

ANSIEDADE GENERALIZADA EM CRIANÇAS E SEUS SINAIS E SINTOMAS

GENERALIZED ANXIETY IN CHILDREN AND ITS SIGNS AND SYMPTOMS

Maria Eduarda Rodrigues Vaz¹

Paulinea Francisca Duarte²

Ronaldo Nunes Lima³

RESUMO Introdução: Na TAG (Transtorno de Ansiedade Generalizada), desde pequenos nós temos esse “sentido aranha” que é a ansiedade feita para que possamos identificar situações que apresentam perigo promovendo uma serie de sintomas., alguns deles são: dor de barriga, sudorese excessiva, muita preocupação e irritabilidade, medo de falar em público. Objetivo: O objetivo deste trabalho é reconhecer os sinais e sintomas da TAG em crianças de 0 a 12 anos incompletos. Materiais e Métodos: Uma revisão bibliográfica, que abordam o tema “Ansiedade generalizada em crianças e seus sinais e sintomas”, selecionando 15 artigos, as bases Scielo, BVS, em português publicados entre 2017 e 2022. Resultados: Foram feitos 3 gráficos e 2 tabelas com os sinais e sintomas, as idades e os autores que basearam os resultados. Conclusão: A revisão bibliográfica neste estudo traz importantes informações sobre a ansiedade generalizada na infância e seus sinais e sintomas.

Palavras-chaves: Ansiedade. Sintomas da ansiedade. Transtornos em crianças.

787

ABSTRACT: Introduction: In GAD (Generalized Anxiety Disorder), since we were little, we have this “spider sense” that is anxiety made so that we can identify situations that present danger, promoting a series of symptoms., some of them are: bellyache, excessive sweating, a lot of worry and irritability, fear of public speaking. Objective: The objective of this work is to recognize the signs and symptoms of GAD in children from 0 to 12 years old. Materials and Methods: An bibliography review, which addresses the topic “Generalized Anxiety in Children and its Signs and Symptoms”, selecting 15 articles, the Scielo, VHL bases, in Portuguese published between 2017 and 2022. Results: 3 graphs and 2 tables with signs and symptoms, ages and authors who based the results. Conclusion: The bibliography review in this study provides important information about generalized anxiety in childhood and its signs and symptoms.

Keywords: Anxiety. Anxiety symptoms. Disorders in children.

INTRODUÇÃO

O transtorno de ansiedade vem aumentando a cada ano, que acomete globalmente 7,3% da população.

¹Graduanda de Enfermagem- Faculdade JK do Gama-DF. Email: m.eduardarodriguesvaz@gmail.com.

²Graduanda de Enfermagem- Faculdade JK do Gama-DF

³Professor do curso de enfermagem.

A grande literatura disponível foca a pesquisa mais em adultos e adolescentes, devido ao menor número de publicações optamos pela fase da infância, aonde se origina o processo da ansiedade que mais tarde acarretará em um adolescente ou um adulto ansioso. (KOTHGASSNER; GOREIS, 2022).

Na TAG (Transtorno de Ansiedade Generalizada), desde pequenos nós temos esse “sentido aranha” que é a ansiedade, para que possamos identificar situações que apresentam perigo promovendo uma serie de sinais, alguns deles são: dor de barriga, sudorese excessiva, muita preocupação, irritabilidade e o medo de falar em público. (GUANCINO; TONI; BATISTA, 2020).

Sabendo que a fase infantil começa aos 0 e vai até os 12 anos incompletos (TOURINHO; HEMANNY; OLIVEIRA, 2020).

A ansiedade na infância pode acarretar vários prejuízos ao longo da vida da criança, podemos apontar alguns sintomas, como: tormento psíquico, baixa da concentração, pouco rendimento na escola. Sendo assim torna-se de extrema importância ao combate da ansiedade já na fase infantil, para que mais para frente esta criança se torne um adulto que saiba lidar com suas lutas diárias sem muita ansiedade. (GUANCINO; TONI; BATISTA, 2020). Desta forma temos como objetivo identificar os sinais e sintomas da ansiedade na fase infantil.

MATERIAIS E MÉTODOS

Neste estudo, realizou-se uma revisão bibliográfica entre os meses de fevereiro e junho de 2022, na qual foram selecionados periódicos dos anos entre 2017 até 2022, que abordavam o tema “Ansiedade generalizada em crianças e seus sinais e sintomas”.

O embasamento teórico da pesquisa, realizou-se uma busca minuciosa por artigos que tratem desse tema, a busca foi realizada em cinco bases nacionais e internacionais, (BVS) biblioteca virtual em saúde, (Scielo) Scientific Electronic Library Online, (Lilacs) A Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde, (OMS) Organização Mundial da Saúde, (Medelín) National Library of Medicine. Foram selecionados de acordo com a aproximação ao tema. Os descritores são: “ansiedade”, “transtornos psicológicos”, “transtornos em crianças”, “infância”. Nos dados internacionais foram utilizados: “anxiety in children”, “Anxiety Symptoms”. Assim a metodologia seguiu o seguinte percurso:

Com o filtro foram analisados no periódico dos últimos 6 anos, os idiomas dos estudos foram: português e inglês, realizamos uma leitura de 25 títulos, excluindo aqueles que não eram relevantes para o nosso artigo, selecionando-se 15 total de 25 para o estruturamento dos resultados do estudo utilizando os descritores booleanos.

DESENVOLVIMENTO

Piaget apresenta quatro fases da infância, sensorial motor que vai do nascimento até os dois anos, pré-operacional dos dois até os sete anos, operacional concreto dos sete até os doze anos. Este estudo irá focar até os doze anos de idade, mostrando como as crianças com essa idade se comportam e como podemos analisar seu comportamento para que saibamos a melhor forma de ajudá-los. (SCHIRMANN; MIRANDA; GOMES, et al., 2019).

A TAG, Transtorno de Ansiedade Generalizada, é uma preocupação ininterrupta que leva a um pensamento excessivo, geralmente é uma sensação de aflição que não condiz com a real “ameaça” que o indivíduo sente. (TOURINHO; HEMANNY; OLIVEIRA, 2020).

Associada a ser difícil de controlar, as preocupações, que tendem a acontecer mais de uma vez por dia, mais ou menos por 6 meses, apresentam os seguintes sintomas: agitação, nervosismo, fragilidade, irritabilidade e tensão muscular, podendo também se mostrar em formas físicas como: cefaleia, tremores, sudorese fria, insônia e vertigem, além destes sintomas pode vir acompanhada de pensamentos negativos, o que causa um tormento considerável e um prejuízo nas habilidades sociais das crianças. (SCHIRMANN; MIRANDA; GOMES, et al., 2019).

Outros sintomas que podem ser percebidos são: ataques de raiva, choro excessivo, apego com somente uma pessoa da família, diminuição das interações sociais podendo chegar ao mutismo, em crianças menores a timidez pode ser vista como exagerada com estranhos e não querer participar de brincadeiras em grupos. (LUGLI, 2017).

Este transtorno tem como um sinal de ansiedade na forma em que a criança tem do medo de se separar dos parentes responsáveis, revelando-se na primeira ida a escola, pode se transparecer como um choro, uma birra, o pedido da criança para que

seu responsável fique com ela na sala de aula. (TOURINHO; HEMANNY; OLIVEIRA, 2020).

Em algumas crianças os sintomas da ansiedade podem surgir também como um medo do escuro, como por exemplo em bebês de 7 a 9 meses podem começar a estranhar pessoas que não convivem com elas desde o nascimento, o que se torna um sintoma de ansiedade já na infância. (LOPES; SOUZA; CAMACHO, et al., 2021).

Outros sintomas a partir dos dozes anos aonde as crianças começam a ter mais responsabilidades e poder de decisão, juntamente com a pressão imposta pelo ambiente escolar, afetando mais a população feminina, prejudicando o aprendizado, a capacidade de memória e a compreensão verbal. (LUGLI, 2017).

As crianças sentem ansiedade quando estão sozinhas, pois tendem a ter medo do que hipoteticamente pode acontecer com elas ou com seus responsáveis, como: um acidente de carro, um assalto, um sequestro, que por sua vez vem à tona o medo de perder definitivamente seus entes queridos. (LOPES; SOUZA; CAMACHO, et al., 2021).

Esta geração de crianças tem mais acesso a informações do que por exemplo, a geração z, cada dia mais adentrados no mundo da tecnologia, TV, videogames e smartphones, um pai quando quer que seu filho fique quieto, que não o perturbe, dá a ele um smartphone ou coloca seu filho diante de uma TV, fazendo com que sua ansiedade aumente, são condicionadas a não conseguirem desbravar o novo e pensarem por si, o que as tornam irritadiças, ansiosas, inseguras, sem a capacidade de bater de frente com uma situação pequena de estresse. (CURY, 2017).

A enfermagem desempenha um papel importante na fase do cuidado e tratamento da ansiedade, preparando as pessoas nas melhores condições, tendo uma visão voltada para os recursos pessoais. (METROGOS; CRUZ; SOUSA, et al., 2021).

Sendo assim a enfermagem abordará o paciente de uma forma calma e tranquila, para que assim passe segurança e diminua o medo, incentivando que a família se mantenha com o paciente, orientar sobre a realização de atividades não competitivas, dar a devida atenção ao paciente, estimular a linguagem de sentimentos e medos, estimular atividades que reduzam a tensão e auxiliar o paciente para que ele consiga identificar situações que o levam a ansiedade. (OLIVEIRA; MARQUES; SILVA, 2020).

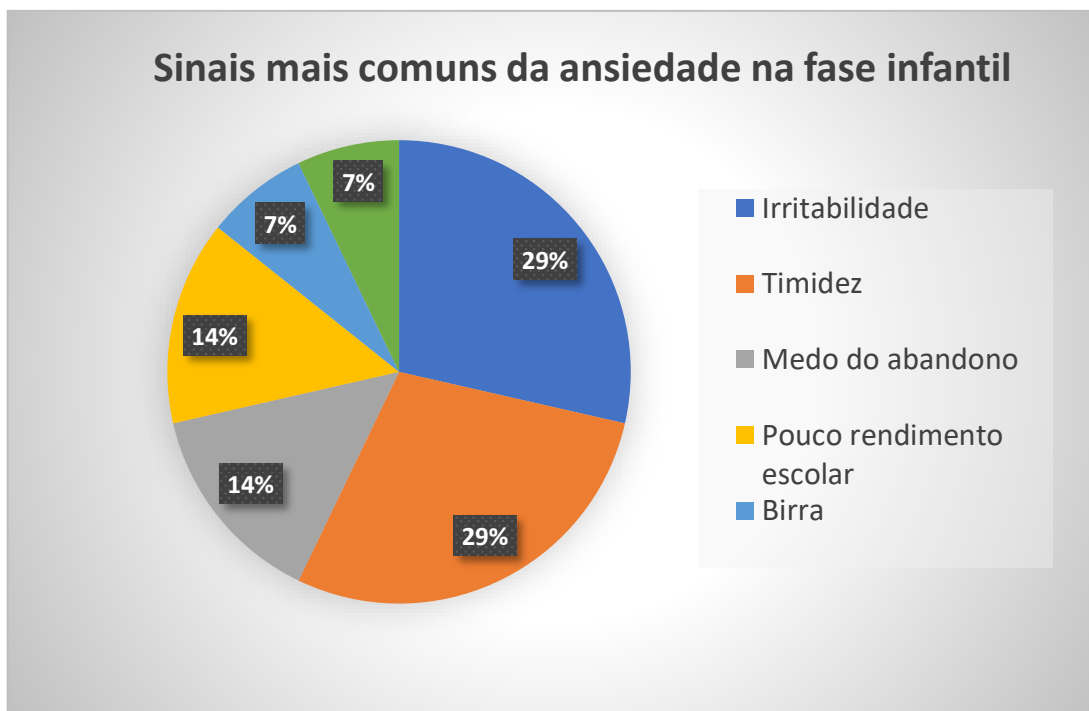
RESULTADOS

Tabela 1: Artigos condizentes com o tema da ansiedade generalizada em crianças e seus sinais e sintomas.

Autor (a) Ano	Título da Obra	Objetivo
CASARIN, 2020.	Monstrinho da ansiedade.	As crianças aprendam a lidar com a ansiedade logo cedo.
GUANCINO, et al., 2020.	Prevenção de ansiedade infantil a partir do método friends. Ansiedade infantil.	Verificar se a sintomatologia de ansiedade de crianças diminuiu após a participação destas no Método FRIENDS.
KOTHGASSNER, et al., 2022.	Intervenções de biofeedback de realidade virtual para o tratamento da ansiedade.	Síntese de pesquisa sobre efeitos e eficácia deste novo modo de tratamento.
TOURINHO, et al., 2020.	Ocorrência de transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) em estudantes de 11 a 18 anos de uma escola pública de Salvador, BA.	Descrever a ocorrência de sintomas de TAG e TOC em adolescentes, com idade entre 11 e 18 anos, procedentes de escola pública da cidade do Salvador.
OLIVEIRA, 2021.	Abordagem homeopática no transtorno de ansiedade generalizada: relato de caso.	Relatar a evolução clínica de um paciente diagnosticado com Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG).
LOPES, et al., 2018.	Transtorno de ansiedade.	Esclarecer as causas que levam as pessoas a sofrerem ansiedade generalizada e os tratamentos alternativos.
SCHIRMANN, 2019.	Fases de desenvolvimento humano segundo Jean Piaget.	Unificar as fases de desenvolvimento de Piaget os quais são quatro estágios que proferem o desenvolvimento infantil.
LOPES, et al., 2021.	Transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão narrativa.	Ampliar os conhecimentos sobre Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG).
ZUANETTI, et al., 2018.	Análise comparativa dos diversos aspectos de memória, compreensão oral e aprendizagem entre crianças com diagnósticos de TDAH e transtorno de ansiedade.	Comparar os aspectos de memória, aprendizagem e compreensão oral entre crianças com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade - ADHD e com Transtorno de Ansiedade.
CURY, 2017.	Ansiedade como enfrentar o mal do século.	Tem como objetivo mostrar os sintomas e as consequências desse mal bem, como as técnicas para enfrentá-lo e recuperar sua tranquilidade, emocional e mental.
METROGOS, 2021.	Intervenções de enfermagem na pessoa submetida a hemodiálise com diagnóstico de ansiedade: relato de caso.	Elaborar um plano de cuidados de enfermagem a pessoa com doença renal Crônica em hemodiálise com diagnóstico de ansiedade.
VELLINHO, 2019.	Reiki aliado ao cuidado de enfermagem à pessoa com ansiedade.	Propor um instrumento de consulta de enfermagem com uso de Reiki para profissionais de saúde, com relato de ansiedade.
OLIVEIRA, et al., 2020.	Cuidados de enfermagem frente ao transtorno de ansiedade.	Tem como objetivo ilustrar os cuidados de enfermagem frente ao transtorno de ansiedade; traçar o perfil da população acometida; identificar as dificuldades encontradas pelos profissionais de enfermagem.
GUSMÃO, et al., 2022.	Atuação do enfermeiro em saúde mental na estratégia de saúde da família.	Conhecer a atuação do enfermeiro e os cuidados desempenhados em saúde mental na Estratégia de Saúde da Família.

O **gráfico 1**, baseado nos artigos apresentados na tabela 1, mostra que os sinais mais comuns da ansiedade na fase da infância são: Irritabilidade (29%), timidez (29%), medo do abandono (14%), pouco rendimento escolar (14%), birra (7%) e choro (7%).

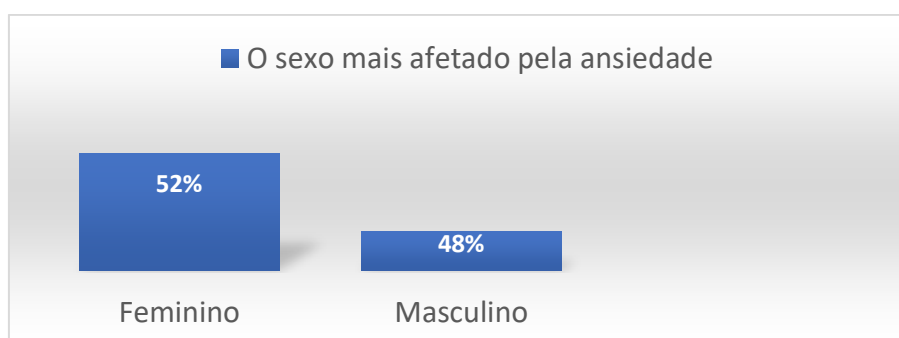
Gráfico 1: Sinais mais comuns da ansiedade na fase infantil.



Fonte: Tabela 1.

O **gráfico 2**, fundamentado na tabela 1, mostra que o sexo mais afetado pela ansiedade é o sexo feminino com 52%; já o sexo masculino aparece com 48%.

Gráfico 2: O sexo mais afetado pela ansiedade.



Fonte: Tabela 1.

Na **tabela 2** foram utilizados os dados dos 14 artigos que constam na tabela 1, esta tabela mostra a idade em que se começa a aparecer os sintomas da ansiedade em crianças, nos lactantes (3%), crianças pequenas (7%), pré-escolar (14%), escolar (35%) e pré-puberal (41%).

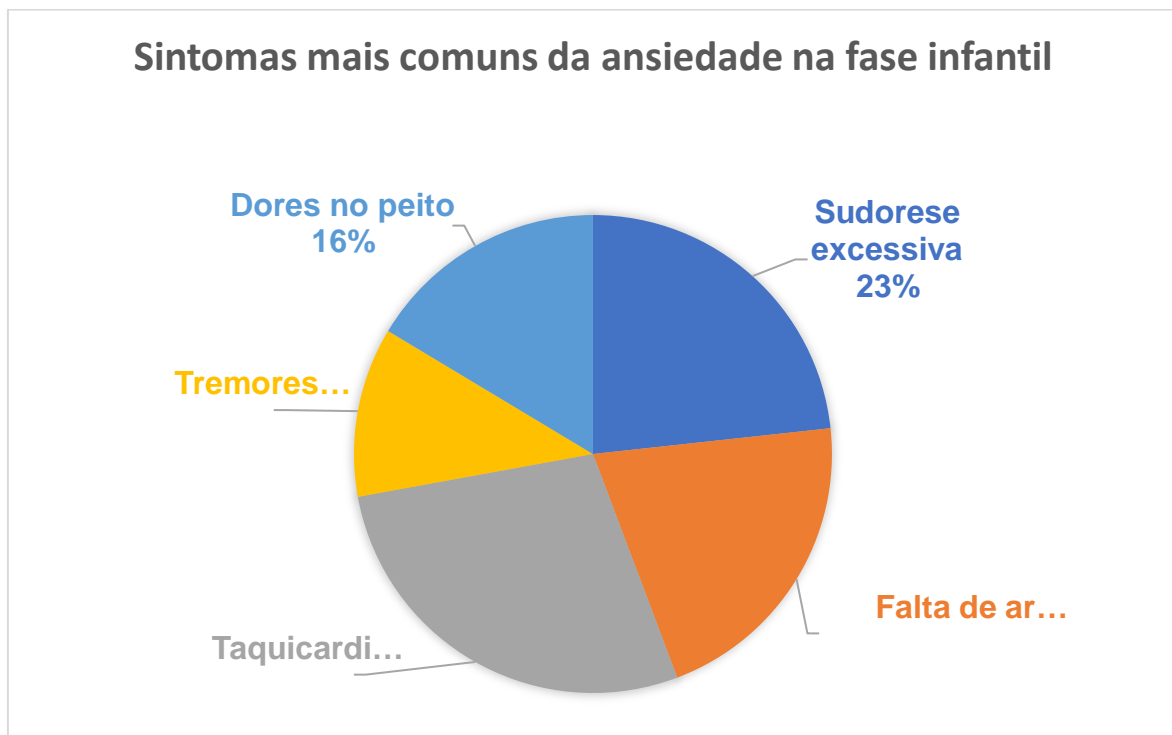
Tabela 2: sobre a idade em que começa a aparecer os sintomas da ansiedade.

Fases da infância	Idade	porcentagem
Lactente	Até 1 ano	3%
Criança pequena	De 1 a 3 anos	7%
Pré-escolar	De 3 a 5 anos	14%
Escolar	De 6 a 10 anos	35%
Pré-puberal	De 10 a 12 anos	41%

Fonte: Tabela 1.

Neste gráfico também foram utilizados os artigos da tabela 1, mostram os sintomas mais comuns da ansiedade na fase infantil, sudorese excessiva (23%), falta de ar (21%), taquicardia (28%), tremores (12%) e dores no peito (16%).

Gráfico 3: Sintomas mais comuns da ansiedade na fase infantil.



DISCURSÃO

No gráfico 1 temos os sintomas mais comuns da ansiedade generalizada em crianças, a irritabilidade é um sintoma mais aparente junto com a timidez, estes sintomas se manifestam mais pois a criança no caso da timidez ela se introspecta em sua mente visto que a mente desta criança deve estar abarrotada de pensamentos e premonições.

Já a irritabilidade pode se manifestar da forma agressiva que a criança tem de demonstrar que algo saiu de sua rotina, uma vez que gostar de rotinas é um sinal que acompanha a pessoa com ansiedade.

Em bebês/crianças pequenas podem ser exteriorizadas pelo choro, birra, o estranhamento de um lugar ou pessoa, a vontade de não se separar de sua mãe, a falta de vontade de brincar com outras crianças.

Temos o gráfico 2 que exemplifica que a ansiedade acomete muito mais as mulheres/meninas do que os homens/meninos, partindo do pressuposto que as meninas sofrem desde pequenas com a pressão da sociedade para que sejam educadas, gentis, amáveis e comportadas por consequência a isto a ansiedade atingirá muito mais as meninas do que os meninos.

Estima-se que 10% da população na fase da infância tem um episódio de ansiedade. (MELO; LIMA, 2019).

Na tabela 2 apresenta as fases da infância, a idade e a porcentagem que a ansiedade avança em cada fase, a maior porcentagem é 41% no pré-puberal também conhecida como pré-adolescência, nesta fase observa-se que o indivíduo já foi mais adentrado na sociedade, tomando mais decisões por si, deixando-o ansioso para ser aceito em grupos sociais, tendo um anseio sobre as consequências que suas decisões terão, sobre os pensamentos de seus pais e colegas da escola acerca de suas atitudes ou das notas escolares, o choro também é aparente nesta fase.

No gráfico 3 está descrito os sintomas que a ansiedade pode causar, como a taquicardia (batimento acelerado do coração) 28%, dispneia (falta de ar) 21%, sudorese excessiva (suor) 23%, dores no peito 16% e tremores 12%.

Podemos observar estes sintomas em uma crise/ataque de ansiedade que poderia ser acarretada por alguns pensamentos negativos, preocupação excessiva sobre uma prova ou teste, o medo de apresentar um trabalho ou o pavor de lugares cheios.

Uma criança ansiosa provavelmente irá ter manias, pois é muito comum em pessoas com este transtorno, algumas delas podem ser: balançar seus pés incessantemente, roer as unhas, mexer no cabelo constantemente, manter seu maxilar fortemente pressionado e não conseguirá formular uma frase inteira sem se embolar, pois seus pensamentos estarão acelerados. Com isso, a maior dificuldade deste trabalho foi achar artigos recentes e referentes ao tema de ansiedade em crianças

CONCLUSÃO

A revisão bibliográfica neste estudo traz importantes informações sobre a ansiedade generalizada na infância e seus sinais e sintomas, a partir dos lactantes até os 12 anos incompletos, a ansiedade é vista como um sistema de defesa do nosso organismo, sendo assim pode passar despercebidos por muitos, e não ser tratado, porem com este estudo será possível analisar os sinais e sintomas e assim permitirá buscar tratamentos específicos para tal doença psiquiátrica, através deste conteúdo os familiares, pedagogos e profissionais da saúde poderão entender os sintomas e sinais da ansiedade nas crianças. apontando para uma estratégia da saúde pública melhorada para tal enfermidade

REFERÊNCIAS

1. CASARIN, Tonia. **Monstrinho da ansiedade**. Editora Dentro da história LTDA, 2020.
2. CURY, Augusto Jorge. **Ansiedade: como enfrentar o mal do século**. São Paulo: Saraiva Educação S.A., 2017. 28 p. Disponível em: https://www.google.com.br/books/edition/ANSIEDADE_COMO_ENFRENTAR_O_MAL_DO_S%C3%89CULO/_ytrDwAAQBAJ?hl=pt-BR&gbpv=o&kptab=overview. Acesso em: 11 mar. 2022.
3. GUANCINO, Letícia; TONI, Caroline Guisantes de Salvo; BATISTA, Ana Priscila. **Prevenção de Ansiedade Infantil a partir do Método Friend**. 2020. 13 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Universidade Estadual do Centro-Oeste, Paraná, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/S3BmGxTYd9hf6vxgDHCDxGk/abstract/?lang=pt#:~:text=Atualmente%2C%20tem%2Dse%20buscado%20a,%C3%A9%20uma%20possibilidade%20de%20interven%C3%A7%C3%A3o..> Acesso em: 11 mar. 2022.
4. GUSMÃO, Ricardo Otávio Maia; VIANA, Tiê Menezes; ARAUJO, Diego Dias de; TORRES, Jaqueline D`paula Ribeiro Vieira; SILVA JUNIOR, Rene Ferreira da. **Atuação do enfermeiro em saúde mental na estratégia de saúde da família**. 2022. 6 f. TCC (Graduação) - Curso de Enfermagem, A Universidade Federal do Minas Gerais (Ufmg), Belo Horizonte, 2022. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/3721/1562>. Acesso em: 25 abr. 2022.
5. LOPES, Keyla Crystina da Silva Pereira; SANTOS, Walquiria Lene dos. **Transtorno de ansiedade**. 2018. 6 f. TCC (Graduação) - Curso de Enfermagem, Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires, Goiás, 2018. Disponível em:

<https://revistasfasesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacaocientifica/article/view/47/14>. Acesso em: 10 mar. 2022.

6. LOPES, Amanda Brandão; SOUZA, Luisa Lago de; CAMACHO, Lara Ferreira; NOGUEIRA, Simone Fernandes; VASCONCELOS, Ana Carolina Marinho Coelho; PAULA, Lays Teixeira de; SANTOS, Matheus de Oliveira; ATAVILA, Fernanda Paula; CEBARRO, Gabrielle Fernanda; FERNANDES, Rogério Wilson Brandão. **Transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão narrativa**. 2021. 7 f. TCC (Graduação) - Curso de Enfermagem, Revista Eletrônica Acervo Científico, 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/cientifico/article/view/8773> Acesso em: 25 abr. 2022.

7. LUGLI, Marília Buzzo. **Análise comparativa dos diversos aspectos de memória, compreensão oral e aprendizagem entre crianças com diagnóstico de tdah e transtorno de ansiedade**. 2018. 11 f. TCC (Graduação) - Curso de Medicina, Revista Cefac, Universidade Paulista, Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil., São Paulo, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcefac/a/Vxmqt6KVjxRhWB5B74Kq7hc/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 mar. 2022.

8. METROGOS, David; CRUZ, Ângela; SOUSA, Luís Manuel Mota; BICO, Isabel; FRADE, Maria; MARQUES, Maria de Fátima. **Intervenções de enfermagem na pessoa submetida a hemodiálise com diagnóstico de ansiedade: relato de caso**. 2018. 13 f. TCC (Graduação) - Curso de Enfermagem, Departamento de Enfermagem da Universidade de Évora, Portugal, 2021. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Luis-Sousa-21/publication/352257894_Intervencoes_de_enfermagem_na_pessoa_submetida_a_hemodialise_com_diagnostico_de_ansiedade_relato_de_caso/links/60cod4a592851ca6f8d5f14b/Intervencoes-de-enfermagem-na-pessoa-submetida-a-hemodialise-com-diagnostico-de-ansiedade-relato-de-caso.pdf. Acesso em: 8 abr. 2022.

9. MELO, Brígida Alvares Dornelas; LIMA, Ana Carolina Rimoldi de. **Teórico a efetividade da terapia cognitivo-comportamental na redução da ansiedade infantil**. 2019. 14 f. TCC (Graduação) - Curso de Psicologia, Centro Universitário Unifucamp, Minas Gerais, 2020. Disponível em: <http://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/V6N1A15>. Acesso em: 02 jun. 2022.

10. OLIVEIRA, José Guilherme de. **Abordagem homeopática no transtorno de ansiedade generalizada: relato de caso clínico**. (2021): 29-29. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1281884>. Acesso em: 15 mar. 2022.

11. OLIVEIRA, Karolyane Mirely Andrade de; MARQUES, Tamara Cotrim; SILVA, Carla Doralice Alves da. **Cuidados de enfermagem frente ao transtorno de ansiedade**. 2020. 16 f. TCC (Graduação) - Curso de Enfermagem, Centro Universitário São Francisco de Barreiras-Unifasb, Bahia, 2020. Disponível em:

<http://www.fasb.edu.br/revista/index.php/higia/article/view/612/535>. Acesso em: 11 abr. 2022.

12. SCHIRMANN, Jeisy Keli; MIRANDA, Neiva Guimarães; GOMES, Valdilea Fabricio; ZARTH, Evani Luiza Fiori. **Fases de desenvolvimento humano segundo Jean Piaget**. 2019. 10 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Faculdade Educacional de Dois Vizinhos - Unisep, Paraná, 2019. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/index.php/artigo/visualizar/60497>. Acesso em: 22 mar. 2022.

13. TOURINHO, Stefano Emanuel Santos, HEMANNY Curt, OLIVEIRA Irismar Reis. Ocorrência de transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) em estudantes de 11 a 18 anos de uma escola pública de Salvador, BA. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**. 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/cmbio/article/view/42669/24164> ___Acesso em: 10 mar. 2022.

14. VELLINHO, Luis Philippe Barroso. **Reiki aliado ao cuidado de enfermagem à pessoa com ansiedade: proposta de instrumento a consulta de enfermagem**. 2019. 82 f. TCC (Graduação) - Curso de Enfermagem, Uff, Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Rio de Janeiro, 2019. Disponível em: <https://app.uff.br/riuff/bitstream/handle/1/13037/Luis%20Philippe%20Barroso%20Vellino.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 8 abr. 2022.

15. KOTHGASSNER, Oswald D.; GOREIS, Andreia; BAUDA, Inês; ZIEGENAUS, Amélie; GLENK, Lisa M.; FELNHOFER, Anna. **Intervenções de biofeedback de realidade virtual para o tratamento da ansiedade. Virtual reality biofeedback interventions for treating anxiety**. p. 1-11, 2022. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00508-021-01991-z>. Acesso em: 05 fev. 2022.