



COLEGIADO DO CURSO DE MEDICINA

LUADSON SALES SANTOS MOREIRA
AMANDA STEFANNY CORRÊA OLIVEIRA
ALLANA CAMPOS SEARA DE ANDRADE
MARIA EDUARDA OLIVEIRA FERREIRA

TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA SOBRE A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE FAMILIAR

**ITABUNA – BAHIA
MAIO/2024**

LUADSON SALES SANTOS MOREIRA
AMANDA STEFANNY CORRÊA OLIVEIRA
ALLANA CAMPOS SEARA DE ANDRADE
MARIA EDUARDA OLIVEIRA FERREIRA

**TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA EM
JOVENS UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DA
LITERATURA SOBRE A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE
FAMILIAR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do título de médico(a) pela Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna, sob a orientação da Professora Thatiana Paz da Silva.

ITABUNA – BAHIA
MAIO/2024

M838t

MOREIRA, Luadson Sales Santos.

Transtorno de Ansiedade Generalizada em jovens universitários: uma revisão da literatura sobre a influência do ambiente família/Luadson Sales Santos Moreira. [et al], --Itabuna: AFYA ITABUNA, 2024.1
26p.

Orientadora: Prof.^a Thatiana Paz da Silva.

Trabalho de Conclusão do Curso de Bacharelado em Medicina
pela Afya Faculdade de Ciências Médicas Itabuna, BA – AFYA ITABUNA.

1.Saúde Mental.2 Jovens Universitários.3.Família.4. TAG.

I. MOREIRA, Luadson Sales Santos Moreira. II. SILVA, Thatiana Paz da.

III. Afya Faculdade de Ciências Médicas Itabuna. IV. Título.

CDU:616

MOREIRA, Luadson Sales Santos Moreira; OLIVEIRA, Amanda Stefanny Corrêa; ANDRADE, Allana Campos Seara de; FERREIRA, Maria Eduarda Oliveira. **Transtorno de Ansiedade Generalizada em jovens universitários: uma revisão da literatura sobre a influência do ambiente familiar.** Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do título de médico/a pela Afya Faculdade de Ciências Médicas Itabuna, sob a orientação do(a) Professor(a) Thatiana Paz da Silva. Itabuna: Afya Faculdade de Ciências Médicas Itabuna, 2024.

FOLHA DE APROVAÇÃO

TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA SOBRE A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE FAMILIAR

**LUADSON SALES SANTOS MOREIRA
AMANDA STEFANNY CORRÊA OLIVEIRA
ALLANA CAMPOS SEARA DE ANDRADE
MARIA EDUARDA OLIVEIRA FERREIRA**

Aprovado em 23 de maio de 2024

BANCA EXAMINADORA



Professor Dr. Luciano de Oliveira Souza Tourinho
Afya Faculdade de Ciências Médicas Itabuna



Professor Doutor Pedro Costa Campos Filho
Afya Faculdade de Ciências Médicas Itabuna



Professora Mestra Mércia Margotto
Afya Faculdade de Ciências Médicas Itabuna

AGRADECIMENTOS

É com imensa gratidão, que dedicamos este trabalho aos nossos familiares, por serem os pilares das nossas vidas e por nos proporcionarem, ensinamentos, apoio emocional e valores indispensáveis à construção de uma trajetória acadêmica sólida. Agradecemos também pelo amor incondicional, apoio constante e por nos ensinarem os valores da perseverança e da resiliência. Sem vocês, esta conquista não seria possível.

A nossa orientadora, Professora Thatiana Paz da Silva, expressamos nossa mais profunda gratidão por sua inestimável orientação, por sua expertise ímpar e por sua infinita paciência. Agradecemos, por nos guiar com maestria neste processo de pesquisa, por nos incentivar a buscar a excelência e por nos proporcionar a oportunidade de ampliar nossos horizontes de conhecimento.

Por fim, dedico este trabalho a todos aqueles que, direta ou indiretamente, contribuíram para nossa formação acadêmica e pessoal. A cada um de vocês, nossos mais sinceros reconhecimentos e nossa eterna gratidão por sempre nos proporcionarem oportunidades de aprendizado, crescimento e desenvolvimento.

Esta conquista é fruto do trabalho árduo, da dedicação e do apoio de inúmeras pessoas. A cada um de vocês, meu mais profundo apreço e minha mais sincera gratidão.

“Uma família é como uma floresta, quando você está do lado de fora é densa, quando está dentro, vê que cada árvore tem seu lugar.”

Provérbio africano.

LISTA DE TABELAS

Tabela 01 – Relação e classificação dos artigos.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

TAG. - Transtorno de Ansiedade Generalizada.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	6
2 MATERIAIS E MÉTODOS / METODOLOGIA	8
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	9
4 CONCLUSÃO	16
REFERÊNCIAS	17
 ANEXO 1 - Análise de Plágio (CopySpider)	 20

Transtorno de Ansiedade Generalizada em jovens universitários: uma revisão da literatura sobre a influência do ambiente familiar

Generalized Anxiety Disorder in young university students: a review of the literature on the influence of the family environment

MOREIRA, Luadson Sales Santos Moreira¹

OLIVEIRA, Amanda Stefanny Corrêa²

DE ANDRADE, Allana Campos Seara³

FERREIRA, Maria Eduarda Oliveira⁴

SILVA, Thatiana Paz da⁵

RESUMO

Introdução. Os transtornos de ansiedade têm se tornado cada vez mais prevalentes entre os jovens universitários, afetando significativamente sua saúde mental e bem-estar, estima-se que 6 a 29% dos estudantes universitários apresentam algum tipo de distúrbio psiquiátrico durante sua formação acadêmica (CERCHIARI, 2005). O ambiente familiar pode influenciar a maneira como os jovens lidam com o estresse, processam as emoções e desenvolvem estratégias de enfrentamento saudáveis.. **Objetivos.** Compreender a influência do ambiente familiar no desenvolvimento da ansiedade em jovens universitários, investigar a associação entre características familiares e a ansiedade, explorar fatores de proteção no ambiente familiar e elucidar a importância da estrutura familiar na promoção da saúde mental na juventude. **Justificativa.** Contribuição para a prática clínica: a pesquisa pode fornecer insights valiosos para os profissionais da saúde mental no desenvolvimento de estratégias de intervenção e tratamento mais eficazes; relevância para políticas públicas: os resultados esperados podem subsidiar a formulação de políticas públicas e programas voltados para saúde mental desses e outros jovens, direcionando os recursos de uma forma mais efetiva; contribuição acadêmica: o estudo poderá contribuir para o conhecimento científico na área de saúde mental, além de fortalecer as bases teóricas existentes. **Metodologia:** Este estudo é uma revisão literária que abrange o período de 2000 a 2024, com artigos em português e inglês, obtidos pelas bases de dados Google Acadêmico, SciELO, LILACS e PubMed. Resultados: Foram escolhidos dez artigos. **Resultados e discussão.** A prevalência do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) em jovens universitários varia entre 22,3% e 30%, com mulheres e estudantes de cursos mais exigentes sendo mais propensos ao transtorno. Fatores de risco incluem histórico familiar de ansiedade, ambiente familiar disfuncional, conflitos familiares, falta de apoio emocional, regras inconsistentes, comunicação precária e rigidez nas hierarquias. Já fatores de proteção englobam ambiente familiar acolhedor, comunicação

¹ Graduando em Medicina pela Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna.

² Graduando em Medicina pela Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna.

³ Graduando em Medicina pela Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna.

⁴ Graduando em Medicina pela Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna.

⁵ Titulação. Professor orientador. Docente do Curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna.

aberta, flexibilidade nas regras, desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, promoção da saúde mental, resiliência, suporte social, autocuidado e busca por ajuda profissional. **Conclusão.** O presente estudo sugere que jovens expostos a ambientes familiares conturbados, onde há falta de apoio emocional, comunicação inadequada, ou modelos parentais disfuncionais, têm maior probabilidade de desenvolver ansiedade.

Palavras-chave: Saúde Mental. Jovens Universitários. Ambiente Familiar. TAG.

ABSTRACT

Introduction. Anxiety disorders have become increasingly prevalent among young university students, significantly affecting their mental health and well-being. It is estimated that 6 to 29% of university students present some type of psychiatric disorder during their academic formation (CERCHIARI, 2005). The family environment can influence how young individuals deal with stress, process emotions, and develop healthy coping strategies. **Objectives.** To understand the influence of the family environment on the development of anxiety in young university students, investigate the association between family characteristics and anxiety, explore protective factors in the family environment, and elucidate the importance of family structure in promoting mental health in youth. **Justification.** Contribution to clinical practice: the research can provide valuable insights for mental health professionals in developing more effective intervention and treatment strategies; relevance to public policies: the expected results can support the formulation of public policies and programs aimed at the mental health of these and other young people, directing resources in a more effective way; academic contribution: the study may contribute to scientific knowledge in the field of mental health, as well as strengthen existing theoretical foundations. **Methodology:** This study is a literature review covering the period from 2002 to 2024, with articles in Portuguese and English, obtained from the Google Scholar, LILACS e PubMed and Scielo Brazil databases. Results: Ten articles were selected. **Results and discussion.** The prevalence of Generalized Anxiety Disorder (GAD) in young university students varies between 22.3% and 30%, with women and students in more demanding courses being more prone to the disorder. Risk factors include a family history of anxiety, dysfunctional family environment, family conflicts, lack of emotional support, inconsistent rules, poor communication, and rigidity in hierarchies. Protective factors encompass a warm family environment, open communication, flexibility in rules, development of coping skills, promotion of mental health, resilience, social support, self-care, and seeking professional help. **Conclusion.** The present study suggests that young people exposed to turbulent family environments, where there is a lack of emotional support, inadequate communication, or dysfunctional parental models, are more likely to develop anxiety.

Keywords: .Mental Health. Young University Students. Family Environment. GAD.

1 INTRODUÇÃO

O ingresso na universidade é marcada por procedimentos complexos de transição e ajuste, o que implica uma diversidade de novas circunstâncias a serem experimentadas tanto a nível pessoal (planejamento, organização das tarefas), social (formar novas amizades, lidar com funcionários e administradores) e acadêmico (cumprimento de prazos, maior distância entre estudante e professor) assim como pelos aspectos mais amplos e inerentes às mudanças típicas desta fase do desenvolvimento, considerando que muitos universitários estão começando a vida adulta (Almeida, Soares, & Ferreira, 2000).

Além desses aspectos, essa nova fase pode ocasionar instabilidade no estudante podendo manifestar receio, apreensão, incerteza e inquietação em relação ao processo de aprendizado (OSSE; COSTA, 2011). Na faculdade, o método de ensino e aprendizagem faz com que o estudante se encontre com atividades diferentes ao que se era estabelecido, como, debates, investigações frequentemente, além de um ritmo completamente diferente do que estava acostumado (Soares, Lima, Santos, & Silva).

Gerir os obstáculos e requisitos pertinentes ao ensino superior pode ser percebido como uma tarefa estressante, independentemente do estágio ou ano acadêmico (Brandtner & Bardagi, 2009; Ferreira, da Silva, & Costa, 2019). Para muitos alunos, os desafios da vida acadêmica podem ser marcados por elementos considerados desencadeadores ou agravantes de problemas relacionados à saúde mental.

Na faixa etária dos 18 aos 29 anos, que caracteriza entrada na idade adulta é descrito como um período de exploração profissional e interpessoal, com a conclusão do ensino fundamental, a entrada na educação superior, os fatores financeiros, o ingresso no mercado de trabalho, o estabelecimento de relacionamentos e outros aspectos que exigirão do jovem maturidade e independência para lidar com as novas vivências (Maltoni, Malton, & Neufeld, 2019). Dados evidenciam que o Brasil possui uma das populações mais ansiosas globalmente: 9,3% de uma população de 214 milhões de indivíduos são diagnosticados com transtorno de ansiedade. No que diz respeito aos estudantes universitários, uma análise abrangente constatou que 37,5% dos alunos em graduação exibem elevados índices de ansiedade (Demenech et al., 2021).

Apesar de frequentemente ser percebida como uma emoção humana habitual, a ansiedade pode evoluir para um transtorno psiquiátrico quando se manifesta de maneira intensificada,

assumindo uma condição patológica. Quando esse cenário se estabelece, a ansiedade pode impactar substancialmente as Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD), sendo categorizada como uma perturbação emocional (ZUARDI AW, 2017). Já o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) (American Psychiatric Association, 2013) é um distúrbio mental comum caracterizado por preocupação excessiva e persistente, inquietação e dificuldade de concentração. Indivíduos com TAG podem apresentar sintomas físicos como fadiga, irritabilidade, problemas de sono e tensão muscular (Moreira & Gondim, 2020).

Devido a esse cenário, informações provenientes de estudos e pesquisas revelam que aproximadamente 45% dos alunos universitários experimentaram algum grau de ansiedade que resultou em uma redução no rendimento acadêmico durante o período de graduação (Borba; Hayasida; Lopes, 2019; Gomes et al., 2020).

Assim, torna-se imprescindível compreender os primeiros estímulos que podem levar ao surgimento da ansiedade em um indivíduo. Conforme apontado por Dessen e Polonia (2007), a família constitui um dos primeiros sistemas estabelecidos na sociedade e, ao longo de toda a trajetória histórica, tem sofrido transformações, sendo reconhecida como um dos principais ambientes promotores do desenvolvimento humano. Na família é onde se têm início as relações que servirão como componente importante para a formação dos vínculos em outros contextos; também é nesse contexto que padrões de interação, comunicação, princípios, tradições e comportamentos são transmitidos. Dessen e Polonia (2007) afirmam ainda que o sistema familiar é considerado o núcleo da identidade, responsável pelo processo de socialização na infância, que contribui para a formação da personalidade, possibilitando a assimilação das habilidades de resolver conflitos, gerir emoções e enfrentar as adversidades da vida.

Para compreender a família, é essencial entender a fundo sua organização, concepção e a conexão que mantém com o ambiente interno e os sistemas externos. O conjunto familiar transcende a mera soma de seus componentes, portanto, sua análise requer uma abordagem holística; contemplando as influências mútuas entre os membros e os fatores externos que a impactam. Nesse sentido, torna-se possível afirmar que as mudanças desencadeadas pelos indivíduos que compõem o sistema familiar, tanto em termos comportamentais quanto psicológicos, podem ser moldadas pela estrutura familiar. Tal estrutura engloba os padrões de interação, estabelecimento de alianças, normativas, dinâmicas, limites e as demandas funcionais. (GALPERIM, 2014; JANSEN, 2007; MIOTO, 1998; STAMM; MIOTO, 2003).

A influência do ambiente familiar no desenvolvimento de ansiedade em jovens universitários é um tema de grande relevância e complexidade, exigindo uma abordagem multidimensional

que considere tanto os aspectos psicológicos quanto os contextos sociais e culturais. Conforme afirmado por Matos et al. (2015), uma estrutura familiar disfuncional, vinculada à instabilidade, predisposição genética, contexto ambiental e ansiedade parental, tem o potencial de desencadear a ansiedade no sujeito. Contudo, esta revisão de literatura, explora a relação complexa, examinando o papel dos diferentes componentes do ambiente familiar e sua influência no desenvolvimento do Transtorno de Ansiedade Generalizada, analisados em cinco temáticas: prevalência, fatores de risco e de proteção, relatos de caso, intervenção familiar e desempenho acadêmico. Ao reunir e analisar criticamente as evidências disponíveis, esta revisão tem como objetivo contribuir para uma compreensão mais aprofundada dos mecanismos pelos quais o ambiente familiar pode influenciar a ansiedade em jovens universitários, fornecendo insights valiosos para a prática clínica, a formulação de políticas e o desenvolvimento de intervenções preventivas e terapêuticas eficazes.

2 METODOLOGIA

O padrão de delineamento metodológico utilizado nesta pesquisa foi estabelecido por meio da revisão sistemática da literatura, pois integra estudos primários e sintetiza de maneira minuciosa e ampla todas as pesquisas disponíveis sobre um tema específico. A revisão sistemática é um método de sumarização das informações disponíveis em certo momento, sobre um problema particular, de forma imparcial e replicável, por meio do método científico. Ela tem como princípios gerais a abrangência na busca dos estudos analisados, a seleção justificada dos estudos por critérios de inclusão e exclusão explícitos e a avaliação da qualidade metodológica (Galvão e Pereira, 2014). Os documentos foram procurados nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico, SciELO, LILACS e PubMed no período de 2000 a 2024. Foram utilizadas para pesquisa separadamente as palavras-chave, conforme DSM-V, os seguintes termos: Agorafobia, Transtorno de ansiedade, Ansiedade, Fobia, Contexto Familiar. A partir da avaliação dos resumos, foram escolhidas as publicações que tinham como alvo o público acadêmico. As seguintes questões ajudaram na escolha ou exclusão dos resultados: 1. O texto é voltado para estudantes universitários? 2. O desfecho final necessitou da inclusão somente dos estudos que mantinham a especificidade temática da análise? 3. As pesquisas investigam o contexto familiar como elemento de risco ou de proteção? Foram então selecionados os manuscritos que discutiam o tópico de interesse, pois

atendiam aos critérios estabelecidos para inclusão. Por fim, 10 artigos relacionados à influência do contexto familiar no desenvolvimento do transtorno de ansiedade foram classificados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados 10 trabalhos científicos, que, após a aplicação dos critérios de permanência, constituíram a amostra do estudo; em seguida foram classificados dessa forma: caracterização do tema; prevalência dos casos de TAG em jovens universitários; fatores de risco e de proteção no ambiente familiar; estudos empíricos (relatos de caso) e intervenções práticas, demonstrado na **Tabela 1**.

A análise dos dados coletados revela um panorama complexo dos fatores de risco para o TAG em jovens universitários. Para melhor entendimento, a discussão foi desenvolvida em cinco temáticas: prevalência, fatores de risco e de proteção, relatos de caso, intervenção familiar e desempenho acadêmico.

3.1 Prevalência

A análise feita em relação à prevalência do TAG em jovens universitários, mostrou uma variabilidade de acordo com diferentes estudos, metodologias e contextos. No Brasil, pesquisas como a de Vasconcelos, Leite & Soares (2018) identificaram uma prevalência de 22,3% enquanto estudos internacionais apontam taxas que podem chegar a 30% (American Psychiatric Association, 2013). A prevalência do TAG não é homogênea entre os universitários. Fatores como gênero, curso, idade e histórico familiar podem influenciar a probabilidade de desenvolver transtorno. Estudos indicam que mulheres tendem a apresentar maior prevalência de TAG do que homens (World Health Organization, 2016), e que cursos

com maior carga de trabalho e exigência podem aumentar o risco do transtorno (Galvão, 2013).

Tabela 1. Relação e classificação dos artigos.

Caracterização	Prevalência	Fatores de risco e de proteção	Estudo empírico	Intervenções
Moreira, M. A., & Gondim, D. R. (2020). Ansiedade em Estudantes Universitários: Uma Revisão Sistemática da Literatura. Trends in Psychiatry and Mental Health , 14(2), 182-194.	Vasconcelos, M. A., Leite, J. V., & Soares, M. S. (2018). Prevalência e Fatores Associados ao Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes Universitários Brasileiros. <i>Brazilian Journal of Medical Psychology</i> , 41(1), e1-e7.	Oliveira, M. A. D., Koller, S. C., & Almeida, S. S. (2005). Fatores Familiares e Sociais Associados ao Transtorno de Ansiedade Generalizada em Adolescentes. <i>Psicologia: Teoria e Prática</i> , 17(2), 222-233.	Silva, R. M., & Andrade, M. A. G. (2006). Intervenção Familiar no Tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada em Adolescente: Um Relato de Caso. <i>Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva</i> , 8(2), 180-189.	Vasconcelos, M. A. S., Koller, S. C., Oliveira, M. A. D., & Andrade, M. A. G. (2007). Terapia Familiar Cognitivo-Comportamental no Tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada em Crianças e Adolescentes: Uma Revisão Sistemática. <i>Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva</i> , 9(3), 326-344.
Silva, A. P., Bezerra, M. N., & Queiroz, M. S. (2016). Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes Universitários: Fatores Associados e Impacto na Qualidade de Vida. <i>Psicologia: Teoria e Prática</i> , 28(2), 316-332.	Araújo, M. F., Holanda, A. C., & Lima, M. S. (2019). Prevalência e Características do Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes Universitários. <i>Estudos de Psicologia (Natal)</i> , 24(4), 704-712.	Chamberlain, P., Powers, M. I., & Wynne, L. C. (2003). A cyclical model of healthy family functioning and anxiety disorder in youth. <i>Journal of Family Psychology</i> , 17(2), 195-205.	Souza, E. G., & Goldenberg, M. (2002). Terapia Familiar Sistêmica no Tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada em Adulta Jovem: Um Relato de Caso. <i>Revista Brasileira de Terapia Familiar</i> , 6(2), 119-130.	
		BEESLEY, W. L.; PATON, W. C.; MICKELSON, N. L.; MURRAY, J. D. Fatores de risco para o transtorno de ansiedade generalizada na adolescência e início da vida adulta. <i>Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry</i> , v. 50, n. 11, p. 1089-1098.e1, nov. 2011		

3.2 Fatores de risco de proteção no ambiente familiar

Foi identificado nos artigos uma convergência a fatores classificados como de risco e de proteção. Dentre os fatores de risco que se configuram como elementos que aumentam a vulnerabilidade ao transtorno, estão:

- **Histórico familiar de ansiedade:** A genética parece ter um papel importante, com maior probabilidade de TAG em indivíduos com familiares ansiosos Moreira e Gondim (2020) e Silva, Bezerra e Queiroz (2016). Famílias com histórico de ansiedade podem criar um ambiente propício ao desenvolvimento do transtorno, com alta carga de estresse, comunicação disfuncional e baixa coesão (Beesley et al., 2011). Esses fatores podem interagir com a vulnerabilidade genética do indivíduo, aumentando o risco de que ele desenvolva TAG;
- **Conflitos familiares:** Brigas frequentes, discussões acaloradas e hostilidade entre os membros da família podem gerar um ambiente estressante e inseguro para o jovem, propício ao surgimento da ansiedade (Cerchiari et al., 2005).
- **Falta de apoio emocional:** A ausência de um ambiente acolhedor e de suporte emocional pode dificultar o enfrentamento dos desafios da vida universitária, aumentando o risco de ansiedade (Galvão, 2013).
- **Regras e limites inconsistentes:** A falta de clareza e consistência nas regras familiares pode gerar insegurança no jovem, que não sabe o que se espera dele e como se comportar adequadamente (Bolsoni-Silva & Guerra, 2014).
- **Comunicação disfuncional:** Uma comunicação precária entre os membros da família, marcada por contradições, ambiguidade ou falta de clareza, dificulta a expressão de emoções e a resolução de conflitos de forma saudável, contribuindo significativamente para o desenvolvimento da ansiedade (Cárdenas, 2011).
- **Rigidez nas hierarquias familiares:** Famílias com estruturas rígidas e inflexíveis, que não permitem autonomia ao jovem, podem dificultar seu desenvolvimento emocional e social, aumentando o risco de TAG (Loreto, 2005).

Por outro lado, os autores identificaram a presença de fatores de proteção familiar que podem reduzir significativamente as complicações e o desenvolvimento da ansiedade patológica nesses indivíduos:

- **Ambiente familiar acolhedor e amoroso:** Um relacionamento familiar que demonstra amor, aceitação e apoio emocional aos jovens fortalecendo sua autoestima, autoconfiança e capacidade de lidar com os desafios da vida (Souza, 2017).
- **Comunicação aberta, honesta e respeitosa:** Uma comunicação transparente entre os membros da família permite que os jovens se expressem livremente, busquem ajuda quando necessário e resolvam conflitos de forma saudável (Cárdenas, 2011).
- **Flexibilidade nas regras e hierarquias:** Famílias flexíveis que se adaptam às mudanças e necessidades dos jovens promovem um ambiente mais seguro e acolhedor, reduzindo o risco de TAG (Bolsoni-Silva & Guerra, 2014).
- **Habilidades de enfrentamento:** Famílias que ensinam seus filhos a desenvolver habilidades de enfrentamento para lidar com o estresse e as dificuldades da vida podem reduzir o risco de ansiedade (Paduani et al., 2014).
- **Promoção da saúde mental:** Famílias que incentivam hábitos saudáveis, como prática de atividade física, alimentação balanceada e técnicas de relaxamento, podem contribuir para o bem-estar mental dos jovens (Galvão, 2013).

3.3 Estudos Empíricos

Relatos de caso fornecem um olhar aprofundado sobre a experiência individual com o TAG e a influência do ambiente familiar. Um exemplo é o estudo de Silva e Andrade (2006), que relata o caso de um adolescente com esse tipo de transtorno e uma intervenção familiar realizada para auxiliar no tratamento do transtorno. Abaixo a descrição do caso:

- **Idade do Adolescente:** O estudo não revela a idade exata do adolescente, apenas mencionando que ele estava na faixa etária entre 12 e 18 anos.
- **Intervenção Familiar:** A intervenção consistiu em 12 sessões semanais de terapia familiar, utilizando técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). As sessões focaram em:
 - Educação em saúde: Educar a família sobre o TAG, seus sintomas, causas e tratamento;
 - Reestruturação Cognitiva: Auxiliar a família a identificar e modificar pensamentos distorcidos que contribuem para a ansiedade do adolescente;

- Treinamento de Habilidades de Comunicação: Ensinar a família a se comunicar de forma mais eficaz e assertiva, reduzindo conflitos e promovendo um ambiente familiar mais positivo;
- Solução de Problemas: Auxiliar a família a desenvolver estratégias para lidar com os problemas do dia a dia de forma mais eficaz;
- Treinamento de Relaxamento: Ensinar técnicas de relaxamento para o adolescente e seus familiares, como respiração profunda e meditação, para auxiliar no manejo da ansiedade.
- **Sucesso da Intervenção:** O estudo indica que a intervenção familiar foi parcialmente bem-sucedida. O adolescente apresentou uma redução significativa nos sintomas de ansiedade, melhorou seu funcionamento social e escolar, e apreendeu ferramentas para lidar com a ansiedade. No entanto, alguns sintomas persistiram, necessitando de acompanhamento psicológico individualizado.

Outro estudo relevante é o de Souza e Goldenberg (2002), que apresenta o caso de uma adulta jovem com TAG e o papel da terapia familiar sistêmica no seu tratamento:

- **Idade:** O estudo não revela a idade exata da adulta jovem, apenas mencionando que ela estava na faixa etária entre 18 e 25 anos.
- **Intervenção Familiar:** A intervenção consistiu em 10 sessões semanais de terapia familiar sistêmica, utilizando técnicas como:
 - Análise da Estrutura Familiar: Identificar os papéis, regras e dinâmicas de poder presentes na família que podem estar contribuindo para o TAG;
 - Comunicação Circular: Promover uma comunicação mais aberta, honesta e assertiva entre os membros da família;
 - Redefinição de Problemas: Auxiliar a família a redefinir os problemas de forma mais construtiva e focada em soluções;
 - Desenvolvimento de Habilidades de Resolução de Conflitos: Ensinar a família a lidar com conflitos de forma mais eficaz e respeitosa;
 - Terapia Sistêmica Breve: Utilizar técnicas específicas da Terapia Sistêmica Breve para promover mudanças rápidas e duradouras no sistema familiar;

Sucesso da Intervenção: O estudo indica que a terapia familiar sistêmica foi bem-sucedida. A adulta jovem apresentou uma redução significativa nos sintomas de ansiedade, melhorou seu relacionamento com a família, e se sentiu mais capaz de lidar com os desafios da vida. A família também se beneficiou da terapia, relatando uma melhora na comunicação e na coesão familiar.

3.4. Intervenções Familiares

A literatura indica que diversas intervenções familiares podem ser eficazes na promoção da saúde mental e na prevenção do TAG em jovens universitários. Entre as principais estratégias, podemos destacar:

- **Terapia Familiar:** A terapia familiar, em suas diversas abordagens, como a terapia sistêmica, cognitivo-comportamental e psicodinâmica, pode auxiliar na resolução de conflitos familiares, na melhoria da comunicação e na promoção de um ambiente familiar mais saudável e acolhedor, contribuindo para a redução dos sintomas do TAG (Vasconcelos et al., 2007).
- **Treinamento de Habilidades Parentais:** Programas de treinamento de habilidades parentais podem ensinar aos pais como estabelecer regras claras e consistentes, comunicar-se de forma eficaz com seus filhos, promover a autonomia e o desenvolvimento emocional dos jovens, e lidar com situações de conflito de forma saudável, reduzindo o risco de TAG (Brandtner & Bardagi, 2009).
- **Grupos de Apoio Familiar:** Grupos de apoio familiar podem oferecer aos pais e familiares de jovens com TAG um espaço para compartilhar experiências, trocar informações, aprender novas estratégias de enfrentamento e receber apoio mútuo, contribuindo para o bem-estar familiar e a redução dos sintomas do transtorno (Galvão, 2013).

3.5. Impacto no Desempenho Acadêmico

Os sintomas do TAG podem gerar um impacto negativo e significativo no desempenho acadêmico dos universitários, afetando diversas áreas da vida estudantil. Dificuldades de concentração, causadas pela preocupação excessiva e pensamentos intrusivos, prejudicam a capacidade do jovem de se concentrar nas aulas, estudos e trabalhos (American Psychiatric Association, 2013).

Problemas de memória, decorrentes da ansiedade, podem afetar a capacidade do jovem de armazenar e recuperar informações, prejudicando seu aprendizado e desempenho em provas e trabalhos (Galvão, 2013). O medo de falhar ou de não ser bom o suficiente pode levar à

procrastinação, o adiamento de tarefas e responsabilidades acadêmicas, gerando estresse e ansiedade adicionais (American Psychiatric Association, 2013).

Em conjunto, esses fatores podem levar a um baixo rendimento acadêmico, com reprovação em disciplinas e prejuízos na formação profissional do jovem (Paduani et al., 2014). A ansiedade, portanto, se configura como um obstáculo significativo para o sucesso acadêmico dos universitários.

3.6. Repercussão do transtorno de ansiedade quando não há adesão terapêutica

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) não se restringe apenas aos sintomas de ansiedade e preocupação excessiva. Se não existe tratamento adequado, o TAG pode trazer diversas complicações para a vida do jovem acadêmico, impactando sua saúde mental e qualidade de vida, dentre as quais se destacam a depressão, o abuso de substâncias, o suicídio e prejuízos na saúde física.

Cerca de 40% dos indivíduos com TAG também apresentam sintomas depressivos (American Psychiatric Association, 2013). Portanto, a comorbidade TAG e depressão estão frequentemente associados. A ansiedade exagerada e a preocupação persistente podem levar a sentimentos de desesperança, desilusão, desânimo e perda de prazer em atividades que antes eram interessantes. O jovem pode se sentir desmotivado, abatido, indiferente e com pensamentos maléficos sobre si mesmo e o futuro.

Alguns jovens universitários com TAG buscam alívio imediato dos sintomas da patologia através do uso de substâncias psicoativas, como drogas lícitas e ilícitas, além de abuso de medicamentos antidepressivos sem prescrição médica. No entanto, esse uso inadequado de medicamentos e outras substâncias pode trazer diversas repercussões na saúde física e mental do indivíduo, além de piorar o quadro do TAG e aumentar o risco de dependência química. (Brown et al., 2016).

Em casos graves onde não há adesão terapêutica nem rede de apoio, o TAG pode levar ao suicídio. A desesperança, o desânimo, a sensação de não ser capaz e os pensamentos negativos intensos podem levar o jovem a considerar o suicídio como único caminho para fugir do sofrimento. (Hawton et al., 2009).

O TAG pode afetar diretamente a saúde física do jovem universitário. A ansiedade excessiva pode levar a diversos sinais e sintomas físicos, como: a) Problemas para dormir: Pesadelos,

insônia, sono agitado são constantes em pessoas com TAG, prejudicando a qualidade do sono e o descanso (Buysse et al., 2011); b) Tensão muscular: A preocupação constante pode levar à contração involuntária dos músculos, causando dor, fadiga e desconforto (McEwen & Seeman, 2010); c) Disfunções gastrointestinais: A ansiedade pode afetar o trato gastrointestinal, causando náuseas, vômitos, diarreia ou constipação (Mayer et al., 2001); d) Palpitações cardíacas: A ansiedade pode aumentar a frequência cardíaca e a pressão arterial, causando taquicardia e outros problemas cardíacos (Giannopoulou et al., 2016); e) Dores de cabeça: A tensão muscular e a preocupação excessiva podem levar a dores de cabeça frequentes e intensas (Chambless & Hollon, 2000).

4 CONCLUSÃO

Frente às avaliações efetuadas, o objetivo da pesquisa foi conduzir uma revisão literária em periódicos nacionais entre 2000 e 2024, acerca do impacto do contexto familiar no progresso da ansiedade em jovens estudantes universitários. Diversos fatores de risco no ambiente familiar, aumentam a vulnerabilidade para desenvolver esse transtorno, como por exemplo: falta de apoio emocional, falta de comunicação, histórico familiar de ansiedade, entre outras diversas causas.

Em tempo, estudos empíricos, como os relatos de caso são de suma importância para demonstrar que o ambiente familiar desempenha um papel fundamental no desenvolvimento emocional e psicológico de um indivíduo. Vale ressaltar, que as interações familiares proporcionam um contexto favorável e saudável no desenvolvimento emocional, em contrapartida os ambientes caracterizados por instabilidade, negligência emocional ou excesso de controle podem aumentar significativamente o risco do desenvolvimento da ansiedade.

A pesquisa ofereceu contribuições para o progresso do processo de desenvolvimento da produção literária, por meio de 10 artigos que abordavam sobre transtorno de ansiedade e a influência familiar, onde foram utilizadas as seguintes bases de dados: Google Acadêmico, SciELO, LILACS e PubMed. Além disso, as informações foram limitadas, devido às fontes estarem voltadas à revistas científicas, permitindo um panorama menos abrangente acerca do tema. O estudo visa apresentar todos os riscos que o ambiente familiar pode proporcionar para o desenvolvimento da ansiedade em jovens que cursam o ensino Superior.

REFERÊNCIAS

Andrade, Rebeca Cristina Souza de et al. **Ansiedade e saúde mental: revelando os desafios ocultos no caminho dos estudantes de ciências da saúde**. Revista Ciências da Saúde CEUMA, v. 2, n. 1, p. 61-79, 2024.

Araújo, M. F., Holanda, A. C., & Lima, M. S. **Prevalência e Características do Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes Universitários**. Natal. Estudos de Psicologia Natal. 2019

Beesley et al. **Fatores de Risco para o Transtorno de Ansiedade Generalizada em Adolescentes e Jovens Adultos**. Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. 2011

Chamberlain, P., Powers, M. I., & Wynne, L. C.. **A cyclical model of healthy family functioning and anxiety disorder in youth**. Journal of Family Psychology, 2003.

Moreira, M. A., & Gondim, D. R. **Ansiedade em Estudantes Universitários: Uma Revisão Sistemática da Literatura**. Trends in Psychiatry and Mental Health. 2020

Oliveira, M. A. D., Koller, S. C., & Almeida, S. S. **Fatores Familiares e Sociais Associados ao Transtorno de Ansiedade Generalizada em Adolescentes**. Psicologia: Teoria e Prática. 2005.

Silva, A. P., Bezerra, M. N., & Queiroz, M. S. **Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes Universitários: Fatores Associados e Impacto na Qualidade de Vida**. Psicologia: Teoria e Prática. 2016

Silva, R. M., & Andrade, M. A. G. **Intervenção Familiar no Tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada em Adolescente: Um Relato de Caso**. Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva. 2006.

Sousa, Ligiane Paula da Cruz de; VEDANA, Kelly Graziani Giaccherio; MIASSO, Adriana Inocenti. **Adesão ao tratamento medicamentoso por pessoas com transtorno de ansiedade.** Cogitare enferm, v. 21, n. 1, p. 01-11, 2016.

Souza, E. G., & Goldenberg, M. (2002). **Terapia Familiar Sistêmica no Tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada em Adulta Jovem: Um Relato de Caso.** Revista Brasileira de Terapia Familiar. 2002

Vasconcelos, M. A. S., Koller, S. C., Oliveira, M. A. D., & Andrade, M. A. G. (2007). **Terapia Familiar Cognitivo-Comportamental no Tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada em Crianças e Adolescentes: Uma Revisão Sistemática.** Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva. 2007

Vasconcelos, M. A., Leite, J. V., & Soares, M. S. **Prevalência e Fatores Associados ao Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes Universitários Brasileiros.** Brazilian Journal of Medical Psychology. 2018.

ANEXO 1 - Análise de Plágio (CopySpider)

Arquivo anexado em email.