



AFYA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA PARAÍBA
CURSO DE BACHARELADO EM MEDICINA

ANA BEATRIZ VALENÇA BRANCO NUNES
LUCAS LIMA SERRANO LEÃO
MARIA LUÍZA BARROS PAIVA DE LUCENA

ANSIEDADE EM CRIANÇAS: FATORES ASSOCIADOS E CONSEQUÊNCIAS PSICOSSOCIAIS

Cabedelo – PB
2024

ANA BEATRIZ VALENÇA BRANCO NUNES

LUCAS LIMA SERRANO LEÃO

MARIA LUÍZA BARROS PAIVA DE LUCENA

ANSIEDADE EM CRIANÇAS: FATORES ASSOCIADOS E CONSEQUÊNCIAS PSICOSSOCIAIS

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Afya Faculdade de
Ciências Médicas da Paraíba como
requisito parcial para a obtenção do grau
de Bacharel em Medicina.

Orientadora: Lara de Sá Neves Loureiro

Biblioteca Afya Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba – Afya Paraíba

- N972 Nunes, Ana Beatriz Valença Branco.
Ansiedade em crianças: fatores associados e consequências psicossociais / Ana Beatriz Valença Branco Nunes; Lucas Lima Serrano Leão; Maria Luíza Barros Paiva de Lucena. – Cabedelo, 2024.
16 f.
- Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Medicina) – Afya Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba, 2024.
Orientadora: Lara de Sá Neves Loureiro.
1. Crianças. 2. Psiquiatria. 3. Transtornos de Ansiedade. I. Leão, Lucas Lima Serrano. II. Lucena, Maria Luíza Barros Paiva de. III. Loureiro, Lara de Sá Neves. IV. Título.

CDU: 616.89

Ansiedade em crianças: fatores associados e consequências psicossociais

Anxiety in children: associated factors and psychosocial consequences

Ana Beatriz Valença Branco Nunes¹, Lucas Lima Serrano Leão², Maria Luíza Barros Paiva de Lucena³.

¹ Graduação em Medicina - Afya – Ciências Médicas da Paraíba

RESUMO

Objetivo: Analisar a produção científica sobre ansiedade em crianças, com ênfase nos fatores associados ao seu desenvolvimento e nas consequências psicossociais. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada no primeiro semestre de 2024, nas bases de dados: LILACS, PubMed, SciELO e APA PsycINFO. Foram selecionados 30 artigos que abordaram diversos aspectos relacionados à ansiedade infantil, publicados no período de 2019 a 2023. **Resultados:** Foi possível evidenciar que os fatores genéticos, ambientais e psicológicos estão associados ao desenvolvimento da ansiedade em crianças. Além disso, a ansiedade em crianças pode ter impactos significativos no desempenho escolar, no comportamento e na qualidade de vida da criança e da família. Espera-se que os resultados deste estudo possam subsidiar a elaboração de políticas públicas e práticas clínicas mais eficazes no enfrentamento da ansiedade infantil. **Considerações finais:** A presente pesquisa contribui para a compreensão mais aprofundada da ansiedade em crianças e destaca a importância de abordagens integradas para prevenção e intervenção. **Palavras-chave:** Transtornos de Ansiedade, Crianças, Psiquiatria.

ABSTRACT

Objective: To analyze scientific production on anxiety in children, with an emphasis on factors associated with its development and psychosocial consequences. **Methods:** This is an integrative literature review, carried out in the first half of 2024, in the following databases: LILACS, PubMed, SciELO and APA PsycINFO. Thirty articles were selected that addressed various aspects related to childhood anxiety, published between 2019 and 2023. **Results:** It was found that genetic, environmental, and psychological factors are associated with the development of anxiety in children. In addition, anxiety in children can have significant impacts on school performance, behavior, and the quality of life of the child and family. It is hoped that the results of this study can support the development of public policies and more effective clinical practices in dealing with child anxiety. **Final Considerations:** This study contributes to a deeper understanding of anxiety in children and highlights the importance of integrated approaches to prevention and intervention. **Key words:** Anxiety Disorders, Children, Psychiatry.

INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais são doenças que estão ganhando, a cada dia, mais enfoque, visto que há um aumento da incidência desses distúrbios mundialmente, afetando todas as faixas etárias, da infância à senescência (Parra; Pareja, 2023). Dessa forma, faz-se necessário, cada vez mais,

ampliar o debate acerca do adoecimento mental, provendo suporte e tratamento para todos os indivíduos afetados, inclusive as crianças.

Erroneamente, pensa-se que as crianças estão em uma posição além das patologias psiquiátricas, como fossem incapazes de processar a realidade e de ter sofrimento em decorrência do seu meio. Em verdade, estima-se que cerca de 8% dos pré-escolares apresentam alguma queixa notável ou possuem algum transtorno de ansiedade, afetando substancialmente sua saúde mental e orgânica, repercutindo no rendimento escolar e no seu convívio social com a família e com os amigos, podendo ter consequências até a vida adulta (Guancino; Toni; Batista, 2020).

Dessa forma, a ansiedade é uma das condições mentais mais prevalentes em todo o mundo, afetando indivíduos de todas as idades. Na infância, a ansiedade assume características particulares, influenciadas pelo desenvolvimento cognitivo e emocional em curso. Ela pode manifestar-se de diversas formas, como medos específicos, ansiedade de separação, fobias sociais, entre outras, impactando significativamente o bem-estar e o funcionamento diário das crianças. Estudos epidemiológicos indicam que a prevalência de transtornos de ansiedade na infância varia entre 6% e 20%, dependendo da população estudada e dos critérios diagnósticos utilizados (Lu *et al.*, 2021).

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) e outros estudos revelam que a ansiedade é frequentemente subdiagnosticada e subtratada em crianças, o que agrava a situação e leva a consequências duradouras (World Health Organization, 2020; Racine *et al.*, 2020). A detecção precoce e o manejo adequado são fundamentais para mitigar os efeitos adversos dessa condição. Além disso, a ansiedade não tratada pode evoluir para problemas mais graves na adolescência e na vida adulta, como depressão, uso de substâncias e dificuldades acadêmicas e sociais (Ghandour *et al.*, 2019; Lawrence *et al.*, 2019).

Apesar de ser relevante, a ansiedade em crianças muitas vezes é subestimada ou negligenciada, o que pode ter graves consequências a longo prazo para a saúde mental e emocional desses indivíduos. Dessa forma, é crucial compreender os fatores que contribuem para o desenvolvimento da ansiedade na infância, bem como suas consequências psicossociais, a fim de fornecer intervenções eficazes e prevenir o agravamento desses quadros.

Considerando o exposto, o presente estudo tem como objetivo analisar a literatura científica sobre a ansiedade em crianças, com foco nos fatores que influenciam seu desenvolvimento e nas consequências psicossociais para a criança e para a família. Através da análise e síntese dos estudos selecionados, busca-se identificar lacunas no conhecimento atual e fornecer informações para a criação de estratégias preventivas e intervenções mais eficazes em relação à ansiedade infantil.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que foi realizada no primeiro semestre de 2024. Na presente pesquisa, buscou-se identificar as lacunas no conhecimento acerca da ansiedade em crianças, tendo como propósito responder a seguinte questão norteadora: Qual o conhecimento científico produzido sobre a ansiedade na infância, com ênfase nos fatores associados ao desenvolvimento da ansiedade em crianças e nas consequências decorrentes da ansiedade para a criança e para família?

A coleta de dados foi efetivada por meio da busca online de artigos publicados no período de 2019 a 2023, nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *National Library of Medicine* (NLH, PubMed), *Scientific eletronic Library Online* (SciELO) e *American Psychological Association* (APA PsycINFO). Foram utilizadas as seguintes palavras-chave como termos de busca: "ansiedade infantil", "transtornos de ansiedade", "fatores associados à ansiedade em crianças", "consequências psicossociais da ansiedade em crianças". Ressaltando que foram utilizadas combinações entre essas palavras-chave com o emprego do operador booleano "and".

A seleção de estudos foi realizada considerando os seguintes critérios de inclusão previamente definidos: artigos que abordam a ansiedade em crianças, publicados nos últimos cinco anos, em periódicos científicos revisados por pares nos idiomas inglês, português e espanhol e disponíveis na íntegra. Por sua vez, foram excluídos os artigos em duplicidade e que não estavam disponíveis gratuitamente.

Na busca realizada foram identificados no total 51 artigos, sendo 25 na base de dados LILACS, 11 PubMed e 15 na SciELO. Destes, foram excluídos os artigos que apresentaram fuga ao tema (20) e que estavam em duplicidade (1), resultando na seleção final de 30 artigos para o presente estudo.

RESULTADOS

A fim de viabilizar a compreensão das informações e a categorização dos estudos, utilizou-se um instrumento de extração de dados contendo as seguintes informações: título, ano de publicação, idioma, base de dados e principais resultados, conforme ilustrado no Quadro 1. Esses achados foram analisados e organizados com base em temas comuns encontrados na literatura.

Quadro 1 - Caracterização dos estudos selecionados. João Pessoa - PB, 2024.

Título do Artigo	Ano	Base de Dados	Idioma	Principais achados
De pais para filhos: transmissão vertical e ambiental da ansiedade	2023	SciELO	Português	O tratamento adequado das perturbações de ansiedade em uma geração pode reduzir a

				sua prevalência nas gerações futuras.
Salud mental de niños, niñas y adolescentes durante la pandemia COVID-19: Descripción de diagnósticos atendidos en urgencia psiquiátrica Hospital Las Higueras, Talcahuano	2023	Scielo	Espanhol	O transtorno de ansiedade foi o diagnóstico mais prevalente, juntamente com os transtornos emocionais e comportamentais no período da pandemia de Covid-19.
Transtornos psiquiátricos em adolescentes durante a situação epidemiológica causada pelo COVID-19	2021	Scielo	Espanhol	O estresse manifestou-se na maioria dos adolescentes, que apresentaram elevados estados de ansiedade e depressão durante o quadro epidemiológico causado pelo COVID-19.
Impacto emocional imediato do COVID-19 em crianças e adolescentes e suas famílias	2020	Scielo	Português	Verificou-se que o diagnóstico de Covid-19 impactou mais os pais que os filhos e que as crianças com problemas prévios de saúde apresentaram mais sintomas de ansiedade.
Prevenção de Ansiedade Infantil a partir do Método <i>Friends</i>	2020	Scielo	Português	Os estudos apontam a diminuição total de sintomas de ansiedade nas crianças submetidas ao método.
Psychosocial predictors of social anxiety in children	2020	Scielo	Inglês	Há uma forte relação entre a ansiedade social e outros transtornos psiquiátricos, sendo fundamental a intervenção precoce
The effects of parental depression and anxiety on child behavior from 6 to 12 years old: a review	2020	Scielo	Inglês	Os dados levantados sugerem que pais com adoecimento mental podem influenciar diretamente seu desenvolvimento nos filhos.
Anxiety in Malaysian children and adolescents: validation of the Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders (SCARED)	2020	Scielo	Inglês	A escala SCARED mostrou-se como um bom instrumento de triagem para uma amostra comunitária de crianças e de adolescentes malaios.
Salud mental infantil: una prioridad a considerar	2020	Scielo	Espanhol	Verificou-se um aumento substancial de distúrbios psiquiátricos ao longo de 15 anos de pesquisa.

Mental health among students with neurodevelopment disorders: case of dyslexic children and adolescents	2021	Scielo	Inglês	Em geral, os disléxicos eram mais ansiosos, mais deprimidos e tinham a autoestima perturbada em comparação com seus pares não disléxicos.
International consensus on a standard set of outcome measures for child and youth anxiety, depression, obsessive-compulsive disorder, and post-traumatic stress disorder	2021	PubMed	Inglês	A aplicação de escalas padronizadas auxilia no rastreio de sintomas, pensamentos e comportamentos suicidas.
Does the treatment of anxiety in children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) using cognitive behavioral therapy improve child and family outcomes? Protocol for a randomized controlled trial	2019	PubMed	Inglês	A aplicação de terapias adequadas parece diminuir a incidência de algum transtorno de ansiedade em crianças com TDAH.
Impact of COVID-19 on Mental Health in Adolescents: A Systematic Review	2021	PubMed	Inglês	Avaliou-se o impacto qualitativo da pandemia de Covid-19 na saúde mental de adolescentes.
The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review	2023	PubMed	Inglês	Necessidades especiais e a presença de transtornos mentais antes do lockdown, juntamente com a exposição excessiva à mídia, foram fatores de risco significativos para a ansiedade.
School-based interventions to prevent anxiety and depression in children and young people: a systematic review and network meta-analysis	2019	PubMed	Inglês	Faltaram evidências para apoiar qualquer tipo de intervenção que fosse eficaz para prevenir a depressão em contextos primários ou secundários universais ou direcionados.
Cognitive behavioural therapy for anxiety disorders in children and adolescents	2020	PubMed	Inglês	As revelaram que a TCC não foi mais eficaz do que os tratamentos de controle ativo sem TCC ou TAU na redução de diagnósticos de ansiedade.
The potential impact of the COVID-19 pandemic on child growth and development: a systematic review	2021	PubMed	Inglês	Situações de estresse sanitário contribuem para o estresse entre pais e filhos e ameaçam o desenvolvimento infantil
Internet and Computer-Based Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety and Depression in Adolescents and Young Adults: Systematic Review and Meta-Analysis	2020	PubMed	Inglês	A TCC produziu efeitos semelhantes aos dos controles ativos do tratamento em relação aos sintomas de ansiedade.

Association of Screen Time With Internalizing and Externalizing Behavior Problems in Children 12 Years or Younger: A Systematic Review and Meta-analysis	2022	PubMed	Inglês	Verificou-se que a exposição excessiva a telas está significativamente associada a problemas de comportamento em crianças
Client-rated facilitators and barriers to long-term youth anxiety disorder recovery	2022	PubMed	Inglês	Sugere-se que a TCC é mais eficiente no acompanhamento de pacientes com ansiedade que naqueles sem a doença.
Telas na infância: postagens de especialistas em grupos de cuidadores no facebook	2023	LILACS	Português	Concluiu-se, que apesar de serem uma ferramenta de divulgação de informações acerca do uso de telas na infância, cabe não naturalizar a presença de especialistas nesses espaços virtuais criados por pais, interpondo-se nos saberes e nas trocas horizontalizadas entre os cuidadores.
Problematic Internet use, emotional problems and quality of life among adolescents	2021	LILACS	Inglês	Os testes indicaram que a percepção do uso da internet era a maior variável associada aos sintomas emocionais.
Eficacia de la musicoterapia para reducir la ansiedad dental en niños con discapacidad	2021	LILACS	Espanhol	O uso da musicoterapia diminuiu significativamente os níveis da ansiedade durante o atendimento odontológico nos pacientes com incapacidades.
Ocorrência de sintomas de transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) em estudantes de 11 a 18 anos de uma escola pública de Salvador	2020	LILACS	Português	Os dados apontam para a presença de sintomas de ansiedade generalizada e de TOC entre escolares, sugerindo uma maior necessidade de estudos para a compreensão do papel desses sintomas na qualidade de vida dessa população.
Memory and language impairments are associated with anxiety disorder severity in childhood	2020	LILACS	Inglês	Os dados sugerem que há uma associação entre o diagnóstico de ansiedade e uma pior performance nos domínios de memória e de linguagem.
Adolescentes usuários de serviço de saúde mental: avaliação da percepção de melhora com o tratamento	2020	LILACS	Português	O resultado da avaliação global, em consulta de acompanhamento psiquiátrica, apontou o sentimento de melhora em 83% dos participantes.

Psicopatologia na contemporaneidade: análise comparativa entre o DSM-IV e o DSM-V	2020	LILACS	Português	Verificou-se que o DSM-V trouxe avanços significativos em três eixos: comportamentos enérgicos em crianças e rebeldes em adolescentes, tristeza e TPM.
Somatización, ansiedad y depresión en niños y adolescentes	2020	LILACS	Espanhol	Ansiedade e depressão estão comumente associadas ao transtorno de somatização, sendo a TCC e os ISRSs formas de intervenção.
Instrumentos de avaliação da depressão infantil: revisão integrativa da literatur	2020	LILACS	Português	Instrumentos de triagem em saúde mental e propriedade psicométricas adequadas foram os mais usadas para avaliar depressão infantil.
Associations of parental bonding and adolescent internet addiction symptoms with depression and anxiety in parents of adolescents with attention deficit/hyperactivity disorder	2019	LILACS	Inglês	O vínculo parental e o vício em Internet dos adolescentes estão relacionados à depressão e ansiedade em pais de adolescentes com TDAH.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2024.

Por meio da análise dos artigos apresentados no Quadro 1, verificou-se que 10 (33,3%) foram selecionados através da base de dados LILACS e 10 (33,3%) na PubMed e 10 (33,3%) na SciELO.

No concernente ao idioma dos artigos, 8 (26,6%) foram publicados no idioma português, 5 (16,6%) em espanhol, e 17 (56,8%) em inglês. Já em relação ao ano de publicação, foram selecionados artigos científicos publicados nos últimos 5 anos, identificando-se que 3 trabalhos foram divulgados no ano de 2023 (10%), 7 em 2021 (23,3%) e 3 em 2019 (10%). A maior moda entre os anos foi 2020, com 15 artigos (50%) e o ano com menor moda foi 2022, com 2 (6,6%).

Os estudos selecionados apresentaram diversas características da ansiedade em crianças, como a manifestação de sintomas específicos em contextos diferentes, a relação com outros transtornos psiquiátricos e os métodos de avaliação utilizados. Destaca-se a importância de compreender essas características para um diagnóstico preciso e um tratamento adequado.

Diversos fatores foram identificados como associados ao desenvolvimento da ansiedade em crianças, incluindo fatores genéticos, ambientais e sociais. A pandemia de Covid-19 emergiu como um importante fator, afetando significativamente a saúde mental das crianças e aumentando a prevalência de transtornos de ansiedade.

As consequências da ansiedade em crianças foram amplamente discutidas nos estudos selecionados, evidenciando impactos não apenas na saúde mental da criança, mas também nas

relações familiares e no funcionamento familiar como um todo. A importância de intervenções precoces e de suporte familiar foi destacada como fundamental para o manejo adequado da ansiedade infantil.

DISCUSSÃO

A princípio, é fundamental compreender que a ansiedade é movimento natural do corpo, sendo uma resposta fisiológica a situações de medo ou de preocupação, possuindo, a princípio, efeito benéfico por garantir a autopreservação mediante contextos de aparente risco. Contudo, a partir do momento em que os efeitos ansiosos passam a interferir ou a impedir a realização de atividades do dia a dia, mostrando-se desproporcional à dimensão real da situação premeditada, ela torna-se uma patologia que requer atendimento especializado e que pode desenrolar com sérios agravos mentais (Ribeiro, 2020).

De modo geral, o transtorno ansioso (TA) pode manifestar-se clinicamente de quatro modos essenciais: sintomas cognitivos, emocionais, físicos ou comportamentais. Quanto à parte cognitiva, podemos perceber preocupação excessiva, pensamentos negativos recorrentes, dificuldade de concentração e medo constante; nos sintomas emocionais, há o relato de sensação de apreensão e nervosismo, de irritabilidade e de sensação de pânico. Nas queixas físicas, relata-se taquicardia, sudorese, tremores, tensão muscular, cefaleia e distúrbios gastrointestinais. Por fim, no aspecto comportamental, há a evitação de situações estressantes, comportamento compulsivo, dificuldade em relaxar e insônia (DSM V, 2022)

A ansiedade é um transtorno que pode desencadear uma série de sintomas, afetando tanto o bem-estar emocional quanto físico dos indivíduos. Entre os sinais mais comuns estão a irritabilidade, insegurança, inquietude, falta de concentração, dificuldade de socialização, além de manifestações somáticas, como dor de cabeça e abdominal (Lima; Schünke; Mosmann, 2020). Essas dificuldades podem se manifestar em problemas de interação, levando ao isolamento social e a comportamentos de evitação, que podem contribuir para o desenvolvimento do quadro de fobia social, dificultando de maneira importante a vida da criança nos aspectos comunitários.

Ao analisar o TA especificamente em crianças, é possível definir algumas diferenças de em razão da faixa etária. Enquanto nos adultos o desenvolvimento dos quadros ansiosos está mais relacionado a contextos disruptivos de relacionamentos ou financeiros, nas crianças isso está mais associado a questões escolares e ao desempenho em esportes, expressando-se como busca pela perfeição, insegurança e necessidade de aprovação, sendo bastante influenciadas pelo meio psicossocial em que está envolvida, sobretudo na saúde dos relacionamentos familiares (Panchal, 2023).

A avaliação clínica da ansiedade infantil deve ser delicada e multidimensional, considerando sintomas e contextos familiares, sociais e escolares. Neurobiologicamente, crianças com transtornos de ansiedade podem apresentar disfunções no eixo hipotálamo-pituitária-adrenal (HPA) e nos sistemas de neurotransmissores, como serotonina e noradrenalina, fundamentais na regulação do humor e resposta ao estresse (Tourinho; Hemanny; Oliveira, 2020). Uma abordagem integrada que considere aspectos psicossociais e neurobiológicos é essencial para uma compreensão abrangente e um manejo eficaz dos transtornos de ansiedade em crianças.

Nesse contexto, ressaltar que a avaliação da ansiedade em crianças requer uma abordagem sensível e abrangente que considere não apenas os sintomas manifestos, mas também os contextos familiar, social e escolar. Entrevistas clínicas estruturadas, questionários de autorrelato e observações comportamentais podem ser utilizados para identificar sinais de ansiedade em crianças (Palacio-Ortiz, 2020). Além disso, a avaliação neuropsicológica pode fornecer informações sobre as funções executivas e emocionais da criança, ajudando a compreender melhor os padrões de pensamento e comportamento associados à ansiedade (Sbicigo, 2020).

Os fatores que resultam no aparecimento da ansiedade na infância são multifacetados, incluindo fatores genéticos, ambientais e sociais. A interação entre a predisposição genética e experiências adversas precoces, como abuso, negligência ou separações familiares, pode levar crianças a desenvolverem transtornos de ansiedade (Lu et al., 2021). Além disso, fatores como estilo parental, ambiente escolar e eventos estressantes também desempenham um grande impacto na gênese desses transtornos (Lawrence et al., 2019).

A ansiedade infantil pode ser afetada por uma combinação complexa de elementos genéticos e ambientais. Estudos têm demonstrado que crianças com histórico familiar de ansiedade apresentam maior probabilidade de desenvolver TA, sugerindo uma predisposição genética. Além disso, eventos estressantes, como separação dos pais, mudanças escolares, bullying e traumas, podem causar ou agravar os sintomas de ansiedade em crianças. Portanto, é crucial considerar tanto os fatores genéticos quanto os ambientais na avaliação e no manejo e tratamento da ansiedade infantil (Arias Molina, 2021).

A compreensão dos fatores de risco e adoção de medidas preventivas do desenvolvimento e do agravamento dos transtornos mentais, sobretudo o ansioso, mostram-se como aspectos fundamentais para a determinação do processo saúde-doença. Durante a pandemia de COVID-19, houve um aumento significativo nos diagnósticos de ansiedade entre crianças e adolescentes, evidenciando a influência de fatores ambientais e situacionais (Puccinelli, Marques e Lopes, 2023). Além disso, crianças com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) apresentam um risco maior de desenvolver ansiedade. Estudos indicam que a terapia cognitivo-comportamental

(TCC) é eficaz no tratamento da ansiedade em crianças com TDAH, melhorando os resultados tanto para a criança quanto para a família (Sciberras *et al.*, 2019).

A ansiedade em crianças também está fortemente relacionada ao ambiente escolar e ao desempenho acadêmico. As intervenções baseadas na escola têm se mostrado eficientes na prevenção e no tratamento de ansiedade e depressão entre crianças e adolescentes, fornecendo um ambiente de apoio e diminuindo o estigma associado aos transtornos mentais (Caldwell *et al.*, 2019).

Além dos fatores mencionados, o tempo excessivo de tela é outro fator relacionado a problemas de comportamento em crianças. A exposição prolongada a dispositivos eletrônicos está associada a problemas de comportamento internalizantes e externalizantes, como aumento da irritabilidade, dificuldade de concentração e isolamento social (Eirich *et al.*, 2022). Esses achados ressaltam a necessidade de um uso equilibrado da tecnologia, especialmente durante os períodos de confinamento como o ocorrido na pandemia de COVID-19 (Panchal *et al.*, 2023).

A qualidade das interações familiares também desempenha um papel crucial no desenvolvimento da ansiedade infantil. Ambientes familiares com altos níveis de conflito, falta de apoio emocional e padrões parentais negativos estão associados a um maior risco de ansiedade em crianças (McLeod *et al.*, 2020). Promover relações familiares saudáveis, comunicação aberta e apoio emocional pode ajudar a mitigar o desenvolvimento e a gravidade da ansiedade infantil, criando uma base sólida para o bem-estar emocional e mental desde a infância.

Ademais, é importante ressaltar que, durante a pandemia de COVID-19, as medidas de confinamento e distanciamento social impactaram negativamente a saúde mental das crianças, exacerbando sintomas de ansiedade e depressão. Estudos mostram que intervenções baseadas na escola são eficazes na prevenção e tratamento desses transtornos, proporcionando um ambiente de apoio e reduzindo o estigma associado aos transtornos mentais (Araújo *et al.*, 2021).

É importante salientar que a ansiedade infantil não se limita apenas à criança afetada, mas também se estende a todo o seu contexto familiar e de convivência. Os pais, educadores e instituições de ensino frequentemente enfrentam obstáculos ao lidar com o transtorno ansioso, incluindo estresse emocional, impacto nas relações e dificuldades na tomada de decisões sobre o tratamento. Assim sendo, estratégias de suporte e intervenções psicossociais são fundamentais para atender de maneira abrangente as necessidades do paciente e sua rede de apoio (Gadagnoto *et al.*, 2022).

No entanto, apesar da importância da intervenção precoce e do suporte familiar, o acesso a serviços de saúde mental infantil muitas vezes é limitado. Barreiras como falta de profissionais capacitados, longas listas de espera e estigma associado aos transtornos mentais podem dificultar

o acesso das crianças ao tratamento adequado. Logo, é imperativo investir em políticas públicas que visem aprimorar o acesso e a qualidade dos serviços de saúde mental infantil, garantindo que todas as crianças recebam o suporte necessário no cuidado com sua saúde mental (Wong *et al.*, 2019).

A educação e conscientização sobre saúde mental desde a infância desempenham um importante papel na prevenção e no manejo dos transtornos mentais. Programas escolares que abordam habilidades socioemocionais, estratégias de enfrentamento e redução do estigma podem ajudar a promover a resiliência e o bem-estar mental entre as crianças (Caldwell *et al.*, 2019). Ao integrar a saúde mental no currículo escolar e promover uma cultura de apoio e compreensão, podemos contribuir para a construção de uma sociedade mais saudável e inclusiva para todas as crianças.

Além disso, a terapia cognitivo-comportamental baseada na internet e em computadores demonstrou ser uma ferramenta eficaz para tratar a ansiedade e a depressão em adolescentes, oferecendo uma alternativa acessível e escalável (James *et al.*, 2020). No entanto, o tempo excessivo de tela está associado a problemas de comportamento em crianças, destacando a necessidade de um uso equilibrado da tecnologia (Jones, Mitra e Bhuiyan, 2021).

A percepção de melhora com o tratamento é um aspecto crucial no manejo da ansiedade infantil. Adolescentes usuários de serviços de saúde mental relatam melhorias significativas com intervenções apropriadas, destacando a importância de um suporte contínuo e adaptado às necessidades individuais (Casline *et al.*, 2022). Estes dados enfatizam a importância de programas de tratamento bem estruturados e a necessidade de políticas de saúde mental que atendam às demandas crescentes dessa população vulnerável.

A ansiedade não tratada na infância pode ter consequências duradouras, impactando o desenvolvimento emocional e social até a vida adulta. Crianças com transtornos de ansiedade são mais propensas a desenvolver outros problemas de saúde mental, como depressão e abuso de substâncias, ao longo da vida (Patalay & Gage, 2019). Então percebe-se que a intervenção precoce é crucial para prevenir essas trajetórias negativas. Outro ponto importante é que a ansiedade infantil pode afetar negativamente as relações dentro da família, gerando tensões e conflitos. Pais de crianças ansiosas frequentemente relatam níveis mais elevados de estresse parental e dificuldades na gestão do comportamento dos filhos (Patalay & Gage, 2019). Intervenções familiares que envolvem toda a unidade familiar no processo terapêutico podem melhorar a dinâmica familiar e o bem-estar geral.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, a presente revisão da literatura evidenciou que a ansiedade é um distúrbio psiquiátrico cada vez mais frequente na faixa etária infantil, sendo razão de preocupação e um problema de saúde pública. Foi possível avaliar que há diversos fatores que podem explicar esse fomento, sendo um distúrbio multifatorial e que requer atenção multiprofissional, visto que envolve aspectos ambientais, genéticos, familiares, sociais e psicológicos.

Nessa perspectiva, a partir dos resultados desse estudo foi possível averiguar que, apesar da causalidade ampla do distúrbio ansioso em crianças, as manifestações físicas confluem para um cenário que afeta o desenvolvimento infantil na esfera biopsicossocial. Portanto, é essencial que toda a rede de cuidadores participe de maneira ativa no processo de melhora da criança.

Dentre as consequências psicossociais da ansiedade infantil, destacaram-se as dificuldades de concentração, baixa autoestima, sentimentos de inadequação e incerteza emocional, afetando o desempenho acadêmico e o progresso cognitivo. Além disso, sintomas físicos influenciam diretamente na qualidade de vida das crianças. Essas consequências reforçam a relevância da identificação precoce e intervenção adequada para promover um crescimento emocional, cognitivo e social saudável.

Embora o estudo ofereça uma revisão abrangente sobre a ansiedade em crianças, algumas limitações devem ser consideradas, como a variabilidade nos métodos de pesquisa, falta de representatividade das amostras e a predominância de dados transversais também são fatores que podem comprometer a generalização e interpretação dos resultados em algum ponto. Reconhecer essas limitações é crucial para interpretar os achados com cautela e identificar áreas que necessitam de mais estudos.

Salienta-se que a presente pesquisa oferece contribuições significativas para a prática clínica e pesquisa, fornecendo insights valiosos que podem informar a abordagem de profissionais da saúde e educação no manejo da ansiedade infantil. Ao destacar as principais causas, sintomas e intervenções para a ansiedade em crianças, o estudo sugere estratégias preventivas e terapêuticas mais eficazes. Os resultados serão divulgados, com objetivo de ampliar o impacto e a aplicabilidade das descobertas, permitindo que uma gama mais ampla de profissionais possa se beneficiar e implementar essas abordagens com sucesso.

REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA, P. *et al.* Impacto Emocional Imediato do COVID-19 em crianças e adolescentes e suas famílias. **Psicologia, Saúde & Doenças**, 2020, vol. 21, n. 3, pág. 633-646. DOI: <http://dx.doi.org/10.15309/20psd21030.8>

2. ANDRADE, A. L. M. *et al.* Problematic Internet Use, Emotional Problems and Quality of Life Among Adolescents. **Papers Psico-USF**, 2021, vol. 26, n. 1, jan-mar. DOI: 10.1590/1413-82712021260104.
3. ANG, C. S. Anxiety in Malaysian children and adolescents: validation of the Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders (SCARED). **Trends Psychiatry Psychother**, 2020, vol. 42, n. 1, jan-mar, pág. 7-15. DOI: 10.1590/2237-6089-2018-0109.
4. ARAÚJO, L.A. *et al.* The potential impact of the COVID-19 pandemic on child growth and development: a systematic review. **J Pediatr (Rio J)**, 2021, vol. 97, n. 4, jul-ago, pág. 369-377. DOI: 10.1016/j.jped.2020.08.008.
5. CALDWELL, D. M. *et al.* School-based interventions to prevent anxiety and depression in children and young people: a systematic review and network meta-analysis. **Lancet Psychiatry**, 2019, vol. 6, n. 12, dec, pág. 1011-1020. DOI: 10.1016/S2215-0366(19)30403-.
6. CARAVEO-ANDUAGA, J. J.; MARTÍNEZ-VÉLEZ, N. A. Salud mental infantil: una prioridad a considerar. **Salud pública Méx**, 2019, vol. 61, n.4, jul-ago, pág. 514-523. DOI: 10.21149/9727.
7. CASLINE, E. P. *et al.* Client-rated facilitators and barriers to long-term youth anxiety disorder recovery. **J Clin Psychol**, 2022, vol. 78, n. 11, nov, pág. 2164-2179. DOI: 10.1002/jclp.23400.
8. CASTAÑOS-CERVANTES, S.; VÉLEZ-AGOSTO, N. Predictores psicosociales de la ansiedad social en niños. **Suma Psicol.**, 2020, vol. 27, n.1, jan-jun. DOI: <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2020.v27.n1.6>
9. CHRIST, C. *et al.* Internet and Computer-Based Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety and Depression in Adolescents and Young Adults: Systematic Review and Meta-Analysis. **J Med Internet Res**, 2020, vol. 22, n. 9, set. DOI: 10.2196/17831.
10. DOMINGUES, I.G.; FONTE, P.; RIBEIRO, D. De pais para filhos: transmissão vertical e ambiental da ansiedade. **Rev Port Med Geral Fam**, 2023, vol. 39, pág. 332-9. DOI: 10.32385/rpmgf.v39i4.13661.
11. EIRICH, R. *et al.* Association of Screen Time With Internalizing and Externalizing Behavior Problems in Children 12 Years or Younger. **JAMA Psychiatry.**, 2022, vol. 79, n. 5, mar, pág. 393-405. DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2022.0155.
12. FERNANDES, L. F. B.; ALCKMIN-CARVALHO, F.; IZBICKI, S.; MELO, M. H. DA S. Prevenção universal de ansiedade na infância e adolescência: uma revisão sistemática. **Psicol. teor. prat. [online]**, 2014, vol.16, n.3, pág. 83-99. ISSN 1516-3687.
13. GABRIEL, R. S. DO N. *et al.* The effects of parental depression and anxiety on child behavior from 6 to 12 years old: a review. **Arc Clin. Psychiatr.**, 2020, vol. 47, n. 6, nov-dec. DOI: <https://doi.org/10.15761/0101-608300000000261>
14. GUANCINO, L.; TONI, C. G de S.; BATISTA, A. P. Prevenção de ansiedade infantil a partir do Método Friends. **Psico USF**, 2020, vol. 25, n. 3, pág. 519-531, jul-set. Disponível em: <scielo.br/j/psuf/a/S3BmGxTYd9hf6vxgDHCDxGk/?format=pdf&lang=pt>.

15. GUERRERO, R. *et al.* Eficacia de la musicoterapia para reducir la ansiedad dental en niños con discapacidad. **Rev. odontopediatr. latinoam**, 2021, vol. 11, n.1. DOI: 10.47990/alop.v11i1.207
16. HERSKOVIC, V.; MATAMALA, M. Somatización, ansiedad y depresión en niños y adolescentes. **Rev. Méd. Clín. Condes**, 2020, vol. 31, n. 2, mar-abr, pág. 183-187. DOI: 10.1016/j.rmclc.2020.01.006.
17. JAMES, A.C. *et al.* Cognitive behavioural therapy for anxiety disorders in children and adolescents. **Cochrane Database Syst Rev**, 2020, vol. 11, n. 11, nov. DOI: 10.1002/14651858.CD013162.pub2.
18. JONES, E. A.; MITRA, A. K.; BHUIYAN, A. R. Impact of COVID-19 on Mental Health in Adolescents: a Systematic Review. **Int J Environ Res Public Health**, 2021, vol. 18, n. 5, mar, pág. 2470. DOI: 10.3390/ijerph18052470.
19. JORDANI, A. M. *et al.* Transtornos psiquiátricos em adolescentes durante a situação epidemiológica causada pelo COVID-19. **Multimed (Granma)**, 2020, vol. 25, n.3. Disponível em: Transtornos psiquiátricos em adolescentes durante a situação epidemiológica causada pelo COVID-19 | Multimed (Granma);25(3): e2146, graf | LILACS (bvsalud.org)
20. KRAUSE, K. R. *et al.* international consensus on a standard set of outcome measures for child and youth anxiety, depression, obsessive-compulsive disorder, and post-traumatic stress disorder. **Lancet Psychiatry**, 2021, vol. 8, n. 1, jan, pág. 76-86. DOI: 10.1016/S2215-0366(20)30356-4.
21. LIMA, M. O. F. F.; SCHÜNKE, L. K.; MOSMANN, C. P. Instrumentos de avaliação da depressão infantil: revisão integrativa da literatura. **Rev. Bras. Psicoter. (Online)**, 2020, vol. 22, n. 1, abr, pág. 53-69. DOI: 10.5935/2318-0404.20200004.
22. LU *et al.* Prevalence of mental health problems among children and adolescents during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. **J Affect Disord**, 2021, vol. 293, oct, pág. 78-89. DOI: 10.1016/j.jad.2021.06.021
23. PALACIO-ORTIZ, J. D. *et al.* Trastornos psiquiátricos en los niños y adolescentes en tiempo de la pandemia por COVID-19. **Rev Colomb Psiquiat**, 2020, vol.49, n.4, pág.279-288. Disponível em: 0034-7450-rcp-49-04-279.pdf (scielo.org.co).
24. PANCHAL, U. *et al.* The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. **Eur Child Adolesc Psychiatry**, 2023, vol. 32, jul, n. 7, pág. 1151-1177. DOI: 10.1007/s00787-021-01856-w.
25. PARRA, D. R.; PAREJA, M. M. Salud mental de niños, niñas y adolescentes durante la pandemia COVID-19: Descripción de diagnósticos atendidos en urgencia psiquiátrica Hospital Las Higueras, Talcahuano. **ARS med. (Santiago)**, 2023, vol. 48, n.1, março. DOI: 10.11565/arsmed.v48i1.1942.
26. PATALAY, P.; GAGE, S.H. Changes in millennial adolescent mental health and health-related behaviours over 10 years: a population cohort comparison study. **Int J Epidemiol**, 2019, vol. 48, n. 5, oct, pág. 1650-1664. DOI: 10.1093/ije/dyz006.
27. PUCCINELLI, M. F.; MARQUES, F. M.; LOPES, R. DE C. S. Telas na infância: postagens de especialistas em grupos de cuidadores no Facebook. **Psicol. ciênc. prof**, 2023, vol. 43. DOI: 10.1590/1982-3703003253741.

28. RACINE, N.; McARTHUR, B. A.; COOKE, J. E.; EIRICH, R.; ZHU, J.; MADIGAN, S. Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: a meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, v. 175, n. 11, p. 1142-1150, 2021. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2021.2482. PMCID: PMC8353576.
29. SBICIGO, J. B. *et al.* Memory and language impairments are associated with anxiety disorder severity in childhood. **Trends Psychiatry Psychother**, 2020, vol. 42, n. 2, jun, pág. 161-170. DOI: 10.1590/2237-6089-2019-0051.
30. SCIBERRAS, E. *et al.* Does the treatment of anxiety in children with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) using cognitive behavioral therapy improve child and family outcomes? Protocol for a randomized controlled trial. **BMC Psychiatry**, 2019, vol. 19, n. 1, nov, pág. 359. DOI: 10.1186/s12888-019-2276-3.
31. TOURINHO, S. E. S.; HEMANNY, C.; OLIVEIRA, I. R. DE. Ocorrência de sintomas de transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) em estudantes de 11 a 18 anos de uma escola pública de Salvador. **Rev. Ciênc. Méd. Biol. (Impr.)**, 2020, vol. 19, n. 4, dez, pág. 547-552. DOI: 0.9771/cmbio.v19i4.42669.
32. WONG, C.K.; CHEN, Y.M.; YEN, C.F. Associations of parental bonding and adolescent internet addiction symptoms with depression and anxiety in parents of adolescents with attention deficit/hyperactivity disorder. **Arc. Clin. Psychiatr**, 2019, vol. 46, n. 2, mar-abr. DOI: 10.1590/0101-60830000000207.
33. WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Mental Health of Adolescents**. 2020. Disponível em: <www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>