

Intervenção clínica para tratamento interdisciplinar da ansiedade em adultos: sintomas do medo e pensamentos intrusivos.
Prof.^a Dr.^a Adelma Pimentel – Titular na UFPA – adelmapi@ufpa.br /

Universidade Federal do Pará
Instituto de Filosofia e Ciências Humanas
Programa de Pós-graduação em Psicologia
Faculdade de Psicologia
Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas ó NUFEN

A Direção do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas da UFPA

Encaminho projeto de pesquisa **Intervenção clínica para tratamento interdisciplinar do transtorno do pânico em adultos: sintomas do medo e pensamentos intrusivos negativos**, para o qual solicito alocação de 20 horas de minha carga de trabalho para dois anos: de janeiro de 2023 a dezembro de 2024.

Na oportunidade cumprimento a Direção do Instituto pela dedicação e compromisso com a gestão

Cordialmente,



Prof.^a Dra. Adelma Pimentel

Belém, 14 de outubro de 2022

Intervenção clínica para tratamento interdisciplinar da ansiedade em adultos: sintomas do medo e pensamentos intrusivos.
Prof.ª Dr.ª Adelma Pimentel – Titular na UFPA – adelmapi@ufpa.br /

Universidade Federal do Pará
Instituto de Filosofia e Ciências Humanas
Programa de Pós-graduação em Psicologia
Faculdade de Psicologia
Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas - NUFEN

Projeto de pesquisa

1 - IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

TÍTULO: Intervenção clínica para tratamento interdisciplinar do transtorno do pânico em adultos: sintomas do medo e pensamentos intrusivos negativos

PERÍODO DE EXECUÇÃO: janeiro de 2021 a dezembro de 2024.

TIPO DE PROJETO: Pesquisa intervenção clínica fenomenológica e gestáltica

FINANCIAMENTO: sem financiamento externo, responsabilidade da coordenadora da pesquisa.

ÁREAS DO CONHECIMENTO: Ciências Humanas; Psicologia Clínica

INSTITUIÇÕES: Universidade Federal do Pará

CENTROS: Instituto de Filosofia e Ciências Humanas-IFCH/UFPA

UNIDADE EXECUTORA: Faculdade de Psicologia

COORDENADORA DO PROJETO: Prof.ª Dr.ª Adelma Pimentel, Líder do NUFEN / CNPq-2002

<http://lattes.cnpq.br/4534230240595626> - Linha de pesquisa: Fenomenologia: teoria e clínica/PPGP-UFPA;

2. EQUIPE

Matrícula	Nome completo	Titulação máxima	Lotação/Departamento	Função no projeto *	Carga horária no projeto
1153159	Adelma Pimentel	Dr.ª	Faculdade de Psicologia-UFPA	PE	20 HS
.	Fernando Nogueira	ESP/Mestrando em Psicologia no PPGP	Hospital das Clínicas/PPGP-UFPA	PE	Sem CH
	Nazareth Malcher	Doutora	UNB & PPGP/UFPA	PE	Sem CH

- Estagiários de Psicologia; Psiquiatria; TO PIBIC e PIVIC

RESUMO: O objeto desta pesquisa fenomenológica hermenêutica é a vivência dos sintomas de pensamentos negativos e medo, vinculados ao transtorno do pânico, em que a ansiedade passa a ser uma resposta psicopatológica, ameaças ao nosso corpo, modo de vida, entes queridos, valores estimados; provocando modificações fisiológicas como: respiração excessiva e suspirosa, hiperventilação, tensão, cefaleia, voz tremula, parestesias; alterações gastrointestinais; e modificações no estado psicológico. A questão de pesquisa é: O tratamento interdisciplinar em grupo, que inclui manejo clínico gestáltico breve para fortalecimento do autossuporte, criatividade, experimentos com as formas e significados do medo; dinâmicas de grupo para desvelamento dos jogos estéticos e meritocráticos da sociedade neoliberal; exercícios respiratórios e consciência pessoal do que mantém os sintomas é uma estratégia que contribui para a redução do medo, dos pensamentos negativos e dos sintomas fisiológicos do pânico? Os objetivos são: ofertar atividades clínicas em grupo para adultos de 25 a 59 anos, que inclui manejo gestáltico breve e terapia ocupacional para o enfrentamento do medo e dos pensamentos negativos no transtorno do pânico; realizar experimentos clínicos gestálticos para desvelar as formas e significados do medo; elaborar dinâmicas de grupo para reflexão dos jogos estéticos e meritocráticos da sociedade neoliberal; realizar exercícios respiratórios para relaxamento físico e mental com ampliação da consciência pessoal do que mantém os sintomas do medo e pensamentos irracionais. Metodologicamente o projeto será submetido ao Comitê de Ética do Centro de Ciências da Saúde da UFPA, respeitando-se todas as resoluções para pesquisa com seres humanos; bem como os protocolos sanitários para a prevenção do Corona Vírus. Usaremos questionários virtuais para captar participantes, e após a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido faremos entrevistas de anamneses individuais presenciais para formação dos grupos terapêuticos na Clínica Escola da UFPA. As análises dos materiais envolvem compilação das áreas de intervenção; hermenêutica de texto e análise descritiva. O benefício do estudo é contribuir para que futuros clientes que vivenciam os sintomas possam usufruir de um plano clínico interdisciplinar para o seu tratamento; e para a formação de pesquisadores nas graduações envolvidas; e para o avanço dos estudos da clínica do reconhecimento da alteridade em um ponto de vista fenomenológico existencial.

Palavras chave: pesquisa; interdisciplinar; pânico; medo; pensamentos negativos, Gestalt-terapia..

1. INTRODUÇÃO

Qualificação do problema de pesquisa

Considero que são várias as linguagens humanas que podem ser usadas para o cuidar na esfera da saúde emocional, psicológica e dos transtornos mentais comuns, sobretudo a ansiedade. Esta tese é fundamentada na **Clínica do reconhecimento**, minha proposição fenomenológica de psicoterapia visando a busca dos autossuportes e dos suportes sociais. As intervenções são enlaçadas no *mundo da vida*, e em um

manejo psicológico dinâmico e colaborativo, envolvendo os saberes dos clientes e da Psicóloga. (Pimentel, 2005).

Conforme Solomon (1975) "Qualquer indivíduo pode apresentar ansiedade em uma ou outra ocasião. A ansiedade é uma resposta ordinária às ameaças dirigidas ao nosso corpo, propriedades, modo de vida, entes queridos ou valores estimados. A ansiedade é primariamente um estado subjetivo consciente, acompanhada por modificações fisiológicas características". (p.53) "As manifestações somáticas comuns são: respiração excessiva, tensão da musculatura esquelética: cefaléia tensional, constrição da nuca ou toráx, voz tremula, dores costais; respiração suspirosa, síndrome de hiperventilação: dispneia, tontura, parestesias; alterações gastrointestinais; irritabilidade cárdio-vascular; disfunção genito-urinária" (pp 54/55).

Quando ocorre prejuízo e sofrimento psíquico nas esferas da vida: relações afetivas, trabalho, estudo a ansiedade passa ao domínio psicopatológico. Neste contexto, os sintomas do medo e dos pensamentos negativos se alimentam mutuamente formando uma circularidade que sustenta as possíveis crises de pânico. Considerando a proposição da imbricação recíproca entre a vivência e os impactos dos sintomas fisiológicos, com destaque a sensação de morrer, a questão de pesquisa é: **O tratamento interdisciplinar em grupo, que inclui manejo clínico gestáltico breve para fortalecimento do autossuporte, criatividade, experimentos com as formas e significados do medo; dinâmicas de grupo para desvelamento dos jogos estéticos e meritocráticos da sociedade neoliberal; exercícios respiratórios e consciência pessoal do que mantém os sintomas é uma estratégia que contribui para a redução do medo, dos pensamentos negativos e dos sintomas fisiológicos do pânico?**

2. JUSTIFICATIVA

Buscaremos desenvolver estratégias clínicas para desvelar a vivência da ansiedade, em uma abordagem fenomenológica gestáltica de pessoas que experienciam pensamentos negativos e medo associados ao transtorno do pânico. Ensejamos expandir fundamentos que contribuam para a vivência plena da saúde. Este é um dos pilares que fundamenta o ensino, a pesquisa e a extensão do Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas, NUFEN, vinculado a Faculdade de Psicologia e ao Programa de Pós-graduação em Psicologia, linha de pesquisa: Fenomenologia: Teoria e Clínica.

A autonomia intelectual, psicológica, relacional dos pesquisadores vinculados ao NUFEN; ações de esclarecimento e contemporaneidade dos campos temáticos de estudo são também pilstras da orientação epistemológica. Como ilustração da atualidade dos estudos realizamos pesquisa, aprovada pela CONEP/MS (parecer n 4.056.229), sobre os impactos emocionais na saúde mental da COVID 19.

A pesquisa será realizada interinstitucional, em grupo, envolvendo a Coordenadora da intervenção clínica, Terapeuta Ocupacional e Psiquiatra, bem como discentes das mesmas áreas. Metodologicamente, as técnicas de coleta de percepções e das experiências das pessoas que colaboram com o estudo incluem:

questionário, observação participante e entrevistas clínicas semiestruturadas para escutar os sentimentos vividos; e, se necessários incluiremos plataformas virtuais com uso de chat de vídeo e google forms.

Este preambulo visa elucidar a relevância social da produção deste projeto, já que a ansiedade foi a dificuldade mais apontada nas análises da pesquisa realizada no contexto pandêmico da Covid-19. Percepções dos impactos à saúde emocional de adultos ante a expectativa de ser acometido pelo coronavírus; e e na pesquisa de 2021 realizada no Hospital das Clínicas Gaspar Vianna. (parecerxxxx)

Os participantes convidados a participar da pesquisa intervenção serão adultos entre 25 e 59 anos diagnosticados com transtorno do pânico há cinco anos, em tratamento psicológico e/ou psiquiátrico que aceitem participar dos grupos

Quanto à relevância pessoal, o enfoque fenomenológico gestáltico em saúde mental permite ampliar ações de autocuidado e em rede. Portanto, o projeto de pesquisa e intervenção clínica é uma medida que permite ampliar minha disposição e disponibilidade para promover o esclarecimento na sua versão mais radical: a social, para além dos muros da Universidade, mantendo-a como um local de onde emana a produção do conhecimento, porém que a transcende. Esclareço que, quando possível, as abordagens interseccionais e de Gênero serão articuladas as reflexões,

3. APORTE TEÓRICO

Etimologicamente, a palavra ansiedade é oriunda do grego *ãAgkho*, significando estrangular, sufocar, oprimir (PEREIRA, 1997). Os correlatos são: angústia, do latim *ãangustia*, derivado do grego *Agkho*; pânico, do grego *Panikon*, relacionado ao Deus *Pã*, (VIANA, 2010, p18). A autora apontou que o humor alterado de *Pã* foi associado à sua *õfeituraõ*¹ e ao abandono materno. Seus gritos noturnos impunham medo.

A ansiedade é alocada entre os transtornos psiquiátricos mais frequentes na população geral (SCHATZBERG; DEBATTISTA, 2017). Segundo Moura et al. (2018) é considerada como uma resposta natural do corpo frente a um estímulo que é indispensável para a autopreservação, levando o indivíduo para o confronto da situação, agindo com impulso e motivação a fim de preservá-lo. Porém, é considerada como patologia, caso ela se manifeste de forma exacerbada e de prolongada duração sendo desproporcional ao estímulo ansiogênico, afetando a vida diária do indivíduo e impossibilitando sua capacidade de adaptação (CLAUDINO; CORDEIRO, 2016). Possivelmente a ansiedade é a disfunção emocional que mais atinge a qualidade de vida do indivíduo, causando vários prejuízos no âmbito social, acadêmico e funcional (MOURA et al., 2018). (<http://rihuc.huc.min-saude.pt/bitstream/10400.4/191/1/O%20que%20C3%A9%20a%20ansiedade%5B1%5D..pdf>)

Viana (2010) elenca três modelos ontológicos das doenças mentais: o mitológico, ligado a entidades sobrenaturais específicas: *Fobos*; *Pã*; o animista, que revela uma conexão entre a vida e as forças

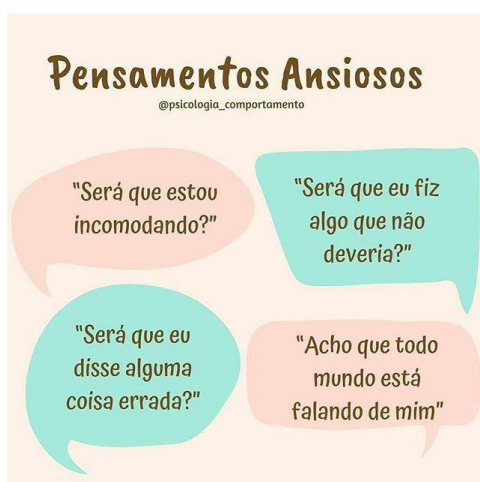
¹ Grifo meu, pois considero a ideia de feitura uma imposição estética da indústria da beleza, que desconsidera a condição subjetiva do encanto pelo outro.

misteriosas da natureza; e o demonológico. De acordo com a Associação Americana de Psiquiatria, no DSM-5, no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais ó DSM-5 (2014, p. 20), transtorno mental é descrito como: "Uma síndrome caracterizada por perturbação clinicamente significativa na cognição, na regulação emocional ou no comportamento de um indivíduo que reflete uma disfunção nos processos psicológicos, biológicos ou de desenvolvimento subjacentes ao funcionamento mental".

Na perspectiva fenomenológica da ansiedade a pesquisa buscou identificar as potencialidades psicológicas das colaboradoras do estudo usadas para enfrentar as situações ansiogênicas: os autossuportes e os suportes sociais e afetivos. Assim, considero que os suportes fisiológicos, emocionais, sociais, econômicos, e outros que ainda não estão consolidados participam do enfrentamento da ansiedade. Igualmente incluiremos o uso do alecrim, um fitoterápico, que, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) faz parte dos saberes humanos.

Atualmente, utiliza-se indiscriminadamente psicofármacos no tratamento dos transtornos de ansiedade (principalmente antidepressivos e benzodiazepínicos), ocasionando efeitos adversos decorrentes de seu uso. Rosa (2011) mencionou que, "Para a terapêutica dos Transtornos de Ansiedade (TA) benzodiazepínicos, inibidores seletivos da serotonina e antidepressivos tricíclicos" (P.19) são bastante usados, tem efeitos colaterais e longo tempo para mostrar resultados. A situação exige dos profissionais de saúde tratamentos e pesquisas com a utilização de recursos clínicos que envolvam outras linguagens que não unicamente a medicamentosa psiquiátrica tradicional.

3.1. DINÂMICA DOS MEDO E PENSAMENTOS NEGATIVOS ANSIOSOS



Fontes externas dos pensamentos ansiosos estão baseadas nos julgamentos sociais, e mais rigidamente, no autojulgamento.

Em nosso entendimento a mutualidade comunicativa entre pensamentos negativos e medo ativa a crise de pânico. Conforme José Maria Montiel Et. All (2013, p 241)

As pressuposições de não-adequação levariam o indivíduo a estabelecer regras inapropriadas, ativando elementos de vulnerabilidade. Nesse sentido, as cognições que levam a uma avaliação negativa ou catastrófica de alterações corporais, ainda que sutis, sinalizam um perigo iminente a partir da antecipação de consequências negativas.

Montieli et.all (2013, p 240) observam que um modelo específico para o entendimento dos ataques de pânico deve abarcar a integração de três fatores: a vulnerabilidade biológica, a vulnerabilidade psicológica e os estressores vitais. Os autores também elencam,

Padrões de distorções cognitivas diretamente relacionadas ao TP, com quatro perfis distintos: **-Catastrofizar**, que se refere à tendência de antecipar consequências negativas, drásticas e de natureza catastrófica; **-Subestimar**, no qual o indivíduo frequente e consistentemente subestima sua capacidade em lidar ou resolver determinadas situações ou problemas; **-Suposição**, em que o paciente baseia suas interpretações de uma dada situação em previsões futuras ou adivinhações; e **-Padrões inatingíveis**, o qual se refere a uma supervalorização de estímulos ou situações externas, interpretando-os como difíceis desafiadores ou inatingíveis ao indivíduo. (MONTIELI et.all , 2013, p 241)

Graziela Baron Vanni (2008, p 9) discorreu sobre a contribuição das crenças irracionais como fator ansiogênico. Cita o estudo de Albert Ellis (1982) para quem, "Os problemas não provêm das situações, mas das crenças irracionais interpretadas após as situações. Todos os distúrbios emocionais estão diretamente ligados a ideias irracionais que o ser humano cria, resultando em frustrações, baixa autoestima, ansiedade e stress." A autora prossegue afirmando que no enfoque cognitivo comportamental "É possível superar estados neuróticos, modificando o próprio pensar" (p.9). Quanto a gênese das ideias irracionais aponta que, "As ideias irracionais baseiam-se muitas vezes em percepções equivocadas ou em deveres e obrigações e perfeccionistas".

Para o tratamento Vanni (2008, p 22) refere que,

É importante que a pessoa faça questionamentos internos para avaliar se está reagindo em excesso ou não aos perigos e ameaças. Desenvolver recursos e habilidades abre novos e criativos caminhos de resposta a perigos e ameaças. Também, é de grande importância à análise da situação existencial do paciente já que é nela que se encontra a fonte dos conflitos que são subjacentes às dificuldades. (p.24)

Acerca do medo, João Tadeu Abreu da Silva (2008) elaborou um estudo fenomenológico das origens do medo entrevistando jovens executivos. A importância do material destaca o cotidiano corporativo como o contexto,

O medo ocupa um papel importante na rotina do gerente, que além de preparo técnico, necessita capacitar-se para lidar com o sentimento de medo, para que este não lhe roube sua vitalidade, destrua sua saúde e diminua sua consciência. Esse sentimento, ainda é pouco debatido de forma transparente nas organizações. Caracteriza-se por ser um sentimento desagradável de tensão, nervosismo, ansiedade, estresse e perturbações físicas. Apavora os indivíduos, os paralisa, os impede de realizarem alguma tarefa, traz angústia, criando um estado de insegurança e inferioridade que podem afetar diretamente em seu trabalho e desenvolvimento. (p.12).

Para João Tadeu Abreu da Silva (2008) há nas empresas, alinhada a ordem mundial do capitalismo neoliberal, um constante cenário ativador do medo baseado na competição e na percepção do outro como alguém egoísta,

Os indivíduos modernos, pressionados diariamente a perseguirem seus interesses e satisfações tendem a não esperar compaixão e solidariedade mais desinteressada, já que eles próprios não são aconselhados, treinados e dispostos a oferecer. Numa sociedade assim, a percepção da camaradagem humana como fonte de insegurança existencial e como um território repleto de armadilhas e emboscadas tende a se tornar endêmica. Numa espécie de círculo vicioso, ela exacerba a fragilidade crônica dos vínculos humanos. (p.19)

O autor apresenta três configurações de manifestação do medo,

Instintivo, a forma mais primitiva do sentimento, sendo mais vivido do que pensado, caracterizado pela baixa no metabolismo vital frente a ameaças maléficas. O **racional**, condicionado por experiências prévias; tem bases racionais que podem ser compreendidas até para quem não o sente diretamente. O **imaginário**, considerado a mais torturante das formas, pois as ações nociceptivas, termo médico para a percepção de estímulos agressivos, nunca consistiram de fato numa causa de medo orgânico, sendo injustificado e incompreensível. (Silva, 2008, p.22)

3.2.ANSIEDADE E A EXISTÊNCIA NA PERSPECTIVA GESTÁLTICA

A existência durante o século XX foi teorizada por filósofos, que acreditavam em Deus e por outros sem fé, como base argumentativa para elucidar os sentimentos de angústia e ansiedade. No século XXI, ambos permanecem presentes nos debates fenomenológicos e existencialistas, sobretudo pela ampliação dos mesmos, alavancados com o uso da internet, das Tecnologias de Informação e Comunicação e das redes sociais virtuais.

Reverbera, ainda no dimensionamento da ansiedade a grande contribuição da posse dos smartphones que facilita aos internautas manter a conexão digital, e o uso constante da comunicação nas redes sociais, a qualquer hora, e em qualquer lugar. Integrar redes sociais virtuais é um indicador da busca do reconhecimento, o que se dá pelo desejo de obter likes, curtidas, visualizações, seguidores; o que impele as pessoas a realizarem atos que incluem a produção diária de conteúdos digitais; a supressão das fronteiras da intimidade, entre outros. Como resultado a saúde psíquica é afetada.

Na teoria da Gestalt-terapia (GT) a ansiedade tem três enfoques principais e clássicos elaborados pelos seus fundadores: Frederick Perls e Laura Perls, que afirmam que há relações, respectivamente entre: a) Ansiedade e excitação; b) Ansiedade e Tempo; c) Ansiedade e Perda de apoio. (MONTALVO, 2017). O autor afirma que, embora a GT seja construída como um enfoque integrativo, houve na composição da mesma, a influência do modelo médico nas teorias da ansiedade. No exame da **relação entre Ansiedade e excitação** aponta que esta é a energia básica do organismo humano, a nível fisiológico e psicológico (MONTALVO, 2017 p.47). Na dinâmica da excitação o processo é iniciado com a percepção das emoções indiferenciadas, seguida da ativação emocional que opera no reconhecimento das necessidades e satisfação das mesmas no meio. O bloqueio e a interrupção da excitação ocasionam a ansiedade. (MONTALVO, 2017).

O autor apontou que, na obra *Yo, Hambre Y Agresion*, Perls a ansiedade é desenhada como dificuldades respiratórias, aceleração do pulso e sintomas semelhantes. A excitação e a falta de oxigênio constituem o núcleo do ataque de ansiedade. (MONTALVO, 2017 p 49). E na obra *Gestalt-terapia*, mencionou que a origem dos sintomas orgânicos da ansiedade resulta da interrupção da excitação fisiológica, da interrupção do contato (MONTALVO, 2017 p 50). Sobre a **relação entre Ansiedade e Tempo**, as expectativas catastróficas e a fantasia são agentes que estão na gênese da ansiedade e desempenham sua elevação. Montalvo (2017) assinalou que, a existência se dá na interação entre os níveis público, da realidade; e o privado, em que o pensamento e a imaginação ocorrem, o problema surge quando o indivíduo deixa de manter contato com a realidade e considera as fantasias como se fossem reais, assim, emerge a ansiedade, a fobia, e a inaceitação do que é desagradável, e começa a evitar (MONTALVO, 2017 p 52). Em síntese, a ansiedade se configura como uma brecha que há entre o agora e o depois. As pessoas tem expectativas catastróficas, coisas terríveis podem ocorrer; ou expectativas anatórficas, coisas estupendas podem suceder (MONTALVO, 2017 p 53)

Por fim, acerca da **relação entre Ansiedade e Falta de Apoio** Laura Perls (1994) define apoio como, "Tudo o que facilita a integração e assimilação contínua de uma pessoa, relação e sociedade. Compreende a fisiologia primaria com a respiração e a digestão, a postura, a coordenação, a sensibilidade, o movimento, a linguagem, os hábitos. Tudo que ao longo da vida foi assimilado e integrado".

Neste contexto, a ansiedade é ocasionada pela ausência de apoio na experiência de contato (MONTALVO, 2017, p 53). O articulista aponta significados psicológicos da ansiedade: tristeza, perda, solidão, ira e vergonha; assinala, também, os rumos teóricos atuais da reflexão sobre ansiedade citando duas proposições: a teoria relacional, em que se destaca Kepner (2010) e a perspectiva da psicopatologia com Spagnuolo Lobo (2005); France Setti (2007); e Ceballos (2014).

Considero que as formas da ansiedade podem ser enfrentadas e controladas quando os suportes externos e os internos configuram a base de nossos projetos existenciais e da liberdade para escolher criar em meio ao caos, a liberdade é inserção no processo histórico como energia criadora e como possibilidade mais radical de revelação permanente do sentido da presença do homem no mundo como fluxo as significações que ele possa assumir. Ser livre é ser causa dos próprios atos. Toda liberdade encerra um ato de recusa. É a possibilidade que eu tenho de me desviar do caminho, de violar o que me é imposto, de suspender o juízo, de mostrar-me na ação como arma criadora e não como temor do instante. (GUIMARÃES, 1984, p 11). Com este fundamento desenho na pesquisa o plano de tratamento da ansiedade em base gestáltica.

4. OBJETIVOS

Geral:

- Ofertar atividades clínicas em grupo para adultos de 25 a 59 anos, que inclui manejo gestáltico breve e terapia ocupacional para fortalecimento do autossuporte e criatividade, no enfrentamento do medo e dos pensamentos negativos no transtorno do pânico;

Específicos:

- Realizar experimentos clínicos gestálticos para desvelar as formas e significados do medo;
- Elaborar dinâmicas de grupo para reflexão dos jogos estéticos e meritocráticos da sociedade neoliberal;
- Realizar exercícios respiratórios para relaxamento físico e mental com ampliação da consciência pessoal do que mantém os sintomas do medo e pensamentos irracionais.

5. FUNDAMENTAÇÃO METODOLÓGICA

As considerações sobre cuidados éticos são fundamentais. O Projeto tramitará na plataforma Brasil/CONEP. Acerca da pesquisa bibliográfica realizaremos revisão da literatura período de 2015-2020, um procedimento fundamental para a qualificação das discussões e problematizações a respeito do tema. Na revisão de literatura realizaremos buscas em periódicos disponíveis online nas bases de dados do Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PEPSIC) e o Scientific Electronic Library Online (SCIELO) ambos acessados, a partir da Biblioteca Virtual de Saúde - Psicologia (BVS-PSI) no Portal de Periódicos CAPES. Também

utilizaremos a Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD), acessando o Sistema de Publicação Eletrônica de Teses e Dissertações (TEDE); o Repositório Digital da Pontifícia Universidade Católica - PUC; o Repositório digital da Universidade de Brasília - UNB; e ao LUME - Repositório Digital da Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS.

➤ **FORMAÇÃO DE GRUPOS TERAPÊUTICOS:** alocação intencional de seis participantes no grupo, de acordo com os critérios de: presença de ansiedade; pensamentos negativos e medo irracional. A dinâmica de funcionamento dos grupos inclui: 04 sessões com encontros semanais de três horas de duração; composição do diário das vivências com registro em casa das intercorrências ligadas aos sintomas e dos suportes que possui para enfrenta-las.

6. METAS:

Em relação à produção científica da equipe

▮ Produzir 02 artigos Qualis em co-autoria para publicação;

Em relação à formação de recursos humanos:

▮ Envolver um projeto de dissertação de mestrado;

▮ Envolver docentes pesquisadores, alunos de mestrado e de iniciação científica das áreas do projeto em atividades conjuntas de pesquisa.

7. PRINCIPAIS CONTRIBUIÇÕES CIENTÍFICAS OU TECNOLÓGICAS DA PROPOSTA

1) Publicar artigos com os resultados da pesquisa em periódicos acadêmicos, divulgar os resultados em eventos de referência no tema em pauta.

2) Orientar estudantes de graduação e pós-graduação que realizem pesquisas no interior do quadro desse projeto.

3) Trazer para o campo dos estudos em psicologia e das práticas de atendimento em saúde e clínico do psicólogo as preocupações frente os estereótipos em saúde mental que levam os sujeitos a esconder seu adoecimento e sofrimento psíquico.

8. DISPONIBILIDADE EFETIVA DE INFRA-ESTRUTURA E DE APOIO TÉCNICO PARA O DESENVOLVIMENTO DO PROJETO

A realização do projeto contara com as instalações do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, com destaque para o PPGP e a Faculdade de Psicologia. Os espaços evidenciados são: Sala da pesquisadora, local em que as reuniões de estudo e supervisão ocorrerão; Clínica-escola da UFPA; Laboratório de informática para pesquisas bibliográficas; bibliotecas; ponto de internet e wifi.

9. ORÇAMENTO: Cinco mil e quinhentos reais financiados pela pesquisadora

10. CRONOGRAMA ó período total da pesquisa: 2023 a 2024

Período 2023 a 2024	Jan	fev	Março	abril	maio a dez 2023	2022	Jan/jul 2024	ago/dez 2024
Atividade	2023	2023	2023	2023			2024	2024
Elaboração do projeto e submissão comitê de ética								
Estudo da literatura								
Seleção de colaboradores								
Avaliação clínica								
Sistematização da avaliação								
Formação de grupos clínicos								
Intervenção clínica								
Análise dos dados								
Redação do texto final								
Submissão em revistas científicas								

11. Bibliografia

Monteiro Campos, L. A., Amorim, G. M. ., Lopes, J. de S. M., & da Silva, J. C. T. (2021). ANSIEDADE SOCIAL: O QUE A BOCA NÃO FALA O CORPO SENTE. *RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar - ISSN 2675-6218*, 2(3), 1836197.

PINHEIRO, JD. Transtorno de Pânico e Ansiedade: Condições Multifatoriais. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 11, n. 7, pág. e49011730122, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i7.30122. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/30122>.

Intervenção clínica para tratamento interdisciplinar da ansiedade em adultos: sintomas do medo e pensamentos intrusivos.
Prof.ª Dr.ª Adelma Pimentel – Titular na UFPA – adelmapi@ufpa.br /

José Maria Montiel, Daniel Bartholomeu, Claudio Garcia Capitão y Gleiber Couto Santos. Pensamentos negativos automáticos em pacientes com transtorno do pânico. LIBERABIT: Lima (Perú) 20(2): 239-249, 2014

Graziela Baron Vanni. A contribuição das crenças irracionais como fator ansiogênico..Instituto de Psicologia e Controle do Stress Marilda Emmanuel Novaes Lipp. Centro Psicológico do Controle do Stress. Campina. 2008

João Tadeu Abreu da Silva. Medo e suas origens: um estudo fenomenológico com jovens executivos. Dissertação apresentada à escola brasileira de administração pública e de empresas. Rio de Janeiro ó 2018

VÍDEOS - Canal Saúde da Mente ó Dr Marco Abud Psiquiatra ó SP

Como tratar a ansiedade - <https://www.youtube.com/watch?v=kxN6Va4etLw>

Sintomas da crise de ansiedade - <https://www.youtube.com/watch?v=Pmh9No4MdtS>

Tratar a ansiedade sem remédios - https://www.youtube.com/watch?v=87HDYtde_CU

ANEXOS



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido ó TCLE

Convidamos o(a) Senhor(a) a participar da pesquisa intervenção **clínica para tratamento interdisciplinar do transtorno do pânico em adultos: sintomas do medo e pensamentos intrusivos negativos**. Sua participação no estudo será em grupo com seis adultos de 25 a 59 anos, formados por faixa: de 25 a 35; de 36 a 46; de 47 a 59 anos. A pesquisa é realizada sob minha responsabilidade, professora Dr.^a Adelma Pimentel, titular de Psicologia na Universidade Federal do Pará. Nosso objetivo é oferecer atividades clínicas para o tratamento do medo e dos pensamentos irracionais presentes na síndrome do pânico. Asseguramos ao(a) senhor(a) que seu nome e prontuário serão mantidos no mais rigoroso sigilo. A sua participação será voluntária e se dará como colaborador(a).

Se faz necessário esclarecer que o risco desta pesquisa se relaciona a exposição de emoções, podendo gerar desconforto emocional e sentimentos desagradáveis. Por este motivo, informo que a pesquisadora poderá receber demandas pelo e-mail: grupoterapeutico.nufen@gmail.com, nas quais serão acolhidas, e se necessário serão encaminhadas para serviços de apoio psicológico on-line. Além disso, é importante destacar que esta pesquisa apresenta benefícios relevantes, como contribuir para fortalecer a saúde emocional e assim contribuir para desenvolver estratégias terapêuticas, parcerias interinstitucionais e políticas em saúde mental.

Os resultados serão divulgados por meio de relatório de pesquisa, com dados do perfil e encaminhamentos em estratégias em saúde mental, por e-mail aos participantes, como também material acadêmico pela Universidade Federal do Pará, podendo ser publicados posteriormente.

Os dados serão utilizados somente para esta pesquisa e ficarão sob a guarda da pesquisadora por um período de cinco anos, após isso serão destruídos. Se o(a) Senhor(a) tiver qualquer dúvida em relação à pesquisa, entre em contato com a pesquisadora responsável Adelma Pimentel, por um desses endereços: Campus Universitário do Guamá ó Travessa Augusto Correa, SNº - Instituto de Filosofia e Ciências Humanas/Faculdade de Psicologia, Belém ó PA. CEP:66.075-110; E-mail: pimenteladelma@gmail.com; fone: (91) 99143-9263.

Este projeto segue as Resoluções CNS n. 466 de 2012 e n. 510 de 2016 do CONEP, foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFPA/ Centro de Ciências da Saúde. O projeto, além disso foi registrado no Programa de Pós-graduação em Psicologia da UFPA (PPGP), na qual a professora Adelma Pimentel trabalha. Foi aprovado sob o número XXXXXX. O PPGP está localizado no Prédio do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas da UFPA, Campus do Guamá na Augusto Correa s/nº. Caso necessite, o senhor(a) pode contatar pelo e-mail: secppgp@ufpa.br ou pelo telefone: (91) 3201-7525.

Intervenção clínica para tratamento interdisciplinar da ansiedade em adultos: sintomas do medo e pensamentos intrusivos.
Prof.^a Dr.^a Adelma Pimentel – Titular na UFPA – adelmapi@ufpa.br /

Em virtude da coleta de dados se dar de forma ON-LINE SOLICITO AO SENHOR(A) O ARQUIVO DESTE TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO, que se encontra assinado eletronicamente pela pesquisadora, e que deverá estar assinalado seu consentimento a seguir, de forma voluntária.

Você confirma voluntariamente sua participação na pesquisa, marcando:

- Sim, confirmo minha participação na pesquisa
- Não, não confirmo minha participação na pesquisa