



CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RIO GRANDE DO NORTE (UNI-RN) CURSO
SUPERIOR EM PSICOLOGIA NOTURNO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II
PROF. DRA. KARINA CARVALHO VERAS DE SOUZA

FABIANE DOMINGOS COSTA
JICELLY FERREIRA DE OLIVEIRA LOPES

TRANSTORNO DE ANSIEDADE E OS IMPACTOS NO CONTEXTO FAMILIAR

NATAL-RN
2024

FABIANE DOMINGOS COSTA
JICELLY FERREIRA DE OLIVEIRA LOPES

TRANSTORNO DE ANSIEDADE E OS IMPACTOS NO CONTEXTO FAMILIAR

Artigo científico, na forma de revisão narrativa, elaborado e apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso na graduação em Psicologia do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNI-RN), no período letivo de 2024.

Orientadora: Prof. Dra. Karina Carvalho Veras de Souza

NATAL-RN
2024

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	03
2 JUSTIFICATIVA E OBJETIVOS	04
3 ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS	06
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES	07
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	11
6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	12

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho de conclusão de curso constitui-se em uma revisão narrativa sobre um tema de muita relevância e evidência no campo social, sobretudo após a pandemia da Covid-19 e o período de isolamento social vivido que é a ansiedade. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o aumento ultrapassa os 25% dos casos, quando comparados ao período anterior à pandemia.

Na condição de acadêmicos em Psicologia, a temática da Ansiedade é uma constante em nosso campo de ação e de pesquisa e objetivamos, com esse estudo elementar, investigar sobre os impactos causados no contexto familiar, evidentemente o mais afetado com a incidência do transtorno.

É sabido que Ansiedade possui várias manifestações e causas e que, no atual cenário, é a manifestação mais frequente nas vidas das pessoas, independente de idade ou classe social, e que comprometem suas relações inter e intrapessoais.

O objetivo deste estudo é levantar questões relacionadas aos impactos que o transtorno de ansiedade pode trazer para um contexto de convivência familiar e demonstrar aspectos gerais do transtorno de ansiedade que possam influenciar o comportamento, pensamentos e emoções que incidem sobre as pessoas do núcleo familiar, dessa forma, conhecer o funcionamento da família diz também sobre aspectos individuais e a maneira como se relacionam entre si. A forma como as famílias lidam com os problemas, afetam diretamente suas cognições, emoções e comportamentos. A vulnerabilidade dessa dinâmica pode gerar conflitos e quanto mais numerosa for a família, aumenta essa probabilidade.

A escolha do tema veio por observação da demanda sobre o assunto na atualidade, a base serão os estudos orientados pela perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) relacionando-os ao conceito de esquemas, o qual exerce influência integral sobre as emoções e os comportamentos do indivíduo, sendo o comportamento produto do que foi construído em seu meio, tanto em casa quanto na sociedade.

O levantamento de tais impactos pode contribuir para um melhor manejo cotidiano da família, nos cuidados de uma pessoa com transtorno de ansiedade. A informação é relevante para que a família possa se articular levando em consideração as possibilidades adversas que possam ocorrer na convivência com uma pessoa com transtorno de ansiedade e que os jovens e as mulheres são os grupos mais vulneráveis neste sentido.

A ansiedade é uma emoção direcionada para eventos futuros em que podem ou não acontecer, tornando o momento em intenso medo e apreensão a determinado evento. Muitos

são os “gatilhos” que podem impulsioná-la, vão do medo à alegria exacerbada, e as reações diferem de uma pessoa para outra, desde a falta de ar ao desmaio e convulsões e a presença do profissional da Psicologia e o seu acompanhamento são fundamentais para diminuir essas reações

Segundo a Confederação Nacional dos Municípios (CNM), o Brasil é líder no mundo em prevalência de transtornos de ansiedade, de acordo com uma pesquisa da Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgada em 2017.

Muitas famílias reagem de maneira indiferente quando um de seus membros apresenta sintomas de ansiedades e, dessa forma, protelam o acompanhamento, provocando um agravamento e, segundo o Instituto de Estudos de Saúde Suplementar (IESS), o percentual de beneficiários de plano de saúde com depressão passou de 11,1% para 13,5%, de 2020 a 2023.

2 JUSTIFICATIVA E OBJETIVOS

Estudos epidemiológicos demonstram que 9% da população brasileira, tem o seu funcionamento biopsicossocial comprometido pelos sintomas do transtorno de ansiedade. Fatores como a genética, história de casos na família relacionados a transtornos mentais, contexto social desfavorável; desigualdade social, discriminação, a falta de acesso/conhecimento aos equipamentos públicos sociais, falta de suporte emocional da família, episódios de traumas crônicos ou emergentes, são alguns dos agentes desencadeantes para o transtorno de ansiedade.

O objetivo deste estudo é levantar questões relacionadas aos impactos que o transtorno de ansiedade pode trazer para um contexto de convivência familiar e demonstrar aspectos gerais do transtorno de ansiedade que possam influenciar o comportamento, pensamentos e emoções que incidem sobre as pessoas do núcleo familiar, dessa forma, conhecer o funcionamento da família diz também sobre aspectos individuais e a maneira como se relacionam entre si. A forma como as famílias lidam com os problemas, afetam diretamente suas cognições, emoções e comportamentos. A vulnerabilidade dessa dinâmica pode gerar conflitos e quanto mais numerosa for a família, aumenta essa probabilidade.

A escolha do tema veio por observação da demanda sobre o assunto na atualidade, a base será os estudos orientados pela perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) de Aaron Beck, relacionando-os ao conceito de esquemas, o qual exerce influência integral sobre as emoções e os comportamentos do indivíduo, sendo o comportamento produto do que foi construído em seu meio, tanto em casa quanto na sociedade.

O levantamento de tais impactos pode contribuir para um melhor manejo cotidiano da família, nos cuidados de uma pessoa com transtorno de ansiedade. A informação é relevante para que a família possa se articular levando em consideração as possibilidades adversas que possam ocorrer na convivência com uma pessoa com transtorno de ansiedade.

Borba (2011) demonstra que a convivência com uma pessoa com transtorno mental pode ser conflituosa, e as emoções se manifestarem de forma mais acentuada em casa.

Portanto, diz que “a família deve ser considerada como ator social indispensável para a efetividade da assistência psiquiátrica e entendida como um grupo com grande potencial de acolhimento e ressocialização de seus integrantes” (p.443). Atenta também para o cuidado com o familiar que se dedica em tempo integral à pessoa com transtorno mental, pois pode acarretar impactos na sua própria saúde física e mental, com a sobrecarga e exaustão. A reflexão sobre o ponto em que a família é constituída de pessoas diferentes em suas subjetividades faz-se necessário, para que a convivência seja harmônica e que haja respeito e cuidado uns com os outros. Tem sido observado nestes estudos, que o meio em que a pessoa vive tem muito impacto sobre sua saúde mental, daí a importância da construção de laços e vínculos afetivos na família.

Segundo Borba (2010) até a década de 80, as construções de hospitais psiquiátricos eram feitas longe das cidades, o que distanciava os familiares da pessoa com transtorno mental que estava internada, porque acreditavam que o transtorno era proveniente da própria família da pessoa, ficando a cargo dos técnicos do saber, os cuidados e cura do paciente. Hoje, o novo modelo de assistência em saúde mental exige a inclusão da família no cuidado à pessoa com transtorno mental e diz que a família é vista como grupo de grande importância na ressocialização e indispensável para a efetividade do tratamento psiquiátrico. Nesse sentido, a família tendo conhecimento dos problemas oriundos do transtorno mental e o que isso impacta na sua dinâmica familiar, possibilita o entendimento e encontrar formas mais assertivas de manejo no dia a dia, e entendemos que levantar quais são os impactos que o transtorno de ansiedade pode causar no contexto familiar, venha a contribuir para uma melhor organização quanto ao que de fato pode afetar a vida da família.

Na TCC (Terapia Cognitivo Comportamental), o terapeuta realiza assistência à família os ajudando a identificar como as emoções estão normalmente ligadas às cognições específicas e sobre o que faz mais sentido em relação a esses pensamentos, que estão ligados às emoções negativas. Realiza intervenções que proporciona aos membros da família a reduzirem a intensidade da emoção, em caso de conflitos e a refletirem sobre, uma vez que os esquemas familiares (os EID's- Esquemas Iniciais Desadaptativos, desenvolvido por Jeffrey

Young, são estruturas estáveis e duradouras da personalidade do sujeito que se desenvolvem precocemente e se encontram associadas a diversas psicopatologias.

Essas crenças ou cognições são formadas na infância ou adolescência em contextos de negligência e apego inseguro) estão associados às emoções intensas ativadas nesses conflitos. Olhar para isso, auxilia na identificação e na modificação de crenças centrais envolvidas nos esquemas. “[...] Os esquemas familiares são uma subsérie de uma ampla gama de esquemas que o indivíduo desenvolve acerca de muitos aspectos da experiência de vida.” (FRANK M. DATTILIO, 2006, p.253).

Na Teoria do Apego formulada por John Bowlby, os bebês precisam estabelecer um relacionamento com seu cuidador, para que possa se desenvolver, isso é chamado por ele de *apego*, que exprime a necessidade de segurança e proteção do recém-nascido. Representações cognitivas saudáveis e adaptativas se desenvolvem quando o meio proporciona boas condições sociais, especialmente a qualidade da relação afetiva com a mãe ou cuidadores primários. As representações cognitivas e modelo de funcionamento interno, são a base para a elaboração dos construtos da teoria dos Esquemas.

[...] Quando esse ciclo envolve conteúdo negativo e afeta as respostas cognitivas, emocionais e comportamentais, a volatilidade das dinâmicas familiares tende a escalar, tornando os membros familiares vulneráveis a uma espiral negativa de conflito. Com o aumento do número de familiares, aumenta a complexidade das dinâmicas, adicionando mais combustível ao processo de escalção (DATTILIO, 2006).

Satir (1967) já afirmava que “Os pais são os arquitetos da família”, demonstrando que as influências que a família transmite ao indivíduo, é o caminho que leva à formação dos esquemas, sobre os quais o indivíduo terá sua leitura de mundo e a compressão da relação familiar, isso lhe dá suporte para se articular em situações adversas que possam acontecer dentro da família. A vista disso, Dattilio (1988) refere que os esquemas e experiências de vida que um casal traz para o relacionamento são transmitidos para as futuras gerações e moldam o núcleo familiar.

3 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, do tipo exploratório e descritivo que parte da compreensão da vida cotidiana das famílias com pacientes com depressão e/ou ansiedade em relação às vivências relacionadas ao processo saúde/doença, tendo como base suas experiências e conhecimentos. Quanto a abordagem a pesquisa é qualitativa, que, para

Sampieri, Collado e Lucio (2013) tem como foco compreender e aprofundar os fenômenos através da perspectiva dos participantes sobre os fenômenos que os rodeiam, aprofundar suas experiências, pontos de vista, opiniões e significados, ou seja, a forma como os participantes percebem subjetivamente sua realidade.

A abordagem metodológica que será utilizada no presente estudo será de caráter qualitativo e a pesquisa será de natureza básica e objetivo explicativo, onde ira buscar identificar os fatores ou razões que determinam ou que contribuem para a ocorrência do tema em questão, a partir de uma pesquisa bibliográfica de análise documental de livros e artigos científicos, por meio de busca nas bases de dados SCIELO e PEPSIC, onde estão sendo colhidos materiais para o presente estudo. A Análise do Conteúdo com a finalidade de identificar pontos em comum entre os autores e de um parecer dos acadêmicos envolvidos neste trabalho. A revisão integrativa da pesquisa terá um direcionamento para materiais de estudos publicados no Brasil, no período de 2019 e 2024, que abarcam o tema em torno do transtorno de ansiedade e o contexto familiar, sendo descartados assuntos com temas clínicos e/ou sobre manejos do transtorno de ansiedade ou sobre outros assuntos do contexto familiar que não estejam relacionados com o transtorno metal. Contudo, primeiramente traremos um breve cenário sobre os dois assuntos pesquisados; o Transtorno de Ansiedade e a Família, referenciando também sobre a perspectiva da TCC de Aaron Beck na formação dos esquemas familiares, para posteriormente, adentrarmos no foco que é investigar os possíveis impactos que o Transtorno de Ansiedade pode causar no contexto familiar e apresentar neste estudo o que foi levantado na pesquisa.

4 ANÁLISE DO *CORPUS* E DISCUSSÕES

As dinâmicas familiares podem ser significativamente alteradas quando alguns membros da família assumem o papel de cuidadores em tempo integral. Ele destaca que assumir o papel de cuidador em tempo integral pode provocar uma profunda alteração nas dinâmicas familiares, levando a uma sobrecarga física e emocional. Isso pode, por sua vez, impactar negativamente a qualidade de vida e a saúde mental dos cuidadores. (DIAS, et.al.,2022).

O autor menciona que assumir responsabilidades de cuidado pode levar a uma sobrecarga física e emocional. Esse fenômeno é amplamente reconhecido na literatura sobre saúde mental e cuidado, onde se observa que os cuidadores muitas vezes enfrentam estresse elevado e problemas de saúde relacionados ao cuidado constante. Essa sobrecarga pode

resultar em uma deterioração da qualidade de vida do cuidador, evidenciada por sintomas como fadiga, depressão e ansiedade.

Além disso, o impacto na saúde mental dos cuidadores não deve ser subestimado. A pressão constante para atender às necessidades de um ente querido pode levar a um esgotamento psicológico e a uma diminuição na capacidade de cuidar de si mesmo. A falta de tempo para atividades pessoais, a sensação de isolamento e a dificuldade em equilibrar outras responsabilidades podem agravar ainda mais a situação.

Portanto, é essencial que políticas públicas e programas de suporte sejam desenvolvidos para ajudar os cuidadores a gerenciar essas responsabilidades de maneira mais equilibrada. Oferecer recursos como apoio psicológico, grupos de suporte e assistência prática pode aliviar parte dessa carga e melhorar a qualidade de vida dos cuidadores. A inclusão de estratégias de autocuidado e a promoção de uma maior conscientização sobre as necessidades desses indivíduos são passos importantes para mitigar os efeitos negativos descritos por Dias, et.al.,2022.

De acordo com Ramos (2023), a terapia cognitivo-comportamental e a psicoeducação são fundamentais para lidar com desafios psicossociais e melhorar a compreensão da doença, enquanto programas de reabilitação, como a reabilitação psicossocial, buscam restaurar a independência e funcionalidade dos pacientes. (BARBOSA et al, 2024).

De acordo com Borba et al. (2011), a família como uma unidade social essencial para a vida humana. A ideia central é que a família não é simplesmente um grupo de indivíduos reunidos, mas sim uma rede de relações e conexões que moldam a experiência de vida de seus membros. A ênfase na vivência dinâmica e singular sugere que a família é um sistema em constante evolução, influenciado tanto pelas interações diárias quanto pelas experiências compartilhadas ao longo do tempo. Essa visão permite compreender que a estabilidade e o suporte emocional oferecidos por uma família são construídos a partir das relações interpessoais e não apenas pela presença física dos indivíduos. Além disso, essa perspectiva pode ajudar a reconhecer a importância de aspectos intangíveis, como o carinho, o apoio e a comunicação, que são cruciais para o funcionamento saudável e a coesão familiar.

ao longo da trajetória familiar, seus integrantes passam por situações de crise, sejam estas previsíveis ou não, ligadas aos processos de transição como nascimento, mudança de emprego, casamento, saída de casa dos filhos, ou a situações adversas, como a doença. A capacidade da família de ajustar-se a novas situações, como a de conviver com um membro com doença crônica, depende das fortalezas que possui, dos laços de solidariedade que agrega e da possibilidade de solicitar apoio das outras

pessoas e instituições. (BORBA et al,2011).

Assim, a temática família e saúde mental no cuidado e na ressocialização da pessoa com transtorno mental torna-se relevante em face do processo da reforma psiquiátrica. Portanto, estudos que abordam o papel da família na convivência com a pessoa com transtorno mental e que promovam discussões dos conceitos de família, saúde mental transtorno mental e ser humano, podem contribuir para cuidados condizentes com as reais necessidades dessa clientela.

No início dos anos 60, Aron Beck, um psiquiatra com formação psicanalítica, ao pesquisar pacientes deprimidos, tendo como referência o modelo psicanalítico da depressão, exerceu um forte impacto tanto na formulação de novos modelos etiológicos para os transtornos mentais como no seu tratamento. Beck concluiu que neste transtorno o paciente apresentava uma visão distorcida e negativa de si mesmo, do mundo ao seu redor e de seu futuro. Formulou a hipótese de que tal tríade cognitiva negativa seria decorrente de esquemas cognitivos disfuncionais negativos, rígidos e não realísticos, formados durante a infância em decorrência das interações com o ambiente, que seriam os elementos críticos para o surgimento, a manutenção e a recorrência da depressão.

Essa mudança de foco trouxe implicações importantes para o tratamento da depressão. Ao invés de se concentrar exclusivamente em processos inconscientes ou em fatores biológicos, Beck introduziu a ideia de que alterar essas crenças disfuncionais poderia aliviar os sintomas depressivos. Essa abordagem inovadora levou ao desenvolvimento da Terapia Cognitivo-Comportamental (TC), que se baseia na modificação de pensamentos disfuncionais para promover melhorias emocionais e comportamentais.

Além disso, o modelo cognitivo ampliou sua aplicação para diversos transtornos de ansiedade, como o transtorno obsessivo-compulsivo, a ansiedade generalizada, o transtorno do pânico e a ansiedade social. Também se mostrou útil na compreensão e tratamento de outros problemas, como a dependência química, os transtornos alimentares e os transtornos de personalidade. Essa abrangência evidencia a versatilidade e a importância da TC na psicoterapia moderna, oferecendo uma abordagem eficaz e baseada em evidências para uma ampla gama de condições psicológicas.

Segundo Barlow (2002), o transtorno de ansiedade não apenas limita a capacidade do indivíduo de funcionar plenamente em sua vida diária, mas também exerce um impacto negativo na saúde mental dos membros da família e ainda enfatiza a importância de considerar não apenas o tratamento do transtorno em si, mas também o suporte necessário

para os familiares, que são uma parte crucial no processo de manejo e recuperação.

O transtorno de ansiedade pode ser debilitante para a pessoa afetada, limitando sua capacidade de funcionar de maneira eficiente em várias áreas da vida. Mais além, o impacto se estende à família, que pode enfrentar um aumento no estresse e na tensão devido à constante preocupação e aos ataques de pânico que o indivíduo experimenta. Esse estado de alerta constante pode desgastar emocionalmente os familiares e criar um ambiente de tensão que contribui para o agravamento do estresse geral.

Davis et al. (2007) observam que, em famílias com um membro que sofre de ansiedade, pode haver uma mudança nos papéis familiares tradicionais, como pais assumindo o papel de cuidadores primários, o que pode gerar tensão e conflitos dentro da unidade familiar.

Albano e Kendall (2002) enfatizam a importância de intervenções que envolvam não apenas o indivíduo afetado, mas também a família. Programas de terapia familiar e orientação são fundamentais para melhorar a comunicação e fortalecer o suporte dentro da família, ajudando todos os membros a lidarem melhor com as demandas do transtorno de ansiedade.

Observamos nesses estudos que o meio em que a pessoa vive tem muito impacto sobre sua saúde mental, daí a importância da construção de laços e vínculos afetivos na família. Os vínculos não são criados somente por parentela, mas principalmente por ligações entre as pessoas e são imprescindíveis para a construção de um ambiente saudável e para o engajamento da família na superação das adversidades.

Estudos epidemiológicos demonstram que 9% da população brasileira, tem o seu funcionamento biopsicossocial comprometido pelos sintomas do transtorno de ansiedade. A pesquisa pode levantar os prejuízos mais comuns que impactam a família e em especial, a vida do cuidador em virtude do cuidado exclusivo dedicado; a falta de apoio social, que é um importante fator que pode contribuir para o aumento da sobrecarga familiar, a sobrecarga no próprio tratamento do paciente, com orientações diárias no cotidiano para a higiene pessoal, medicação, alimentação e lazer, adoecimento psíquico do cuidador devido à sobrecarga de cuidados diários e a resistência do cuidado na divisão das tarefas, resistência imposta pelo grupo familiar, advinda do preconceito e desinformação sobre o transtorno mental ocasionado a rejeição e o abandono do paciente e do cuidador, sentimento de solidão do cuidador pelo cuidado cotidiano ao parente, exclusão Social, o preconceito e falta de compreensão por parte da sociedade acaba gerando mais exclusão social, tanto para o paciente, quanto para a família, prejuízo sócio-ocupacional, a discriminação conferida à

doença mental prejudica a participação sócio-ocupacional de pessoas em sofrimento psíquico, mesmo quando apresentam habilidades para o desempenho de trabalho ou de lazer em contextos coletivos, sobrecarga financeira no contexto diário das famílias, pois apenas algumas delas recebiam benefícios do INSS para suprir as necessidades da pessoa com transtorno mental, Problemas de saúde como insônia, gastrite, ansiedade e depressão devido aos conflitos cotidianos relacionados à relação interpessoal com o paciente com transtorno mental.

Nos fundamentos teóricos e práticos da TCC trazidos pela Wainer Psicologia, o transtorno de ansiedade apresenta disfunções cognitivas que prejudicam o funcionamento da pessoa no dia a dia, apresenta hipersensibilidade; a pessoa tem desconforto, medo de sentir ansiedade e mantendo esses pensamentos, não consegue voltar a um estado de ansiedade considerado normal, comparado a pessoas que não tem transtorno de ansiedade. O transtorno de ansiedade é crônico e pode apresentar comorbidades com outros transtornos mentais, apresenta prejuízos nos pensamentos reflexivo e construtivos e devido a isso, a pessoa tem maior vulnerabilidade e poucos recursos de alternativas para lidar com situações adversas ou com ambientes que possam representar ameaça como por exemplo, um contexto de familiar toxico, onde não há afeto nem apego. Essa fragilidade emocional faz com que a pessoa desenvolva estratégias de enfrentamento desadaptativas para lidar com as situações, como comportamentos de fuga e evitação, viver em constante estado de hipervigilância e ter comportamentos de segurança como por exemplo, precisar sempre ter alguém por perto pra se sentir seguro.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sabendo que as circunstâncias que incidem sobre a família no que diz respeito ao manejo com uma pessoa com transtorno de ansiedade impactam de maneiras diferentes cada núcleo, trazer os impactos mais comuns que podem interferir no contexto familiar, abre possibilidade de conhecimento sobre o assunto e pode favorecer uma melhor compreensão da família, e através disso realizar ajustes em suas dinâmicas de cuidados com a pessoa com transtorno mental. A partir das consultas dos artigos estudados, o objetivo de levantar questões relacionadas aos impactos que o transtorno de ansiedade pode trazer para um contexto familiar foi alcançado e possível levantar as situações que trazem mais prejuízo a esse núcleo e sobretudo, observado que os impactos incidem principalmente sobre o cuidador, advindos da atenção exclusiva dedicada ao parente.

Olhar para questões importantes no intuito de prevenção desses impactos, como o revezamento de cuidadores, fortalecimentos dos laços afetivos, o cuidado com questões de saúde física e mental do cuidador, bem como buscar assistências necessárias para a pessoa com transtorno mental, investigar a necessidade de acompanhamento multiprofissional se faz necessário para proporcionar uma melhor convivência entre os familiares e são articulações que podem favorecer a diminuição da incidência dos impactos negativos, tanto para os familiares quanto para a pessoa com transtorno de ansiedade.

6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, Thamyres Maria Silva, et al. **Impacto dos Transtornos Psicóticos na Qualidade de Vida dos Paciente e Seus Familiares.** Brazilian Journal Of Implanology and Health Sciences. Macapá, 2024. Pag. 7 e 8. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/377354052_IMPACTO_DOS_TRANSTORNOS_PSICÓTICOS_NA_QUALIDADE_DE_VIDA_DOS_PACIENTES_E_SEUS_FAMILIARES. Acesso em 03 mar.2024.

BORBA, Letícia de Oliveira, et al. **A família e o portador de transtorno mental: dinâmica e sua relação familiar.** Rev Esc Enferm, USP. São Paulo, 2011, pag.443. Disponível em: https://www.scielo.br/j/reeusp/a/hnHfKyB_VnXcz8s57dt3gFgQ/?format=pdf&lang=pt. Acesso em 05 mar.2024.

CLARK, David; Beck Aaron, **Livro Terapia cognitivo comportamental para os transtornode ansiedade.** Tradução: Maria Cristina Monteiro; revisão técnica: Elisabeth Meyer. PortoAlegre; Artmed, 2012.

CORDIOLI, Aristides Volpato; KNAPP, Paulo. **A terapia cognitivo-comportamental no tratamento dos transtornos mentais.** Revista Brasileira de Psiquiatria. São Paulo, 2088, pag.1-3. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/xZ6MGPFQJf4CysRQYByyh/>. Acesso em 20 abr. 2024.

DATTILIO, Frank M, **Reestruturação de esquemas familiares.** Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, Rio de Janeiro v.2 n.1, 2006. Disponível em:https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-567200600_0100003. Acesso em 20 abr. 2024.

FELISBERTO, Kesting Karina; SORATTO, Tereza Maria. **Sobrecarga da família em sofrimento mental.** Revista Inova Saúde, Criciúma, Vol.15 n.1, 2017, p. 31 -37. Disponível em: <https://periodicos.unesc.net/ojs/index.php/Inovasaude/article/view/3447/6606>. Acesso em 10 mar.2024.

FREITAS, et al. **Compreendendo a prevalência de ansiedade e depressão na sociedade brasileira.** Periódicos Brasil. Pesquisa Científica ISSN 2674-9432 , vol. 6 , Issue 7, 2024, p.647-657. Disponível m:<https://periodicosbrasil.emnuvens.com.br/revista/article/view/79> ,Acesso em 20 ago.2024.

WAINER, Ricardo, et al. **Terapia Cognitiva Focada em Esquemas: Integração em Psicoterapia.** São Paulo; Artmed, 2015.

