

A EFICÁCIA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE

THE EFFICACY OF COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY IN THE TREATMENT OF ANXIETY DISORDERS

LA EFICACIA DE LA TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL EN EL TRATAMIENTO DEL TRASTORNO DE ANSIEDAD

Maria Emília Gouveia de Rolemberg Figuerêdo¹
Tainá Teixeira Cavalcante de Lima²

RESUMO: O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) configura-se como uma condição frequente na atualidade, caracterizada por preocupações excessivas, persistentes e de difícil controle, associadas a sintomas físicos e cognitivos que impactam negativamente a qualidade de vida dos indivíduos. Nesse contexto, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem sido amplamente discutida na literatura científica como uma abordagem eficaz no manejo desse transtorno. O presente estudo tem como objetivo analisar as contribuições da TCC no tratamento do TAG, por meio de uma revisão integrativa da literatura. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, de caráter descritivo e exploratório, realizada a partir da análise de artigos científicos publicados em bases de dados nacionais e internacionais. Foram selecionados 17 artigos, conforme critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. A análise dos estudos evidenciou convergências quanto à compreensão do TAG e à efetividade da TCC como abordagem de primeira linha, destacando técnicas como psicoeducação, reestruturação cognitiva, questionamento socrático, exposição gradual e estratégias de regulação emocional. Os resultados indicam que a TCC contribui significativamente para a redução dos sintomas ansiosos, o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento mais adaptativas e a melhora da qualidade de vida dos pacientes, reforçando sua relevância clínica e científica no tratamento do TAG.

Palavras-chave: Transtorno de Ansiedade Generalizada. Terapia Cognitivo-Comportamental. Psicoterapia.

ABSTRACT: Generalized Anxiety Disorder (GAD) is a common condition today, characterized by excessive, persistent, and difficult-to-control worries associated with physical and cognitive symptoms that negatively impact individuals' quality of life. In this context, Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) has been widely discussed in the scientific literature as an effective approach for managing this disorder. This study aims to analyze the contributions of CBT to the treatment of GAD through an integrative literature review. It is a qualitative, descriptive, and exploratory study based on the analysis of scientific articles published in national and international databases. Seventeen articles were selected according to pre-established inclusion and exclusion criteria. The analysis of the studies revealed a consensus regarding the understanding of GAD and the effectiveness of CBT as a first-line approach, highlighting techniques such as psychoeducation, cognitive restructuring, Socratic questioning, gradual exposure, and emotional regulation strategies. The results indicate that CBT contributes significantly to reducing anxiety symptoms, developing more adaptive coping strategies, and improving patients' quality of life, thereby reinforcing its clinical and scientific relevance in the treatment of GAD.

Keywords: Generalized Anxiety Disorder. Cognitive-Behavioral Therapy. Psychotherapy.

¹ Graduanda em Psicologia, Centro Universitário Mário Pontes Jucá.

² Professora Orientadora no Centro Universitário Mário Pontes Jucá. Doutora em Sociedade, Tecnologias e Políticas Públicas.

RESUMEN: El trastorno de ansiedad generalizada (TAG) es una afección común en la actualidad, caracterizada por preocupaciones excesivas, persistentes y difíciles de controlar, asociadas a síntomas físicos y cognitivos que impactan negativamente la calidad de vida de las personas. En este contexto, la terapia cognitivo-conductual (TCC) ha sido ampliamente estudiada en la literatura científica como un enfoque eficaz para el manejo de este trastorno. Este estudio tiene como objetivo analizar las contribuciones de la TCC al tratamiento del TAG mediante una revisión integradora de la literatura. Se trata de un estudio de investigación cualitativo, descriptivo y exploratorio, realizado a través del análisis de artículos científicos publicados en bases de datos nacionales e internacionales. Se seleccionaron diecisiete artículos según criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos. El análisis de los estudios reveló convergencias respecto a la comprensión del TAG y la eficacia de la TCC como enfoque de primera línea, destacando técnicas como la psicoeducación, la reestructuración cognitiva, el cuestionamiento socrático, la exposición gradual y las estrategias de regulación emocional. Los resultados indican que la TCC contribuye significativamente a la reducción de los síntomas de ansiedad, al desarrollo de estrategias de afrontamiento más adaptativas y a la mejora de la calidad de vida de los pacientes, lo que refuerza su relevancia clínica y científica en el tratamiento del TAG.

Palabras clave: Trastorno de ansiedad generalizada. Terapia cognitivo-conductual. Psicoterapia.

I INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma experiência emocional presente na vida humana e, em determinados contextos, desempenha função adaptativa. No entanto, quando se manifesta de forma intensa, persistente e desproporcional, pode assumir um caráter disfuncional, comprometendo o bem-estar psicológico e o funcionamento cotidiano do indivíduo (Machado, 2022; Leite et al., 2024). Nesse cenário, o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) destaca-se como uma condição clínica marcada por preocupações excessivas e constantes, acompanhadas por sintomas físicos, cognitivos e emocionais que interferem significativamente nas esferas social, profissional e pessoal (Lorentz; Mendes; Lopes, 2024; Santos, 2024).

Estudos recentes apontam que fatores associados à vida contemporânea, como o ritmo acelerado, as exigências sociais e profissionais e a exposição contínua a situações estressoras, contribuem para o aumento da incidência dos transtornos de ansiedade, especialmente do TAG (Zaffalon et al., 2023; Pereira; Bezerra, 2023). Além disso, os autores ressaltam que indivíduos diagnosticados com TAG frequentemente apresentam prejuízos na qualidade de vida e dificuldades no manejo emocional, o que reforça a necessidade de intervenções psicológicas estruturadas e baseadas em evidências científicas (Silva; Brito, 2024).

No que se refere ao tratamento psicológico do TAG, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem sido amplamente discutida nos estudos analisados como uma abordagem eficaz e recomendada. Fundamentada na relação entre pensamentos, emoções e comportamentos, a TCC propõe a identificação e a modificação de padrões cognitivos disfuncionais, favorecendo o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento mais adaptativas diante das situações ansiogênicas (Machado, 2022; Freitas; Silva; Pucci, 2024). Os

artigos destacam que essa abordagem contribui para a redução dos sintomas ansiosos, o aumento da percepção de controle emocional e a melhoria do funcionamento global do paciente (Arrigoni; Nicholeti; Donadon, 2021; Ferreira; Costa; Barbosa, 2023).

A relevância deste estudo justifica-se nas esferas social, científica e profissional. No âmbito social, o TAG representa um importante problema de saúde mental, considerando seus impactos na vida cotidiana dos indivíduos (Santos, 2024). No campo científico, a sistematização das evidências sobre as contribuições da TCC possibilita o fortalecimento das práticas baseadas em evidências (Machado, 2022; Pereira; Bezerra, 2023). Já na esfera profissional, o estudo oferece subsídios teóricos que podem auxiliar psicólogos e demais profissionais da saúde mental na condução de intervenções mais eficazes e fundamentadas (Silva; Brito, 2024).

Diante desse contexto, o presente trabalho tem como objetivo geral analisar as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada, a partir de uma revisão integrativa da literatura. Como objetivos específicos, busca-se: identificar as principais características do TAG descritas nos estudos selecionados; descrever as intervenções e técnicas da TCC utilizadas no manejo do transtorno; analisar os resultados apresentados quanto à eficácia da TCC; e discutir os desafios e perspectivas futuras relacionados ao tratamento do TAG.

2 MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma Revisão Integrativa da Literatura, de abordagem qualitativa, com caráter descritivo e exploratório. A escolha desse método justifica-se por sua capacidade de reunir, analisar e sintetizar resultados de pesquisas já publicadas, possibilitando uma compreensão ampliada e sistematizada do conhecimento produzido sobre determinado fenômeno, bem como a identificação de convergências, lacunas e contribuições teóricas relevantes para a prática profissional (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

A revisão integrativa mostra-se adequada para o objetivo deste estudo, uma vez que permite a análise conjunta de diferentes tipos de delineamentos metodológicos, incluindo estudos empíricos e revisões teóricas, favorecendo uma visão abrangente acerca das contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada, conforme evidenciado em estudos recentes da área da Psicologia.

A busca pelos artigos científicos foi realizada entre os meses de abril e maio de 2026, por meio das bases de dados Google Acadêmico e Periódicos CAPES. A escolha dessas bases

fundamenta-se na relevância e abrangência destas para a área da Psicologia e da Saúde Mental, além de sua ampla indexação de produções científicas nacionais e internacionais.

Foram utilizados descritores previamente definidos, com base nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e termos amplamente utilizados na literatura científica, a saber: “Transtorno de Ansiedade Generalizada”, “Ansiedade”, “Terapia Cognitivo-Comportamental”. Esses descritores foram combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, de modo a ampliar e refinar os resultados obtidos, conforme os seguintes cruzamentos principais: ((“Transtorno de Ansiedade Generalizada” OR “Generalized Anxiety Disorder”) AND (“Terapia Cognitivo-Comportamental” OR “Cognitive-Behavioral Therapy”)) e ((“Ansiedade” OR “Anxiety”) AND (“Terapia Cognitivo-Comportamental” OR “Cognitive-Behavioral Therapy”)).

Como critérios de inclusão, foram selecionados artigos publicados entre os anos de 2020 e 2025, que abordassem diretamente o Transtorno de Ansiedade Generalizada e/ou a aplicação da Terapia Cognitivo-Comportamental em seu tratamento. Também foram incluídos estudos de revisão, considerando sua relevância para a síntese do conhecimento científico sobre o tema.

Foram excluídos artigos duplicados, produções que não apresentavam relação direta com os objetivos do estudo, trabalhos que abordavam outros transtornos de ansiedade sem foco no TAG e publicações que não descreviam intervenções psicológicas ou contribuições clínicas da TCC.

4

Ao final do processo de seleção, 17 artigos atenderam a todos os critérios estabelecidos e compuseram a amostra final desta revisão integrativa.

A análise dos estudos selecionados foi realizada por meio de leitura criteriosa e aprofundada, contemplando inicialmente a leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura integral dos textos. A partir desse processo, os dados foram organizados e sistematizados com base na análise temática, permitindo a identificação de elementos recorrentes, convergências teóricas e contribuições clínicas apresentadas pelos autores.

As categorias analíticas emergiram de forma indutiva, a partir da recorrência dos temas abordados nos artigos e de sua relevância para os objetivos do estudo. Esse procedimento possibilitou a construção de uma síntese interpretativa, respeitando a singularidade de cada pesquisa, ao mesmo tempo em que favoreceu a articulação comparativa entre os diferentes autores e achados.

Por se tratar de uma revisão integrativa da literatura, baseada exclusivamente em dados secundários disponíveis em bases públicas e científicas, o presente estudo não envolveu seres

humanos de forma direta, não sendo necessária a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme as normativas vigentes.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos 17 artigos incluídos nesta revisão integrativa evidenciou uma produção científica consistente acerca do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) e das intervenções baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). Os estudos apresentaram diferentes delineamentos metodológicos, incluindo pesquisas empíricas, estudos de caso e revisões de literatura, o que possibilitou uma compreensão ampliada do fenômeno e de suas formas de manejo clínico.

A partir da leitura integral dos artigos, os resultados foram organizados em categorias analíticas, considerando-se os objetivos, os métodos e os principais achados de cada estudo, bem como os pontos de convergência e complementaridade entre os autores.

3.1 Caracterização do Transtorno de Ansiedade Generalizada

Os artigos analisados convergem ao definir o TAG como um transtorno caracterizado por preocupação excessiva, persistente e desproporcional, acompanhada de sintomas físicos, cognitivos e comportamentais que comprometem o funcionamento global do indivíduo. O estudo de Machado (2022) enfatiza que a preocupação antecipatória é o núcleo do transtorno, sendo responsável por elevados níveis de sofrimento psíquico e prejuízo funcional.

De forma semelhante, Amaral et al. (2022) destacam que o TAG está associado a manifestações somáticas frequentes, como tensão muscular, fadiga e alterações do sono, o que contribui para a busca recorrente por serviços de saúde. Já Ferreira, Costa e Barbosa (2023) ressaltam o impacto do transtorno sobre a qualidade de vida, especialmente no âmbito social e ocupacional, apontando o TAG como uma condição frequentemente subdiagnosticada.

Autores mais recentes, como Lorentz, Mendes e Lopes (2024) e Santos (2024), relacionam o aumento dos casos de TAG às demandas da vida contemporânea, como sobrecarga emocional, instabilidade social e pressão por desempenho, reforçando a compreensão do transtorno como um fenômeno multifatorial.

3.2 Evidências sobre a eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental no TAG

A Terapia Cognitivo-Comportamental é apontada de forma unânime pelos estudos como abordagem de primeira linha no tratamento do TAG. A revisão realizada por Pereira e

Bezerra (2023) destaca que a TCC apresenta resultados consistentes na redução da ansiedade e da preocupação patológica, sendo considerada uma intervenção baseada em evidências.

No estudo de Zaffalon et al. (2023), os autores enfatizam que a TCC atua diretamente nos processos cognitivos disfuncionais, promovendo mudanças duradouras na forma como o paciente interpreta e responde às situações percebidas como ameaçadoras. Esses achados são corroborados por Bandeira et al. (2024), que ressaltam o caráter estruturado da TCC e sua eficácia tanto em contextos clínicos individuais quanto em intervenções grupais.

Artigos de revisão, como o de Almeida, Almeida e Silva (2024), reforçam que a TCC apresenta resultados superiores ou equivalentes a outras abordagens psicoterapêuticas, especialmente quando aplicada de forma sistemática e adaptada às características do paciente.

Outros estudos, como o de Silva e Brito (2024) e Freitas, Silva e Pucci (2024), apontam a importância da combinação de técnicas, incluindo exposição gradual, treino de habilidades de enfrentamento e técnicas de relaxamento, ressaltando que a flexibilidade na aplicação das intervenções favorece melhores resultados terapêuticos.

3.3 Avaliação clínica e acompanhamento dos resultados

Diversos artigos destacam a relevância do uso de instrumentos padronizados para avaliação e acompanhamento do TAG. Amaral et al. (2022) ressaltam a utilização de escalas validadas como recurso essencial para mensurar a gravidade dos sintomas e monitorar a evolução clínica.

Ferreira, Costa e Barbosa (2023) complementam que a avaliação contínua permite ajustes no plano terapêutico, aumentando a efetividade das intervenções. O estudo de Jales et al. (2025) reforça que o acompanhamento sistemático favorece a adesão ao tratamento e possibilita a identificação precoce de recaídas.

3.4 Desafios, limitações e novas perspectivas

Apesar dos resultados positivos associados à TCC, os autores também apontam limitações e desafios. Silva e Brito (2024) destacam dificuldades relacionadas ao acesso aos serviços de saúde mental, enquanto Santos (2024) aponta a necessidade de maior personalização das intervenções.

Alguns artigos de revisão, como o de Almeida, Almeida e Silva (2024), sugerem a ampliação do uso de modalidades online e intervenções baseadas em mindfulness como estratégias complementares à TCC tradicional. Por fim, Breda et al. (2023) enfatizam a

importância da formação contínua dos profissionais e do desenvolvimento de pesquisas que integrem diferentes dimensões do TAG.

3.5 Técnicas cognitivas e comportamentais mais utilizadas

No que se refere às técnicas empregadas, os estudos demonstram consenso quanto à centralidade da psicoeducação e da reestruturação cognitiva no manejo do TAG. Machado (2022), em seu estudo de caso, descreve a reestruturação cognitiva como fundamental para auxiliar o paciente a identificar pensamentos automáticos disfuncionais e crenças centrais relacionadas à catastrofização.

De modo semelhante, Pereira e Bezerra (2023) destacam que a reestruturação cognitiva contribui para a redução da ansiedade antecipatória, enquanto Leite et al. (2024) enfatizam o papel do questionamento socrático na ampliação da consciência cognitiva do paciente.

A partir da análise integrada dos 17 artigos selecionados, foi possível observar que, embora exista consenso na literatura quanto à eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada, os estudos tendem a enfatizar majoritariamente os resultados sintomáticos, com menor aprofundamento nos processos subjetivos envolvidos na vivência da ansiedade. Essa constatação indica que a TCC, apesar de amplamente validada, ainda é predominantemente discutida a partir de seus efeitos mensuráveis, como a redução da intensidade e da frequência dos sintomas ansiosos, em detrimento de análises mais aprofundadas sobre a experiência emocional do paciente ao longo do processo terapêutico.

Observa-se também que os artigos analisados apresentam forte convergência ao descrever o TAG como um transtorno multifatorial, influenciado por aspectos cognitivos, emocionais e contextuais. No entanto, poucos estudos exploram de forma mais crítica como fatores socioculturais contemporâneos, como o ritmo acelerado de vida, a hiperprodutividade e a constante exposição a demandas externas interagem com os padrões cognitivos disfuncionais característicos do transtorno. A partir disso, este estudo compreende que a eficácia da TCC pode ser potencializada quando suas intervenções são articuladas a uma leitura ampliada do contexto de vida do paciente, indo além da modificação cognitiva isolada.

Outro aspecto relevante identificado diz respeito à utilização das técnicas cognitivo-comportamentais. Embora a reestruturação cognitiva, a psicoeducação e as técnicas de exposição sejam amplamente descritas como eficazes, a análise comparativa dos estudos sugere que os melhores resultados estão associados à aplicação integrada dessas estratégias, adaptadas

às necessidades individuais dos pacientes. Dessa forma, compreende-se que a TCC não deve ser concebida como um protocolo rígido, mas como um modelo terapêutico flexível, cuja eficácia depende da sensibilidade clínica do terapeuta e da adequação das técnicas ao funcionamento psicológico do indivíduo.

Além disso, foi possível observar que parte significativa dos estudos analisados corresponde a revisões de literatura, o que reforça a robustez teórica da TCC no tratamento do TAG, mas também evidencia uma lacuna quanto à produção de estudos empíricos, especialmente em contextos brasileiros. Tal achado aponta para a necessidade de investigações futuras que ampliem a produção científica nacional, contemplando diferentes contextos socioculturais e modalidades de atendimento, incluindo intervenções presenciais e online.

Dessa forma, a análise realizada neste estudo permite compreender que a Terapia Cognitivo-Comportamental se consolida como uma abordagem eficaz e amplamente respaldada para o tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada. Contudo, evidencia-se a importância de avanços teóricos e metodológicos que aprofundem a compreensão dos processos envolvidos no adoecimento psíquico, contribuindo para práticas clínicas cada vez mais contextualizadas, integrativas e sensíveis às demandas contemporâneas.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão integrativa da literatura teve como objetivo analisar as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada, a partir da síntese e discussão de estudos científicos recentes. Os resultados obtidos permitiram compreender que o TAG é descrito na literatura como um transtorno complexo, caracterizado por preocupações excessivas, persistentes e de difícil controle, associado a prejuízos significativos no funcionamento emocional, social e profissional dos indivíduos.

A análise dos artigos selecionados evidenciou consenso entre os autores quanto à eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental como abordagem de primeira linha para o manejo do TAG. As intervenções cognitivo-comportamentais, especialmente a psicoeducação, a reestruturação cognitiva, o questionamento socrático, as técnicas de exposição e as estratégias de regulação emocional, mostraram-se eficazes na redução dos sintomas ansiosos e no desenvolvimento de formas mais adaptativas de enfrentamento das situações ansiogênicas.

Observou-se ainda que a utilização de instrumentos padronizados de avaliação e o acompanhamento sistemático do progresso terapêutico contribuem para intervenções mais

precisas e para melhores desfechos clínicos. Dessa forma, os objetivos propostos neste estudo foram alcançados, uma vez que foi possível identificar as principais características do TAG descritas na literatura, descrever as intervenções da TCC utilizadas em seu tratamento e analisar os resultados apontados pelos estudos quanto à sua eficácia.

Por fim, destaca-se a necessidade de ampliação de pesquisas futuras que explorem novas modalidades de intervenção, como a Terapia Cognitivo-Comportamental em formatos digitais, bem como estudos que integrem aspectos psicológicos, sociais e neurobiológicos do TAG. Tais investigações podem contribuir para o aprimoramento das práticas clínicas e para o fortalecimento das intervenções baseadas em evidências no campo da saúde mental.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Beatriz Tassaka Lopes de; ALMEIDA, Thalyta Silva de; PUCCI, Silvia Helena Modenesi. O uso da Terapia Cognitivo-Comportamental no auxílio do tratamento do Transtorno de Ansiedade: Uma revisão integrativa nacional. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação - REASE*, v. 10, n. 6, 2024.

AMARAL, Edina Aparecida; VIEIRA, Ana Flavia de Barros; SILVA, Caroline; SCHMITT, Samara. Terapia Cognitivo Comportamental e Transtorno de Ansiedade Generalizada: tratamento e eficácia. In: ENCONTRO CIENTÍFICO CULTURAL INTERINSTITUCIONAL, 20., 2022, Cascavel. Anais... Cascavel: Centro Universitário FAG, 2022.

ARRIGONI, Alessandra Cristina Braçale; NICHOLETI, Êdela Aparecida; DONADON, Mariana Fortunata. A Reestruturação Cognitiva como Intervenção na Redução das Interpretações Catastróficas no Transtorno de Ansiedade Generalizada. *Revista Eixo*, v. 10, n. 1, 2021.

BANDEIRA, Karla Vitória da Silva; MACHADO, Lia Portella; REIS, André Fava; MARTINS, Hosana Maria Rodrigues Lobo; ANTERO, João Henrique Barreira Dummar; MENEZES, Carlos Wendell Costa; CUNHA, Ana Carolina Lins; ARAÚJO, Letícia Pereira Lima; OLIVEIRA, Sarah Amado Sá de. Transtorno de Ansiedade Generalizada: Uma revisão sobre as abordagens terapêuticas e eficácia dos tratamentos cognitivo-comportamentais. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação - REASE*, v. 10, n. 9, 2024.

BREDA, Cleide Cardoso; BARBOSA, Samuel Vitorino; QUEIROZ, Dhafny. SPRENGER, Larissa Nascimento. Ansiedade na ótica da Terapia Cognitiva Comportamental. In: KLAUSS, Jaisa; ALMEIDA, Flávio Aparecido. *Saúde Mental: interfaces, desafios e cuidados em pesquisa*. Vol. 2. São Paulo: Editora Científica Digital, 2023.

FERREIRA, Nátale Gabriela Cabral; COSTA, Hadassa; BARBOSA, Maria Joana Gomes. A abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada. In: SEMANA UNIVERSITÁRIA, 18., ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA, 17., FEIRA DE CIÊNCIAS, TECNOLOGIA E INOVAÇÃO, 10., 2023, Mineiros. Anais... Mineiros: UNIFIMES, 2023.

FREITAS, Camila Nunes; SILVA, Paula Oliveira; PUCCI, Silvia Helena Modenesi. Contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada em adultos: Revisão integrativa de literatura. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação - REASE*, v. 10, n. 10, 2024.

JALES, Davi Nogueira; RIBEIRO, Juma Michelle Barbosa; HELLMANN, Loara Oliveira; ALMEIDA, Maria Clara Barbosa de; GOMES, Fernanda Gabrielly Costa; SOUSA NETO, Domingos Lopes de; SOUSA, Hamóys Kesllen Vieira de; RODRIGUES, Larissa Machado; ANDRADE, Matheus de Pádua Macedo; COELHO, Francisberg Dias; SILVA, Emília Moura; LEITÃO, Cadidja Suzzi Oliveira. Transtorno de Ansiedade Generalizada: do diagnóstico ao tratamento. *Revista BJIHS*, v. 7, n. 3, 2025.

LEITE, Carolina Teófilo; SAADA, Nadime Ahmad; SOUSA, Flávio Gabriel Alves de; CAVALCANTE, Allison Vieira; CARDOSO, Ruhanna Tabatinga; PEREIRA, Milena de Fátima Luz; COSTA, Antônio José Holanda da; VIEIRA, Larissa Rodrigues; PARREIRA, Artur Pereira; RODRIGUES, Nathan dos Santos; SILVEIRA, Felipe César Aquino Ramos da; CARDOSO, Matheus Oliveira; MELO, Ralline Malala Rodrigues; MARTINS, Ana Vitória Braga; DIAS, Rogério Belicio; SILVA, Isabela Araújo da; VIEIRA, Jovana Ferreira Queiroz; SILVA, Vitória Cunha Brasil. Impacto da Terapia Cognitivo-Comportamental no Tratamento de Transtornos de Ansiedade Generalizada: Revisão de Evidências Recentes. *Revista BJIHS*, v. 6, n. 9, 2024.

LORENTZ, Lorena Lima; MENDES, Tamaro Chagas; LOPES, Mateus Mattos. Generalized Anxiety Disorder (Gad): updates from Diagnosis to treatment with Cognitive-Behavioral Therapy (CBT). *Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro*, v. 12, n. 3, 2024.

MACHADO, Eizy Batista. Terapia Cognitivo Comportamental como auxílio terapêutico para pacientes com Transtorno de Ansiedade Generalizada. *Revista Psicólogo Informação*, v. 24, n. 24, jan./dez. 2022.

PEREIRA, Mara Dantas; BEZERRA, Claudia Mara Oliveira. Intervenções da Terapia Cognitivo-Comportamental para Transtorno de Ansiedade Generalizada: Estudo de caso. *Revista Eixo*, v. 12, n. 1, 2023.

SANTOS, Lais Regina dos. Lidando com o Transtorno de Ansiedade Generalizada: Atuação da Terapia Cognitivo-Comportamental. In: KALUSS, Jaisa; ALMEIDA, Flávio Aparecido de. *Diálogos sobre interseccionalidade e Saúde Mental*. Vol. 1. São Paulo: Científica Digital, 2024. p. 181-202.

SILVA, Caroline Roque; BRITO, Patrícia Araújo. A terapia cognitivo-comportamental no atendimento psicológico aos pacientes com diagnóstico de transtorno de ansiedade. *Peer Review Journals in Interdisciplinary Studies*, n. 17, 2024.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Integrative review: what is it? How to do it? *Einstein*, v. 8, n. 1 pt. 1, p. 102-106, 2010.

ZAFFALON, Naira Gomes; REDA, Haianne Hechem. IANKE, Silvia Scheid; WIESINIESKI, Maurício. A Influência da Terapia Cognitivo-Comportamental no Tratamento da Ansiedade. In: *JORNADA CIENTÍFICA DOS CAMPOS GERAIS*, 21., 2023, Ponta Grossa. Anais... Ponta Grossa: Faculdade Sant'Ana, 2023.