



AS CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE DE SEPARAÇÃO INFANTIL

ÉVELIN DA SILVA BROMIRSKY; LAURA MORAIS MACHADO; NATÁLIA WIROWSKI

Introdução: A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é reconhecida como a abordagem psicoterapêutica mais eficaz para lidar com os transtornos de ansiedade, sustentada por evidências empíricas de sua eficácia e resultados positivos duradouros. A ansiedade, considerada uma reação natural a situações ameaçadoras e estressantes, pode se tornar patológica quando intensificada e persistente, levando ao desenvolvimento de transtornos que interferem na rotina e causam sofrimento. Em crianças, o Transtorno de Ansiedade de Separação (TAS), caracterizado por uma resposta desproporcional à separação de uma figura de apego, é comumente diagnosticado e pode resultar em dificuldades na rotina e no desenvolvimento da criança. **Objetivos:** identificar intervenções eficazes da TCC no tratamento do TAS. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão integrativa no período de outubro de 2023 a abril de 2024, utilizando as bases de dados SciELO e Biblioteca Virtual de Saúde. Foram incluídos artigos que continham as palavras-chave: Ansiedade, Ansiedade de Separação, Infância, Terapia Cognitivo-Comportamental, e Psicoterapia Infantil. Foram excluídos artigos publicados antes de 2014. **Resultados:** A ansiedade pode afetar diversos aspectos do funcionamento infantil, como memória, atenção e desempenho escolar. O TAS possui como critérios diagnósticos a recusa em ir à escola, evitar dormir fora de casa e medo de ficar sozinho, além de sintomas físicos e comportamentais. A TCC utiliza uma variedade de técnicas, visando modificar padrões disfuncionais de pensamento e comportamento, tais como treinamento de habilidades sociais, psicoeducação, reestruturação cognitiva e exposição, entre outras. **Conclusão:** O uso da TCC mostra-se eficaz no tratamento da ansiedade infantil ao combinar técnicas específicas direcionadas aos sintomas apresentados. Faz-se relevante a realização de mais estudos voltados à atuação da Terapia Cognitivo-Comportamental frente à ansiedade infantil, dada sua influência prolongada na saúde mental, a qualidade de vida e o aprendizado, possibilitando ampliar os recursos disponíveis e colaborar com o saber científico.

Palavras-chave: Transtorno, Terapia, Psicoterapia, Ansiedade, Saúde da criança.