

CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL NO MANEJO DA ANSIEDADE EM CRIANÇAS

CONTRIBUTIONS OF COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY IN THE MANAGEMENT
OF ANXIETY IN CHILDREN

Marcia Marina de Castro¹
Andrea Cristina da Silva²
Silvia Helena Modenesi Pucci³

RESUMO: A ansiedade é um dos principais transtornos mentais no mundo e cerca de 10% das crianças apresentam um quadro de ansiedade patológica, estado mental que corrobora para muitos prejuízos ao seu desenvolvimento. Dessa forma, mostra-se a importância de tratamentos psicológicos efetivos para os transtornos de ansiedade na infância. **Objetivo:** O presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão integrativa de literatura acerca das contribuições da terapia cognitivo comportamental no manejo clínico da ansiedade em crianças. **Metodologia:** Revisão integrativa da literatura, utilizando a base de dado Biblioteca Virtual em Saúde, devido a sua relevância na publicação de literatura científica tanto no cenário nacional, quanto no internacional, levando em consideração critérios de inclusão/exclusão e utilizando desenho metodológico pela estratégia PICO. **Resultados:** Os resultados mostraram que a TCC contribui no manejo dos sintomas da ansiedade em crianças, especialmente quando existe a colaboração entre terapeutas e pais aumentando a eficácia do tratamento. **Conclusão:** A TCC é uma intervenção terapêutica de primeira linha para a ansiedade em crianças e mais estudos precisam ser desenvolvidos para ampliar as possibilidades de aplicação da mesma com este público.

545

Palavras-chave: Ansiedade. Crianças. Terapia Cognitivo-Comportamental.

ABSTRACT: Anxiety is one of the main mental disorders in the world and approximately 10% of children present a picture of pathological anxiety, a mental state that contributes to many harms to their development. Thus, the importance of effective psychological treatments for anxiety disorders in childhood is shown. **Objective:** This study aims to conduct an integrative literature review on the contributions of cognitive behavioral therapy in the clinical management of anxiety in children. **Methodology:** Integrative literature review, using the Virtual Health Library database, due to its relevance in the publication of scientific literature both in the national and international scenario, taking into account inclusion/exclusion criteria and using a methodological design by the PICO strategy. **Results:** The results showed that CBT contributes to the management of anxiety symptoms in children, especially when there is collaboration between therapists and parents, increasing the effectiveness of the treatment. **Conclusion:** CBT is a first-line therapeutic intervention for anxiety in children and more studies need to be developed to expand the possibilities of its application with this audience.

Keywords: Anxiety. Children. Cognitive Behavioral Therapy.

¹Especialista em Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) com Ênfase em Saúde e Saúde Mental FCMSCSP. Psicóloga Clínica.

²Mestra em Ciências da Saúde FCMSCSP, Terapeuta Cognitiva Certificada pela FBTC, Professora e Supervisora convidada da FCMSCSP. <https://lattes.cnpq.br/2180466998672237>.

³ PhD Universidade do Minho/PT, Professora e Supervisora da UNISA / Professora e Supervisora convidada da FCMSCSP. <http://lattes.cnpq.br/0913875901013757>.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (Organização Mundial de Saúde [OMS], 2022) um ano após a pandemia da Covid 19, publicou que a prevalência de ansiedade e depressão em todo o mundo aumentou 25%. Segundo Asbahr (2004), 10% de todas as crianças e adolescentes se enquadram nos critérios diagnósticos em algum momento para pelo menos uma condição de ansiedade. Nos Estados Unidos, de acordo com o (Children's Mental Health [CDC], 2023), aproximadamente 9.4% das crianças entre 3 e 17 anos foram diagnosticadas com um transtorno de ansiedade.

De acordo com Frota et al. (2022), a ansiedade pode ser compreendida como um estado de apreensão ou antecipação de perigos ou eventos futuros desfavoráveis, acompanhado por um sentimento de preocupação, desconforto, ou sintomas somáticos de tensão. Considera-se ansiedade patológica quando resulta em sofrimento ou prejuízo funcional importante.

De acordo com o Manual Diagnóstico de Transtornos Mentais – 5ª edição revisada, publicada em 2023, a ansiedade difere do medo ou ansiedade transitórias frequentemente conduzidos pelo estresse. Sendo cada transtorno de ansiedade diagnosticado apenas quando os sintomas não são decorrentes das implicações fisiológicas do uso de substância/medicamento ou de outro quadro clínico. Dentre estes estão: Transtorno de Ansiedade de Separação; Mutismo Seletivo; Fobia específica; Transtorno de Ansiedade Social; Transtorno do Pânico; Agorafobia; Transtorno de Ansiedade generalizada e Transtorno de Ansiedade Induzido por Substância/Medicamento.

Os transtornos de ansiedade em crianças podem manifestar-se de diversas maneiras, incluindo medos excessivos, preocupações, alterações no sono e na alimentação, dificuldades de concentração e sintomas físicos como dores de cabeça e estômago (Children's Mental Health [CDC], 2023).

O surgimento de transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes tem sido associado a uma ampla gama de causas, incluindo interações entre fatores biológicos, ambientais e pessoais (Mascella, 2013).

Segundo Antoniutti et al. (2024), a maioria dos transtornos mentais se iniciam na infância, porém, a procura do tratamento nem sempre acontece nesse período. Além disto, Antoniutti et al. (2019), ainda descrevem que quando não se busca ajuda para a sintomatologia nessa fase, o risco para danos no desenvolvimento aumenta e, pode justificar os diversos transtornos mentais que o indivíduo pode desenvolver quando se torna adulto.

Para Silva (2017), com os avanços tecnológicos e a facilidade de acesso à informação, exige-se que se continuem os estudos teóricos sobre as perspectivas do desenvolvimento infantil nos dias de hoje em decorrência de tantas questões que permeiam a vida das crianças.

Para Melo e Lima (2019), as principais intervenções no manejo da ansiedade com crianças na Terapia Cognitivo Comportamental são: Psicoeducação; reconhecimento e manejo das emoções; identificação de cognições distorcidas que aumentam a ansiedade; questionamento de pensamentos e desenvolvimento de cognições que reduzem a ansiedade; exposição e prática; automonitoramento; reforço e preparação para reverses.

Em relação a protocolos de tratamento para ansiedade em crianças para (Paiva, 2018) o programa *Coping Cat* foi um dos primeiros a ser desenvolvido para essa demanda clínica ref*. O protocolo tem a intenção de ajudar o paciente a identificar seus sintomas, alterar suas cognições distorcidas, educar a gerenciar com a ansiedade, encorajar o paciente a se expor gradativamente à situação ansiogênica e reforça comportamentos atingidos e adaptativos.

Outro importante protocolo desenvolvido por brasileiros é o TRI (Terapia de Regulação Infantil) que segundo (Antoniutti et al., 2024) visa construir habilidades relacionadas à inteligência emocional, crescimento da empatia, expressão emocional vigorosa, compreensão de processos cognitivos e modificação do pensamento. Além disso, abrange técnicas de resolução de problemas, habilidades sociais e exercícios de relaxamento, de acordo com o mesmo autor.

Para Stallard (2010), a terapia cognitivo-comportamental (TCC) coloca uma forte ênfase na importância dos pensamentos na formação dos sentimentos e comportamentos, e é uma estratégia realista que enfatiza questões e acontecimentos do presente. As crianças consideram a ênfase no presente como mais atraente porque estão frequentemente mais preocupadas em abordar e compreender os problemas que enfrentam atualmente do que em tentar compreender as causas desses problemas (Stallard, 2010).

Para Melo e Lima (2019), estudar intervenções para o tratamento e manejo dos sintomas de ansiedade é muito importante, uma vez que a ansiedade causa prejuízos significativos para as crianças. Considerando o que foi apresentado, este trabalho visa compreender as contribuições da Terapia Cognitivo Comportamental no manejo clínico de crianças com ansiedade.

METODOLOGIA

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura que tem por finalidade promover um apanhado de conhecimento sobre a relevância dos resultados notados na prática e na qualidade das evidências (Souza et al.,2010). Além disto, segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008), a revisão de literatura abrange o estudo de pesquisas pertinentes que facilitam o aprimoramento da prática clínica e a tomada de decisão. Os mesmos autores também destacam a falta de conhecimento que requer investigação mais aprofundada e permite a síntese do conhecimento existente sobre um determinado tema. Com o uso desta metodologia de pesquisa, é possível sintetizar numerosos estudos publicados e tirar conclusões amplas sobre um determinado campo de estudo.

Os descritores e operadores booleanos utilizados nas bases de dados, foram ““Ansiedade, AND Crianças, AND Terapia Cognitivo-Comportamental”. Dentro das pesquisas na língua inglesa, foram utilizados como descritores “Anxiety AND Children AND Cognitive Behavioral Therapy”. Foi consultada a seguinte base de dados: Biblioteca Virtual em Saúde - BVS, devido a sua relevância na publicação de literatura científica tanto no cenário nacional quanto no internacional.

Os critérios de inclusão considerados para essa revisão foram: artigos publicados entre os anos de 2023 a abril de 2024 em língua Portuguesa, língua Inglesa e língua Espanhola, disponibilizados gratuitamente e na íntegra para acesso nas bases utilizadas. Outro critério de inclusão para a presente pesquisa foi considerar sujeitos com idade igual/abaixo de 17 anos. Os critérios de exclusão utilizados foram o não cumprimento dos critérios de inclusão e estudos que não responderam ao objetivo da presente pesquisa.

A questão norteadora deste estudo foi estruturada a partir da estratégia PICO: P=Paciente, I = Intervenção, C = Controle e O = “(Outcomes)” – Desfecho (Santos et al.;2007). Essa é uma estratégia utilizada em trabalhos científicos, sendo P- Crianças com ansiedade. I- Terapia Cognitivo Comportamental no tratamento da ansiedade infantil. C- Não há O- Qual a contribuição da terapia cognitivo comportamental para a melhora dos sintomas de ansiedade infantil?

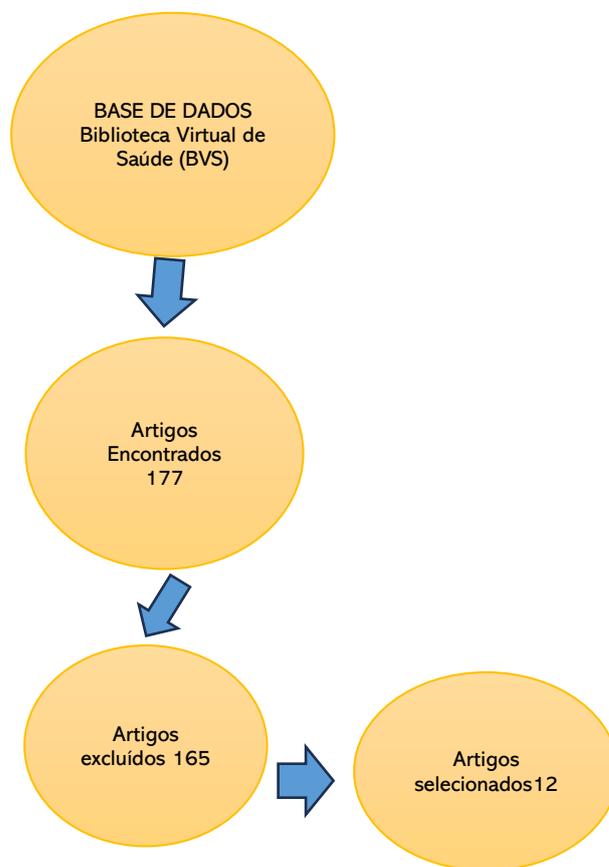
Para realizar a análise dos dados, os estudos captados foram expostos por meio da estratégia fluxograma Prisma 2020 que, conforme Page et al. (2022), possui o objetivo de mostrar informações de maneira clara e sistemática facilitando o trabalho de editores, autores, e leitores no entendimento do que foi pesquisado. O fluxograma demonstra a quantidade de artigos

encontrados, incluídos e excluídos buscando desconsiderar artigos que não se adequam ao tema proposto e/ou, que não estejam dentro do período de busca estabelecido anteriormente.

Procedimento

No dia 09 de abril de 2024, foi pesquisado na BVS-Saúde como busca avançada os descritores acima mencionados com respectivos operadores booleanos. Sendo selecionados em forma de texto completo dos últimos 2 anos nas línguas: português, inglês e espanhol.

Figura 1 Fluxograma de seleção de artigos



Fonte: As autoras (2024).

RESULTADOS

A presente pesquisa evidenciou 12 artigos de resultados. Segue abaixo Quadro de resultados acerca das Intervenções em TCC utilizadas para auxiliar no tratamento da Ansiedade Infantil.

An	Autores	Método/Amostra	Idade	Intervenções	Resultados
2023	Green et al.	Estudo de série de casos não controlados. A abordagem do estudo envolveu a combinação de métodos quantitativos e qualitativos para avaliar os resultados nas crianças e a experiência das famílias.	8 – 9 anos	O estudo foi realizado com pais/cuidadores de crianças identificadas com possíveis problemas de ansiedade por meio de triagens escolares. Os pais de crianças identificadas como possivelmente ansiosas foram convidados a participar de um programa online chamado Online Support and Intervention (OSI), que consistia em oito módulos cobrindo os principais conteúdos das abordagens de Terapia Cognitivo-Comportamental (CBT) guiadas por pais. Esses módulos incluíam textos, versões em áudio, vídeos, animações, atividades interativas e medidas de resultados incorporadas.	O estudo sugere que a intervenção (OSI) Online Support and Intervention é promissora como uma intervenção precoce para problemas de ansiedade infantil identificados através da triagem escolar. O uso de uma abordagem online guiada por pais pode aumentar o acesso a tratamentos baseados em evidências para crianças com problemas de ansiedade.
2023	Galán-Luque et al.	O estudo mencionado utilizou o método de revisão sistemática de revisões sistemáticas e meta-análises para avaliar a eficácia das intervenções psicológicas para tratar transtornos específicos de ansiedade em crianças e adolescentes O total de participantes nos	3 – 17 anos	As intervenções incluíram formatos variados, como sessões individuais, em grupo, em ambiente escolar e em clínicas comunitárias e universitárias. A TCC foi aplicada sozinha ou combinada com	Os resultados do estudo indicaram que as intervenções psicológicas baseadas em Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) são eficazes no tratamento de transtornos de ansiedade específicos em crianças e adolescentes. As intervenções resultaram

		estudos incluídos foi de 6.120.		intervenções familiares e, em alguns casos, com medicamentos como a imipramina.	em melhorias significativas nos sintomas de ansiedade e na redução de comportamentos noturnos perturbadores, com efeitos positivos mantidos a longo prazo.
2023	Jong et al.	O estudo foi desenhado como um microensaio clínico randomizado controlado, cego para o avaliador, comparando dois grupos paralelos em um período de quatro semanas de espera e tratamento.	8 – 17 anos	As intervenções do estudo consistiram em duas formas de exposição gradual baseadas em Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para tratar fobias específicas em crianças e adolescentes. Os participantes foram randomizados para receber tratamento em grandes passos (LargeSE) ou em pequenos passos (SmallSE).	Os resultados indicam que a exposição em pequenos passos (SmallSE) pode ser mais eficaz na redução da severidade da fobia específica do que a exposição em grandes passos (LargeSE). Isso pode ser atribuído ao maior número e variedade de exercícios realizados pelo grupo SmallSE, proporcionando mais oportunidades de prática e desconfirmação das crenças de ameaça.
2023	Lawson et al.	Ensaio híbrido de eficácia e implementação de Tipo II com randomização por cluster. Participaram 91 estudantes (48 no grupo FRIENDS e 43 no grupo CATS) de 19 escolas. Amostra maior de 158 estudantes, com 120 recebendo pelo menos uma sessão de terapia e 97 fornecendo dados pós-tratamento.	9 – 13 anos	A intervenção do estudo comparou dois protocolos de Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) em grupo para ansiedade em crianças e adolescentes: o programa FRIENDS e o programa CATS	O estudo procurou avaliar a eficácia, o custo-benefício e a adequação percebida de dois protocolos de terapia cognitivo-comportamental em grupo para ansiedade em escolas urbanas: FRIENDS e CATS. A investigação valida o potencial da intervenção CATS em escolas urbanas, demonstrando maior relação custo-eficácia em comparação com FRIENDS e eficácia comparável com menos sessões. Embora os sintomas de ansiedade dos dois grupos não tenham melhorado significativamente, descobriu-se que o CATS era mais adequado financeiramente e culturalmente para uso

					em ambientes escolares urbanos
2023	Novick et al.	O método do estudo envolveu um ensaio clínico randomizado comparando duas intervenções para pré-escolares inibidos (N = 151): o Programa Turtle, um programa multicomponente, e o programa Cool Little Kids (CLK), focado apenas nos pais.	3 anos e 9 meses a 5 anos e 4 meses	As intervenções do estudo incluíram o Programa Turtle, que compreendeu sessões TCC para pais em grupo com terapia de grupo simultânea para crianças, e o Cool Little Kids, que consistiu em sessões de grupo para pais sem a presença das crianças. O Programa Turtle também incluiu um componente de interação pais-filhos adaptado do programa de Terapia de Interação Pais e Filhos (PCIT), com coaching <i>in vivo</i> para diminuir comportamentos parentais ansiogênicos e implementar exposições para reduzir a ansiedade e a evitação da criança.	Os resultados do estudo mostraram que o Programa Turtle, que incluiu sessões de CBT para pais e crianças, promoveu melhorias bidirecionais entre a ansiedade infantil e os comportamentos parentais, enquanto o programa Cool Little Kids (CLK), focado apenas nos pais, não apresentou esses efeitos recíprocos.
2023	Okawa et al.	Ensaio clínico não controlado de braço único, que examinou a viabilidade e a aceitação da Terapia Cognitivo-Comportamental guiada e entregue pelos pais (GPD-CBT) para crianças japonesas com transtornos de ansiedade.	7 - 12 anos	A intervenção do estudo foi a Terapia Cognitivo-Comportamental guiada e entregue pelos pais (GPD-CBT) para crianças japonesas com transtornos de ansiedade. A GPD-CBT é uma intervenção de baixa intensidade onde os pais são orientados a aplicar técnicas de TCC com seus filhos.	Os resultados do estudo mostraram que a Terapia Cognitivo-Comportamental guiada e entregue pelos pais (GPD-CBT) foi eficaz em reduzir a ansiedade em crianças japonesas com transtornos de ansiedade. Quarenta por cento das crianças estavam livres do diagnóstico primário de ansiedade após o tratamento, e 70% estavam livres no seguimento de um mês. Houve reduções significativas na severidade clínica da ansiedade, com efeitos positivos moderados nos

					<p>sintomas de ansiedade relatados tanto por crianças quanto por pais, e pequenos aumentos no comportamento de autonomia parental relatado pelas crianças.</p>
2023	Shokravi et al.	<p>Ensaio clínico randomizado para avaliar a eficácia de uma intervenção cognitivo-comportamental na ansiedade dental em crianças de 7 a 10 anos.</p>	7 - 10 anos	<p>A intervenção do estudo consistiu em uma abordagem cognitivo-comportamental destinada a reduzir a ansiedade dental em crianças durante procedimentos de pulpotomia.</p>	<p>O grupo de intervenção demonstrou uma tendência de redução nas pontuações de ansiedade, enquanto o grupo de controle apresentou um aumento significativo ($P < 0,001$). As intervenções cognitivo-comportamentais foram bem-sucedidas em reduzir a ansiedade odontológica em crianças submetidas à pulpotomia. Essas intervenções podem ser implementadas com sucesso em ambientes clínicos.</p>
2023	Takashina et al.	<p>O estudo é um ensaio clínico randomizado, controlado e mascarado, realizado em múltiplos centros com três grupos de intervenção.</p>	8 - 15 anos	<p>A intervenção do estudo envolveu três grupos de intervenção: a TCC adaptada culturalmente (CA-CBT), a TCC adotada de programas existentes (PA-CBT) e um grupo de controle de educação moral (MEC). As crianças e adolescentes no grupo CA-CBT participaram de 10 sessões semanais de 60 minutos, com o tratamento ajustado para o contexto cultural japonês e baseado em feedback de clínicos locais. No grupo PA-CBT, os participantes também participaram de 10 sessões semanais de 60 minutos</p>	<p>O estudo mostrou que tanto a Terapia Cognitivo-Comportamental Adaptada Culturalmente (CA-CBT) quanto a Terapia Cognitivo-Comportamental Adaptada ao Programa (PA-CBT) são eficazes no tratamento de transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes no Japão. A CA-CBT, em particular, mostrou uma taxa de remissão ligeiramente maior e foi bem recebida pelos participantes. Essas intervenções oferecem opções promissoras para a aplicação de terapias baseadas em evidências em contextos culturais específicos.</p>

				utilizando o programa "Cool Kids", traduzido e adaptado para o japonês seguindo procedimentos padronizados. O grupo de controle (MEC) recebeu educação moral através de leituras e discussões supervisionadas, sem os componentes ativos da TCC.	
2023	Tse et al.	A seleção incluiu ensaios clínicos randomizados e estudos quase-experimentais que examinaram intervenções baseadas em TCC conduzidas em escolas para tratar crianças e adolescentes com SAD ou sintomas de ansiedade social.	6 – 16 anos	A intervenção do estudo envolveu a aplicação de três programas de Terapia Cognitivo-Comportamental (CBT) em escolas para tratar crianças e adolescentes com transtorno de ansiedade social (SAD) ou sintomas de ansiedade social: Friend for Life (FRIENDS), Super Skills for Life (SSL) e Skills for Academic and Social Success (SASS). As intervenções foram realizadas nas escolas, durante ou fora do horário escolar, com métodos rigorosos para garantir a fidelidade, como workshops de treinamento, manuais detalhados e listas de verificação. Em alguns programas, os pais participaram de sessões para reforçar as técnicas em casa.	Os resultados mostraram que os programas de Terapia Cognitivo-Comportamental (CBT) em escolas, como FRIENDS, Super Skills for Life (SSL) e Skills for Academic and Social Success (SASS), foram eficazes na redução dos sintomas de ansiedade social em crianças e adolescentes. Cinco dos sete estudos relataram diminuições significativas nos sintomas logo após a intervenção, com efeitos positivos mantidos em seguimentos de 3 a 12 meses.
2024	Creswell et al.	O estudo foi um ensaio clínico randomizado, controlado, de não inferioridade e pragmaticamente cego, conduzido em múltiplos	5 – 12 anos	A intervenção utilizou a plataforma Online Support and Intervention (OSI) para fornecer Terapia Cognitivo-	A intervenção OSI com suporte do terapeuta apresentou uma redução significativa na interferência causada pela ansiedade infantil

		centros. Participaram 706 crianças e seus pais ou cuidadores, referidas aos serviços de saúde mental infantil na Inglaterra e Irlanda do Norte.		Comportamental (TCC) liderada pelos pais e suportada digitalmente, para tratar a ansiedade infantil.	relatada pelos pais. Os resultados foram consistentes em todas as análises secundárias, mostrando melhorias nos sintomas de ansiedade infantil e no funcionamento geral. Além disso, a intervenção OSI foi associada a menores custos em comparação ao tratamento usual, principalmente devido ao menor tempo de entrega da terapia pelos terapeutas.
2024	Diego & Orgilés	O estudo foi um ensaio clínico randomizado e controlado, conduzido em um ambiente clínico. A amostra consistiu em 74 crianças espanholas e foram recrutadas do Departamento de Saúde Mental Infantil e Adolescente do Hospital Clínico Universitário em Valência, Espanha.	8 – 12 anos	A intervenção consistiu em 8 sessões semanais de uma hora cada, conduzidas por dois psicólogos clínicos hospitalares, treinados no programa (SSL) Super Skills for Life. As sessões incluíram atividades lúdicas em grupo e os pais receberam orientações para reforçar as técnicas em casa. As avaliações foram realizadas antes da primeira sessão e após a última sessão para medir a eficácia da intervenção.	Os resultados do estudo mostraram que o programa Super Skills for Life (SSL) reduziu significativamente os sintomas de ansiedade e depressão em crianças. As crianças que participaram do SSL apresentaram menos ansiedade, depressão e interferência da ansiedade em suas vidas, em comparação com o grupo de controle. Os pais também notaram melhorias na ansiedade dentro de casa. Após a intervenção, mais de 85% das crianças no grupo SSL não atendiam mais aos critérios para um transtorno emocional importante.
2024	Wang et al.	Este estudo foi um ensaio aberto realizado nos Serviços de Saúde Mental Infantil e Adolescente (CAMHS) no Hospital Universitário de St. Olav, Trondheim, Noruega, com uma amostra de 25 pacientes pediátricos com TOC.	7 – 17 anos	A intervenção do estudo foi realizada ao longo de 14 semanas e consistiu em sessões semanais presenciais de 45 minutos nas primeiras 5 semanas, combinadas com sessões semanais de videoconferência de 15 minutos para revisar os deveres de casa e realizar exercícios de E/RP	Os resultados do estudo indicaram uma redução significativa nos sintomas comórbidos relacionados ao transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), declínios na acomodação familiar e melhorias na qualidade de vida dos participantes. Após o tratamento com Terapia Cognitivo-Comportamental aprimorada (eCBT).

				em ambientes naturais. A partir da semana 6, a frequência das sessões presenciais foi reduzida para quinzenal, enquanto a frequência das videoconferências aumentou, proporcionando uma sessão presencial e duas videoconferências em um período de duas semanas.	Esses resultados foram mantidos ao longo do período de acompanhamento de 12 meses, indicando que os participantes experimentaram melhorias substanciais em vários domínios de sua vida diária, incluindo casa, escola e interações sociais.
--	--	--	--	---	---

Fonte: As autoras (2024)

RESULTADO/DISCUSSÃO

O artigo de resultado de Green et al. (2023), teve uma amostra de 131 crianças que foram inicialmente avaliadas através de questionários de triagem para identificar problemas de ansiedade. Dessas, 50 crianças foram identificadas com "possíveis problemas de ansiedade". Os pais de 42 dessas crianças aceitaram a oferta de apoio e começaram o programa *Online Support and Intervention* (OSI). Além dessas, os pais de mais 7 crianças que não haviam sido identificadas inicialmente como tendo problemas de ansiedade também decidiram participar do programa, totalizando 49 pais que iniciaram o OSI. Desses, 47 forneceram dados completos que foram incluídos nas análises primárias do estudo. Os resultados indicaram melhorias significativas nas medidas de efeitos das crianças ao longo do tempo, com altos níveis de engajamento e satisfação dos pais. A entrega online e o envolvimento dos pais como facilitadores da Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), mostraram ser eficazes e bem aceitos. Além disso, o segundo estudo de resultado, realizado por Creswell et al. (2024), utilizou a mesma intervenção *Online Support and Intervention* (OSI) com suporte terapêutico, incluindo crianças de 5 a 12 anos que apresentavam problemas primários de ansiedade, em 34 serviços de saúde mental para crianças e adolescentes na Inglaterra e na Irlanda do Norte. A intervenção foi bem aceita pelos participantes, considerada fácil de usar e acessar. O mesmo estudo também demonstrou ser mais custo-efetivo do que o tratamento usual, oferecendo uma alternativa promissora que pode aumentar o acesso a tratamentos eficazes para a ansiedade infantil, especialmente em locais com acesso limitado a recursos de saúde mental. Para corroborar com

estes dois achados, como resultado da presente pesquisa, o estudo de Okawa et al. (2023), traz a luz que a TCC não está amplamente disponível, pois poucas crianças com transtornos de ansiedade recebem terapia e a TCC liderada pelos pais é uma intervenção de baixa intensidade, pois determina poucas horas de intervenção entre terapeuta e pais, apresentando também bons resultados na melhora da ansiedade. Estes resultados estão de acordo com a literatura. Em contraste, Rapee et al. (2023) evidenciou que, embora a participação dos pais no tratamento de crianças com ansiedade seja logicamente importante, **não foram encontradas diferenças significativas nos resultados das crianças** com ou sem o envolvimento dos pais em seu estudo. No entanto, ressaltam que a variabilidade na forma e no foco do envolvimento parental pode influenciar os resultados e sugerem que o treinamento ativo dos pais em práticas de manejo da ansiedade pode resultar em uma maior manutenção dos ganhos do tratamento.

Como resultado desta presente pesquisa, Novick et al. (2023) investigou as relações recíprocas entre a ansiedade infantil e os comportamentos parentais de crianças inibidas de 45 a 64 meses de idade, em risco de desenvolver ansiedade. Foram realizadas duas diferentes intervenções através dos programas: *Turtle Program* e *Cool Little Kids (CLK)*. O estudo concluiu que o *Turtle Program*, que envolve tanto os pais quanto as crianças, teve maior sucesso em criar mudanças recíprocas entre a ansiedade infantil e o comportamento parental, especialmente na redução da acomodação dos pais à ansiedade das crianças. Em contraste, o *Cool Little Kids*, focado apenas nos pais, mostrou reduções gerais na ansiedade infantil, mas sem as interações dinâmicas observadas no Turtle. O estudo propõe que intervenções que abordam ambos os lados, pais e filhos, podem ser mais eficazes em longo prazo. O estudo está de acordo com a literatura. Em conformidade, Stallard (2010), salienta que o envolvimento dos pais na intervenção minimiza a atenção que a criança recebe como resultado de uma conduta nervosa e evitativa, ao mesmo tempo que oferece possibilidades de diminuir a preocupação dos pais, apoiando a autonomia adequada da criança e suas habilidades de resolução de problemas, além de ajudá-la a desenvolver habilidades.

Ainda sobre os estudos de tratamento e aplicabilidade da TCC, Diego et al. (2024) como resultado da presente pesquisa, avaliou a eficácia do programa transdiagnóstico *Super Skills for Life (SSL)* em uma amostra de crianças espanholas com transtornos emocionais importantes, como transtornos de ansiedade e depressão ou transtornos relacionados ao trauma e estresse em um ambiente clínico. As taxas de remissão total ou parcial dos diagnósticos baseados nos critérios do DSM-5 foram altas no grupo SSL, com 88,46% das crianças não mais atendendo aos

critérios de transtorno emocional. Para transtornos de ansiedade, a taxa de remissão foi de 85,29% no grupo SSL, e para transtornos relacionados ao trauma e estresse, foi de 94,12%. No grupo controle, essas taxas foram muito mais baixas. Os autores ressaltaram que o SSL baseada na TCC pode ser uma alternativa eficaz e acessível em sistemas públicos de saúde com limitações de recursos, especialmente diante de longas listas de espera. Este estudo está de acordo com a literatura. Gkintoni et al. (2024) corrobora que a Terapia Cognitivo-Comportamental Focada no Trauma (TF-CBT) demonstrou ser altamente eficaz no tratamento do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) em crianças e adolescentes. A terapia mostrou ser particularmente eficaz em melhorar o funcionamento emocional e comportamental dos jovens, sendo amplamente utilizada como abordagem preferencial para tratar traumas em crianças e adolescentes, especialmente quando envolve a participação ativa dos pais.

No que abrange os transtornos específicos de ansiedade em crianças e adolescentes, como artigo de resultado, Galán-Luque et al. (2023), realizou uma revisão sistemática focada na eficácia das intervenções psicológicas envolvendo um total de 6.120 participantes. As idades variavam de 3 a 17 anos, e os diagnósticos incluíam fobias específicas, transtorno de ansiedade generalizada (TAG), transtorno de ansiedade de separação (TAS) e medos noturnos. Os resultados mostraram que as intervenções baseadas em Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) são eficazes no tratamento desses diagnósticos, tanto a curto quanto a longo prazo à saúde mental.

558

Este trabalho está de acordo com a literatura. Em linha com Cavalcanti et al (2024) a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é significativamente eficaz no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), e mostrou em seu estudo que a taxa de resposta é superior a 70,8%, destacando-se em relação a outras intervenções como o controle de estresse e yoga. A TCC apresentou resultados positivos tanto a curto quanto a longo prazo, com evidências de redução dos sintomas de ansiedade e prevenção de recaídas.

Nesse contexto, os achados da TCC para os tratamentos das patologias ansiosas, como pesquisa de resultado deste estudo, Jong et al. (2023), avaliou a eficácia da terapia de exposição para fobias específicas em jovens, variando a abordagem de exposição em grandes e pequenos passos. As intervenções foram testadas ao longo de um período de quatro semanas, com avaliações conduzidas no pré-tratamento, pós-tratamento e seguimento de um mês. Segundo os mesmos autores do estudo, a exposição em pequenos passos resultou em uma diminuição mais

significativa na severidade da fobia específica do início ao pós-tratamento e no seguimento. O estudo mostrou que a exposição em pequenos passos (SmallSE) foi mais eficaz na redução da gravidade da fobia específica. Isso sugere que o número de exercícios diferentes (variedade e repetição) é mais importante para a melhoria dos pacientes do que o grau de ameaça enfrentada em cada exercício. A partir desses resultados, os autores sugerem que os terapeutas devem concentrar-se em proporcionar múltiplas oportunidades de enfrentamento do medo em diferentes contextos e com diferentes estímulos, em vez de buscar grandes reduções de medo em menos exercícios. Esses resultados possuem observações a serem consideradas, de acordo com a literatura. Para Friedberg e Mc Clure (2019), embora se apoie a terapia de exposição, há alguns fatores únicos a serem considerados antes de usar métodos baseados em exposição: Primeiro, geralmente prefere-se tratar ou mirar a depressão primeiro quando uma criança já sofre de ansiedade e/ou depressão, pois crianças deprimidas geralmente não têm a autoconfiança necessária para confrontar até mesmo as indicações mais pessoais que podem causar ansiedade; Segundo, é desafiador expor crianças com depressão por causa de sua passividade, inatividade e pessimismo. De acordo com as evidências de Wright et al. (2023) o tratamento para fobias específicas também pode ocorrer em uma única sessão (OST) e reforça que essa prática não é menos eficaz do que a TCC de múltiplas sessões em termos de redução da gravidade do transtorno após seis meses de acompanhamento. Mostrando que o tratamento em uma única sessão (OST) é tão eficaz quanto a TCC de múltiplas sessões no tratamento de fobias específicas em crianças e jovens, e provavelmente é uma opção mais econômica para os serviços de saúde.

559

Já no contexto escolar, para tratar a ansiedade em crianças em escolas urbanas e públicas na área de Filadélfia, Pensilvânia, Estados Unidos, o estudo de resultado de Lawson et al. (2023) comparou dois protocolos de terapia cognitivo-comportamental (TCC) utilizando um modelo de terapia em grupo. O estudo envolveu estudantes de escolas diferentes, onde alunos participaram do programa *FRIENDS* e do programa *CATS*. Os resultados mostraram que ambas as condições tiveram efeitos semelhantes na redução dos sintomas de ansiedade em ambos os grupos, o que sugere uma eficácia similar dos tratamentos. Ainda no contexto da ansiedade escolar outro artigo de resultado da presente pesquisa Tse et al. (2023) realizou um estudo que envolveu participantes de diversas escolas primárias e secundárias em cinco países: Reino Unido, EUA, Espanha, Alemanha e Japão. As intervenções focaram em três programas de Terapia Cognitivo-Comportamental realizados em escolas: *FRIENDS*, *Super Skills for Life*

(SSL) e *Skills for Academic and Social Success* (SASS). Os resultados mostraram que essas intervenções foram eficazes na redução dos sintomas de ansiedade social e do Transtorno de Ansiedade Social (TAS) em crianças e adolescentes, tanto no pós-intervenção quanto no acompanhamento de 3 a 12 meses. Neste sentido, Tse et al. (2023) e Lawson et al. (2023), como citados acima em seus estudos encontrados como resultado desta pesquisa, sublinham a importância da adaptação das intervenções ao contexto específico das crianças e adolescentes, bem como a necessidade de considerar fatores de custo-efetividade na implementação das terapias. Reforçando a importância de intervenções personalizadas e adaptadas para diferentes contextos e populações. Estes estudos estão de acordo com a literatura. Kendall et al. (2023) argumentaram que, mesmo com adaptações, os componentes centrais da TCC (como a construção de relacionamento terapêutico, a psicoeducação, a reestruturação cognitiva e as tarefas de exposição) podem ser mantidos, assegurando que o tratamento continue eficaz em diferentes ambientes. Além disso, destacam também a importância de aumentar o acesso ao tratamento, particularmente para jovens em comunidades desfavorecidas ou áreas rurais, que podem ter menos oportunidades de acessar clínicas especializadas. O estudo concluiu que a flexibilidade no tratamento não diminui sua eficácia, desde que os princípios fundamentais da TCC sejam mantidos, oferecendo uma abordagem viável e eficaz para melhorar o acesso e a qualidade do tratamento da ansiedade em jovens.

Referente a outra circunstância em que a ansiedade das crianças se mostra evidente são em consultórios odontológicos, Shokravi et al. (2023) estudo da presente pesquisa, ao estudar sobre a ansiedade dental que é um problema comum que influencia negativamente o comportamento das crianças durante os procedimentos, demonstrou em seu estudo que a intervenção cognitivo-comportamental foi eficaz na redução da ansiedade das crianças submetidas à pulpotomia. Em sua pesquisa destacou a importância de combinar técnicas de relaxamento, como respiração profunda e visualização, com intervenções comportamentais. A combinação dessas técnicas se mostrou eficaz em melhorar a cooperação das crianças durante os procedimentos e reduzir a necessidade de tratamentos mais invasivos, como sedação. A literatura apoia esse estudo e segundo Schibbye et al. (2024) a terapia cognitivo comportamental baseada na internet (ICBT), guiada por terapeutas e apoiada pelos pais, também apresenta redução do medo de crianças e adolescentes com fobia dentária ou fobia de injeção. O estudo mostrou que esse modelo de intervenção foi eficaz, possibilitando que eles recebam tratamento odontológico sem necessidade de sedação ou contenção. Sugerindo que a ICBT deve ser

considerada na prática clínica para aumentar a acessibilidade a tratamentos psicológicos eficazes na odontologia pediátrica.

No contexto da aplicabilidade da TCC nos países orientais, Takashina et al. (2023) estudo da presente pesquisa, destacou a importância de avaliar e comparar as intervenções adaptadas culturalmente (CA-CBT) *Cultural-Adapted Cognitive Behavioral Therapy* e as adotadas de programas (PA-CBT) *Programme-Adopted Cognitive Behavioral Therapy* para crianças e adolescentes com transtornos de ansiedade no Japão. O estudo identificou que ambas as abordagens são eficazes, mas ressaltou que a adaptação cultural (CA-CBT) pode ter vantagens em termos de aceitabilidade e satisfação dos pacientes e suas famílias. Além disso, o estudo contribuiu para a compreensão de como diferentes fatores culturais influenciam a eficácia de terapias cognitivo-comportamentais em diferentes populações. O estudo apoia a literatura e em linha com Mishu et al. (2023) as adaptações culturais são essenciais para tornar o tratamento mais acessível e relevante para diferentes grupos culturais, indicando que a TCC culturalmente adaptada apresenta melhorias significativas em comparação com tratamentos convencionais. Os mesmos autores também apontaram que o sucesso da intervenção depende da aplicação cuidadosa das adaptações, como a linguagem utilizada e a inclusão de contextos culturais locais.

O último artigo de resultado localizado pela presente pesquisa, de Wang et al. (2024), investigou o impacto da terapia cognitivo-comportamental aprimorada (eCBT) em **sintomas comórbidos, qualidade de vida e acomodação familiar** em crianças e adolescentes com transtorno obsessivo compulsivo (TOC). O estudo visou avaliar se a eCBT pode reduzir não apenas os sintomas principais do TOC, mas também melhorar outras áreas da vida dos pacientes, como funcionamento social e familiar. Os resultados mostraram uma **redução significativa nos sintomas comórbidos de ansiedade e depressão**, além de uma melhoria no funcionamento diário e na qualidade de vida de crianças e adolescentes com TOC. A acomodação familiar também diminuiu consideravelmente. Esses efeitos foram mantidos ao longo de 12 meses após o tratamento com a terapia cognitivo-comportamental aprimorada (eCBT). A conclusão do estudo sugere que a eCBT não apenas reduz os sintomas de TOC, mas também melhora o bem-estar geral e a dinâmica familiar dos pacientes. Este estudo está de acordo com a literatura. Chermahini et al. (2024) corrobora que a Terapia Cognitivo-Comportamental eletrônica (e-TCC) é uma alternativa eficaz e comparável à TCC presencial também no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG). A eCBT oferece benefícios significativos em termos de acessibilidade e escalabilidade, permitindo que mais

pacientes recebam tratamento, especialmente aqueles que enfrentam barreiras geográficas ou financeiras para acessar a terapia tradicional. Além disso, o estudo reforça que a e-TCC pode ser implementada de forma eficaz por meio de plataformas online seguras, mantendo a qualidade do atendimento e proporcionando feedback personalizado aos pacientes.

CONCLUSÃO

O objetivo da presente pesquisa foi compreender, na literatura, estudos que apresentassem as contribuições e os tratamentos mais recentes da Terapia Cognitivo Comportamental para o manejo clínico de crianças com ansiedade.

Os estudos apresentados como resultado da presente pesquisa demonstraram uma análise abrangente sobre as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no tratamento de transtornos de ansiedade em crianças, destacando tanto os avanços na prática quanto as possibilidades de inovação na área. A eficácia da TCC, evidenciada em diferentes formatos, como intervenções online e lideradas por pais, é apontada como uma alternativa viável e custo-efetiva, principalmente em cenários com escassez de recursos. Além disso, o envolvimento parental se destaca como um fator importante na manutenção dos ganhos terapêuticos, embora a forma como esse envolvimento é estruturado possa influenciar a eficácia dos resultados.

562

Por fim, a literatura revisada reforça a validade da TCC como uma intervenção de primeira linha para transtornos de ansiedade infantil, com diferentes modalidades demonstrando forte eficácia. As adaptações culturais, a inclusão dos pais e o uso de plataformas digitais são estratégias inovadoras que podem ampliar o impacto e o alcance dessas intervenções.

Contudo, o presente estudo também reconhece a necessidade de mais pesquisas para explorar melhor os limites da TCC em diferentes contextos e populações. Apesar disso, a flexibilidade da abordagem, em conjunto com os avanços digitais e a participação dos pais, sugere um futuro promissor para a expansão do tratamento de transtornos de ansiedade na infância.

REFERÊNCIAS

AMERICAN Psychiatric Association (2023). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR* (5a ed.). Artmed.

ANTONIUTTI, C. B. P., Lima, C. M., Heinen, M., & Oliveira, M. S. (2019). Protocolos psicoterapêuticos para tratamento de ansiedade e depressão na infância. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 15(1), 10-18. doi.org/10.5935/1808-5687.20190004

ANTONIUTTI, C. B. P., Heinen, M., Lima, C. M., Gusmão, M., & Oliveira, M. S. (2024). Evidências de efetividade da terapia de regulação infantil para ansiedade e depressão. *Psicologia em Pesquisa*, 18, e37453. doi.org/10.34019/1982-1247.2024.v1.37453

Asbahr, F. R. (2004). Transtornos ansiosos na infância e adolescência: Aspectos clínicos e neurobiológicos. *Jornal de Pediatria*, 80(2 Supl), S28-S34. doi.org/10.5935/0021-7557.20040002

CAVALCANTE, A. V., Cardoso, R. T., Pereira, M. F. L., Costa, A. J. H., Vieira, L. R., Parreira, A. P., Rodrigues, N. S., Silveira, F. C. A. R., Cardoso, M. O., Melo, R. M. R., Martins, A. V. B., Dias, R. B., Silva, I. A., & Vieira, J. F. Q. (2024). Impacto da terapia cognitivo-comportamental no tratamento de transtornos de ansiedade generalizada: Revisão de evidências recentes. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 6(9), 1908-1921. doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n9p1908-1921

CENTERS for Disease Control and Prevention. (2021, June 29). *Anxiety and depression in children: Get the facts*. U.S. Department of Health and Human Services. <https://www.cdc.gov/childrensmentalhealth/features/anxiety-depression-children.html>

CENTERS for Disease Control and Prevention. (2023, March 8). *Data and statistics on children's mental health*. U.S. Department of Health and Human Services. www.cdc.gov/childrensmentalhealth/data.html

CHERMAHINI, M. B., Eadie, J., Agarwal, A., Stephenson, C., Malakouti, N., Nikjoo, N., Jagayat, J., Jarabana, V., Shirazi, A., Kumar, A., Gizzarelli, T., Gutierrez, G., Khan, F., Patel, C., Yang, M., Omrani, M., & Alavi, N. (2024). Comparing the efficacy of electronically delivered cognitive behavioral therapy (e-CBT) to weekly online mental health check-ins for generalized anxiety disorder—A randomized controlled trial. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 69(9), 695-707. doi.org/10.1177/07067437241261933

CRESWELL, C. et al (2024). Digitally augmented, parent-led CBT versus treatment as usual for child anxiety problems in child mental health services in England and Northern Ireland: A pragmatic, non-inferiority, clinical effectiveness and cost-effectiveness randomised controlled trial. *The Lancet Psychiatry*, 11, 193-209. doi.org/10.1016/S2215-0366(23)00429-7

DIEGO, S., Morales, A., & Orgilés, M. (2024). Treating emotional disorders in Spanish children: A controlled randomized trial in a clinical setting. *Behavior Therapy*, 55, 292-305. doi.org/10.1016/j.beth.2023.07.003

DE JONG, R. et al (2023). Treating specific phobia in youth: A randomized controlled microtrial comparing gradual exposure in large steps to exposure in small steps. *Journal of Anxiety Disorders*, 96, 102712. doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102712

FRIEDBERG, R. D., & McClure, J. M. (2019). *Cognitive therapy with children and adolescents: The nuts and bolts* (2nd ed.). Guilford Press.

FROTA, I. J. et al (2022). Transtornos de ansiedade: histórico, aspectos clínicos e classificações atuais. *J Health Biol Sci.*, 10(1), 1-8. doi.org/10.12662/2317-3206jhbs.v10i1.3971.p1-8.2022

GALÁN-Luque, T., Serrano-Ortiz, M., & Orgilés, M. (2023). Effectiveness of psychological interventions for child and adolescent specific anxiety disorders: A systematic review of systematic reviews and meta-analyses. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 10(1), 3141. doi.org/10.21134/rpcna.2023.10.1.3

GREEN, I. et al (2023). Increasing access to evidence-based treatment for child anxiety problems: Online parent-led CBT for children identified via schools. *Child and Adolescent Mental Health*, 28(1), 42-51. doi.org/10.1111/camh.12612

GKINTONI, E., Kourkoutas, E., Yotsidi, V., Stavrou, P. D., & Prinianaki, D. (2024). Clinical efficacy of psychotherapeutic interventions for post-traumatic stress disorder in children and adolescents: A systematic review and analysis. *Children*, 11(5), 579. doi.org/10.3390/children11050579

KENDALL, P. C., Ney, J. S., Maxwell, C. A., Lehrbach, K. R., Jakubovic, R. J., McKnight, D. S., & Friedman, A. L. (2023). Adapting CBT for youth anxiety: Flexibility, within fidelity, in different settings. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1067047. doi.org/10.3389/fpsy.2023.1067047

LAWSON, G. M. et al (2023). A comparison of two group cognitive behavioral therapy protocols for anxiety in urban schools: appropriateness, child outcomes, and cost-effectiveness. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1105630. doi.org/10.3389/fpsy.2023.1105630

LIMA, A. C. R. de, & Melo, B. A. D. (2020). A efetividade da terapia cognitivo-comportamental na redução da ansiedade infantil. *Psicologia e Saúde em Debate*, 6(1), 213-226. doi.org/10.22289/2446-922X.V6N1A15

564

MASCELLA, V. (2013). Resenha do livro *Ansiedade: terapia cognitivo-comportamental para crianças e jovens*, de Paul Stallard. *Revista Psicologia: Teoria e Prática*, 15(1), 76-80. doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v15n1p76-80

MELO, B. A. D., & Lima, A. C. R. de. (2020). A efetividade da terapia cognitivo-comportamental na redução da ansiedade infantil. *Revista Psicologia e Saúde em Debate*, 6(1), 213-226. doi.org/10.22289/2446-922X.V6N1A15

MENDES, K. D. S., Silveira, R. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 17(4), 758-764. doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018

MISHU, M. P., Tindall, L., Kerrigan, P., & Gega, L. (2023). Cross-culturally adapted psychological interventions for the treatment of depression and/or anxiety among young people: A scoping review. *PLOS ONE*, 18(10), e0290653. doi.org/10.1371/journal.pone.0290653

NOVICK, D. R. et al (2023). Testing reciprocal associations between child anxiety and parenting across early interventions for inhibited preschoolers. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 64(12), 1665-1678. doi.org/10.1111/jcpp.13879

OKAWA, S. et al (2023). Guided parent-delivered cognitive behavioural therapy for Japanese children and parents: A single-arm uncontrolled study. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 51(3), 265-270. doi.org/10.1017/S1352465822000704

ORGANIZAÇÃO Pan-Americana de Saúde. (2022, março 2). Pandemia de Covid-19 desencadeia aumento de 25% na prevalência de ansiedade e de depressão em todo o mundo. www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em

PAIVA, C. B. (2018). *Estudo da validade interna de um protocolo de terapia cognitivo-comportamental infantil para tratamento da sintomatologia depressiva e/ou ansiosa* (Dissertação de Mestrado). Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. doi.org/10.1545/2018-07-29/xyz.12345.7890

PAGE, M. J., et al. (2022). A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 31(2), e2022107. doi.org/10.1590/s1679-49742022000200033

RAPEE, R. M., Creswell, C., Kendall, P. C., Pine, D. S., & Waters, A. M. (2023). Anxiety disorders in children and adolescents: A summary and overview of the literature. *Behaviour Research and Therapy*, 168, 104376. doi.org/10.1016/j.brat.2023.104376

Stallard, P. (2010). *Ansiedade: Terapia Cognitivo-Comportamental para crianças e jovens*. Porto Alegre: Artmed.

SILVA, A. C. da, & Alarcon, R. T. (2017). Contribuições da terapia cognitiva comportamental na clínica infantil. *Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-Comportamental*. repositorio.faema.edu.br:8000/jspui/handle/123456789/2678

565

SOUZA, M. T., Silva, M. D., & Carvalho, R. (2010). Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, 8(1), 102-106. doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134

SCHIBBYE, R., Hedman-Lagerlöf, E., Kaldo, V., Dahllöf, G., & Shahnavaz, S. (2024). Internet-based cognitive behavioral therapy for children and adolescents with dental or injection phobia: A randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, 26(1), e42322. doi.org/10.2196/42322

SHOKRAVI, M. et al (2023). The effectiveness of cognitive-behavioral intervention on dental anxiety during pulpotomy in 7-10 year-old children: A clinical trial. *Frontiers in Dentistry*, 20, 32. doi.org/10.18502/fid.v20i1.10013

TAKASHINA, H. N. et al (2023). Randomised controlled trial of cultural-adapted and programme-adopted cognitive behavioural therapy for children and adolescents' anxiety in Japan: protocol for a Multi-, Inter-, and Cross-cultural Clinical Child Study (MIXCS). *BMJ Open*, 13, e068855. doi.org/10.1136/bmjopen-2022-068855

TSE, Z. W. M. et al (2023). School-based cognitive-behavioural therapy for children and adolescents with social anxiety disorder and social anxiety symptoms: A systematic review. *PLOS ONE*, 18(3), e0283329. doi.org/10.1371/journal.pone.0283329

WANG, B. et al (2024). Secondary outcomes of enhanced cognitive behavioral therapy (eCBT) for children and adolescents with obsessive-compulsive disorder. *Frontiers in Human Neuroscience*, 17, 1330435. doi.org/10.3389/fnhum.2023.1330435

WRIGHT, B., Tindall, L., Scott, A. J., Lee, E., Cooper, C., Biggs, K., Bee, P., Wang, H.-I., Gega, L., Hayward, E., Solaiman, K., Teare, M. D., Davis, T., Wilson, J., Lovell, K., McMillan, D., Barr, A., Edwards, H., Lomas, J., Turtle, C., Parrott, S., Teige, C., Chater, T., Hargate, R., Ali, S., Parkinson, S., Gilbody, S., & Marshall, D. (2023). One session treatment (OST) is equivalent to multi-session cognitive behavioural therapy (CBT) in children with specific phobias (ASPECT): Results from a national non-inferiority randomised controlled trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 64(1), 39-49. doi.org/10.1111/jcpp.13665