



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
DECANATO DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

MONICA DA SILVA MEZAVILA

CONEXÕES ENTRE ANSIEDADE EM ADOLESCENTES E NOVO ENSINO MÉDIO

Seropédica/RJ

2024



UFRRJ

**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

MONICA DA SILVA MEZAVILA

CONEXÕES ENTRE ANSIEDADE EM ADOLESCENTES E NOVO ENSINO MÉDIO

Dissertação de Mestrado apresentada ao
Programa de Pós-graduação em Psicologia
da Universidade Federal Rural do Rio de
Janeiro, como parte dos requisitos
necessários à obtenção do grau de Mestre.

Orientador: Prof. Dr. Wanderson Fernandes de Souza
Coorientadora: Prof.º Dr. Ana Cláudia de Azevedo Peixoto

Seropédica/RJ

2024



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Biblioteca Central / Seção de Processamento Técnico

Ficha catalográfica elaborada
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

M617c Mezavila, Monica, 1985-
Conexões entre ansiedade em adolescentes e Novo
Ensino Médio / Monica Mezavila. - Nova Friburgo, 2024.
65 f.

Orientadora: Wanderson Souza.
Coorientadora: Ana Cláudia Peixoto.
Tese(Doutorado). -- Universidade Federal Rural do
Rio de Janeiro, Pós-graduação em Psicologia da
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, 2024.

1. Ansiedade. 2. Adolescência. 3. Novo Ensino
Médio. 4. Terapia Cognitivo Comportamental . I.
Souza, Wanderson , 1980-, orient. II. Peixoto, Ana
Cláudia , 1973-, coorient. III Universidade Federal
Rural do Rio de Janeiro. Pós-graduação em Psicologia da
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro. IV.
Título.

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

This study was financed in part by the Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Finance Code 001.



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

Monica da Silva Mezavila

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, como parte dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Psicologia.

Prof. Dr. Wanderson Fernandes de Souza
(Orientador)
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Felipe da Silva Ferreira
(Examinador Externo à Instituição)
Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca - Cefet/RJ

Profa. Dra. Débora Cristina Fava Melo
(Examinadora Externa à Instituição)

Seropédica, RJ
2024



HOMOLOGAÇÃO DE DISSERTAÇÃO DE MESTRADO Nº 105/2024 - DeptPO (12.28.01.00.00.00.23)

(Nº do Protocolo: NÃO PROTOCOLADO)

(Assinado digitalmente em 23/12/2024 11:29)

WANDERSON FERNANDES DE SOUZA

PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR

DeptPO (12.28.01.00.00.00.23)

Matricula: ###689#4

(Assinado digitalmente em 23/12/2024 20:43)

DEBORA CRISTINA FAVA MELO

ASSINANTE EXTERNO

CPF: ###.###.620-##

(Assinado digitalmente em 07/01/2025 23:15)

FELIPE DA SILVA FERREIRA

ASSINANTE EXTERNO

CPF: ###.###.557-##

Visualize o documento original em <https://sipac.ufrrj.br/documentos/> informando seu número: **105**, ano: **2024**, tipo: **HOMOLOGAÇÃO DE DISSERTAÇÃO DE MESTRADO**, data de emissão: **23/12/2024** e o código de verificação: **64a8c5d50f**

Dedicatória

Dedico esse trabalho a todos os adolescentes com que tive contato em minha caminhada profissional, por terem despertado em mim o interesse por essa etapa do desenvolvimento.

Agradecimentos

A meus pais, Paulo e Marcia, pelo amor, compreensão e incentivo de sempre.

A Andrea Goldani por acreditar no meu potencial, me encorajar a crescer profissionalmente e iniciar o Mestrado.

A Paulinha, minha melhor amiga, que acompanhou todas as etapas do Mestrado e sempre esteve disponível para me ouvir e encorajar.

Aos meus amigos, pela torcida, mas principalmente à Tainara, Lucas, Júlia, Marllon, Mirela e Felipe, que ouviram os lamentos, me estimularam a não desistir e se disponibilizaram a pensar juntos em soluções diante dos problemas.

Aos colegas da turma 2021.2, principalmente ao Odilo, pela parceria diante das dificuldades.

Aos alunos do curso de Psicologia da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro pela participação ativa durante os encontros do estágio de docência e por tornarem esse momento muito gratificante. Novamente, agradeço a Tainara pela disponibilidade em participar dos role-plays.

A Profa. Dra. Vanessa Barbosa Romera Leme, Profa. Dra. Débora Cristina Fava Melo e Prof. Dr. Felipe da Silva Ferreira por serem inspirações e por todas as orientações expressadas com tanto cuidado e carinho.

Ao meu orientador, Prof. Dr. Wanderson Fernandes de Souza e a coorientadora, Prof.º Dr. Ana Cláudia de Azevedo Peixoto pelas diretrizes dadas que contribuíram para a conclusão desse trabalho.

Resumo

Mezavila, M. S. **Conexões entre ansiedade em adolescentes e Novo Ensino Médio.** (Projeto de Pesquisa). Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro – UFRRJ, Seropédica, RJ, Brasil.

O novo currículo do Ensino Médio é composto por uma parte comum (Formação Geral Básica) e uma parte flexível (Itinerários formativos). Espera-se que o aluno consiga aprofundar em uma ou mais áreas do conhecimento e/ou na formação técnica e profissional, conforme seu interesse, e a capacidade de oferta da rede/escola. Entretanto, tantas mudanças na grade curricular podem contribuir para o aumento da ansiedade entre os estudantes. O presente trabalho tem como objetivo fazer uma revisão da literatura sobre as publicações referentes a implementação do Novo Ensino Médio em várias regiões do país e discorrer como a Terapia Cognitivo Comportamental pode ser útil no tratamento de ansiedade entre os adolescentes. Na revisão da literatura serão analisados os artigos encontrados com palavras-chaves, critérios de inclusão e exclusão pré-definidos. Esta dissertação está organizada em forma de dois artigos que visam a responder os objetivos da pesquisa. Os resultados apontam para os desafios na implementação do Novo Ensino Médio, como: interpretação equivocada das diretrizes curriculares, a baixa adesão dos alunos aos itinerários formativos e a precarização da educação pública. Paralelamente, pesquisas sobre a eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no tratamento da ansiedade na adolescência apontam sua efetividade, mas ressaltam a necessidade de estudos mais específicos para adaptar as intervenções às particularidades dessa faixa etária e superar limitações metodológicas.

Palavras-chave: Ansiedade; Adolescência; Novo Ensino Médio, Terapia Cognitivo – Comportamental.

Abstract

Mezavila, M. S. **Connections between anxiety in adolescents and the New High School Education.** Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro – UFRRJ, Seropédica, RJ, Brasil.

The new high school curriculum comprises a common part (Basic General Education) and a flexible part (Formative Itineraries). It is expected that students will be able to delve into one or more areas of knowledge and/or technical and professional training, according to their interest and the capacity of the network/school to offer. However, so many changes in the curriculum may contribute to increased anxiety among students. This study aims to conduct a literature review on publications regarding the implementation of the New High School in various regions of the country and discuss how Cognitive Behavioral Therapy can be useful in treating anxiety among adolescents. In the literature review, articles found with systematically chosen pre-defined keywords and inclusion and exclusion criteria will be analyzed. This dissertation is organized in the form of two articles that aim to answer the research objectives. The results point to challenges in the implementation of the New High School, such as misinterpretation of curricular guidelines, low student adherence to formative itineraries, and the precariousness of public education. Concurrently, research on the effectiveness of cognitive-behavioral therapy (CBT) in treating anxiety in adolescence indicates its effectiveness but emphasizes the need for more specific studies to adapt interventions to the particularities of this age group and overcome methodological limitations.

Keywords: Anxiety; Adolescence; New High School; Cognitive Behavioral Therapy.

LISTA DE ABREVIATURAS – SIGLAS

APA: Associação Americana de Psiquiatria

BNCC: Base Nacional Comum Curricular.

COVID: Corona Virus Disease.

DSM 5 - TR: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5ª edição – Texto Revisado - Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

ECA: Estatuto da Criança e do Adolescente

ENEM: Exame Nacional do Ensino Médio

IDEB: Índice de Desenvolvimento da Educação Básica.

INEP: Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira.

IMC: Índice de massa corporal

LDB: Lei de Diretrizes e Bases.

MEC: Ministério da Educação e Cultura.

NEM: Novo Ensino Médio

OMS: Organização Mundial de Saúde.

PNE: Plano Nacional de Educação.

PBE: Psicologia baseada em evidências.

TCC: Terapia Cognitivo-Comportamental.

SUMÁRIO

1. Introdução	6
2. Fundamentação teórica	9
2.1. Adolescência	9
Adolescentes do século XX	9
Adolescentes do século XXI	9
Mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais na adolescência	10
2.2. Ansiedade na adolescência	11
Definição de ansiedade	12
Definição de ansiedade-traço e ansiedade-estado	13
2.3. Terapia Cognitivo Comportamental	13
Modelo Cognitivo	13
Intervenções farmacológicas	14
Técnicas da Terapia Cognitivo Comportamental	14
2.4. Ensino Médio no Brasil	15
Histórico do Ensino Médio no Brasil	15
Leis sobre implementação do Ensino Médio	16
Novo Ensino Médio	16
3. Justificativa	17
4. Objetivos da pesquisa	18
4.1. Objetivo geral	18
4.2. Objetivos específicos	18
5.Método	18
5.1. Desenho do Estudo	18
6.Artigo	19
6.1. Artigo 1: Implementação do Novo Ensino Médio: uma Revisão de Literatura	19
Introdução	20
Método	21
Resultados	22
Discussão	26
Conclusão	29
Referências	30
Anexo 1	31
6.2. Artigo 2: A Terapia Cognitivo-Comportamental como tratamento para ansiedade em adolescentes	32
Introdução	33
Método	35
Resultados	36
Discussão	47
Conclusão	48
Referências	53
Anexo 2	51
7. Considerações finais	55
8. Referências bibliográficas	57

1. Introdução:

O Ensino Médio representa uma fase cheia de compromissos, responsabilidades e mudanças: o número de matérias e a carga horária aumentam, o relacionamento com os professores se modifica e é comum alguns adolescentes trocarem de escola, deixando de conviver com colegas que conheciam há muitos anos.

Além de todas essas mudanças, é essencial pensar no contexto em que os alunos estão envolvidos. Nesse sentido, destaca-se as discussões que envolvem o Ensino Médio no Brasil e o impacto causado pela pandemia na aprendizagem e na saúde mental dos adolescentes.

A escola possui um papel central na vida da maioria dos adolescentes e através dela surgem oportunidades para obter informações e aprender novas habilidades. É no ambiente escolar que o adolescente encontrará o espaço adequado para vivenciar sua relação com os pares, com figuras de autoridade e com os estudos. Observa-se que a relação com o estudo, principalmente no Ensino Médio, está voltada para aprovação no vestibular e ENEM (GOLDANI, MEZAVILA, 2020, P. 45). No Ensino Médio, a escolha de uma profissão também começa a fazer parte do cotidiano dos jovens.

No Brasil, a obrigatoriedade do atendimento escolar à população de 15 a 17 anos foi estabelecida pela Emenda Constitucional n. 59, em 2009, com previsão de ser implementada progressivamente até 2016 (BRASIL, 2023c), e consta da meta 3 do Plano Nacional de Educação (PNE) (BRASIL, 2014). Além da matrícula, é preciso também garantir a permanência e conclusão do Ensino Médio com a qualidade adequada, de maneira que os estudantes se beneficiem por completo da formação aí recebida.

Diante desse cenário, a Lei 13.415/2017 determina que haja um novo currículo do Ensino Médio e que ele seja composto por uma parte comum (Formação Geral Básica) e uma parte flexível (Itinerários formativos) (BRASIL, 2017). Ferretti (2018) pontua que objetivo dessa mudança era que o aluno pudesse aprofundar em uma ou mais áreas do conhecimento e/ou na formação técnica e profissional, conforme o interesse dos alunos e capacidade de oferta da rede/escola e ampliação de conhecimentos em áreas de interesse dos alunos, além de não ter sido isso que aconteceu na prática, o Novo Ensino Médio (NEM) foi alvo de críticas por parte dos especialistas e estudiosos da área. Ao longo desse trabalho essas questões serão aprofundadas.

Outro ponto importante que precisa ser considerado é a pandemia. A COVID-19, novo coronavírus (SARS-CoV-2) é uma doença infectocontagiosa causada pelo coronavírus da síndrome respiratória aguda grave 2. Segundo a OMS (Organização Mundial de Saúde), em 31

de dezembro de 2019, em Wuhan, na China, foram descritos os primeiros casos de pneumonia causada por um agente desconhecido. Desde então, os casos começaram a se propagar rapidamente pelo mundo. No Brasil, o registro do primeiro caso ocorreu em 26 de fevereiro de 2020 no Estado de São Paulo (BRITO, BRAGA, CUNHA, PALACIO e TAKENAMI, 2020, p. 55). Em 16 de março de 2020, as atividades presenciais das escolas foram suspensas por conta da quarentena imposta pela pandemia de COVID-19. No dia seguinte foi publicada pelo Ministério da Educação a Portaria Nº 343 que dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas remotas enquanto durasse a epidemia (BRASIL, 2020).

Entre março de 2020 a junho de 2021, as escolas brasileiras se mantiveram fechadas, o que trouxe uma série de modificações na rotina de crianças e adolescentes, principalmente para as populações vulneráveis (ZUCCOLLO ET AL, 2021, P. 1083). Os adolescentes ficaram restritos ao ambiente familiar, longe dos pares e das atividades sociais, foram forçados a se adaptar ao ambiente virtual e às exigências dessa modalidade. “Além de aspectos objetivos, acesso a computador e internet, local adequado para o estudo e sobrecarga doméstica, destacam-se as questões subjetivas, como motivação e interesse pelas atividades, que podem dificultar o aprendizado ou favorecer o adoecimento mental” (MILIAUSKAS E FAUS, 2020, P 4).

Alguns estudos sugerem que a pandemia contribuiu para o aumento dos níveis de psicopatologia, enquanto outros não documentam mudanças significativas. As pesquisas ainda são limitadas no Brasil (ZUCCOLLO ET AL, 2021, P. 1084). No estudo feito por Barros et al. (2021) foram entrevistados 9.470 adolescentes brasileiros de 12 a 17 anos, no período de 27 de junho a 17 de setembro de 2020, para avaliar fatores associados à tristeza e ansiedade. Através de um questionário virtual, os pesquisadores analisaram mudanças nas atividades rotineiras, no relacionamento com os familiares e amigos, nas atividades escolares, cuidados com a saúde e no humor dos jovens. Maiores prevalências de tristeza e ansiedade foram associadas a: falta de concentração nas aulas, falta de interação com os professores, não ter um local adequado para assistir às aulas, a percepção de que aprenderam pouco ou quase nada com a educação a distância, falta dos amigos e de relacionamentos amorosos, conflitos familiares e dificuldades financeiras. Além da preocupação com a própria contaminação e dos familiares e amigos.

Como citado anteriormente, tanto a implementação do Novo Ensino Médio, quanto a pandemia são fatores que podem contribuir para a desmotivação dos alunos no ambiente escolar. A implementação do Novo Ensino Médio pode gerar um sentimento de incerteza e desinteresse nos alunos que, muitas vezes, não veem uma conexão clara entre os novos conteúdos e suas aspirações futuras.

Além disso, a pandemia da COVID-19 trouxe uma série de complicações adicionais para o sistema educacional. A transição para o ensino remoto revelou desigualdades significativas no acesso à tecnologia e à internet, prejudicando especialmente os alunos de comunidades mais vulneráveis. A falta de interação presencial também afetou a saúde mental dos estudantes, contribuindo para sentimentos de isolamento e desmotivação.

A combinação dessas duas mudanças significativas pode criar um cenário onde os alunos se sentem desamparados e desmotivados, afetando seu desempenho escolar e seu interesse pelo aprendizado. Com isso, é essencial que haja estudos que investiguem estratégias de engajamento, apoio emocional e adaptação curricular que considerem as necessidades e os contextos dos alunos, garantindo que todos tenham a oportunidade de se beneficiar das mudanças propostas pelo Novo Ensino Médio.

Unindo esse cenário e a relevância do assunto e escolha do tema, encontra-se o objeto dessa pesquisa. A relevância e a escolha do tema estão associadas a participação da autora em uma pesquisa de extensão, desenvolvida em 2017, nas escolas da cidade de Nova Friburgo, RJ com a pretensão de validar um protocolo de manejo da ansiedade que habilitasse os adolescentes a funcionarem de forma mais adaptativa diante das situações ansiogênicas. Durante a pesquisa em questão foram avaliados alunos da última série do Ensino Médio e a partir daí surgiu o questionamento sobre a transição para esse segmento, como os adolescentes lidam com o término do Ensino Fundamental e o ingresso no Ensino Médio.

Entretanto, devido à impossibilidade criada pelo Comitê de Ética para a pesquisa nas escolas e o difícil acesso a escolas do 9º ano do Ensino Fundamental, a pesquisadora precisou alterar o tema da pesquisa. O Comitê de Ética estava exigindo que os responsáveis pelas escolas assinassem os termos de anuência para que os dados fossem coletados, porém a Secretaria de Educação Estadual apontou a necessidade do parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa da Instituição de Ensino Superior para liberar o acesso as escolas. É válido ressaltar que a pesquisadora entrou em contato inúmeras vezes com a coordenadora pedagógica da Secretaria de Educação Estadual, porém não obteve nenhuma resposta positiva. Em relação as escolas particulares, devido à demora da resposta do Comitê, a coordenadora foi substituída, o que impediu a negociação para a coleta de dados. A pesquisadora tentou contato com outra escola, porém não obteve resposta e nem interesse da escola para a realização da pesquisa. E sem o parecer favorável não foi possível também pedir autorização para a Secretaria de Educação Municipal.

Devido aos acontecimentos citados anteriormente, a pesquisadora alterou o objeto do estudo para a implementação do Novo Ensino Médio e uma discussão sobre como a Terapia Cognitivo Comportamental pode ser útil no tratamento de ansiedade entre os adolescentes.

2. Fundamentação teórica:

2.1. Adolescências

A palavra adolescência – que deriva do latim *adolescere* (crescer) – foi utilizada a primeira vez em 1430, na língua inglesa (adolescence), e referia-se às idades de 14 a 21 anos para homens e 12 a 21 anos para mulheres (PICIRILLI, 2019, p.12). Na Antiguidade, o que caracterizava a adolescência era o comportamento impulsivo e sexual. No Império Romano não havia uma idade cronológica na qual o jovem se tornava responsável legal por seus atos. No caso dos meninos, os pais faziam essa declaração e as meninas aos 12 anos já estavam aptas a casar. Na Idade Média, a adolescência se concentrava na terceira fase da vida, dos 14 aos 21 anos, e o foco era a procriação. À medida que o corpo se desenvolvia e se preparava para a sexualidade, o adolescente assumiu novos papéis sociais.

No Brasil, segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) (BRASIL, 1990) a adolescência vai dos 12 aos 18 anos incompletos. Já para a OMS existe uma divisão diferente: adolescência inicial (10 aos 14 anos), adolescência (15 aos 19 anos incompletos) e juventude (19 aos 24 anos). A correspondência entre a idade cronológica e o desenvolvimento humano é construída historicamente, através dos critérios sociais.

Nas sociedades modernas, segundo Papalia e Martorell (2022), a passagem da infância para a vida adulta é marcada por vários eventos que se denominam adolescência. A adolescência foi definida como um estágio da vida, a partir do século XX nas sociedades ocidentais. O contexto socioeconômico, exigências sociais, urbanização, expectativas de vida, exigência de formação acadêmica e profissional, figuras de identificação, dentre outros, são algumas questões a serem consideradas para definir o que é adolescência. Atualmente é um fenômeno global.

O adolescente do século XXI vive em um mundo em transição. As referências de trabalho, formação, família, gênero, modelo de vida adulta são mais flexíveis e não seguem mais a organização tradicional da sociedade. Por um lado, essa situação pode promover angústia

pela falta de referências, mas por outro lado, possibilita um espaço maior de abertura e criação de conceitos subjetivos e identitários (RIBEIRO, et al, 2015, p.15). É válido ressaltar que o adolescente do século XXI vivenciou uma pandemia e segundo Oliveira et al (2020) as escolas fechadas, a suspensão da rotina e o distanciamento social dos pares pode ter gerado no jovem incertezas e ansiedade, afetando assim a qualidade de vida.

Aliados a esses fatores, a adolescência envolve mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais. A puberdade marca o início das mudanças físicas. Ela é desencadeada por mudanças hormonais. A instabilidade de humor e a intensa emotividade características do início da adolescência são atribuídas ao desenvolvimento hormonal (PAPALIA E MARTORELL, 2022, p. 585). Rangé (2017) acrescenta que nessa fase os adolescentes enfrentam mudanças em relação ao novo corpo em formação e surgem questões relacionadas à imagem corporal, autoestima, sexualidade e identidade.

Siegel (2016) acrescenta relatando que a adolescência é uma fase de expansão de limites e que pode ser desafiadora. E nesse período, não são apenas os hormônios que promovem mudanças comportamentais nos adolescentes, mas também as alterações cerebrais. Entender como o cérebro muda ajuda a compreender melhor o processo de tomada de decisão e a forma como os adolescentes emitem os julgamentos. Durante a adolescência, o cérebro “reduz o número de células básicas, os neurônios, e suas conexões, as sinapses. Essa diminuição de neurônios e sinapses é denominada ‘poda neural’ e parece ser geneticamente controlada, moldada por experiência e intensificada pelo estresse.” (SIEGEL, 2016, p. 81). É na adolescência também que as conexões que não são usadas vão sendo descartadas. Além disso, a mielinização (produção de mielina pelo cérebro) contribui para que o cérebro fique mais integrado. E com conexões mais precisas e eficazes no cérebro o adolescente é capaz de observar aspectos que não percebiam antes e isso pode fazer com que fiquem ansiosos diante de tantas opções.

O processamento das informações sobre as emoções também está em desenvolvimento nessa etapa da vida e é possível perceber que os sentimentos se sobrepõem a razão, fazendo com que o adolescente tenha reações mais emocionais e instintivas (FREIRE E TAVARES, 2011, p. 185).

Outra característica importante da adolescência é a busca por independência e destaca-se o papel da família, grupo de pares e da escola. Segundo Habigzang e Lawrenz (2017) a família é o primeiro grupo social de que o adolescente faz parte. Goldani e Mezavila (2020)

citam que os pais desempenham o importante papel de oferecer suporte aos filhos, dando conforto, carinho, limite e autonomia. O diálogo é essencial para que o adolescente se sinta seguro em expor suas ideias, sentimentos e questionar suas dúvidas; portanto é fundamental que a família permita que a comunicação seja aberta e saudável. Outra transformação comum na adolescência é o tempo dedicado aos pais, devido a necessidade de desenvolvimento e independência, o jovem tende a passar menos tempo com a família e dedicar-se mais aos grupos de pares (GOLDANI e MEZAVILA, 2020, p. 41).

“O termo ‘pares’ é utilizado para designar conhecidos, vizinhos, amigos ou parceiros amorosos. Uma das funções dos grupos de pares é fornecer informações sobre o mundo fora das famílias” (HABIGZABG e LAWERNZ, 2017, p. 328.) e constitui um lugar de experimentação, desenvolvimento da autonomia e formação de relacionamentos íntimos.

É na escola que o adolescente tem a oportunidade de desenvolver essas relações com os pares e professores, um momento crucial em sua jornada educacional e de desenvolvimento pessoal. Quando os adolescentes terminam o Ensino Fundamental e ingressam no Ensino Médio podem enfrentar alguns desafios. No Brasil, a implementação do Novo Ensino Médio tem sido um desses enfrentamentos vividos pelos jovens, pois está sendo marcado pela falta de orientação adequada sobre as opções de itinerários formativos, o que pode deixar os alunos confusos e sobrecarregados ao tomar decisões importantes sobre seu futuro acadêmico. Por outro lado, a proposta inicial do NEM era oferecer uma abordagem mais personalizada e flexível, permitindo que os estudantes explorassem áreas de interesse específicas e se envolvessem em atividades que os motivem e inspirem, promovendo um maior engajamento com o aprendizado (COSTA, SILVA, 2023, p.7), porém na prática esses objetivos não foram atendidos. Primeiramente, a falta de infraestrutura adequada nas escolas impediu a implementação efetiva das novas disciplinas e atividades propostas. Além disso, muitos professores não receberam a formação necessária para adaptar seus métodos de ensino às novas diretrizes do NEM. Consequentemente, os estudantes não conseguiram aproveitar plenamente as oportunidades prometidas pela nova abordagem, resultando em uma experiência educativa que, muitas vezes, permaneceu distante das expectativas iniciais.

2.2. Ansiedade na adolescência

Van Loon et al (2019) explica que a adolescência é um período de desenvolvimento que inclui a puberdade, a transição para o Ensino Médio, identificação com os pares e busca pela independência. Além disso, a adolescência é um período de risco para o desenvolvimento de problemas da saúde mental, como estresse e ansiedade.

Narmandakh et al (2020) comenta que a maioria dos transtornos de ansiedade tem início na adolescência e no início da idade adulta. Os transtornos de ansiedade na adolescência têm causas multifatoriais, sendo parcialmente genéticos e parcialmente devido a fatores sociais. Os autores apresentam um estudo holandês que acompanhou o desenvolvimento da saúde física e mental desde o início da adolescência até a idade adulta que tinha como objetivo analisar a associação de fatores sociodemográficos, psicopatologia parental, adversidade na infância, temperamento infantil, frequência cardíaca, pressão arterial, cortisol e índice de massa corporal (IMC) com os do início de um transtorno de ansiedade na infância ou na adolescência. O outro objetivo do estudo foi investigar se os preditores diferiram para os transtornos de ansiedade. A conclusão dos estudos feitos por Narmandakh et al (2020) aponta que o sexo feminino foi preditor mais forte de ansiedade, seguido por história parental de depressão e ansiedade, baixa tolerância a frustração e baixo controle. Os fatores biológicos medidos no estudo não foram úteis para a prevenção da ansiedade e estratégias de intervenção. Em relação aos preditores para transtornos de ansiedade específicos a timidez pode ser um fator para transtorno de ansiedade social e baixo controle predisse fobia específica.

Segundo o DSM - 5 – TR (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5ª edição – Texto Revisado - Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 2023) o medo e a ansiedade são emoções que surgem como respostas a uma situação ameaçadora. O medo é a resposta emocional a ameaça percebida e ansiedade é a antecipação da ameaça futura. A preocupação excessiva prejudica a capacidade do adolescente de fazer as coisas de forma eficiente, seja em casa ou na escola. A preocupação toma tempo e energia e os sintomas físicos contribuem para o prejuízo (DSM – 5 – TR, 2023, p. 253).

Souza (2020) cita a teoria da ansiedade traço-estado de Spielberger. Essa teoria pode ser usada para explicar esse momento que os adolescentes vivem, pois diz que a ansiedade é uma condição psicológica do ser humano e apresenta propriedades psíquicas e fisiológicas. “A ansiedade enquanto estado diz respeito a um estado emocional desagradável de tensão. Já a ansiedade enquanto traço refere-se a características individuais relativamente estáveis, com uma tendência a reagir com tensão frente a situações entendidas como ameaçadoras.” (SOUZA, 2020, p. 15).

Ferreira et al (2016) complementa relatando que a ansiedade-estado está ligada a um momento particular da vida do adolescente, como o ingresso no Novo Ensino Médio, causando um estado emocional transitório. Já a ansiedade-traço está relacionada a características individuais, que estabelecem a forma como os indivíduos reagem as adversidades da vida. Em

uma situação de crise, alguns sujeitos podem experimentar mais ansiedade do que outros de acordo com a tendência para encarar as situações.

2.3. Terapia cognitivo comportamental

Beck (2022) cita que em 1960 e 1970, o próprio autor desenvolveu uma forma de psicoterapia chamada “terapia cognitiva” ou “terapia cognitivo comportamental” também chamada de TCC. O modelo cognitivo proposto pela teoria afirma que o pensamento disfuncional influencia o humor e o comportamento dos indivíduos e é influenciado por eles. Quando as pessoas aprendem a identificar formas mais realistas e adaptativas de lidar com os pensamentos, experimentam emoções negativas com menos intensidade e comportamentos menos adaptativos.

As cognições ocorrem em três níveis. Os pensamentos automáticos estão no nível mais superficial. Em outro nível estão as crenças intermediárias e no mais profundo as crenças nucleares sobre si mesmos, sobre as outras pessoas e sobre o mundo. Os pensamentos automáticos são breves e por isso nem sempre as pessoas têm consciência deles. É comum que os indivíduos tenham mais consciência das emoções e comportamentos do que dos pensamentos. Alguns deles podem ser disfuncionais, ou seja, podem distorcer a realidade, quase sempre são negativos e estão associados a uma reação emocional ou fisiológica ou um comportamento desadaptativo (BECK, 2022, p. 208).

Os pensamentos disfuncionais estão associados às distorções cognitivas. As distorções cognitivas são erros de pensamentos e têm um viés negativo. Consideram apenas um lado da situação e ignoram outros desfechos possíveis. Já as crenças intermediárias podem conter uma estratégia de enfrentamento disfuncional e estão ligadas a padrões comportamentais. Elas estão relacionadas a uma regra ou atitude e os pressupostos ligam o comportamento à crença nuclear. E por fim, as crenças nucleares. “Crenças nucleares são nossas ideias mais centrais sobre nós mesmos, sobre os outros e sobre o mundo” (BECK, 2022, p. 280). As crenças nucleares podem ser disfuncionais, rígidas e mantidas pela interpretação distorcida das informações. As crenças podem ser desenvolvidas ao longo da vida e são influenciadas pela predisposição genética, pela interação com as outras pessoas e pelo significado atribuído às experiências.

Além das cognições, as emoções também têm um papel importante na TCC. A terapia cognitivo comportamental visa a ajudar os indivíduos a identificarem, nomearem e lidarem de forma adaptativa com emoções intensas. As emoções negativas intensas podem ser dolorosas e acabam interferindo no funcionamento dos indivíduos. Por isso é importante reconhecer a

função daquela emoção na situação e avaliar como ela pode ser funcional e não um obstáculo (BECK, 2022, p. 224).

Há evidências de que a TCC associada a intervenções farmacológicas pode ser um tratamento eficaz para alguns jovens. No estudo feito por Cuijpers et al (2016), os autores apresentaram pesquisas recentes sobre os efeitos da TCC no tratamento de depressão maior, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de pânico e transtorno de ansiedade social. Segundo eles, 29,5% dos estudos conduzidos em 2010 ou posteriormente foram classificados como de alta qualidade. Com base nos dados, os autores concluíram que a TCC é provavelmente eficaz no tratamento dos transtornos citados e que os efeitos são grandes quando comparados ao grupo que não receberam nenhum tratamento, mas pequenos a moderados quando comparados a grupos de controle com critérios de inclusão mais rígidos.

James et al. (2020) completa que a TCC provavelmente aumenta a remissão pós-tratamento do diagnóstico dos transtornos de ansiedade com crianças e adolescentes. Várias revisões concluíram que, no geral, cerca de 50 % das crianças e jovens se recuperaram de seu transtorno de ansiedade após tratamento com a TCC, mas ainda pouco se sabe sobre como esses resultados podem ser melhorados e o que os outros 50 % dos pacientes precisam. Para tal, é necessária uma melhor compreensão de quais são os mecanismos de intervenção eficazes e como isso pode variar de acordo com as características individuais ou contexto. Mesmo que nem todos os jovens respondam à TCC, essa abordagem ainda é considerada padrão-ouro e um tratamento eficaz para transtornos de ansiedade em jovens e adultos. As habilidades cognitivas ajudam os jovens ansiosos a desenvolver a consciência dos padrões de pensamentos desadaptativos que mantêm a ansiedade e, em alguns casos, os adolescentes conseguem ter pensamentos mais alternativos reais e úteis (PEGG ET AL, 2022, p.3).

Stallard (2010) completa descrevendo que o tratamento dos transtornos de ansiedade envolve a psicoeducação, na sequência o reconhecimento e manejo das emoções, identificação de crenças distorcidas que podem aumentar a ansiedade, questionamento de pensamentos e desenvolvimento de crenças que reduzem a ansiedade, exposição e prática, automonitoramento e reforço e prevenção de recaída. Goldani e Mezavila (2020) explicam que psicoeducar é informar, apresentar o máximo de informações a respeito do transtorno e seus aspectos. Ensinar estratégias para que os adolescentes aprendam a identificar as emoções torna-se essencial no reconhecimento dos sintomas ansiosos e nos fatores desencadeantes. Já a reestruturação cognitiva envolve tomar consciência dos pensamentos que não correspondem à realidade e causam mal-estar físico e mental. Analisar as evidências é outro processo que auxilia na obtenção de pensamentos alternativos, que são menos intensos e influenciados pelas

emoções. A exposição ao estímulo aversivo está relacionada ao enfrentamento guiado das situações ansiogênicas e vai acontecendo à medida que o adolescente adquire habilidades sociais, autoconfiança e segurança para encarar os acontecimentos. As atividades de relaxamento são outra estratégia essencial para ajudar os adolescentes a se sentirem mais seguros no manejo da ansiedade. Reencontrar o ritmo do corpo e da mente através desses processos auxilia no enfrentamento e na reestruturação.

2.4. Ensino Médio no Brasil

Segundo Santos (2010), durante muito tempo no Brasil a educação foi utilizada para manter os privilégios das classes dominantes, manter o *status*. No início do século XIX praticamente não existia educação formal no Brasil. Mas esse cenário mudou com a chegada da família Real em 1808, a partir daí surgiu uma preocupação com a formação das elites. Após a independência do país, os liceus, que tinham como objetivo preparar os alunos para o ingresso no ensino superior, foram criados. Nesse contexto, destaca-se a criação do Colégio Dom Pedro II no Rio de Janeiro, o Ateneu no Rio Grande do Norte e os Liceus da Bahia e da Paraíba. Na primeira metade do século XX, o Ensino Médio acontecia restritamente nos liceus, nas capitais dos estados e eram voltados para a educação masculina e as escolas normais para a educação feminina.

Durante os anos, os objetivos e a duração do Ensino Médio passaram por várias reformas. Em 1961, a nova constituição estabelece a necessidade da criação de uma Lei de Diretrizes e Bases (LDB) da Educação Nacional. Segundo a LDB, o Ensino Médio destina-se a formação do adolescente. De acordo com Ferro e Oliveira (2021), desde a constituição de 1988, a educação passou a ser tratada de uma nova forma, como um direito que deve ser garantido a todos, devendo assim ser pública, gratuita e de qualidade.

Em 1996, foi aprovada a segunda LDB e organizou a educação formal da seguinte forma: ensino básico (inclui a educação infantil, ensino fundamental e médio), ensino profissionalizante e ensino superior. (BRASIL, 1996).

Em 2017, com o objetivo de continuar garantindo a oferta de educação de qualidade aos jovens brasileiros e de aproximar as escolas à realidade dos estudantes de hoje, considerando as novas demandas e complexidades do mundo do trabalho e da vida em sociedade, a lei nº 13.415/2017, estabelece orientações para a implementação de escolas de Ensino Médio em tempo integral, ampliando o tempo mínimo do estudante na escola de 800 horas para 1.000

horas anuais (até 2022) e definindo uma nova organização curricular, mais flexível, que contemple uma Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e a oferta de diferentes possibilidades de escolhas aos estudantes, os itinerários formativos, com foco nas áreas de conhecimento e na formação técnica e profissional. Os currículos do Ensino Médio deverão considerar a formação integral do aluno, de maneira a adotar um trabalho voltado para a construção de seu projeto de vida e para sua formação nos aspectos físicos, cognitivos e socioemocionais (BRASIL, 2022 b).

Ferreti (2018) aponta que além de tornar o currículo mais flexível, o Novo Ensino Médio tenta resolver a questão da baixa qualidade do Ensino Médio oferecido no país e dos índices de abandono e reprovação. Para avaliar as taxas de aprovação, reprovação e abandono, o INEP (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira) se baseia em informações sobre o rendimento dos alunos fornecidas pelas escolas através do Censo Escolar. A partir dessas informações, as taxas de rendimento são geradas e incluem a quantidade de alunos aprovados, reprovados e aqueles que abandonaram a escola ao final de um ano letivo. As taxas de rendimento são importantes porque geram o indicador de rendimento, utilizado no cálculo do IDEB (Índice de Desenvolvimento da Educação Básica). O Ideb funciona como um indicador nacional que possibilita o monitoramento da qualidade da Educação pela população por meio de dados concretos, com o qual a sociedade pode se mobilizar em busca de melhorias. Segundo dados do IDEB, as metas para o Ensino Médio não foram alcançadas nos anos de 2013, 2015, 2017 e 2019 (BRASIL, 2022 c).

Embora o Novo Ensino Médio tenha como objetivo garantir que as necessidades e às expectativas dos jovens sejam atendidas evitando assim o abandono, evasão e reprovação, ele tem sido alvo de críticas. Segundo Ferretti (2018), a medida provisória (MP 746/2016), aconteceu de forma autoritária, pois ao flexibilizar o currículo, o torna reducionista e não respeita as expectativas em relação a formação de qualidade e a pluralidade da população jovem brasileira. Costa e Silva (2019) explicam que as alterações no Novo Ensino Médio foram aprovadas em ritmo acelerado, sem debate e sem acolhimento das críticas feitas por entidades especializadas. Ferreti (2018) afirma que a reforma tem como objetivo predominantemente a reestruturação curricular que é criticada pela comunidade educacional, pois deixa de considerar a diversidade do país, o trabalho dos professores e adequação física das unidades escolares.

Ferretti (2018) aponta outras críticas. Uma delas refere-se a intensa atuação do empresariado nacional no MEC (Ministério da Educação e Cultura) a fim de adequar a educação

brasileira a seus interesses financeiros. Outra problemática apontada pelo autor é que a proposta do Novo Ensino Médio não leva em consideração a infraestrutura das escolas ao indicar que o ensino seja integral, nem as condições para o desenvolvimento do trabalho adequado para atendimentos dos alunos. Um levantamento de 2018, indicou que inicialmente apenas 500 escolas implementaram o ensino integral em relação às 20.083 existentes, esse número representa 2,5% delas. Em 2021, o Ensino Médio foi ofertado por um total de 29.167 escolas.

No total, houve um crescimento de 2,1% no número de escolas de ensino médio no período de 2017 a 2021 (BRASIL, 2021). Essa medida pode aumentar as desigualdades. Outro ponto levantado por Ferretti (2018) é o fato de que a implementação do Novo Ensino Médio ignora que o afastamento da escola e falta de interesse de muitos jovens no Ensino Médio pode ser explicado pela necessidade de contribuir para a renda familiar. Outras causas do abandono escolar, além do currículo, podem estar relacionadas com a violência, gravidez na adolescência e ausência de diálogo entre os alunos e professores. E por fim, o trabalho docente pode ser prejudicado pela flexibilização do currículo. A exclusão de disciplinas como Sociologia, Filosofia, Educação Física e Artes pode restringir o mercado de trabalho para professores que atuam nessas disciplinas. Além dessa questão, a possibilidade da contratação de profissionais com “notório saber” pode reduzir as oportunidades de trabalho para professores concursados e licenciados.

Diante de todas as críticas recebidas, o MEC decidiu suspender o cronograma de implementação do Novo Ensino Médio. A portaria foi assinada pelo Ministro da Educação, Camilo Santana, no dia 04 de abril de 2023. Essa decisão suspende os prazos relacionados a implementação nos estabelecimentos de ensino que ofertam o ensino médio nos novos currículos e a atualização do Novo Enem (BRASIL, 2023e).

As mudanças propostas pelo Novo Ensino Médio, que já foram implementadas em algumas escolas do Brasil, têm trazido preocupação para os alunos que já estão nesse segmento (MOREIRA e TENENTE, 2023) e é importante analisar como os adolescentes se sentem e quais são suas perspectivas diante de um cenário com tantas mudanças e incertezas e quais são as expectativas que eles têm em relação ao futuro.

3. Justificativa:

Narciso e Neto (2023) relatam que a adolescência é uma etapa de transição, estabelecida por mudanças físicas, cognitivas e psicossociais, assim, “puberdade, alterações dos níveis hormonais e instabilidade emocional estão interligados” (NARCISO E NETO, 2023, p. 55). Os

autores apontam que além disso, os fatores relacionados à escola também influenciam no desenvolvimento da ansiedade nos adolescentes.

Os alunos brasileiros vivem um momento de incerteza devido a dúvida sobre a implementação do Novo Ensino Médio (MOREIRA e TENENTE, 2023). Com isso, é necessário avaliar como as escolas, professores e os próprios alunos tem lidado com esse momento, como a psicologia poderia auxiliar na avaliação dos aspectos emocionais e cognitivos e na intervenção com os adolescentes.

4. Objetivos da pesquisa:

4.1. Objetivo geral:

A pesquisa tem por objetivo geral revisar a literatura sobre as publicações referentes a implementação do Novo Ensino Médio e discorrer como a Terapia Cognitivo Comportamental pode ser útil no tratamento de ansiedade entre os adolescentes.

4.2. Objetivos específicos:

- Identificar como foi a implementação em escolas públicas e particulares de diferentes áreas do país.
- Analisar as diferenças na implementação do Novo Ensino Médio em escolas públicas e particulares.
- Apresentar conceitos da Terapia Cognitivo Comportamental como tratamento para a ansiedade entre os adolescentes.

5. Método:

5.1. Desenho do Estudo:

O presente trata-se de uma revisão da literatura, no qual serão analisados os artigos encontrados com palavras-chaves pré-definidas de acordo com critérios de inclusão e exclusão pré-estabelecidos. O método utilizado para a revisão será apresentado em detalhes no corpo do texto de cada artigo.

6. Artigos:

Esta dissertação em formato de artigo buscou responder os objetivos da pesquisa de forma sistematizada.

Artigo 1: Implementação do Novo Ensino Médio: Uma Revisão da Literatura

Artigo 2: A Terapia Cognitivo-Comportamental como tratamento para ansiedade em adolescentes

6.1. Artigo 1: Implementação do Novo Ensino Médio: Uma Revisão da Literatura

IMPLEMENTAÇÃO DO NOVO ENSINO MÉDIO: REVISÃO DA LITERATURA

Introdução: O Novo Ensino Médio (NEM) foi apresentado como uma proposta transformadora na educação. No entanto, surgiram críticas devido à alteração na estrutura e carga horária, sendo apontada um dos motivos para aumentar as desigualdades sociais. A implementação do NEM foi suspensa em 2023 devido à falta de apoio dos estudantes e educadores, destacando a necessidade de mais pesquisas para compreender as perspectivas dos alunos envolvidos.

Objetivos: O presente trabalho teve como objetivo revisar a literatura sobre as publicações referentes a implementação do Novo Ensino Médio em diversas regiões do país. **Método:** É um estudo de revisão da literatura. Foi feita uma busca eletrônica em duas diferentes bases de dados: Catálogo de teses e dissertações da Capes e Scielo. A seguinte expressão foi utilizada: “Novo Ensino Médio” e “Implementação do Novo Ensino Médio”. **Resultados:** Para a revisão foram selecionados estudos sobre a implementação do Novo Ensino Médio em escolas do estaduais do Paraná, escolas-piloto no Acre, uma escola pioneira e escolas no Distrito Federal.

Discussão: Os estudos sobre a implementação do Novo Ensino Médio (NEM) no Brasil destacam obstáculos comuns, como a interpretação das diretrizes curriculares, a dificuldade de aplicar conceitos teóricos na prática e a adaptação durante a pandemia. A diferença na implementação do NEM entre escolas públicas e particulares pode ser atribuída a fatores como recursos financeiros, infraestrutura, perfil dos alunos, autonomia curricular, formação continuada e estrutura organizacional. **Conclusão:** Os estudos sobre a implementação do Novo Ensino Médio no Brasil revelam diversos desafios enfrentados por escolas, gestores, professores e alunos. As discrepâncias na implementação do NEM entre escolas públicas e privadas ressaltam a necessidade de políticas educacionais mais inclusivas.

Palavras-chave: Implementação; Novo Ensino Médio; Adolescência.

Introduction: The New High School (NEM) was introduced as a transformative proposal in education. However, criticisms emerged due to changes in structure and workload, which were pointed out as reasons for increasing social inequalities. The implementation of the NEM was suspended in 2023 due to the lack of support from students and educators, highlighting the need for more research to understand the perspectives of the students involved. **Objectives:** This study aimed to review the literature on publications regarding the implementation of the New High School in various regions of the country. **Method:** It is a literature review study. An electronic search was conducted in two different databases: the Catalog of theses and dissertations of Capes and Scielo. The following expression was used: "New High School" and "Implementation of the New High School." **Results:** For the review, studies on the implementation of the New High School in state schools in Paraná, pilot schools in Acre, a pioneering school, and schools in the Federal District were selected. **Discussion:** Studies on the implementation of the New High School (NEM) in Brazil highlight common obstacles, such as the interpretation of curricular guidelines, the difficulty of applying theoretical concepts in practice, and adaptation during the pandemic. The difference in the implementation of NEM between public and private schools can be attributed to factors such as financial resources, infrastructure, student profile, curricular autonomy, continuing education, and organizational structure. **Conclusion:** Studies on the implementation of the New High School in Brazil reveal various challenges faced by schools, managers, teachers, and students. The discrepancies in the implementation of NEM between public and private schools underscore the need for more inclusive educational policies.

Keywords: Implementation; New High School Education; Adolescence.

Introdução:

A proposta do Novo Ensino Médio (NEM) era supostamente oferecer aos estudantes auxílio nos seus projetos de vida e na preparação para o exercício da cidadania e do mundo de trabalho, como consta na Lei de Diretriz e Bases da Educação (LDB). No início da sua implantação, em 2021, uma peça publicitária foi veiculada nos principais meios de comunicação apresentando o NEM como um projeto transformador na vida escolar dos adolescentes e garantindo uma perspectiva de melhoria na qualidade do ensino. “Inovação, mudança, escolha, satisfação de desejos e prazer são algumas das palavras-chave da propaganda e acabam constituindo, também um conjunto importante de ideias arroladas, as quais se deseja associar ao novo formato de Ensino Médio” (COUTO, CASTRO, RAMOS, 2023, p. 10).

Porém, a efetivação do projeto foi alvo de muitas críticas por parte dos estudiosos da educação. Segundo Couto, Castro e Ramos (2023) a alteração na estrutura e na carga horária retira desta última etapa da educação básica a perspectiva de ser universal e garantir que estudantes tenham as mesmas oportunidades e acesso as mesmas disciplinas e itinerários formativos. A exclusão de disciplinas como Filosofia e Sociologia, por exemplo, prejudica a formação dos estudantes, pois essas disciplinas contribuem para o desenvolvimento do pensamento crítico, permitindo que os alunos analisem e compreendam o mundo ao seu redor, incluindo questões sociais, políticas e éticas, essenciais para a participação cidadã e o exercício da democracia. “No Brasil concreto, das desigualdades sociais e de suas consequências nefastas, o Novo Ensino Médio significa mais uma contribuição para o aumento da distância entre os mais pobres e o restante da sociedade” (COUTO, CASTRO, RAMOS, 2023, p. 13). Devido à falta de adesão dos estudantes e dos educadores a implementação está suspensa desde abril de 2023 (AGÊNCIA SENADO, 2024, p.01).

Mesmo sendo um tema atual e de grande relevância, existem poucos estudos na literatura dedicados a entender a perspectiva dos alunos que ingressaram no NEM nos últimos anos. Os estudos utilizados nesse artigo apontam para pesquisas feitas com gestores, coordenadores e professores. Diante das incertezas da implementação do NEM, há a necessidade do refinamento de pesquisas que visem compreender os sentimentos experienciados pelos adolescentes e como eles tem alinhado suas expectativas em relação ao Ensino Médio. O presente trabalho teve como objetivo revisar a literatura sobre as publicações referentes a implementação do Novo Ensino Médio em diversas regiões do país.

Método:

O presente estudo se configura uma revisão sobre a implementação do Novo Ensino Médio. Em março de 2024, iniciou-se uma busca eletrônica em duas diferentes bases de dados: Catálogo de teses e dissertações da Capes e Scielo. A seguinte expressão foi utilizada: “Novo Ensino Médio” e “Implementação do Novo Ensino Médio”.

No Catálogo de teses e dissertações da Capes, inicialmente foram encontrados 262 resultados sobre o Novo Ensino Médio, após o uso dos filtros: ano (2022 e 2023) , grande área de conhecimento (ciências humanas), área de conhecimento e avaliação (educação e ensino), área de concentração (educação) foram selecionados 43 trabalhos. Já com as palavras-chave “Implementação do Novo Ensino Médio” foram identificados 17 resultados, depois do uso dos filtros: ano (2022 e 2023), grande área de conhecimento (educação), área de conhecimento e

avaliação (educação), área de concentração (educação) e nome do programa (educação), restaram apenas 2.

Já no Scielo, inicialmente foram encontrados 16 resultados, depois do uso dos filtros: ano (2022 e 2023) e área temática (educação) apenas 9 resultados permaneceram. E com as palavras-chave “Implementação do Novo Ensino Médio” não foi identificado nenhum artigo.

Todos os artigos originais que apresentaram alguma informação/discussão sobre a implementação do Novo Ensino Médio foram incluídos na revisão. Dentre estes estudos, foram excluídos artigos, teses e dissertações que abordavam estudos sobre disciplinas específicas, trabalhos sobre formação de professores e cursos técnicos, além daqueles que falavam sobre itinerários formativos e os que não possuíam divulgação autorizada. Restando dessa forma 2 dissertações e 2 teses do Catálogo de teses e dissertações da Capes e nenhum artigo pesquisados no Scielo, reforçando assim a escassez de pesquisas sobre o tema na literatura.

Resultados:

Para a revisão bibliográfica foram selecionados os estudos de Kozakowski (2022), Oliveira (2022), Fabis (2023) e Machado (2023). A Tabela 1 apresenta um resumo dos estudos revisados (ANEXO 1).

Kozakowski (2022) em sua dissertação apresenta um estudo com o objetivo de investigar a organização e implantação do Novo Ensino Médio (NEM) diante da proposta da organização curricular em tempo integral e da ampliação da carga horária e dos itinerários formativos. A pesquisa foi feita nas escolas da Rede Estadual de Educação pertencentes ao município de Terra Roxa, Paraná.

A abordagem utilizada para a construção da pesquisa foi a qualitativa com investigação documental e bibliográfica por meio do método do materialismo histórico-dialético. O materialismo histórico-dialético é um método que auxilia na interpretação da realidade. A contextualização é um ponto essencial da investigação (KOZAKWSKI, 2022, p. 30).

A investigação sobre a implementação das mudanças no Novo Ensino Médio nas escolas da Rede Estadual de Ensino do Paraná está embasada nas políticas educacionais do estado (KOZAKWSKI, 2022, p. 121). Atendendo às exigências do Ministério da Educação, o estado do Paraná criou em 2019 o “Programa de apoio ao Novo Ensino Médio no Paraná”. A partir desse programa foram escolhidas escolas-piloto para ajustar as ações que compõem a implementação, analisar desafios e dificuldades, conhecer os impactos sofridos com a reformulação curricular e realizar as adaptações necessárias nas escolas (KOZAKWSKI, 2022, p. 123).

Segundo Kozakwski (2022), as informações sobre a reestruturação do NEM foram passadas pela secretaria de educação para a direção das escolas a partir do segundo semestre de 2021 através de reuniões remotas. Os temas das formações estavam focados na reestrutura da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) por áreas de conhecimento e nos componentes da parte flexível. No início de 2022, as escolas da Rede Estadual encontraram-se no limite do prazo estipulado pelo Ministério da Educação (MEC) para a implementação do NEM. De forma geral os estabelecimentos vivenciaram dificuldades e incertezas diante da reformulação curricular e da atual proposta (KOZAKWSKI, 2022, p. 141).

A nova estrutura curricular mudou o cenário e fez com que convênios fossem firmados com outras instituições para que os alunos tivessem formação técnica e profissional. Sendo assim, as possibilidades de aprendizagem passaram por um processo de terceirização, privatização e precarização, além de ferir os princípios democráticos, diminuir a autonomia das escolas e dificultar ao relacionamento com alunos e professores (KOZAKWSKI, 2022, p. 142 e 143).

Outra dificuldade encontrada pelas escolas foi a efetivação dos Itinerários Formativos, pois “a partir da ênfase nas atividades que preparam o estudante para o trabalho imediato, sem a preocupação com a formação intelectual e com a possibilidade de continuidade nos estudos” (KOZAKWSKI, 2022, p. 144). A flexibilização no currículo tende a manter a discriminação dos jovens, aprofundando as desigualdades.

A ampliação do tempo na escola também foi apontada como uma questão difícil de ser aplicada devido a realidade dos alunos e das condições das escolas. Kozakwski (2022) conclui que o ensino médio ao longo da história vem sendo moldado por “reformas e propostas realizadas em resposta ao contexto socioeconômico brasileiro, refletindo um percurso carregado de impasses que reproduzem uma estrutura de dualidade e desigualdade na educação.”

A tese de Oliveira (2022) é uma revisão da literatura que tem como objetivo conhecer o que tem sido produzido sobre a atual Reforma do Ensino Médio e sobre pesquisas que trabalhem com o contexto de recontextualização. No entanto, o foco desse artigo foi apenas a implementação do Novo Ensino Médio nas escolas-piloto do estado do Acre.

A primeira questão apresentada pela autora que dificultou a implementação do Novo Ensino Médio foi a interpretação equivocada da Secretaria de Educação Estadual do Acre sobre a carga horária destinada a Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Além das escolas terem que trabalhar com o novo formato do Ensino Médio em meio a uma pandemia, ainda tiveram que operar com matrizes curriculares diferentes (OLIVEIRA, 2022, p. 143).

A oferta dos itinerários formativos foi criticada pelos gestores das escolas que não compreenderam bem como seria a efetivação e relataram ainda que a proposta poderia reforçar a vulnerabilidade econômica e social dos alunos, pois muitos deles precisam trabalhar para ajudar no sustento da família e o Novo Ensino Médio não garante os direitos básicos e essenciais desses jovens (OLIVEIRA, 2022, p. 147).

“Os cursos técnicos ofertados no itinerário técnico profissional da matriz curricular de 2019 das escolas-piloto do Acre deixam evidente que o jovem acreano das escolas públicas está sendo formado para o trabalho, mas um trabalho subordinado, precário, mal pago e instável. O itinerário técnico e profissional não cumpre sua promessa de profissionalizar, de modo que o resultado prático dessa promessa é a simplificação da formação dos estudantes mais pobres” (OLIVEIRA, 2022, p. 148).

A outra seção da tese analisou as interpretações que os gestores, coordenadores de ensino e pedagógicos e professores das escolas-piloto fizeram sobre o Programa de Apoio ao Novo Ensino Médio. O questionário foi feito enviado por e-mail e contou com questões objetivas e subjetivas e revelou que há um grande desconhecimento dos sujeitos escolares em relação aos princípios básicos da reestruturação do Ensino Médio (OLIVEIRA, 2022, p. 224).

Oliveira (2022) conclui que há “um esvaziamento das discussões que possibilitam uma formação crítica do estudante, corroborando a uma formação de perspectivas reduzidas ao atendimento das demandas.” Considerando as condições de oferta do Ensino Médio em escolas tão diversas e desiguais, o protagonismo juvenil não se materializou na prática pedagógica e se distanciou totalmente do enunciado nos documentos normativos oficiais (OLIVEIRA, 2022, p. 278).

Fabis (2023) em sua tese reforça que a pesquisa sobre o Novo Ensino Médio (NEM) é crescente no país e para aprofundar o trabalho, a autora fez um levantamento com o objetivo de problematizar os efeitos produzidos pela implementação da reforma do NEM em professores e estudantes de uma escola pioneira.

A implantação se iniciou a partir de documentos produzidos pelos profissionais da rede particular de colégios para promover a organização do trabalho pedagógico. Depois que a autora analisou esses documentos, elaborou um questionário para que estudantes e professores pudessem responder e assim entender as percepções dos sujeitos escolares sobre a proposta vivenciada (FABIS, 2023, p.74 e 75). Além dos questionários, a pesquisadora também promoveu encontros virtuais, devido a pandemia, com alunos e alguns professores.

Fabis (2023) conclui, a partir das entrevistas com os professores, que a articulação dos saberes entre eles, ultrapassa os limites dos conhecimentos específicos e produz no currículo um efeito mais abrangente (FABIS, 2023, p.74 e 75). Entretanto há uma preocupação com a necessidade de se apropriarem de outras áreas de conhecimento para darem conta do trabalho integrado, pois acreditam que os saberes de suas formações não são suficientes para ministrarem as aulas. Outra questão levantada foi a busca por capacitação contínua e muitas horas de planejamento individual e entre os pares para a condução das práticas em sala de aula, aumentando assim as demandas de trabalho. “As práticas docentes flexibilizadas estão atreladas a ações para reduzir o desconforto, captar a atenção e proporcionar o envolvimento. Dessa forma, os níveis de planejamento intensificam-se” (FABIS, 2023, Pp162).

Já o relato dos alunos, aponta para práticas flexíveis nas quais a autonomia e a responsabilidade pelo desenvolvimento das atividades são estimuladas. “Ter os estudantes envolvidos por meio do seu desejo, do seu gosto pelas tarefas, traz menos esforço de solicitação e convencimento, ou mesmo menos tensão, para a execução do que precisa ser realizado em sala de aula” (FABIS, 2023, p.182,). Fabis (2023) conclui que na escola investigada, as afirmações presentes nos documentos que orientaram a implementação estavam presentes nas narrativas dos professores e dos alunos.

Já Machado (2022) em sua dissertação selecionou três escolas-piloto de ensino médio da rede pública para analisar como se deu a adesão ao Novo Ensino Médio no Distrito Federal. Configurando assim uma pesquisa qualitativa com finalidade exploratória. Os instrumentos da coleta de dados foram entrevistas semiestruturadas a partir da revisão teórica e análise documental da legislação que rege o Novo Ensino Médio (NEM). Devido a pandemia, o contato com os participantes da pesquisa foi feito online.

Os dados coletados nas entrevistas apontam a preocupação do diretor de uma das escolas sobre a adesão dos docentes em acolher a fase inicial da implementação e a dificuldade de comunicação com a Secretaria de Educação devido a mudança constante de secretários. Outro empecilho foi que a efetivação do Novo Ensino Médio aconteceu durante a pandemia, o que segundo alguns gestores complicou a participação dos alunos nas atividades propostas. Um dos coordenadores relatou que a preparação dos professores e gestores das escolas não foi suficiente para que a aplicabilidade na prática docente (MACHADO, 2022, p. 48).

Em uma entrevista com o coordenador-geral do Ensino Médio do MEC (Ministério da Educação e Cultura), ele declarou que ainda são necessários investimentos e um trabalho que vise entender a diversidade de realidades, mas está satisfeito com o caminho que vem sendo percorrido (MACHADO, 2022, p. 50).

Sobre a recepção e adaptação da comunidade escolar ao NEM, os gestores indicam que foi difícil apresentar a proposta para as famílias, pois houve uma baixa adesão nas reuniões e no dia a dia. Em relação aos estudantes, os professores citaram que a maioria dos jovens não presenciou uma apresentação da proposta de implementação do NEM por parte da escola, porém em sala de aula, os professores tentam conversar e orientar os alunos (MACHADO, 2022, p. 51). Apesar da nova proposta incentivar o protagonismo dos alunos, não foi o que aconteceu na prática. Os alunos escolheram os componentes de sua grade de acordo com a afinidade com os professores e colegas. Foi observado também uma baixa adesão aos itinerários formativos (MACHADO, 2022, p. 53).

Outro ponto apresentado pelos professores está relacionado a falta de comunicação com a gestão e a falta de uma orientação específica sobre o processo de adesão curricular (MACHADO, 2022, p. 52). Por último, um dos maiores questionamentos e impeditivos de adaptação do NEM nas escolas foi a falta de uma escrituração. “No âmbito educacional, a escrituração é o registro sistemático da rotina escolar, a partir de dados referentes aos estudantes, aos professores e da unidade escolar, com a finalidade de consulta e de certificação” (MACHADO, 2022, p. 53).

Machado (2023) conclui que nas falas foi observado “o medo do sucateamento da educação pública, por perceber-se que as escolas particulares não alteraram os seus currículos de forma perceptível para atender à demanda da preparação dos vestibulares” (MACHADO, 2022, p. 62).

Discussão:

Os artigos têm em comum o foco na implementação do Novo Ensino Médio (NEM) em diferentes contextos e regiões do Brasil. Silva e Calçada (2023) explicam que essa última etapa da educação brasileira tem como objetivo formar para a vida em sociedade, para o mundo de trabalho e para o prosseguimento dos estudos. As pesquisas abordam aspectos relacionados às políticas educacionais, desafios enfrentados pelas escolas, impactos nas práticas pedagógicas e na comunidade escolar, bem como as percepções de diversos sujeitos envolvidos no processo, como gestores, professores e alunos e reforçam a desigualdade de acesso, permanência e conclusão nessa etapa (KOZAKOWSKI, 2022; OLIVEIRA, 2022; FABIS, 2023 E MACHADO, 2023).

Em relação aos desafios enfrentados pelas escolas, a interpretação equivocada das diretrizes curriculares e a dificuldade em aplicar os conceitos teóricos na prática foram

apontados por diretores de escolas em diferentes regiões do país, podendo assim levantar a hipótese que a formação de gestores e coordenadores não foi feita de forma efetiva pelas secretarias de educação. A pandemia também configurou um desafio para as escolas, pois além das dúvidas sobre a efetivação do NEM, falta de preparo dos professores, a comunidade escolar precisou adaptar a aplicação do conteúdo para que os alunos pudessem participar das atividades (KOZAKOWSKI, 2022; OLIVEIRA, 2022; FABIS, 2023 E MACHADO, 2023).

No que se refere aos alunos, as pesquisas apontam para uma baixa adesão dos adolescentes aos itinerários formativos e pouca autonomia nessa escolha. A ampliação do tempo na escola também foi um impeditivo para os alunos, pois alguns deles precisam trabalhar para ajudar no sustento da casa. Mesmo havendo uma preocupação constante com a formação crítica dos estudantes e o papel do Ensino Médio na preparação para o mercado de trabalho e para o prosseguimento dos estudos, na prática os pesquisadores observam a precarização da educação pública e o aumento das desigualdades (KOZAKOWSKI, 2022; OLIVEIRA, 2022; FABIS, 2023 E MACHADO, 2023).

Coelho e Dell’Aglío (2018) concordam com esses apontamentos e explicam que o engajamento com a escola se relaciona com uma série de resultados positivos e pode ser entendido como o comprometimento e envolvimento dos estudantes nas atividades, assiduidade, compromisso com as tarefas, nível de satisfação dos estudantes com a escola, sentimento de pertença entre outros. As autoras reforçam que a instituição escolar tem a função de socialização e que no período da adolescência essa atribuição pode contribuir para a permanência dos alunos nesse ambiente. Além disso, para os jovens de menor renda, a escola é vista como um local propício para o acesso de melhores recursos (COELHO e DELL’AGLIO, 2018, p. 626).

Os estudos de Silva e Calçada (2023) complementam a discussão reforçando que ainda que pareça atrativo para os adolescentes a proposta no Novo Ensino Médio em um primeiro momento, a composição do currículo pelas escolas demonstra uma formação fragmentada.

É válido ressaltar que as pesquisas feitas em colégios da rede pública indicam as dificuldades citadas anteriormente, já a pesquisa feita na rede de escolas particulares, a autora observa que há preocupações quanto à necessidade de apropriação de outras áreas de conhecimento e à demanda por capacitação contínua e extensas horas de planejamento, porém as práticas docentes são mais flexíveis. Os alunos também relatam práticas flexíveis que estimulam autonomia e responsabilidade. Essa pesquisa apresenta um contraponto dos outros artigos estudados, pois aponta para a correspondência entre as afirmações nos documentos

orientadores e as narrativas dos professores e alunos na escola investigada (KOZAKOWSKI, 2022; OLIVEIRA, 2022; FABIS, 2023 E MACHADO, 2023).

As pesquisas de Sampaio e Guimarães (2009) e Feijó e França (2021) levantaram dados sobre as diferenças de eficiência e desempenho entre os jovens do ensino público e privado no Brasil. A partir dos questionamentos apontados pelos autores e da leitura dos artigos citados anteriormente, pode-se levantar algumas hipóteses sobre as diferenças na implementação do NEM em escolas públicas e particulares. Algumas delas são: recursos financeiros, infraestrutura, perfil dos alunos, autonomia curricular, formação continuada e estrutura organizacional.

Geralmente as escolas particulares têm acesso a mais recursos financeiros do que as escolas públicas. Isso pode permitir que as escolas particulares implementem o NEM com mais facilidade, investindo em capacitação de professores e materiais educacionais adequados e na infraestrutura. A infraestrutura nas escolas particulares inclui salas de aula modernas, laboratórios bem equipados e recursos tecnológicos. O perfil dos alunos também é um diferencial, pois a maioria dos alunos de escolas particulares podem ter mais acesso a recursos extracurriculares e apoio familiar, o que pode influenciar a forma como eles respondem e se adaptam às mudanças no currículo. A autonomia curricular das escolas particulares visa atender as necessidades e características dos alunos, o que pode não acontecer nas escolas públicas devido as regulamentações e diretrizes governamentais mais rígidas. E por fim, as escolas particulares podem ter estruturas de gestão mais ágeis e flexíveis, o que pode facilitar a implementação de mudanças no currículo. Em contraste, as escolas públicas podem enfrentar mais burocracia e processos mais lentos de tomada de decisão (KOZAKOWSKI, 2022; OLIVEIRA, 2022; FABIS, 2023 E MACHADO, 2023).

Embora essas diferenças possam influenciar a forma como as escolas públicas e particulares lidam com a implementação do NEM, é importante reconhecer que ambos as instituições enfrentam desafios e podem se beneficiar de apoio adequado e investimentos na área educacional. Em suma, todos esses artigos apresentam uma compreensão mais ampla dos desafios e das transformações em curso no Ensino Médio brasileiro, fornecendo insights importantes para a formulação de políticas educacionais e práticas pedagógicas mais eficazes. Silva e Calçada (2023) reforçam essa ideia e apontam que a será a prática do NEM que dirá como as propostas curriculares serão implementadas e como as interpretações, estratégias e ações adotadas pelos gestores, professores e alunos evidenciarão o potencial transformador das escolas.

Porém é válido ressaltar que não foram encontradas pesquisas na área de psicologia que pudessem discutir os aspectos emocionais dos adolescentes diante dessas mudanças. Isso sugere que existe uma lacuna significativa no entendimento dos impactos emocionais que a implementação do Novo Ensino Médio pode ter sobre os jovens. Portanto, a ausência de pesquisas sobre esse tema destaca a necessidade de investigações nessa área para melhor compreender e apoiar o desenvolvimento emocional dos adolescentes durante esse período de transição educacional.

Conclusão:

Os estudos apresentados oferecem uma visão abrangente e multifacetada da implementação do Novo Ensino Médio (NEM) no Brasil, destacando uma série de desafios enfrentados por escolas, gestores, professores e alunos em todo o país. A interpretação equivocada das diretrizes curriculares, a dificuldade em aplicar os conceitos teóricos na prática e os impactos da pandemia emergem como pontos cruciais de preocupação.

A baixa adesão dos alunos aos itinerários formativos revela tanto a dificuldade dos adolescentes em fazer escolhas significativas devido a pouca maturidade emocional e cognitiva e a falta de autonomia na escolha desses caminhos, quanto a impossibilidade enfrentada pelas escolas de oferecer itinerários que atendam todos os interesses de todos os alunos. Além disso, os obstáculos enfrentados por aqueles que necessitam de estudos e trabalhos conciliares evidenciam a complexidade do cenário educacional brasileiro. Sendo assim, a precarização da educação pública e o aumento das desigualdades são desafios que merecem atenção e a ação imediata por parte das autoridades educacionais.

As diferenças na implementação do NEM entre escolas públicas e privadas destacam a necessidade de uma abordagem mais inclusiva na formulação de políticas educacionais. Embora as escolas particulares possam ter acesso a mais recursos e flexibilidade na gestão, é fundamental considerar que ambos os tipos de instituições enfrentam obstáculos e podem se beneficiar de investimentos e apoio adequados.

Em última análise, os insights fornecidos pelos estudos desenvolvidos são fundamentais para formular políticas educacionais mais práticas e condutas pedagógicas que atendem às necessidades dos estudantes brasileiros. É importante que os esforços sejam direcionados para garantir uma educação de qualidade para todos, capacitando os alunos para os desafios do século XXI e promovendo o desenvolvimento social e econômico do país.

Referências:

AGÊNCIA SENADO. **Ensino Médio pode passar por nova reforma em 2024.** Disponível em <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2024/01/17/ensino-medio-pode-passar-por-nova-reforma-em-2024>. Acesso em março de 2024.

COUTO, L.D.; CASTRO, R.S.; RAMOS, V.R.G. **Novo Ensino Médio: um pilar fundamental das reformas neoliberais do Estado brasileiro.** Revista publicada pelo Sindicato Nacional dos Docentes das Instituições de Ensino Superior. Ano XXXIII - Nº 71 - fevereiro de 2023.

COELHO, C.C. A.; DELL'AGLIO, D.D. **Engajamento escolar: efeito do suporte dos pais, professores e pares na adolescência.** Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/J6QgtHQdvy5PgtvSzwtMFTc/>. Acesso em abril de 2024.

FABIS. C. da S. **Efeitos da implementação do (Novo) Ensino Médio: flexibilidade, entretenimento e a emergência de um currículo letificado.** Tese. UFRGS. 2023.

FEIJÓ, J.R.; FRANÇA, J.M.S. **Diferencial de desempenho entre jovens das escolas públicas e privadas.** Disponível em <https://doi.org/10.1590/0101-41615126jffj>. Acesso em março de 2024.

KOZAKOWSKI, S.M.M.A **implementação do “Novo” Ensino Médio no Município de Terra Roxa: Texto e Contextos.** Dissertação. UNIOESTE. 2022.

MACHADO, A.P.S.M. **Estudo sobre o início do processo de implementação do Novo Ensino Médio no Distrito Federal.** Dissertação. UNB. 2022.

OLIVEIRA, A.M. **As escolas-piloto do Programa Novo Ensino Médio no Estado do Acre: uma análise do processo de implementação.** Tese. UFPR. 2022.

SAMPAIO, B.; GUIMARÃES, J. **Diferenças de eficiência entre ensino público e privado no Brasil.** Disponível em <https://doi.org/10.1590/S1413-80502009000100003>. Acesso em março de 2024.

SILVA, M.R.; CALÇADA, G.E.C. **Juventudes, novo ensino médio e itinerários formativos: o que propõem os currículos das escolas estaduais.** Disponível em: <https://bit.ly/4cM7Wi4>. Acesso em abril de 2024.

ANEXO 1

Título	Autor	Ano	Objetivo	Metodologia	Resultados
A implementação do “Novo” Ensino Médio no Município de Terra Roxa: Texto e Contextos	Kozakowski	2022	Investigar a organização e implantação do Novo Ensino Médio em escolas da Rede Estadual de Educação de Terra Roxa, Paraná.	Abordagem qualitativa com investigação documental e bibliográfica utilizando o método do materialismo histórico-dialético.	Dificuldades e incertezas na adaptação ao Novo Ensino Médio, terceirização e privatização da educação, desafios na efetivação dos Itinerários Formativos e ampliação do tempo escolar.
As escolas-piloto do Programa Novo Ensino Médio no Estado do Acre: uma análise do processo de implementação.	Oliveira	2022	Revisar a literatura sobre a implementação do Novo Ensino Médio, com foco nas escolas-piloto do estado do Acre.	Revisão da literatura.	Interpretação equivocada da carga horária da BNCC, críticas à oferta dos Itinerários Formativos, preocupações com a formação dos estudantes para o mercado de trabalho e desconhecimento dos princípios básicos da reestruturação do Ensino Médio.
Efeitos da implementação do (Novo) Ensino Médio: flexibilidade, entretenimento e a emergência de um currículo letificado	Fabis	2023	Problematizar os efeitos da implementação do Novo Ensino Médio em uma escola pioneira na reforma.	Levantamento de dados por questionários e encontros virtuais com alunos e professores.	Articulação de saberes entre professores, necessidade de capacitação contínua, autonomia e responsabilidade dos alunos no desenvolvimento das atividades.
Estudo sobre o início do processo de implementação do Novo Ensino Médio no Distrito Federal	Machado	2023	Analisar a adesão ao Novo Ensino Médio em escolas-piloto do Distrito Federal.	Entrevistas semiestruturadas e análise documental.	Dificuldades na adesão dos docentes, comunicação com a Secretaria de Educação, baixa adesão dos alunos aos itinerários formativos e preocupações com o sucateamento da educação pública.

6.2. Artigo 2: A Terapia Cognitivo-Comportamental como tratamento para ansiedade em adolescentes

A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL COMO TRATAMENTO PARA ANSIEDADE EM ADOLESCENTES

Introdução: A ansiedade é um estado emocional desagradável acompanhado de desconforto somático relacionado ao medo, é uma resposta de preparação para enfrentar situações de perigo, comumente manifestada por aumento da atenção e respostas corporais. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) visa a identificar e modificar pensamentos e comportamentos problemáticos associados aos transtornos de ansiedade. **Objetivo:** O presente trabalho tem como objetivo realizar uma revisão da literatura para examinar a eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no tratamento da ansiedade em adolescentes. **Método:** É um estudo de revisão da literatura. **Resultados:** Os artigos internacionais e as dissertações nacionais sobre a eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no tratamento da ansiedade na adolescência revelam um consenso sobre sua eficácia. Os estudos destacam a eficácia da TCC na redução dos sintomas de ansiedade em crianças e adolescentes e enfatizam a importância da identificação precoce, do diagnóstico adequado e da possível combinação da TCC com medicamentos, dependendo da gravidade dos sintomas. **Discussão:** Os estudos internacionais e nacionais explicam algumas técnicas da TCC, como psicoeducação, estabelecimento de metas e reestruturação cognitiva. Os autores concordam sobre os fatores genéticos, ambientais e cognitivos na etiologia dos transtornos de ansiedade, bem como na importância da intervenção precoce e da consideração de múltiplos fatores no tratamento. **Conclusão:** Os estudos concluem sobre a importância da avaliação diagnóstica precoce e a sugestão de combinar TCC com medicamentos, como ISRS. Porém, também apontam que embora existam evidências favoráveis à TCC no tratamento da ansiedade com crianças e adolescentes há a necessidade de mais estudos para aprimorar o tratamento.

Palavras-chave: Terapia Cognitivo Comportamental, Ansiedade, Adolescência.

Introduction: Anxiety is an unpleasant emotional state accompanied by somatic discomfort related to fear. It is a preparatory response to facing dangerous situations, commonly manifested by increased attention and bodily responses. Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) aims to identify and modify problematic thoughts and behaviors associated with anxiety disorders. **Objective:** This study aims to conduct a literature review to examine the efficacy of Cognitive-

Behavioral Therapy (CBT) in treating anxiety in adolescents. **Method:** It is a literature review study. **Results:** International articles and national dissertations on the efficacy of cognitive-behavioral therapy (CBT) in treating adolescent anxiety reveal a consensus on its effectiveness. The studies highlight CBT's effectiveness in reducing anxiety symptoms in children and adolescents and emphasize the importance of early identification, accurate diagnosis, and possible combination of CBT with medication, depending on the severity of symptoms. **Discussion:** International and national studies explain some CBT techniques, such as psychoeducation, goal setting, and cognitive restructuring. Authors agree on genetic, environmental, and cognitive factors in the etiology of anxiety disorders, as well as the importance of early intervention and consideration of multiple factors in treatment. **Conclusion:** Studies conclude on the importance of early diagnostic assessment and suggest combining CBT with medications such as SSRIs. However, they also point out that while there is favorable evidence for CBT in treating anxiety in children and adolescents, further studies are needed to refine treatment.

Keywords: Cognitive-Behavioral Therapy, Anxiety, Adolescence.

Introdução:

De acordo com Davis (2023) a ansiedade é definida “como um estado emocional desagradável acompanhado de desconforto somático que tem relação com o medo. Caracteriza-se pela presença de tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo externo ou interno, de algo desconhecido ou estranho” (DAVIS, 2023, p.16).

O DSM-5 - TR (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5ª edição – Texto Revisado - Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) da Associação Americana de Psiquiatria (APA, 2023) ressalta que “os transtornos de ansiedade incluem transtornos que compartilham características de medo e ansiedade excessivos e perturbações comportamentais relacionados” (DSM – 5 – TR, 2023, p. 215).

A ansiedade “é um termo amplo que descreve um estado de preparação para enfrentar situações de perigo. Quando ansiosos, animais e seres humanos apresentam reações como o aumento da atenção voltada para o ambiente e ativação de respostas corporais” (SOUSA, et al, 2014, p. 101). Ela está relacionada também a manutenção da integridade do indivíduo e de acordo com a interpretação que ele faz da situação, pode apresentar respostas ansiosas inadequadas como: preocupação excessiva e persistente, dificuldade em controlar a preocupação, inquietação, fadigabilidade, dificuldade de concentração, sensações de “branco” na mente, irritabilidade, tensão muscular, entre outras.

A teoria de Spielberg, Goruch e Lushene (1970) apud Fioravanti et al (2006) apresenta o conceito de ansiedade de estado e de traço. A ansiedade de estado reflete uma reação transitória diretamente ligada a uma situação de adversidade em um momento pontual e a ansiedade de traço está relacionada à capacidade do sujeito em lidar com a ansiedade ao longo de sua vida. A autora cita também que quando a ansiedade está presente há uma relação com sentimentos negativos, como preocupação, tensão e insegurança e a ausência de ansiedade tem ligação com sentimentos de bem-estar, satisfação e felicidade.

Pegg et al. (2022) afirma que a terapia cognitivo comportamental (TCC) pode ser útil no tratamento da ansiedade, pois tem como objetivo identificar e mudar pensamentos problemáticos e padrões comportamentais que mantêm a sintomatologia dos transtornos. Leahy (2011) também afirma que estudos de revisão sugerem que o tratamento psicológico comprovadamente eficaz para os TAIAs (transtorno de ansiedade na infância e adolescência) é a TCC. A TCC de forma geral enfatiza a correção de pensamentos distorcidos, promove treino de habilidades sociais, além de exposições graduais e prevenção de respostas baseadas em uma hierarquia de sintomas (inicia-se pelos sintomas menos intensos e, gradualmente, o paciente é exposto a sintomas mais graves) (GOLDANI E MEZAVILA, 2020, p.50).

Há uma série de pesquisadores que apresentam uma visão alternativa e complementar a TCC e apontam que existem alguns processos cognitivos, comportamentais e de manutenção que são compartilhados por diferentes transtornos, caracterizando assim o processo transdiagnóstico (JOAQUIM, 2022, p. 01). “O processo transdiagnóstico busca dissolver as categorias psiquiátricas em fenômenos dimensionais humanos e está baseado em medidas neurobiológicas e dimensões do comportamento observável.” (JOAQUIM, 2022, p. 03).

Joaquim (2022) informa que isso se dá com o objetivo de promover estratégias mais eficazes para as mais diferentes demandas relacionadas à saúde mental. Dessa forma, a psicologia integrou a prática baseada em evidências como modelo para as melhores práticas profissionais e acadêmicas. A psicologia baseada em evidências (PBE) é definida como “a integração das melhores pesquisas disponíveis com expertise clínica no contexto da cultura, características e preferências do paciente” (JOAQUIM, 2022, p. 01).

Na adolescência além das mudanças físicas, cognitivas e emocionais, os aspectos sociais, como o ingresso no Novo Ensino Médio, podem causar ansiedade. Souza (2020) relata que são variadas as fontes de ansiedade na escola, como os novos colegas, professores, aprendizagem do conteúdo e realização de provas. Completa mencionando que “no ambiente escolar, a ansiedade é um fator importante a ser considerado em relação à aprendizagem e ao fracasso diante da complexidade e da representatividade deste sentimento.”

A integração da prática baseada em evidências na psicologia é essencial para desenvolver estratégias eficazes que atendam às variadas demandas de saúde mental. Isso se torna ainda mais relevante no contexto da adolescência, no qual as mudanças podem causar significativa ansiedade.

O presente trabalho tem como objetivo realizar uma revisão da literatura para examinar a eficácia da Terapia Cognitivo- Comportamental (TCC) no tratamento da ansiedade em adolescentes.

Método:

O presente estudo se configura uma revisão sobre a eficácia da terapia cognitivo comportamental no tratamento da ansiedade com adolescentes. Em março de 2024, iniciou-se uma busca eletrônica em duas diferentes bases de dados: Pubmed e Catálogo de teses e dissertações da Capes.

Na pesquisa na Pubmed a seguinte expressão foi pesquisada: “Cognitive Behavioral Therapy in treatment of anxiety with adolescents” e cinco artigos foram encontrados. Ao aplicar o filtro (5 últimos anos) apenas dois se mantiveram, mas como apresentavam estudos sobre transtorno do espectro autista foram descartados. Os termos da pesquisa foram alterados para “Cognitive Behavioral Therapy” em qualquer parte do texto e 996 resultados apareceram, porém apenas 575 estavam completos. Descartou-se artigos sobre meditação, transtorno obsessivo compulsivo, depressão, jovens adultos, habilidades sociais, transtorno do espectro autista, luto e transtorno do estresse pós-traumático, restando assim quatro. Para ampliar a busca, os termos "Cognitive Behavior Therapy" AND Anxiety AND (Adolescents OR teenagers) foram inseridos e apareceram 326 resultados. Depois da aplicação dos filtros, ano (2020 – 2024) e revisões sistemáticas, restaram 12. Foram excluídos os artigos sobre transtorno estresse pós-traumático, terapia cognitivo comportamental baseada em computador, luto, insônia, terapia da aceitação e compromisso, depressão, doenças crônicas, pandemia, autismo, terapia dos esquemas, suicídio e violência sexual. O resultado da pesquisa apontou 2 artigos relacionados com o tema da pesquisa.

Já no Catálogo de teses e dissertações da Capes, inicialmente a expressão usada foi “Terapia Cognitivo Comportamental no tratamento da ansiedade em adolescentes” e duas dissertações foram encontradas. Na tentativa de ampliar a busca para estudos que se encaixassem melhor no objetivo desse artigo, os termos “Terapia Cognitivo Comportamental” AND “Adolescência” AND “Ansiedade” foram pesquisados. O resultado apontou para 7 trabalhos, sendo que 2 já tinham aparecido na busca anterior e um foi acrescentado por também

atender o objetivo do artigo. Embora nenhuma deles fale apenas sobre tema do termo procurado, elas foram utilizadas por falta de trabalhos que se encaixassem mais criteriosamente.

As buscas feitas na base de pesquisa LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) não identificaram nenhum resultado com os termos “Terapia Cognitivo Comportamental” AND “Adolescência” AND “Ansiedade”, o que aponta para a necessidade de mais pesquisas nacionais sobre o tema. Na base de dados Scielo a pesquisa feita com os termos “Cognitive Behavioral Therapy” e “Anxiety AND Adolescents OR Teenagers” não apresentou nenhum resultado.

Resultados:

Para a revisão bibliográfica internacional sobre a eficácia da terapia cognitivo comportamental no tratamento da ansiedade na adolescência foram usados os estudos de James et al (2020), Walter et al (2020), Baker et al (2021), Guo (2021), Wergeland (2021) e Kowalczyk et al (2022). A Tabela 1 apresenta as principais informações sobre os estudos. (ANEXO 2)

James et al (2020) aponta que a terapia cognitivo comportamental é eficaz no tratamento dos transtornos de ansiedade infantojuvenil. Muitas crianças e jovens enfrentam problemas de ansiedade e tem maior probabilidade do que seus pares de ter dificuldade com amizades, na vida familiar e escolar e desenvolver problemas de saúde mental na vida adulta.

A apresentação dos transtornos de ansiedade varia de acordo com a idade, por exemplo: as dificuldades com ansiedade social estão normalmente associadas a adolescência, porém um dos desafios do diagnóstico em crianças e adolescentes envolve distinguir preocupações e medos patológicos e aqueles esperados segundo a faixa etária (JAMES ET AL, 2020, P.12).

Segundo James et al (2020) os tratamentos de ansiedade nessa faixa etária incluem terapia cognitivo-comportamental ou medicação ou uma combinação deles. A TCC para transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes normalmente envolve ajudar no reconhecimento de sentimentos de ansiedade e reações corporais, identificar pensamentos em situações que provocam ansiedade e modificar essas cognições. Um procedimento chave na TCC é a exposição, que normalmente envolve testar e enfrentar medos, muitas vezes em uma hierarquia gradualmente crescente. Estratégias de treinamento comportamental, como modelagem e dramatização, são frequentemente aplicadas como oportunidades para o desenvolvimento de habilidade de enfrentamento, por exemplo: habilidades de resolução de problemas, habilidades sociais e treinamento de relaxamento.

A TCC tem tradicionalmente começado com seis a nove sessões presenciais para a criação de estratégias de gerenciamento de ansiedade (identificação de emoções, treinamento de relaxamento e técnicas cognitivas), seguidas de trabalho de exposição (JAMES ET AL, 2020, p. 12).

Uma intervenção bastante usada na TCC é a inclusão da família nas sessões de tratamento. Os pais fazem parte do tratamento participando de sessões de psicoeducação sobre a TCC, fornecendo informações sobre a criança ou adolescente e aprendendo a modificar suas crenças e comportamentos (JAMES ET AL, 2020, p. 13). Carvalho, Malagris e Rangé (2019) explicam que psicoeducação é o ensino de conhecimentos psicológicos relevantes para o cliente, pois acreditam que quanto mais informada está uma pessoa sobre sua condição de saúde e sobre seu funcionamento, mais pronta ela estará para participar ativamente do processo de mudança.

A pesquisa realizada por James et al (2020) teve como objetivo realizar uma meta-análise de estudos para determinar se a TCC é um tratamento aceitável nos transtornos de ansiedade de crianças e adolescentes. Os participantes da pesquisa tinham menos de 19 anos e preenchiam critérios diagnósticos de transtorno de ansiedade. Foram incluídos 87 ensaios clínicos randomizados, ensaios cruzados e ensaios randomizados por cluster e haviam 5.964 participantes. Dois terços dos estudos incluídos foram realizados nos Estados Unidos ou na Austrália. Os restantes estudos foram realizados no Reino Unido, Espanha, Noruega, Holanda, Alemanha, Suécia, Irã, Brasil, Índia, Japão, Dinamarca e Irlanda (JAMES ET AL, 2020, p. 23).

A conclusão dos autores foi que há evidências de qualidade moderada de que a TCC é mais eficaz na melhoria dos resultados diagnósticos no curto prazo ou quando comparada a nenhum tratamento. Outra conclusão foi que as intervenções farmacológicas normalmente não são recomendadas como tratamento de primeira linha, porém ainda são necessários mais trabalhos para orientar se as abordagens farmacológicas podem ser mais aceitáveis e eficazes para o tratamento dos transtornos de ansiedade (JAMES ET AL, 2020, p. 44).

Walter et al (2020) afirmam que os transtornos de ansiedade estão entre os mais comuns em crianças e adolescentes. Os autores explicam que o início dos transtornos de ansiedade pode acontecer nos primeiros anos de idade escolar (ansiedade de separação), as fobias podem surgir nos anos seguintes e a ansiedade social nos primeiros anos da adolescência. O desenvolvimento de um transtorno de ansiedade tem relação com uma inibição comportamental, hiper-reatividade autonômica ou afetividade negativa. Fatores parentais e estressantes, exposições traumáticas e apego inseguro também podem contribuir para o início dos transtornos (WALTER ET AL, 2020, p. 1107).

A pesquisa de Walter et al (2020) é uma revisão sistemática que avaliou a eficácia da psicoterapia e da farmacoterapia para o tratamento dos transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes, sendo elegíveis para a revisão, entre outros critérios, a inclusão de crianças e adolescentes entre 3 e 18 anos com diagnóstico de pânico, ansiedade social, fobia específica, ansiedade generalizada ou ansiedade de separação. Ao todo, os artigos revisaram informações de pesquisa envolvendo 6978 pacientes (WALTER ET AL, 2020, p. 1113).

Quando não tratados, os transtornos de ansiedade podem causar prejuízos nos relacionamentos sociais, educacionais e ocupacionais. Entre os adolescentes com ansiedade, foi relatado que 9% tiveram ideação suicida e 6% realizaram tentativas de suicídio. Apesar da disponibilidade de tratamentos eficazes para a ansiedade, menos da metade dos jovens que necessitam de tratamento de saúde mental recebem algum cuidado e menos ainda recebem cuidados baseados em evidências (WALTER ET AL, 2020, p. 1108).

A pesquisa de Walter et al (2020) está baseada em evidências empíricas derivadas de uma revisão sistemática da literatura científica e concluiu que a avaliação diagnóstica é um pré-requisito para o tratamento. A avaliação diagnóstica identifica início e duração dos sintomas, frequência, gravidade, grau de sofrimento associado e comprometimento funcional. A identificação precoce de sintomas dos transtornos de ansiedade pode facilitar uma intervenção precoce (WALTER ET AL, 2020, p. 1109).

Os autores citam que o planejamento do tratamento acontece a partir do diagnóstico e da formulação clínica. Um planejamento eficiente reúne intervenções que estão de acordo com o nível cognitivo, linguístico, cultural dos pais e pacientes, priorizados de acordo com a gravidade, sofrimento e comprometimento associados a cada transtorno diagnosticado. Dessa forma, a TCC quando oferecida a pacientes de 6 a 18 anos com transtornos de ansiedade melhora os sintomas primários, pois é uma abordagem direcionada às três dimensões da ansiedade: cognitiva, comportamental e fisiológica (WALTER ET AL, 2020, p. 1115).

A TCC é organizada de acordo com uma agenda que envolve tarefas de casa para que oportunidades práticas reforcem habilidades e as generalizem para o ambiente natural. O tratamento é caracterizado pela colaboração entre pacientes, família e o terapeuta e em alguns casos a escola. O objetivo da TCC estruturada é alcançar uma melhora significativa dentro de 12 a 20 sessões. As principais estratégias para o tratamento dos transtornos de ansiedade são: psicoeducação sobre ansiedade, estabelecimento de metas comportamentais, automonitoramento para a identificação de preocupações e medos, pensamentos e comportamentos, técnicas de relaxamento, reestruturação cognitiva, exposição graduada e treinamento de habilidades sociais e resolução de problemas (WALTER ET AL, 2020, p. 1115).

Além desses métodos, intervenções dirigidas à família visam a melhorar as relações entre pais e filhos, fortalecer competências para a resolução de problemas e comunicação e reduzir a ansiedade dos pais. Já às dirigidas à escola tem como objetivo psicoeducar os professores sobre a ansiedade dos alunos e promover estratégias eficazes de resolução de problemas no ambiente escolar (WALTER ET AL, 2020, p. 1116).

Outra conclusão da pesquisa de Walter et al (2020) refere-se aos inibidores seletivos da recaptação serotoninérgica (ISRS). Segundo os autores, recomenda-se que ISRS seja oferecido a pacientes de 6 a 18 anos com ansiedade social, generalizada, de separação ou transtorno do pânico. Acredita-se que a função serotoninérgica desempenha um papel fundamental na capacidade do cérebro de modular o medo, a preocupação e o estresse, bem como facilitar o processamento cognitivo dessas emoções (WALTER ET AL, 2020, p. 1116). Encerrando a pesquisa, Walter et al (2020) sugere que o tratamento combinado entre TCC e ISRS podem ser oferecidos quando houver a necessidade de redução aguda dos sintomas graves. E é um tratamento de curto prazo mais eficaz para ansiedade em crianças e adolescentes do que qualquer tratamento isolado.

Na pesquisa de Baker et al (2021), os autores iniciam falando que os transtornos de ansiedade são comuns na adolescência e que 8% dos jovens entre 11 e 16 anos atendem os critérios para um transtorno de ansiedade. Os transtornos durante esse estágio do desenvolvimento são problemáticos devido ao seu impacto negativo no funcionamento social, emocional e educacional (BAKER, ET AL, 2021, P. 765). Para ser incluído na revisão de Baker et al (2021) cada meta-análises precisou ter participantes entre 11 e 18 anos e com diagnóstico primário de transtorno de ansiedade com ou sem comorbidades (BAKER, ET AL, 2021, P. 767).

Segundo Baker et al (2021), a TCC é o tratamento mais amplamente avaliado para transtornos de ansiedade entre crianças e adolescentes com resultados considerados bons. Visando a responder a questão sobre a eficácia da TCC para os transtornos de ansiedade e a melhor forma de intervenção e tratamento, os autores usaram o método de revisão sistemática, meta-análise.

As conclusões apontadas por Baker et al (2021) indicam que o tratamento psicológico com adolescentes foi eficaz na redução significativa dos sintomas e que pouco mais da metade dos estudos examinou a remissão do transtorno de ansiedade (BAKER ET AL, 2021, p. 775). Nos estudos, os autores não conseguiram identificar tratamentos mais eficazes que reflitam as necessidades específicas do desenvolvimento dos transtornos de ansiedade nos adolescentes.

Guo et al (2021) explica que os transtornos de ansiedade em jovens são comuns e podem levar a problemas psicossociais e físicos significativos. Os transtornos não tratados estão relacionados a mau funcionamento na vida adulta. Os autores pontuam que diferentes intervenções terapêuticas são utilizadas para tratar a ansiedade, como medicamentos, tratamentos psicológicos e fisioterapia. Diretrizes internacionais recomendam que a terapia cognitivo comportamental (TCC) seja o tratamento de primeira linha para os transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes. Em relação ao formato do tratamento, encontra-se a forma individual (TCC-I) e em grupo (TCC-G). Alguns estudos anteriores relataram que o formato em grupo provavelmente oferecia mais oportunidades de modelagem de reforço entre os pares, apoio social e exposição a situações sociais. Em contrapartida, alguns ensaios mostram que a forma individual oferecia um tratamento personalizado (GUO ET AL, 2021, p. 02).

Para abordar a questão sobre qual é a melhor forma de intervenção, os autores elaboraram uma meta-análise de ensaios clínicos randomizados para comparar a eficácia e a aceitabilidade da TCC em grupo e individual para transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes. Alguns critérios de inclusão foram os seguintes: os participantes deveriam ser menores de 18 anos e ter diagnóstico primário de transtornos de ansiedade de acordo com os critérios diagnósticos padronizados (GUO ET AL, 2021, p. 02).

De acordo com a pesquisa, não houve diferença significativa entre as modalidades em relação a redução dos sintomas e a remissão do diagnóstico pós-tratamento. Porém constatou-se que a TCC foi mais eficaz do que nenhum tratamento na redução dos sintomas de ansiedade. Sobre a flexibilidade e personalização do tratamento, a TCC-I pode oferecer um regime terapêutico individualizado, especialmente para pacientes com transtornos de saúde mental e física comórbido, já a TCC-G pode exigir que os pacientes esperem mais tempo para iniciar o tratamento devido à necessidade de formar um grupo e pode ter menos flexibilidade nos horários das sessões, o que pode resultar em um atendimento menos completo do que no tratamento individual (GUO ET AL, 2021, p. 07).

A TCC-I apresenta-se mais eficaz em adolescentes do que em crianças, devido ao rápido desenvolvimento cognitivo da infância à adolescência e à capacidade de adaptar a terapia aos fatores cognitivos específicos dos transtornos de ansiedade. Adolescentes com altas níveis de ansiedade social podem se beneficiar mais da TCC-I do que da TCC-G (GUO ET AL, 2021, p. 08). Já sobre o envolvimento parental, Guo et al (2021) cita que não foi observado diferença na eficácia da TCC-I e da TCC-G quando o comprometimento dos pais foi considerado.

Guo et al (2021) esclarece que ambos os tratamentos tiveram taxas relativamente altas de desistência dos participantes, sugerindo que a aceitabilidade em psicoterapia está mais

relacionada à eficácia do que à tolerabilidade. Conclui-se que tanto a TCC-I quanto a TCC-G têm suas vantagens e desvantagens, e a escolha entre elas deve ser baseada nas necessidades individuais do paciente, considerando fatores como idade, gravidade do transtorno, preferências pessoais e disponibilidade de recursos terapêuticos (GUO ET AL, 2021, p. 08).

Wergeland et al (2021) realizaram uma revisão sistemática e meta-análise da TCC para transtornos internalizantes em crianças e adolescentes. Os transtornos internalizantes incluem ansiedade, depressão, transtorno obsessivo-compulsivo e transtorno do estresse pós-traumático. Foram incluídos 58 artigos abrangendo 4.618 participantes. A maioria dos estudos foi realizado na Europa (29), na América do Norte (18), Austrália (5), Ásia (5), América do Sul (1) e África (1) (WERGELAND ET AL , 2021, p. 05).

Os autores explicam que os transtornos internalizantes representam um grupo de transtornos mais comuns entre crianças e adolescentes e estão associados a numerosos prejuízos psicológicos, cognitivos, sociais e ocupacionais. A evidência da eficácia de tratamentos com base empírica aponta para a TCC. Contudo, os ensaios clínicos randomizados geralmente são realizados em ambientes de investigação universitária especializada e os autores levantam a questão sobre a eficácia da TCC aplicada na prática clínica (WERGELAND ET AL , 2021, p. 01).

Wergeland et al (2021) relatam que as principais diferenças entre a aplicação da TCC em espaços universitários e na prática clínica são: 1) nos ensaios de eficácia realizados em clínicas universitárias, os critérios de inclusão e exclusão são mais rigorosos para garantir homogeneidade entre os participantes. Isso pode não refletir a diversidade de pacientes e condições encontradas na prática clínica; 2) os terapeutas em ambientes universitários geralmente têm acesso a mais treinamento, supervisão e monitoramento do tratamento em comparação com os terapeutas em clínicas e 3) as clínicas universitárias podem ter recursos e estruturas diferentes das clínicas, o que pode afetar a disponibilidade de avaliações minuciosas, monitoramento do tratamento e reagendamento de consultas (WERGELAND ET AL , 2021, p. 02).

Já as semelhanças encontradas nas pesquisas feitas por Wergeland et al (2021) revelam que tanto nas clínicas das universidades quanto na prática clínica, o objetivo do tratamento é melhorar a saúde mental dos pacientes, embora os métodos e abordagens possam variar. Há uma preocupação com a validade externa dos resultados dos ensaios de eficácia, pois eles podem não se generalizar para a prática clínica devido a diferenças nos pacientes, terapeutas e contextos de tratamento. Essas diferenças e semelhanças destacam a complexidade e os desafios associados à aplicação de tratamentos empiricamente apoiados na prática clínica, especialmente

em termos de garantir a validade externa dos resultados dos estudos de eficácia (WERGELAND ET AL , 2021, p. 02).

A meta-análise apresentada por Wergeland et al (2021) teve como objetivo avaliar a eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no tratamento de transtornos de ansiedade, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e transtorno depressivo em crianças e adolescentes, quando administrada em ambientes de atendimento clínico. Os resultados indicaram que a TCC foi eficaz na redução dos sintomas e transtornos de internalização, apresentando resultados comparáveis aos estudos de eficácia realizados em ambientes universitários. Mais da metade dos jovens tratados alcançaram remissão no final do tratamento, com resultados particularmente favoráveis para TOC e TEPT. Estes achados destacam a eficácia da TCC na prática clínica e a importância de considerar diferentes variáveis na avaliação do resultado do tratamento para transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes (WERGELAND ET AL , 2021, p. 12).

Por último, Kowalczyk et al (2022) concordam com os demais autores e reforçam que os transtornos psiquiátricos mais comuns em crianças e adolescentes são os de ansiedade, afirmam que 1 em cada 4 adolescentes são afetados por essa condição psiquiátrica, ou seja, estima-se que mais de 7% dos adolescentes de 13 a 17 anos de idade foram diagnósticos com ansiedade.

Os sintomas dos transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes são semelhantes aos dos adultos e podem incluir sintomas físicos e comportamentais, como sudorese, palpitações e acessos de raiva. É importante distinguir os sintomas de um transtorno dos medos e comportamentos normais e esperados do desenvolvimento (KOWALCHUK ET AL, 2022, p. 3).

Por orientação da Força Tarefa de Serviços Preventivos dos Estados Unidos, Kowalczyk et al (2022) realizaram uma triagem com 319 crianças e adolescentes de 8 a 18 anos para avaliar os sintomas dos transtornos de ansiedade. O diagnóstico foi feito a partir de entrevistas clínicas com a criança e com o adolescente e seus principais cuidadores. Os pesquisadores reuniram dados médicos e psiquiátricos, história familiar de ansiedade e outros transtornos mentais, tratamentos atuais e passados e uso de substâncias por adolescentes ou por cuidadores. Também foram avaliados fatores traumáticos, estressores, psicossociais e desempenho educacional, além do risco de suicídio. As medidas de triagem utilizadas foram: SCARED (Transtornos Relacionados à Ansiedade Infantil), SCAS (Escala de Ansiedade Infantil de Spence) e PAS (Escala de ansiedade pré-escolar). Após avaliação e diagnóstico, os tratamentos psicológicos e

farmacológicos podem ser considerados com base na gravidade dos sintomas, preferências do paciente e disponibilidade e qualidade do tratamento (KOWALCHUK ET AL, 2022, p.8).

De acordo com Kowalchuk et al (2022), ensaios randomizados apoiam o uso da TCC para o tratamento de sintomas leves, moderados e graves. A TCC é uma abordagem diretiva, limitada no tempo e tem como objetivo identificar como os pensamentos afetam o humor e o comportamento. A TCC tem dois componentes: modificação de padrões de pensamento e cognições e mudança de padrões comportamentais. A reestruturação cognitiva é um aspecto essencial da TCC que ajuda crianças e adolescentes a se tornarem mais conscientes de seus pensamentos, proporcionando uma oportunidade de examinar com precisão esses pensamentos e substituí-los por outros mais adaptativos. O componente comportamental utiliza estratégias como treinamento de habilidades sociais, estratégias de relaxamento e técnicas de exposição para mudar o comportamento. Técnicas de exposição são usadas para abordar o comportamento de evitação, que é conhecido por manter ou piorar a ansiedade ao longo prazo. Uma técnica de exposição comumente usada é a dessensibilização sistemática, que é uma exposição gradual e progressiva a estímulos temidos- (KOWALCHUK ET AL, 2022, p. 8).

Os mesmos autores pontuam que o tratamento farmacológico pode ser considerado quando a criança ou o adolescente apresenta sintomas moderados a graves, como por exemplo: presença de ataques de pânico, incapacidade ou recusa de ir a escola, entre outros. Além disso, quando o paciente não deseja ou é incapaz de ir a psicoterapia e quando a TCC apresentou uma resposta fraca no caso, os psicofármacos podem ser usados. Os inibidores seletivos da receptação da serotonina (ISRS) são considerados medicamentos de primeira linha para transtornos de ansiedade e geralmente são bem aceitos (KOWALCHUK ET AL, 2022, p. 9). Os autores concluem que a TCC e a TCC combinada com medicamentos demonstram ser mais eficazes no tratamento de transtornos de ansiedade com crianças e adolescentes (KOWALCHUK ET AL, 2022, p. 10).

Já entre os estudos nacionais da revisão bibliográfica sobre a terapia cognitivo comportamental no tratamento da ansiedade na adolescência, foram usadas as dissertações de Costa (2010), Souza (2011) e Davis (2023). É válido ressaltar que os estudos fazem parte de programas de mestrado na área de psiquiatria e não de psicologia.

A pesquisa de Costa (2010) tem como objetivo principal testar a eficácia dos inibidores seletivos de recaptura de serotonina e dos antidepressivos tricíclicos em crianças e adolescentes com diagnóstico de algum transtorno de ansiedade (TA). A autora afirma que esses transtornos estão entre os mais comuns na infância e adolescência e que o curso e prognóstico variam conforme a idade de início, duração, gravidade de sintomas e desenvolvimento de

comorbidades. (COSTA, 2010, p. 10 e 21). No estudo realizado por Costa (2010) participaram 30 crianças e adolescentes com idades de 7 a 17 anos, que preencheram critérios diagnósticos para transtornos de ansiedade. Eles estavam inscritos no Programa de Transtornos de Ansiedade na Infância e Adolescência do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (COSTA, 2010, p. 71).

Segundo Costa (2010), os transtornos ansiosos apresentam etiologia multifatorial, com contribuições genéticas e ambientais. Outros fatores que influenciam no desenvolvimento dos TA são as características individuais relacionadas a vulnerabilidade ao estresse, estratégias de enfrentamento e temperamento, além da presença de transtornos ansiosos ou depressivos nos pais. Em relação ao tratamento, Costa (2010) explica que muitos estudiosos acreditam que a combinação entre a terapia cognitivo comportamental (TCC) e intervenções medicamentosas são o tratamento atual de escolha para a maioria das crianças e adolescentes com transtornos de ansiedade.

Na revisão de literatura feita por Souza (2011), ela explica que o primeiro ensaio clínico controlado de TCC para crianças e adolescentes com transtornos de ansiedade foi o programa “Coping Cat” que consistia em ensinar o paciente a reconhecer os sintomas da ansiedade, modificar cognições, desenvolver um plano para lidar com as situações ansiogênicas, estimular a exposição gradual e recompensá-lo pelo esforço (KENDALL, 1994, apud SOUZA, 2011, p. 29).

Souza (2011) cita que por um longo período a noção difundida era a de que os medos e preocupações durante a infância e adolescência eram transitórias. Ao longo dos anos, algumas mudanças puderam ser observadas e outros critérios e nomenclaturas foram adotados para que o diagnóstico fosse mais coerente. A pesquisa de Souza (2011) está em concordância com os estudos de Costa (2010) sobre a etiologia dos transtornos e acrescenta que os fatores causais podem incluir disfunções cognitivas e eventos condicionadores no início da infância.

A autora relata que o uso de inibidores seletivos da recaptação da serotonina é indicado para o tratamento dos transtornos de ansiedade com crianças e adolescentes e ressalta que da mesma forma que nos psicofármacos, também há poucos estudos avaliando o papel das psicoterapias para ansiedade na infância e adolescência. Entretanto, a terapia cognitivo comportamental (TCC) tem demonstrado eficácia considerável nos estudos. Em geral, o tratamento é constituído por uma abordagem multimodal, que inclui orientação aos pais e à criança e o adolescente, sessões individuais ou em grupo, uso de psicofármacos e intervenções familiares (SOUZA, 2011, p. 27).

A pesquisadora cita que estudos sobre a aplicação da TCC com crianças e adultos começaram a surgir no início dos anos 80. A prática da TCC com essa faixa etária é estruturada, orientada para o problema, colaborativa e estratégica, baseada na formulação cognitiva comportamental dos fatores mantenedores das dificuldades do paciente (SOUZA, 2011, p. 29).

“O objetivo da TCC em crianças e adolescentes é reduzir os componentes cognitivos, comportamental e somático da ansiedade, auxiliando-os a reconhecer sentimentos de ansiedade e reações fisiológicas a esta, clarificar pensamentos ou cognições em situações provocadoras da ansiedade, desenvolver habilidades para lidar com a ansiedade e avaliar resultados obtidos.” (SOUZA, 2011, p. 30).

Souza (2011) pontua que as técnicas a serem utilizadas são: psicoeducação, relaxamento, reestruturação cognitiva, resolução de problemas, reforço de contingência, modelagem e procedimentos baseados na exposição.

Na pesquisa de Souza (2011) inicialmente 2.457 jovens de 10 a 13 anos participaram da triagem. Como critério de inclusão eles não poderiam estar sob psicoterapia ou tratamento psicofarmacológico e estar disponíveis para participar da TCC em grupo por 14 semanas. Os critérios de exclusão foram: comorbidades graves que exigiam tratamento imediato, diagnóstico principal de TEPT, TOC, transtornos psicóticos ou transtorno do desenvolvimento e disfunção cognitiva importante. Quarenta e cinco sujeitos atenderam aos critérios de inclusão. A autora concluiu que a elaboração de um protocolo de TCC é complexo e exige adaptações culturais e que o grupo foi viável e eficaz para que os sintomas de ansiedade apresentassem uma melhora. O objetivo da pesquisa de Souza (2011) foi avaliar a resposta à TCC, descrever a elaboração e o desenvolvimento de um protocolo em grupo para pré-adolescentes e avaliar o impacto da intervenção nos sintomas de ansiedade e na qualidade de vida deles.

Os estudos de Davis (2023) também citam que os transtornos de ansiedade (TAs) são os transtornos mais comuns entre crianças e adolescentes. Kendall (1994) apud Davis (2023) realizou o primeiro ensaio clínico com TCC em crianças e adolescentes com TAs. O programa chamado Coping Cat visava a instruir o indivíduo a identificar os sinais de ansiedade que experimenta, reestruturar pensamentos negativos, criar um plano para enfrentar a ansiedade, promover uma exposição gradual a situações temidas e reconhecer e recompensar seus esforços ao longo do processo. Sobre a etiologia dos transtornos, a autora explica que há a combinação de variáveis biológicas e ambientais. Além da genética, outros fatores são apontados como de risco, como: estilos de apego inseguro, temperamento da criança e estilos parentais. A ansiedade

patológica contribui para o desenvolvimento de estratégias compensatórias para evitar o contato com a causa do medo (DAVIS, 2023, p. 18).

Davis (2023) esclarece que existem poucos ensaios clínicos que avaliam o uso de medicações no tratamento dos transtornos de ansiedade (TAs) em crianças e adolescentes e também aqueles que avaliam o papel das psicoterapias. Porém, a TCC destaca-se em quantidade de estudos controlados que comprovam sua efetividade para pacientes com TAs.

“Os protocolos de TCC costumam ter 10 a 20 semanas e tem como objetivo reduzir os componentes cognitivos, comportamentais e somáticos da ansiedade, auxiliando-os a conhecer o sentimento de ansiedade e reações fisiológicas a ela, esclarecer pensamentos ou crenças em situações que provoquem ansiedade, desenvolver habilidades para lidar com tal condição e avaliar os resultados obtidos.” (DAVIS, 2023, p. 25).

Em relação as técnicas, Davis (2023) cita que as técnicas cognitivas visam a instrumentalizar terapeutas para o trabalho de identificação, análise e reestruturação de pensamentos e crenças. Algumas delas são: psicoeducação, automonitoramento, registro de pensamentos disfuncionais, questionamento socrático, reconhecimento e manejo das emoções e das reações corporais, reestruturação cognitiva, resolução de problemas, autoinstrução, distração, ensaio cognitivo ou role-play, autoavaliação e autorrecompensa (DAVIS, 2023, p. 26, 27 e 28).

Já as técnicas comportamentais têm o propósito de ajudar as crianças e adolescentes a enfrentarem gradativamente as situações temidas, rompendo o ciclo da evitação e desenvolver habilidades. As citadas por Davis (2023) são: experimentos comportamentais, treino de habilidades sociais, exposição, relaxamento muscular progressivo, respiração diafragmática, programação das tarefas de casa, modelagem e manejo de contingências (DAVIS, 2023, p. 29 e 30).

O foco da pesquisa de Davis (2023) foi o desfecho de longo prazo após dois anos de terapia cognitivo comportamental em grupo para adolescentes com transtorno de ansiedade. Trata-se de um estudo de seguimento de dois anos após o término de 14 sessões de terapia cognitivo comportamental em grupo baseadas no programa Coping Cat (KENDALL, 1994, APUD DAVIS, 2023, p. 75). Ao final do estudo, 19 pacientes completaram o tratamento. Os resultados do estudo demonstraram que houve manutenção na melhora no funcionamento

global comparado ao início do tratamento, indicando ganhos da terapia cognitivo comportamental em grupo em até dois anos após o tratamento (DAVIS, 2023, p. 83).

Discussão:

Os estudos internacionais e nacionais compartilham o foco na eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) no tratamento dos transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes. Ambos revisam a literatura científica sobre o tema, destacando a importância da TCC como uma abordagem terapêutica eficaz (JAMES ET AL, 2020; WALTER ET AL 2020; BAKER ET AL, 2021; GUO, 2021; WERGELAND, 2021; KOWALCZUK ET AL, 2022; COSTA, 2010; SOUZA, 2011 E DAVIS, 2023).

As técnicas da TCC mencionadas nos artigos incluem: 1)psicoeducação sobre a ansiedade, 2)estabelecimento de metas comportamentais, 3)automonitoramento para identificação de sentimentos, reações corporais associadas à ansiedade, pensamentos e comportamentos, 4) reestruturação cognitiva, 5) técnicas de relaxamento, 6)modelagem e dramatização, 7)treinamento de habilidades de enfrentamento e habilidades sociais, 8)resolução de problemas, 9)dessensibilização sistemática, 10)exposição gradual a situações temidas, 11)intervenções direcionadas à família para melhorar as relações e reduzir a ansiedade dos pais e 12)intervenções direcionadas à escola para promover estratégias eficazes de resolução de problemas no ambiente escolar.

Kendall et al (2000) apud Pheula e Isolan (2007) enfatizaram a utilidade das técnicas cognitivo-comportamentais na infância e na adolescência por serem orientadas para resolução de problemas, enfatizarem o processamento de informação e sua ligação com emoções específicas, focarem domínios sociais e interpessoais, utilizarem tarefas e possibilitarem a verificação de melhora em situações práticas e de performance. Além disso, apresentam tendências focal e educativa, facilitando a adesão.

Neufeld e Peron (2018) confirmam que a terapia cognitivo-comportamental tem se estabelecido como o método preferencial na intervenção psicológica com jovens. Na prática clínica direcionada a crianças e adolescentes, sob a abordagem da TCC, são compartilhados os mesmos fundamentos teóricos das intervenções com adultos. Isso ocorre porque as estratégias de intervenção focalizadas na cognição, emoção e comportamento têm como objetivo adaptar o indivíduo ao seu ambiente, resultando em uma melhoria da qualidade de vida e saúde mental dos jovens.

Os autores (JAMES ET AL, 2020; WALTER ET AL 2020; BAKER ET AL, 2021; GUO, 2021; WERGELAND, 2021; KOWALCZUK ET AL, 2022; COSTA, 2010; SOUZA, 2011 E

DAVIS, 2023) também concordam sobre a etiologia dos transtornos de ansiedade, enfatizando fatores genéticos, ambientais e cognitivos. Além disso, destacam a importância da avaliação diagnóstica, integração de técnicas comportamentais e cognitivas, e consideração do uso de medicamentos, como os inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS), em conjunto com a TCC em casos mais graves. Assim como fazem uma análise do melhor formato para a aplicação da TCC, em grupo ou individual.

Pheula e Isolan (2007) corroboram a ideia de que a aplicação da terapia cognitivo comportamental em grupo, com os pais e na escola podem apresentar bons resultados. A pesquisa de Narciso e Neto (2023) valida as informações apresentadas acima quando relata que para cada tipo de transtorno de ansiedade, usa-se um tratamento farmacológico específico e destacam a TCC como uma terapia de curto prazo tendo como foco diretamente no problema.

Já em relação as diferenças entre a revisão bibliográfica internacional e nacional sobre a eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no tratamento da ansiedade na adolescência está a contextualização cultural. A revisão internacional pode ter considerado uma gama mais ampla de contextos culturais e sociais, refletida na seleção de estudos de diferentes países e regiões. Enquanto isso, a revisão nacional pode ter fornecido insights mais específicos sobre a aplicabilidade da TCC no contexto cultural e social brasileiro.

Em resumo, enquanto os estudos internacionais e nacionais convergem na eficácia da terapia cognitivo-comportamental no tratamento da ansiedade em crianças e adolescentes, existem algumas diferenças na abordagem, contexto e ênfase nas técnicas utilizadas, bem como na aplicação individual versus em grupo. Essas nuances refletem as diferentes perspectivas e abordagens adotadas por pesquisadores em diferentes contextos e tradições acadêmicas, porém ambas abordagens oferecem contribuições valiosas para a compreensão e o tratamento dos transtornos de ansiedade na adolescência.

Conclusão:

Os estudos de James et al (2020), Walter et al (2020), Baker et al (2021), Guo et al (2021), Wergeland et al (2021) e Kowalczyk et al (2022) fornecem uma visão abrangente sobre a eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no tratamento da ansiedade na adolescência. Embora haja diferenças nos detalhes metodológicos e nas populações estudadas, todos os autores concordam que a TCC é uma intervenção eficaz para reduzir os sintomas de ansiedade em crianças e adolescentes. James et al (2020), por exemplo, enfatizam a importância da inclusão da família no tratamento, enquanto Guo et al (2021) comparam a eficácia da TCC individual e em grupo. Walter et al (2020) discutem a eficácia dos inibidores seletivos da

recaptação de serotonina (ISRS) em combinação com a TCC. Além disso, tanto Wergeland et al (2021) quanto Kowalczyk et al (2022) destacam a importância da aplicação da TCC na prática clínica e da necessidade de adaptação dos tratamentos baseados em evidências às diferentes condições encontradas no ambiente clínico. Portanto, apesar das variações nos métodos e abordagens, esses estudos convergem para a conclusão de que a TCC, seja ela individual ou em grupo, combinada ou não com medicamentos, é uma abordagem eficaz e amplamente recomendada para o tratamento da ansiedade na adolescência.

Já as pesquisas nacionais, exemplificadas pelos trabalhos de Costa (2010), Souza (2011) e Davis (2023), contribuem significativamente ao contextualizar a eficácia da TCC dentro da realidade brasileira e ao explorar diferentes modalidades de intervenção, como sessões individuais e em grupo. Além disso, enfatizam a necessidade contínua de mais pesquisas para aprimorar e direcionar ainda mais o tratamento dos transtornos de ansiedade na adolescência.

As limitações dos estudos revisados podem impactar diretamente na interpretação dos resultados e na sua aplicação prática na área da saúde mental. Primeiramente, o viés de publicação pode distorcer a percepção da eficácia da terapia cognitivo-comportamental, já que resultados positivos tendem a ser mais divulgados do que os negativos. Além disso, a heterogeneidade dos participantes, incluindo diferenças em idade, gravidade dos sintomas e histórico médico, pode limitar a generalização dos resultados para uma ampla gama de pacientes.

Outra questão importante é a limitação na avaliação dos resultados, uma vez que as medidas utilizadas podem não capturar totalmente a complexidade dos sintomas de ansiedade ou depender excessivamente de autorrelatos, introduzindo possíveis vieses nos resultados. A falta de diversidade cultural nos estudos revisados pode limitar a aplicabilidade dos resultados para diferentes populações e contextos culturais.

É essencial ressaltar a importância de conduzir pesquisas específicas voltadas apenas para adolescentes quando se trata de transtornos de ansiedade. Embora existam evidências significativas da eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC) em adolescentes, é fundamental reconhecer que essa faixa etária apresenta características distintas que podem influenciar o tratamento e os resultados.

Os adolescentes frequentemente enfrentam desafios únicos em termos de desenvolvimento cognitivo, emocional e social, que podem impactar a maneira como respondem à TCC e outras formas de intervenção. Além disso, suas necessidades e preocupações podem diferir das crianças mais jovens ou dos adultos, exigindo abordagens terapêuticas específicas e adaptadas.

Conduzir pesquisas exclusivamente focadas em adolescentes permite uma compreensão mais aprofundada de como os transtornos de ansiedade se manifestam nessa fase da vida e quais intervenções são mais eficazes para essa população. Isso pode incluir a avaliação de técnicas terapêuticas específicas, a consideração de fatores contextuais e culturais, bem como a identificação de estratégias de engajamento e motivação dos adolescentes no processo terapêutico. As intervenções da TCC, especialmente quando integradas com PBE e abordagens transdiagnósticas, podem ser altamente eficazes para promover a saúde mental entre adolescentes do Ensino Médio.

Portanto, para garantir que as conclusões dos estudos sejam aplicáveis e relevantes para os adolescentes que sofrem de transtornos de ansiedade, é crucial investir em pesquisas que se concentrem exclusivamente nessa faixa etária. Isso ajudará a informar práticas clínicas mais eficazes e a melhorar os resultados do tratamento para os adolescentes que enfrentam esses desafios.

ANEXO 2

Título	Autor	Ano	Resumo
Cognitive behavioral therapy for anxiety disorders in children and adolescents (Review).	James et al	2020	O estudo examina a eficácia da terapia cognitivo comportamental (TCC) no tratamento de transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes e conclui que a TCC é eficaz, principalmente quando comparada a nenhum tratamento, e destaca a importância da exposição gradual como uma técnica-chave. Além disso, enfatiza a inclusão da família no tratamento como uma prática benéfica.
Clinical Practice Guideline for the Assessment and Treatment of Children and Adolescents With Anxiety Disorders	Walter et al	2020	Os autores abordam a prevalência e o impacto dos transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes. Destacam a importância da avaliação diagnóstica e do planejamento de tratamento individualizado. Sugerem que a TCC é eficaz, especialmente quando combinada com inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS) em casos graves.
The Effectiveness of Psychological Therapies for Anxiety Disorders in Adolescents: A Meta-Analysis	Baker et al	2021	O estudo revisa a eficácia da TCC no tratamento de transtornos de ansiedade em adolescentes e conclui que a TCC é eficaz na redução dos sintomas, mas ressalta a necessidade de mais pesquisas para identificar tratamentos mais específicos para as necessidades de desenvolvimento dos adolescentes.
Individual vs. Group Cognitive Behavior Therapy for Anxiety Disorder in Children and Adolescents: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials.	Guo et al	2021	Os autores realizaram uma meta-análise de ensaios clínicos randomizados para comparar a eficácia e a aceitabilidade da TCC em grupo (TCC-G) e individual (TCC-I) para transtornos de ansiedade em jovens. Os resultados indicaram que não houve diferenças significativas entre as modalidades em relação à redução dos sintomas e à remissão do diagnóstico pós-tratamento. No entanto, a TCC mostrou-se mais eficaz do que nenhum tratamento na redução dos sintomas de ansiedade. A análise também apontou que a TCC-I pode oferecer uma abordagem mais personalizada, enquanto a TCC-G pode fornecer um ambiente de apoio social. A escolha entre as modalidades deve ser baseada nas necessidades individuais do paciente, considerando fatores como idade, gravidade do transtorno e preferências pessoais.
Cognitive behavior therapy for internalizing disorders in children and adolescents in routine clinical	Wergeland et al	2021	A revisão destaca que os transtornos internalizantes são comuns na infância e na adolescência e estão associados a diversos prejuízos psicológicos, cognitivos, sociais e ocupacionais. Embora a evidência aponte para a eficácia da TCC, os autores ressaltam a necessidade de investigar sua aplicação na prática clínica, levando em conta as diferenças entre ambientes universitários e clínicas. As principais

care: A systematic review and meta-analysis			diferenças incluem critérios de inclusão/exclusão mais rigorosos em ambientes acadêmicos, maior acesso a treinamento e monitoramento para terapeutas universitários, e variações nos recursos disponíveis. No entanto, tanto na universidade quanto na prática clínica, o objetivo do tratamento é melhorar a saúde mental dos pacientes. A meta-análise revela que a TCC é eficaz na redução dos sintomas e transtornos de internalização, com resultados comparáveis aos estudos universitários. Mais da metade dos jovens tratados alcançou remissão no final do tratamento, destacando a eficácia da TCC na prática clínica.
Anxiety Disorders in Children and Adolescents	Kowalchuk et al	2022	Os autores destacam a eficácia da TCC, tanto isoladamente quanto combinada com medicamentos, e enfatizam a importância da avaliação diagnóstica e do tratamento individualizado.
Comparação entre clomipramina e fluoxetina para o tratamento de transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes	Costa	2010	O estudo avalia a eficácia de inibidores seletivos de recaptura de serotonina e antidepressivos tricíclicos no tratamento de transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes. Destaca a TCC como tratamento de escolha, especialmente quando combinada com intervenções medicamentosas.
Terapia Cognitivo – Comportamental para pré-adolescentes com transtornos de ansiedade: desenvolvimento das sessões e avaliação de resposta	Souza	2011	A autora descreve a aplicação da TCC em crianças e adolescentes, destacando sua estruturação, abordagem colaborativa e eficácia na redução dos sintomas de ansiedade. Avalia a resposta à TCC em pré-adolescentes, concluindo que é viável e eficaz.
Adolescentes com transtorno de ansiedade: desfecho após dois anos de terapia cognitivo comportamental em grupo	Davis	2023	A autora destaca a eficácia da TCC no tratamento de transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes. Aborda técnicas cognitivas e comportamentais utilizadas na TCC e relata resultados positivos após dois anos de terapia em grupo baseada no programa Coping Cat.

Referências:

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **DSM-5 -TR**: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5ª edição – Texto Revisado - Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Estados Unidos. 2023.

BAKER, H.J.; LAWRENCE, P.J.; KARALUS, J.; CRESWELL,C.; WAITE, P.; **The Effectiveness of Psychological Therapies for Anxiety Disorders in Adolescents: A Meta-Analysis**. Disponível em <https://doi.org/10.1007/s10567-021-00364-2>. Acesso em março de 2024.

CARVALHO, M.R.; MALAGRIS, L.E.N.; RANGÉ, B.; **A psicoeducação na Terapia Cognitivo-Comportamental**. In: CARVALHO, M.R.; MALAGRIS, L.E.N.; RANGÉ, B.; **Psicoeducação em Terapia Cognitivo-Comportamental**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2019.

COSTA, C.Z.G. **Comparação entre clomipramina e fluoxetina para o tratamento de transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes**. Dissertação. Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. 2010.

DAVIS, R. **Adolescentes com transtorno de ansiedade: desfecho após dois anos de terapia cognitivo comportamental em grupo**. Dissertação. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 2013.

FIORAVANTI, A. C. M. et al. **Avaliação da estrutura fatorial da Escala de Ansiedade-Traço do IDATE**. *Psychology & Neuroscience*, vol. 2, no. 2, p. 177-188, 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712006000200011. Acesso em: 8 jun. 2024.

GOLDANI, A. e MEZAVILA, M. **Manejando a Ansiedade: uma proposta de tratamento para adolescentes**. Nova Friburgo: In Media Res: 2020.

GUO, T., SU, J., HU, J., AALBERG, M., ZHU, Y., TENG, T., & ZHOU, X. **Individual vs. Group Cognitive Behavior Therapy for Anxiety Disorder in Children and Adolescents: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials**. Disponível em www.frontiersin.org . Acesso em abril de 2024.

JAMES, A.C.; REARDON,T.; SOLER, A.; JAMES, G.; CRESWELL,C.; **Cognitive behavioral therapy for anxiety disorders in children and adolescents (Review)**. Disponível em <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD013162.pub2/full>. Acesso em março de 2024.

JOAQUIM, S. B. **Intervenções Cognitivo-Comportamentais Transdiagnósticas em Grupo: Uma Revisão Sistemática da Literatura**. 2022. Dissertação – Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto, 2022. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/145209>. Acesso em: 8 jun. 2024.

KOWALCHUK, A.; GONZALEZ, S.J.; ZOOROB, R.J. **Anxiety Disorders in Children and Adolescents**. Disponível em <https://www.aafp.org/pubs/afp/issues/2022/1200/anxiety-disorders-children-adolescents.html>. Acesso em março de 2024.

LEAHY, Robert L. **Livre de ansiedade**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

NARCISO, A.S.; NETO, A.C.G. **Estratégias não farmacológicas empregadas no manejo da ansiedade em adolescentes.** Disponível em <https://doi.org/10.47456/rbps.v25i3.40573>. Acesso em abril de 2024.

NEUFELD, C. B.; PERON, S. **Terapia cognitivo-comportamental em grupo com crianças e adolescentes.** Disponível em <https://portal.secad.artmed.com.br/artigo/terapia-cognitivo-comportamental-em-grupo-com-criancas-e-adolescentes>. Acesso em abril de 2024.

PHEULA, G.F.; ISOLA, L.R. **Psicoterapia baseada em evidências em crianças e adolescentes.** Disponível em <https://bit.ly/49m9iNu>. Acesso em abril de 2024.

PEGG, S.; HILL, K.; ARGIROSL, A.; OLATURJI, B.; KUJAWAL, A. **Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety Disorders in Youth: Efficacy, Moderators, and New Advances in Predicting Outcomes.** Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11920-022-01384-7>. Acesso em 30 de março. 2023.

SOUSA, João Paulo M.; OSÓRIO, Flávia de L.; SCHNEIDER, Bruno Z.; CRIPPA, José Alexandre de S.; Transtornos de ansiedade (transtorno de ansiedade generalizada, ansiedade de separação e fobia social). In: ESTANISLAU, Gustavo M.; BRESSAN, Rodrigo A.; (Org). **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber.** Porto Alegre: Artmed, 2014. p.101 – 117.

SOUZA, M. A. M. **Terapia Cognitivo – Comportamental para pré-adolescentes com transtornos de ansiedade: desenvolvimento das sessões e avaliação de resposta.** Dissertação. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 2011.

SOUZA, C. M. de et al. **Ansiedade e desempenho escolar no ensino médio integrado.** 2020. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade do Vale do Sapucaí, Pouso Alegre, 2020. Disponível em: <https://www.univas.edu.br/me/docs/dissertacoes2/169.pdf>. Acesso em: 8 jun. 2024.

WALTER, H. J.; BUKSTEIN, O. G.; ABRIGHT, A. R.; KEABLE, H.; RAMTEKKAR, U.; RIPPERGER-SUHLER, J.; ROCKHILL, C. **Clinical Practice Guideline for the Assessment and Treatment of Children and Adolescents With Anxiety Disorders.** Disponível em: <http://www.jaacap.org>. Acesso em março de 2024.

WERGELAND, G. J. H.; RIISE, E. N.; OST, L.. **Cognitive behavior therapy for internalizing disorders in children and adolescents in routine clinical care: A systematic review and meta-analysis.** Disponível em www.elsevier.com/locate/clinpsychrev. Acesso em abril de 2024.

7. Considerações finais:

Os estudos sobre a implementação do Novo Ensino Médio (NEM) no Brasil revelam uma série de desafios enfrentados por escolas, gestores, professores e alunos em todo o país, incluindo a interpretação equivocada das diretrizes curriculares, dificuldades na aplicação prática de conceitos teóricos e os impactos da pandemia. Esses desafios refletem a complexidade do cenário educacional brasileiro, onde a baixa adesão dos alunos aos itinerários formativos, a falta de autonomia na escolha desses caminhos e a pouca oferta das escolas destacam a necessidade de uma abordagem mais inclusiva na formulação de políticas educacionais.

Paralelamente, os artigos sobre o tratamento da ansiedade na adolescência ressaltam a eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) como abordagem primordial. Eles também enfatizam a importância da avaliação diagnóstica precoce, o envolvimento da família e da escola, e a possibilidade de combinar a TCC com medicamentos, especialmente em casos mais graves.

Além disso, a adoção de Práticas Baseadas em Evidências (PBE) e a consideração de processos transdiagnósticos são cruciais para o sucesso dessas intervenções. A PBE assegura que as melhores pesquisas disponíveis sejam combinadas com a expertise clínica, considerando as características, a cultura e as preferências dos adolescentes, resultando em tratamentos mais eficazes e personalizados. Já os processos transdiagnósticos, que focam em fatores comuns a múltiplos transtornos mentais, permitem uma abordagem mais eficiente, abordando aspectos como padrões de pensamento disfuncionais e comportamentos mal adaptativos que são comuns em diferentes transtornos. Isso não só melhora a eficácia da TCC, mas também aumenta a capacidade de adaptar e aplicar essas intervenções em diversos contextos e populações, promovendo saúde mental entre os adolescentes. Essas conclusões sugerem uma abordagem abrangente e integrada para lidar com os transtornos de ansiedade na adolescência, reconhecendo a necessidade de mais pesquisas para aprimorar o tratamento.

A convergência dos estudos sobre a implementação do Novo Ensino Médio (NEM) e o tratamento da ansiedade na adolescência destaca a lacuna significativa de estudos em psicologia que abordem os aspectos emocionais dos adolescentes diante dessas mudanças educacionais.

No ambiente escolar, programas de TCC em grupo podem ser eficazes, pois permitem que os adolescentes compartilhem experiências, aprendam uns com os outros e desenvolvam habilidades sociais em um ambiente seguro e estruturado. O treinamento de habilidades sociais é crucial para que os adolescentes enfrentem as dificuldades do dia a dia de maneira mais

resiliente. O fortalecimento da resiliência acontece através do desenvolvimento da autoeficácia e das habilidades de enfrentamento.

A TCC também pode contribuir para o desenvolvimento de assertividade, empatia e resolução de problemas, através da identificação, modificação de pensamentos e comportamentos desadaptativos. Além disso, a TCC pode ajudar os adolescentes a desenvolver uma visão mais positiva de si mesmos e de suas habilidades. Intervenções focadas em aumentar a autoestima e a autoeficácia podem promover um melhor desempenho acadêmico e relações sociais mais saudáveis. E por fim, a TCC pode ser útil na gestão do estresse e da ansiedade relacionados aos estudos, como a pressão por desempenho, provas e decisões sobre o futuro acadêmico e profissional.

Para que essas estratégias sejam colocadas em prática no contexto escolar é necessário que os psicólogos sejam capacitados e tenham experiência em terapia cognitivo-comportamental (TCC) e em técnicas de grupo. Além disso, a comunidade escolar deve elaborar um plano de intervenção com objetivos específicos, levando em consideração a escolaridade dos alunos e a demanda apresentada. O acompanhamento do progresso dos participantes ao longo do programa, utilizando medidas de avaliação para verificar os resultados e fazer ajustes quando necessário, é essencial para testar a eficácia das intervenções.

Portanto, futuras pesquisas em psicologia, deverão investigar como as mudanças no sistema educacional, como a implementação do NEM e a transição de um segmento para o outro, impactam a saúde mental dos adolescentes. Questões como o estresse e ansiedade relacionados à adaptação a um novo currículo, a pressão acadêmica e a falta de autonomia podem ter consequências significativas para o bem-estar emocional dos estudantes.

Além disso, é interessante explorar como os recursos de apoio psicológico, como as intervenções da TCC citadas anteriormente, podem ser integrados ao ambiente escolar para ajudar os alunos a lidar com os desafios emocionais associados às mudanças no sistema educacional. Essas áreas de pesquisa não apenas preencheriam uma lacuna na literatura psicológica, mas também serão cruciais para informar políticas educacionais e de saúde mental mais inclusivas e práticas, visando a atender às necessidades emocionais e acadêmicas dos estudantes brasileiros. Investimentos e apoio adequados nessas áreas podem contribuir significativamente para garantir uma educação de qualidade e promover o desenvolvimento socioemocional e socioeconômico do país.

8. Referências bibliográficas gerais:

ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **DSM-5 -TR**: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5ª edição – Texto Revisado - Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Estados Unidos. 2023.

BARROS, P. Regulação das Emoções. In: NEUFELD, Carmem Beatriz. (Org.). **Técnicas em terapia cognitivo-comportamental com crianças e adolescentes: uma perspectiva de intervenções individuais e em grupos**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2021. p.235 – 247.

BECK, Judith S. **Terapia Cognitiva - Teoria e Prática**. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BRASIL. **Lei nº 13.415, de 16 de fevereiro de 2017. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional**. Disponível em http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/113415.htm. Acesso em 15 de abril. 2022 a.

BRASIL.Ministério da Educação e Cultura. **Novo Ensino Médio – perguntas e respostas**. Disponível em <http://portal.mec.gov.br/component/content/article?id=40361#barra-brasil>. Acesso em 15 abril. 2022 b.

BRASIL. Índice de Desenvolvimento da Educação Básica. **IDEB - Resultados e Metas**. Disponível em <http://ideb.inep.gov.br/resultado/resultado/resultadoBrasil.seam?cid=3457680>. Acesso em 15 abril. 2022 c.

BRASIL. **Plano Nacional de Educação. Lei nº13.005/2014**. Disponível <http://pne.mec.gov.br/18-planos-subnacionais-de-educacao/543-plano-nacional-de-educacao-lei-n-13-005-2014>. Acesso em 15 abril. 2022 d.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep). **Resumo Técnico: Censo Escolar da Educação Básica 2021**. Brasília, DF: Inep, 2021.

BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 15 mar. 2023 a.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. Portaria nº 373, de 2020. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/portaria/prt/portaria%20n%C2%BA%20343-20-mec.htm. Acesso em: 14 abr. 2023 b.

BRASIL. **Congresso promulga a emenda constitucional que elimina a DRU na educação**. Disponível em <https://bit.ly/4aOQ2JA>. Acesso em 14 de abril. 2023c.

BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Disponível em: <https://bit.ly/4cVluYA>. Acesso em: 14 abr. 2023 d.

BRASIL. **MEC suspende implementação do Novo Ensino Médio**. Disponível em <https://bit.ly/3Ugq4cr>. Acesso em 14 de abril. 2023 e.

BRITO, S. B.P.; BRAGA, I.O.; CUNHA, C. C.; PALÁCIO, M. A. V.; TAKENAMI, I. **Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI**. Disponível em <https://doi.org/10.22239/2317-269x.0153>. Acesso: 08 jul. 2022.

COSTA, M.O., SILVA, L.A. **Educação e democracia: Base Nacional Comum Curricular e novo ensino médio sob a ótica de entidades acadêmicas da área educacional**. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/ML8XWMP3zGw4ygSGNvbmN4p/?lang..>. Acesso em 03 mai. 2023

CUJIPERS, P.; CRISTEA, L.A.; KARYOTAKI1, E.; REIJNDERS, M.; HUIBERS, M. **How effective are cognitive behavior therapies for major depression and anxiety disorders? A meta-analytic update of the evidence**. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5032489/#:~:text=We%20conclude%20that%20CBT%20is,effects%20are%20still%20uncertain%20and>. Acesso em 30 de maio. 2023.

FIORAVANTI, A. C. M. et al. **Avaliação da estrutura fatorial da Escala de Ansiedade-Traço do IDATE**. *Psychology & Neuroscience*, vol. 2, no. 2, p. 177-188, 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712006000200011. Acesso em: 8 jun. 2024.

FREIRE, Teresa; TAVARES, Dionísia. **Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes**. Portugal. Escola de Psicologia da Universidade do Minho, 2011. Disponível em < <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v38n5/a03v38n5.pdf>>. Acesso: 06 jun. 2016.

FERREIRA, C. L. et al. **Universidade, contexto ansiogênico? Avaliação de traço e estado de ansiedade em estudantes do ciclo básico**. *Ciência & Saúde Coletiva*, vol. 21, no. 4, p. 1251-1262, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/9vk9JkNZyLX6PJF5RJKvZnq/>. Acesso em: 8 jun. 2024.

FERRETTI, C.J. **A reforma do Ensino Médio e sua questionável concepção de qualidade da educação**. *Revista Educação & Sociedade*. Abril 2018.

FERRO, J.; OLIVEIRA, A. C. P. de. **Rumo ao Ensino Médio: o papel da escola nas escolhas de alunos do 9º ano do Ensino Fundamental**. *Revista Educação Pública*. v. 21, nº 1, 12 de janeiro de 2021. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/21/2/rumo-ao-ensino-medio-o-papel-da-escola-nas-escolhas-de-alunos-do-9-ano-do-ensino-fundamental>. Acesso: 15 abr. 2022.

GOLDANI, A. e MEZAVILA, M. **Manejando a Ansiedade: uma proposta de tratamento para adolescentes**. Nova Friburgo: In Media Res: 2020.

HABIGZANG, Luísa F.; LAWRENZ, Priscila. Relacionamentos, sexualidade e autoestima. In: NEUFELD, Carmem Beatriz. (Org.). **Terapia Cognitivo-Comportamental para adolescentes: uma perspectiva transdiagnóstica e desenvolvimental**. Porto Alegre: Artmed, 2017. p.324 – 338.

JAMES, A.C.; REARDON,T.; SOLER, A.; JAMES, G.; CRESWELL,C.; **Cognitive behavioral therapy for anxiety disorders in children and adolescents (Review)**. Disponível em <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD013162.pub2/full>. Acesso em março de 2024.

MILIAUSKAS, Claudia R.; FAUS, Daniela P. **Saúde mental de adolescentes em tempos de Covid-19: desafios e possibilidades de enfrentamento**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/W578M6SCTxdZQxCCtFJSbrH/?lang=pt>. Acesso em 06 de junho. 2021.

MOREIRA, M.; TENENTE, L. **Após críticas, MEC abre consulta pública para avaliar e reestruturar Novo Ensino Médio**. Disponível em <https://g1.globo.com/educacao/noticia/2023/03/09/mec-abre-consulta-publica-para-avaliar-e-reestruturar-novo-ensino-medio.ghtml>. Acesso em 09 mar. 2023.

NARCISO, A.S.; NETO, A.C.G. **Estratégias não farmacológicas empregadas no manejo da ansiedade em adolescentes**. Disponível em <https://doi.org/10.47456/rbps.v25i3.40573>. Acesso em abril de 2024.

NARMANDAKH, A.; ROEST, A.; JONGE, P.; OLDEHINKEL, A. **Psychosocial and biological risk factors of anxiety Disorders in adolescents: a TRAILS report** Disponível em : <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01669-3>. Acesso em 30 de março. 2023.

OLIVEIRA, W.A.; SILVA, J.L.; MONEZI, A.L.; MICHELI, D.; CARLOS, D.M.; SILVA, M.A.I. **A saúde do adolescente em tempos da COVID-19**. Cadernos de saúde pública . 2020

PAPALIA, Diane E.; MARTORELL, Gabriela. **Desenvolvimento Humano**. 14. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

PEGG. S.; HILL, K.; ARGIROSL, A.; OLATURJI, B.; KUJAWAL, A. **Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety Disorders in Youth: Efficacy, Moderators, and New Advances in Predicting Outcomes**. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11920-022-01384-7>. Acesso em 30 de março. 2023.

PHEULA, G.F.; ISOLA, L.R. **Psicoterapia baseada em evidências em crianças e adolescentes**. Disponível em <https://bit.ly/49m9iNu>. Acesso em abril de 2024.

PICIRILLI, C. C. **Adolescência e juventude no século XXI**. Londrina: Editora e Distribuidora Educacional . 2019.

RANGÉ, Bernard P.; PALMA, Priscila de C.; CARVALHO, Marcele R.; PENIDO, Maria Amélia; COUTINHO, Fernanda C.; BORBA, Angélica G. Terapia cognitivo-comportamental em grupo para transtornos de ansiedade. In: NEUFELD, Carmem Beatriz.; RANGÉ, Bernard P. (Org.). **Terapia Cognitivo-Comportamental em grupos: das evidências a prática**. Porto Alegre: Artmed, 2017. p.57 – 77.

RIBEIRO, M. A.; COROPOS, M.C., FONÇANTTI, U. G.; AUDI, D. A.; AGOSTINHO, M. L.; MALKI, Y. Ser adolescente no século XXI. IN: LEVENFUS, R. **Orientação vocacional e de carreira em contextos clínicos e educativos**. Porto Alegre: Artmed. 2015.

SANTOS, R.R. **Breve Histórico do Ensino Médio no Brasil**. Disponível em <http://www.uesc.br/eventos/culturaepolitica/anais/rulianrocha.pdf>. Acesso em: 01 agos. 2022.

SIEGEL, D.J. **Cérebro Adolescente: o grande potencial, a coragem e a criatividade da mente dos 12 aos 24 anos**. São Paulo: nVersos: 2016.

SOUZA, C. M. de et al. **Ansiedade e desempenho escolar no ensino médio integrado**. 2020. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade do Vale do Sapucaí, Pouso Alegre, 2020. Disponível em: <https://www.univas.edu.br/me/docs/dissertacoes2/169.pdf>. Acesso em: 8 jun. 2024.

STALLARD, Paul. **Ansiedade: Terapia cognitiva-comportamental para crianças e jovens**. Porto Alegre: Artmed, 2010.

VAN LOON, A.; HANNEKE, E.; VOGELAAR, S.; SAAB, N.; MIERS, A.; MICHIEL, P.; **The effectiveness of school-based skillstraining programs promoting mental health in adolescents: a study protocol for a randomized controlled study**. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6999-3>. Acesso em 3 de março. 2023.

ZUCCOLO, P.F.; CASELLA, C.B.; FATORI, D.; SHEPHARD, E.; SUGAYA, L.; GURGEL, W.; FARHAT, L.C.; ARGEU, A.; TEIXEIRA, M.; OTOCH, L.; POLANCZYK, G. **Children and adolescents' emotional problems during the COVID-19 pandemic in Brazil**. Disponível em <https://link.springer.com/article/10.1007/s00787-022-02006-6> 07/04/23. Acesso em 30 de março. 2023.