento deve ser encerrado quando houver uma diminuição significativa dos sintomas, momento em que deve ser revisado com o paciente tudo o que foi aprendido durante a terapia, para que ele possa se utilizar de tais procedimentos, caso seja necessário, sendo alertado e preparado também para uma eventual recaída.

O segundo artigo nos orienta que, até a década de 80, havia a crença de que os medos e preocupações durante a infância, eram transitórios e benignos. Hoje há um consenso profissional que podem se constituir em transtornos bastante frequentes, causando sofrimento e disfunção à criança ou ao adolescente. A identificação precoce dos transtornos de ansiedade pode evitar repercussões negativas na vida da criança, tais como o absenteísmo e a evasão escolar ou a utilização demasiada de serviços de pediatria por queixas somáticas associadas à ansiedade e até, possivelmente, a ocorrência de problemas psiquiátricos na vida adulta.

O terceiro artigo toma por base que, os transtornos ansiosos são quadros clínicos em que esses sintomas são primários, ou seja, não são derivados de outras condições psiquiátricas (depressões, psicoses, transtornos do desenvolvimento, transtorno hiperativo, etc.). Também que, sintomas ansiosos (e não os transtornos propriamente) são frequentes em outros transtornos psiquiátricos. É uma ansiedade que se explica pelos sintomas do transtorno primário(exemplos: a ansiedade do início do surto esquizofrênico; o medo da separação dos pais numa criança com depressão maior) e não constitui um conjunto de sintomas que determina um transtorno ansioso típico. O Estudo objetivou investigar as formas de enfrentamento utilizadas pelos portadores de transtornos fóbico-ansiosos do Centro de Atenção Psicossocial I, do município de Queimadas-PB, Brasil, no período de outubro a dezembro de 2010.

O material empírico foi produzido por meio de entrevistas e submetido à análise de conteúdo proposta por Bardin. Desse material, foram extraídos os temas principais que formaram a categoria temática denominada *CAPS I como lugar de expressão da subjetividade*, e os eixos temáticos Reconhecimento da doença; Solidão e isolamento; e Família como principal ponto de apoio. Os resultados identificaram que, ao aderir ao tratamento, os usuários começaram a resgatar a autoestima, fortalecer vínculos e a enfrentar os sintomas

biopsicossociais. Ressalta-se a relevância da dimensão afetiva no encontro entre profissionais, usuários e familiares. Conclui-se que a prática humanizada garante e estimula a integração entre os processos de trabalho e os projetos de vida dos usuários.

O quarto trabalho objetivou realizar uma revisão da literatura acerca das perspectivas e intervenções da terapia cognitivo-comportamental sobre a fobia social. Inicialmente, apresenta-se uma explanação desse transtorno, para, posteriormente, apontar possíveis intervenções para essa psicopatologia. No decorrer do estudo, pode-se verificar que essa enfermidade causa bastante comprometimento nas mais diversas esferas da vida social e pessoal, em decorrência de suas comorbidades e cronicidade, assim como, por ser debilitante, sendo um dos transtornos mais prevalentes na população em geral. Frente a isso, propõe ser de grande relevância que o diagnóstico e a intervenção sejam iniciados o mais breve possível. Destaca-se a psicoterapia e a farmacologia como as principais formas de intervenção. Igualmente, ressalta-se a psicoterapia de base cognitivo-comportamental como uma das abordagens que tem demonstrando grande eficácia no tratamento. Isso posto, apresenta algumas técnicas de intervenção: reestruturação cognitiva, treino de relaxamento, treino de habilidades sociais, experimentos comportamentais e indicações farmacoterápicas. Concluiu-se que é fundamental as pesquisas apresentarem maior quantidade de estudos empíricos que verifiquem mais detalhadamente a eficácia das diferentes perspectivas ou modelos teóricos e de técnicas de intervenção cognitivo-comportamentais.

O quinto trabalho trata sobre a ansiedade social e déficits nas habilidades sociais como propensos a trazerem diversos prejuízos na prática do psicólogo, visto que essa profissão é baseada na relação que o profissional estabelece com seus clientes. O artigo teve como objetivo a avaliação de estudantes de Psicologia em relação a esses problemas. Participaram do estudo 69 estudantes provenientes de duas universidades privadas do Rio Grande do Sul que responderam uma ficha sócio-demográfica e os instrumentos IHS-Del-Prette e CASO A30. Os resultados indicaram que 23% dos estudantes apresentam indícios de Transtorno de Fobia Social e 43,5% apresentam déficits nas habilidades sociais em pelo menos um dos fatores avaliados pelo IHS-Del-Prette, e autoafirmação do afeto positivo e autoestima, e enfrentamento e autoafirmação com risco (F2 e F1 do IHS-Del-Prette, respectivamente) foram os fatores nos quais mais indivíduos apresentaram pontuações baixas.

Os resultados demonstram que uma parcela considerável dos estudantes apresentou dificuldades e necessidade de uma atenção maior por parte das universidades em relação ao

desenvolvimento de habilidades sociais e de estratégias para lidar com a ansiedade social. Fatores que são importantes na atuação desses futuros psicólogos.

A tabela 2 representa os fatores associados às respostas segundo dois autores Bystrisky e Pollack, o qual instituíram pesquisas sobre os fatores associados à ansiedade. É possível perceber que há fatores relacionados à patologia, ao paciente, ao profissional, ao ambiente; assim como Pollack entende as relações entre paciente, tratamento e logística. Esses fatores são de suma importância para conhecer e representar a terapia e tratamento desses pacientes.

Tabela 2 – Apresentação dos fatores associados às respostas segundo Bystrisky e Pollack sobre a fobia social

Fatores associados a pouca resposta segundo Bystrisky	Fatores associados a pouca resposta segundo Pollack
<u>Relacionados à patologia</u> Desconhecimento da fisiopatologia; participação de múltiplos neurotransmissores; sistema diagnóstico impreciso; limitação dos tratamentos biológicos	<u>Relacionados ao paciente</u> Comorbidade; pouca adesão ao tratamento
<u>Relacionados ao paciente</u> Gravidade; comorbidades clínicas e psiquiátricas; não adesão ao tratamento; fatores culturais	<u>Relacionados ao tratamento</u> Diagnóstico incompleto; intervenção inadequada; dose e duração de medicação insuficiente
<u>Relacionados ao profissional</u> Falta de conhecimento no atendimento primário; falta de treinamento em terapia cognitivo-comportamental; limitação na relação médico-paciente pelo custo do tratamento	<u>Relacionados à logística</u> Escassez de treinamento dos profissionais; sistemas de saúde inadequados
<u>Relacionados ao ambiente</u> Estressores graves ou persistentes; estressores na infância; ciclos vitais	

Fonte: Menezes et al., 2007.

O quadro 3 faz referência a distribuição dos artigos examinados de acordo com a identificação do transtorno, avaliação, causas e consequências.

Quadro 3 – Distribuição dos artigos examinados segundo autores sobre considerações gerais para a Fobia Social

Autor	Considerações	Ano
D'El Rey, <i>Gustavo J. Fonseca</i>	Confundida com a timidez, a fobia social é um transtorno mental severo que traz sofrimento e incapacitação. O medo da avaliação negativa é um aspecto importante deste transtorno. Muitas pessoas com fobia social experienciam sua doença em silêncio e sem tratamento adequado. A fobia social com frequência leva as pessoas acometidas a uma limitação funcional importante e que pode ser medida nas áreas educacional, profissional e social.	2001

Terra, Mauro Barbosa; Figueira, Ivan e Athayde, Luciana Dias	Mostraram em seu estudo que o transtorno tende a começar antes do uso de drogas, enquanto que outros autores relatam que o transtorno inicia depois. Os achados confirmam a elevada frequência de fobia social em pacientes dependentes de substâncias psicoativas e reforçam a hipótese da auto-medicação nesta comorbidade, uma vez que esta fobia tende a preceder o uso de drogas. Quanto ao transtorno de pânico, na amostra, este parece derivar de uma complicação do uso de substâncias psicoativas.	2003
D'El Rey, Pacini, Chavira	Este estudo relata a prevalência e o impacto na escolaridade da fobia social em uma amostra de adolescentes da cidade de São Paulo, SP, Brasil. O Inventário de Fobia Social (SPIN) foi administrado em 116 estudantes adolescentes de 5a, 6a, 7a e 8a séries de ambos os sexos. A prevalência da fobia social foi de 7,8% na amostra de adolescentes, com maior incidência entre estudantes do sexo feminino, com idade entre 12 e 15. O impacto negativo na escolaridade foi grande, aproximadamente 89% dos adolescentes com fobia social repetiram a escola ao menos uma vez. Os estudos relatam que a fobia social tem seu início na adolescência, segue um curso crônico, trazendo sofrimento e um impacto negativo sobre a vida de seus portadores. Os resultados deste estudo sugerem que devemos identificar e tratar os casos de fobia social nos adolescentes, pois desta maneira podemos minimizar senão todas, ao menos as principais seqüelas que o transtorno deixa na vida de seu portador, visando desta maneira reduzir o alto preço que o fóbico social tem de pagar pelas limitações impostas em seu funcionamento educacional, social e ocupacional.	2006

Fonte: Dados da Pesquisa.

Discussões

É importante que se tenha conhecimento de que a fobia social não é apenas uma timidez. O indivíduo que tem essa doença, passa por medos que causam sensações de total desconforto, pois se sentem inferior a outras pessoas, sempre vivem com pensamentos que as fazem se auto desmotivar, se sentem humilhadas por se acharem incapazes de produzir algo. Tudo isso se torna uma grande interferência nas relações sociais. Esse transtorno afeta muito de forma negativa a vida do sujeito, seja individualmente como socialmente, o mesmo trás consigo consequências que acabam sendo prejudicial em aspectos importantes da vida, como não ter amizades, não participar de entrevistas de emprego, não ter relacionamentos amorosos, etc. Com isso uma grande solidão se torna companheira que prejudica tudo.

O transtorno de ansiedade social, pode surgir a partir de um trauma infantil como experiências negativas que contaminam o psicológico da criança provocando grandes

problemas futuros. Muitas vezes o ambiente familiar em vez de ajudar na formação do filho como sujeito, acabam atrapalhando no desenvolvimento biopsicossocial da criança, tudo isso gera medo de se relacionar com a sociedade. Existem muitos pais superprotetores e autoritários demais que acabam sendo um grande reforço para o crescimento desse transtorno.

Esse transtorno causa um misto de sentimento como alívio e culpa, alívio por ter se livrado de uma apresentação na escola por exemplo, e culpa por se sentir incompetente em não conseguir realizar projetos. Esses sentimentos ocupam a mente do sujeito travando uma batalha dentro de si. Os problemas causados pela fobia se agravam pelo fato de outras pessoas não entenderem que a mesma não é apenas um medo ou uma timidez qualquer e cobram do fóbico algo que ele não consegue superar sozinho.

O sujeito com fobia social, tem consciência do que está acontecendo ao seu redor, porém não conseguem enfrentar as dificuldades que surgem. Com tudo, é de suma importância que o sujeito procure ajuda de um profissional que o oriente com um tratamento adequado para que o mesmo possa ter uma vida ativa.

Os autores Angélico, Crippa e Loureiro (2006) referem que os indivíduos com fobia social manifestam um medo excessivo, persistente e irracional de serem vistos comportando-se de um modo humilhante ou embaraçoso – pela demonstração de ansiedade ou de desempenho inadequado – e de consequente desaprovação ou rejeição por parte dos outros.

Já para Pereira e Lourenço (2012) Os medos relacionados à exposição são de parecer ridículo, dizer tolices, ser observado pelas outras pessoas, interagir com estranhos ou pessoas do sexo oposto, ser o centro das atenções, comer, beber ou escrever em público, falar ao telefone e usar banheiros públicos. Essas situações, quando não podem ser evitadas, geralmente vêm acompanhadas por uma grande ansiedade e, às vezes, por sintomas como palpitação, rubor, tremor, diarreia, tensão muscular e sudorese.

O autor Nardi (2000) complementa que outros sintomas também são frequentes como: medo excessivo de um objeto ou situação; comportamento de esquiva em relação ao objeto temido; grande ansiedade antecipatória, quando próximo do objeto ou situação em questão; ausência de sintomas ansiosos quando longe da situação fóbica.

Para Gusmão et al., no trabalho definido como “Contribuições da terapia cognitivo-comportamental para o tratamento da fobia social” foi possível perceber que a Terapia de Cognitivo-comportamental considerada uma intervenção breve, estruturada e focada na

resolução de problemáticas. Essa terapia vai muito além de ser uma forma de tratamento, também configura uma teoria de personalidade e da psicopatologia.

Para Pereira, Wagner e Oliveira (2014) dentre as habilidades sociais e profissionais dos psicólogos pode-se destacar o sucesso terapêutico nesse tipo de patologia, e advém do estabelecimento de uma aliança terapêutica entre o psicólogo e o paciente, o que envolve a busca do entendimento do paciente, de empatia e do uso da expressão corporal, do tom de voz, além de intervenções claras e não-impositivas, buscando que o paciente se sinta em um ambiente seguro, compreensivo, colaborativo e cordial.

Na percepção de Ito et al., (2008) quanto ao término do tratamento, este deve ser encerrado quando houver uma diminuição significativa dos sintomas, momento em que deve ser revisado com o paciente tudo o que foi aprendido durante a terapia para que ele possa se utilizar de tais procedimentos, caso seja necessário, sendo alertado e preparado também para uma eventual recaída.

Para Almeida et al., (2013) pode-se dizer que o primeiro passo do tratamento é sensibilizar o paciente de que a fobia social é uma doença, e por isso pode e deve ser tratada, o que, geralmente, não é difícil, pois o sofrimento significativo torna esses pacientes receptivos à possibilidade de ajuda.

Segundo Castillo et al., (2000) o tratamento para fobias específicas mais utilizadas nos dias atuais são as terapias comportamentais de acordo com a prática clínica. O tratamento farmacológico das fobias específicas não tem sido utilizado na prática clínica e são poucos os estudos sobre o uso de medicações nesses transtornos.

Dessa forma, é possível perceber que os autores enfatizam que o tratamento do paciente com fobia social precisa ter essencialmente o acompanhamento de psicólogos, para que o tratamento tenha sucesso e evitar-se uma possível recaída.

Para Menezes et al., (2007) os transtornos de ansiedade, além de prevalentes, estão associados a importantes prejuízos funcionais. Apesar de avanços recentes no manejo e na compreensão desses transtornos, o tratamento da ansiedade ainda constitui um desafio para a prática clínica. Diversas intervenções têm se mostrado eficazes na redução dos sintomas ansiosos; no entanto, muitos pacientes continuam a apresentar sintomas e limitações. O autor ainda complementa que:

A resistência ao tratamento tem especial relevância nos transtornos de ansiedade. Isto porque essas condições clínicas estão associadas a maiores taxas de mortalidade e morbidade, pior qualidade de vida e grande custo social em um grande contingente de indivíduos. Há diversos fatores envolvidos na ausência de resposta ao tratamento e a compreensão adequada desse fenômeno é fundamental para o auxílio aos pacientes. Embora a relevância do tema seja indiscutível, há poucos estudos que investigam de forma sistematizada a resposta inadequada ao tratamento nos transtornos de ansiedade. O desenvolvimento de novas e efetivas estratégias para lidar com esta problemática é fundamental. Novas abordagens terapêuticas e estratégias claras, baseadas em evidências, podem significar maiores taxas de resposta e menores prejuízos associados a esses transtornos.

De acordo com os autores D'El Rey; Terra, Figueira e Athayde; D'El Rey, Pacini, Chavira apresentados no quadro 2 é possível observar que a fobia social está tornando-se cada vez mais frequente e intimamente com maior destaque. Ainda configura-se que a maioria dos a fobia tem uma real influência na infância, porém é na adolescência que ela se desenvolve com mais intensidade.

Considerações Finais

O estudo apresentou uma série de indagações sobre a ansiedade ou comumente chamada de fobia social. Foi possível perceber em publicações que os transtornos de ansiedade são realmente condições psiquiátricas e precisam ser discutidas, pois estão mais presentes e determinam certo prejuízo social, piorando assim a qualidade de vida do indivíduo e um enorme custo social.

Muitas são as medicações disponíveis para os tratamentos do transtorno e estão disponíveis para a população em geral, porém o que foi percebido em alguns artigos estudados foi que alguns pacientes não respondem de forma ativa e adequada ao tratamento e muitos permanecem com sintomas residuais. Ainda foi percebido nos estudos aqui apresentados que a fobia social é considerada uma condição prevalente e crônica, e está caracterizada pela inibição social e timidez excessiva, o que pode ser visto com maior intensidade na adolescência e nos acadêmicos.

Foi identificado que as principais técnicas aplicadas por psicólogos para o tratamento é a terapia cognitivo-comportamental, está transcrita por várias literaturas como eficaz tanto para o tratamento de jovens quanto de adultos com a fobia social.

Referências

- ABUMUSSE, L. V. M. **Transtorno de ansiedade social e os prejuízos funcionais relacionados à vida cotidiana: validação de escalas**. Tese de doutorado, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 210pp. 2009.
- ALMEIDA, Priscylla Araújo et al. Desafiando medos: relatos de enfrentamento de usuários com transtornos fóbico-ansiosos. **Rev. bras. enferm.** [online]. 2013, vol.66, n.4, pp.528-534. ISSN 0034-7167.
- ANGÉLICO, A.P., CRIPPA, J.A.S., LOUREIRO, S.R. **Fobia social e habilidades sociais: uma revisão da literatura** Interação em Psicologia, 2006, 10(1), p. 113-125.
- CASTILLO, A. R. GL; RECONDO, R.; ASBAHR, F.R and MANFRO, Gisele G. **Transtornos de ansiedade**. Rev. Bras. Psiquiatr.[online]. 2000, vol.22, suppl.2, pp. 20-23. ISSN 1809-452X.
- D'El Rey, G. J. F. Fobia social: mais do que uma simples timidez. **Arquivos de Ciências da Saúde da Unipar**, 5, 273-276. 2001.
- D'el Rey, G.J.F., PACINI, C.A., CHAVIRA, D.J.F. Fobia social em uma amostra de adolescentes. **Estudos de Psicologia** 2006, 11(1), 111-114
- D'EL REY, Gustavo J. Fonseca and PACINI, Carla Alessandra.Terapia cognitivo-comportamental da fobia social: modelos e técnicasCognitive-behavioral therapy of social phobia: models and techniquesTerapia cognitivo-comportamental de la fobia social: modelos y técnicas. **Psicol. estud.** [online]. 2006, vol.11, n.2, pp. 269-275. ISSN 1807-0329. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722006000200005>.
- FIGUEREDO, L. Z. P. & BARBOSA, R. V. Fobia social em estudantes universitários. **Conscientia e Saúde**, 7 (1), 109-115. 2008.
- HEIMBERG, R. G. Current status of psychotherapeutic interventions for social phobia. **Journal of Clinical Psychiatry**, 62(1), 36-42. 2001.
- ITO, L. M., ROSO, M. C., TIWARI,S., KENDALL, P. C., & ASBAHR, F. R. Terapia cognitivo-comportamental da fobia social. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 30,96-101. 2008.
- KINRYS, G. & WYGANT, L. E. Transtornos de ansiedade em mulheres: Gênero influencia o tratamento? **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 27,43-50. 2005.
- KNIJNIK, D. Z. **Fobia Social Generalizada: um estudo comparativo de duas modalidades terapêuticas**. Tese de doutorado, programa de Pós-Graduação em Ciência Médicas: Psiquiatria, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 131pp. 2008.

KNIJNIK, D. Z., KRUTER, B., CORDIOLI, A. V., KAPCZINSKI, F. Tratamento Farmacológico na fobia social: diretrizes e algoritmo. Porto Alegre: Artmed. 2005.

KNIJNIK, D.Z et al. Psicoterapia psicodinâmica em grupo para fobia social generalizada. **Rev Bras Psiquiatr**;26(2):77-81. 2004.

LINCOLN, T. M., RIEF, W., HAHLEWEG, K., FRANK, M., SCHROEBER, B. & FIEGENBAUM, W. **Effectiveness of an empirically supported treatment for social phobia in the field. Behaviour Research and Therapy**, 41(11), 1251- 1269. 2003.

LOPES, C.C.; CARVALHO, S.C.; BARBOSA, M.R. Tratamento de fobia específica por dessensibilização e reprocessamento por meio dos movimentos oculares. **Psicol. teor. Prat**; 16(1):31-42, abr. 2014.

MARTINS, A.C., ALMEIDA, J.P., VIANA, V. **Ansiedade Social na Infância e Pré-Adolescência: Adaptação para o Português de Portugal da SASC-R**. Psicol. Reflex. Crit. vol.27 no.2 Porto Alegre 2014.

MENEZES, G.B, et al. Resistência ao tratamento nos transtornos de ansiedade: fobia social, transtorno de ansiedade generalizada e transtorno do pânico. **Rev Bras Psiquiatr**, Porto Alegre, n.29, supl.2, p55-60, 2007

MEIRA, C.H.M.G.; NUNES, M.L.T. PSICOLOGIA CLÍNICA, PSICOTERAPIA E O ESTUDANTE DE PSICOLOGIA. *Paidéia*, 2005, 15(32), 339-343.

MINERVINO, A., FERNANDES T. A. B. & PONTES, A. (2002). Fobia social em estudantes universitários: uma investigação preliminar [Especial] seção. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 24(2), 26-43. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151644462002000600004&ln=en&nrm=iso. Acesso em 27 de Janeiro de 2011.

NARDI, A. E. **Transtorno de ansiedade social: fobia social – a timidez patológica**. Rio de Janeiro: Medsi. 2000.

PEREIRA, Anderson Siqueira; WAGNER, Marcia Fortes e OLIVEIRA, Margareth da Silva. Déficit em habilidades sociais e ansiedade social: avaliação de estudantes de psicologia. **Psicol. educ.** [online]. 2014, n.38, pp. 113-122. ISSN 2175-3520.

PEREIRA, S.M.; LOURENÇO, L.M. **O estudo bibliométrico do transtorno de ansiedade social em universitários**. v. 64, n. 1 2012.

SALDANHA, Ana Alayde e BATISTA, José Roniere Moraes. A concepção do role-playing game (RPG) em jogadores sistemáticos. **Psicol. cienc. prof.** [online]. 2009, vol.29, n.4, pp. 700-717. ISSN 1414-9893.

SCARPATO, A.T. O estranho que me habita: a síndrome do pânico numa perspectiva formativa. **Revista Reichiana do Instituto Sedes Sapientiae**, São Paulo, número 10, 2001, p.50-66.

SILVA, A.T.B., GUERRA, B.T. O impacto da depressão para as interações sociais de universitários. *Psicologia do Desenvolvimento. Estudos e Pesquisas em Psicologia*. Rio de Janeiro. v. 14. n. 2. p. 429-452. 2014.

SOARES, J.M.A et al. **Introdução à psicopatologia e aos transtornos mentais. Políticas e cuidado em saúde mental: contribuições para a prática profissional**. Rio de Janeiro, Editora Fiocruz, 2014. P.99-119, tab.

TERRA, M. B. **Fobia Social e Alcoolismo: um estudo da comorbidade**. Tese de doutorado, Programa de Pós-Graduação em Ciências, Universidade Federal de São Paulo, 172pp. 2005.

TERRA, M.B., FIGUEIRA, I., ATHAYDE, L.D. Fobia social e transtorno de pânico: relação temporal com dependência de substâncias psicoativas. **R. Psiquiatr. RS**, 25'(3): 436-443, set./dez. 2000.

REPPOLD, C. T. & HUTZ, C. S. Exigência e responsividade parental como preditores de depressão em adolescentes no sul do Brasil. **Avaliação psicológica**, 3, 175-184. 2003.



Como citar este artigo (Formato ABNT):

LIMA, Nays Manoela de; CARVALHO, Diane Lucia de Souza; RAMALHO, Roberta Azevedo Vieira Leite; LINS, Micherllayne Alves Ferreira. Características do Transtorno de Ansiedade em Meio Acadêmico e Escolar: Uma Revisão Integrativa da Literatura. **Id on Line Rev.Mult. Psic.**, Outubro/2019, vol.13, n.47, p. 1236-1251. ISSN: 1981-1179.

Recebido: 23/10/2019

Aceito: 29/10/2019.