



O PSICÓLOGO CLÍNICO DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL (TCC) NO CASO DE ANSIEDADE DO IDOSO NA POLICLÍNICA DO MUNICÍPIO DE VIÇOSA-MINAS GERAIS, BRASIL

ANGELA CECÍLIA FARIA DE JESUS; LUÍSA GOUVEIA LANA

Introdução: A ansiedade é uma condição comum no processo de envelhecimento, frequentemente associada as mudanças biopsicossociais. O psicólogo clínico que utiliza a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) desempenha um papel central no diagnóstico de quadros psicopatológicos utilizando avaliações psicológicas como escalas e/ou testes, técnicas específicas e anamnese. Este profissional busca identificar os fatores emocionais que interferem na saúde mental do indivíduo especialmente em contextos ambulatoriais, onde o tratamento pode incluir medicações e/ou psicoterapia. **Objetivo:** Evidenciar a importância da atuação do psicólogo clínico da TCC em um caso de ansiedade atendido na Policlínica no município de Viçosa, Minas Gerais, Brasil, utilizando técnicas e intervenções de psicoterapia breve. **Relato de caso:** Paciente do sexo masculino, 65 anos, que apresentou sintomas de transtorno de ansiedade relacionados ao ambiente familiar. Encaminhado por um médico psiquiatra ao psicólogo clínico no ambulatório da Policlínica. Foi submetido a uma anamnese abrangente, que permitiu o levantamento de informações sobre a história de vida do paciente, o estado de saúde física e mental, e a dinâmica familiar, oferecendo subsídios iniciais para o diagnóstico e direcionamento do tratamento psicológico. As principais queixas do paciente incluíam preocupação excessiva, insônia, suor excessivo e sensação de aperto no peito. No primeiro atendimento, o psicólogo propôs o planejamento terapêutico por tempo determinado com aproximadamente 12 sessões, e trabalhou na construção de uma aliança terapêutica sólida. A abordagem adotada foi ativa, com foco na superação dos sintomas por meio de técnicas como respiração diafragmática, reestruturação cognitiva e psicoeducação. **Conclusão:** O paciente conseguiu cumprir o tratamento, apresentando redução significativa dos sintomas do quadro ansioso. Portanto, o acompanhamento do psicólogo clínico especializado em TCC mostrou-se relevante no alívio do sofrimento psíquico. A TCC é uma das abordagens que apresenta mais evidências empíricas de eficácia no tratamento de ansiedade. Destaca-se a importância da Rede Pública de Saúde ao oferecer serviços psicológicos que garantem um atendimento qualificado e humanizado à população.

Palavras-chave: **AFLIÇÃO; ENVELHECIMENTO; PSICOEDUCAÇÃO; PSICOTERAPIA; SAÚDE MENTAL**