

## **A TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL EM DEMANDAS DE ANSIEDADE NO CAPS DE QUIXADÁ: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

### **Maria Nathiely de Araújo Oliveira**

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).  
E-mail: nathiely72@gmail.com

### **Matheus Magno Estrela Mesquita Azevedo**

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).  
E-mail: matheusmesquita170@gmail.com

### **Sara Helena de Freitas Damasceno**

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).  
E-mail: sarafdamasceno@gmail.com

### **Milena de Holanda Oliveira Bezerra**

Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).  
E-mail: milenaholiveira@unicatolicaquixada.edu.br

## **RESUMO**

Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são voltados aos atendimentos de pessoas com sofrimento mental grave, incluindo o sofrimento resultante do uso de álcool e outras drogas, em situações de crise ou nos processos de reabilitação psicossocial. Os serviços do CAPS são especializados em saúde mental, de caráter aberto e comunitário, ou seja, não há necessidade de agendamento prévio ou encaminhamento para ser acolhido no próprio equipamento de saúde. O serviço conta com uma equipe multiprofissional e atua sob o olhar interdisciplinar. O presente trabalho tem como objetivo apresentar as práticas e os significados da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) em demandas de ansiedade, no serviço especializado na área de saúde mental da rede pública da cidade de Quixadá - CE (CAPS II). Trata-se de um relato de experiência vinculado às práticas do estágio profissionalizante I e II, que aconteceram de Agosto a de Novembro de 2022. Dentro do contexto clínico, a TCC ocorre, através da tríade cognitiva, com o intuito de promover alívio sintomático e qualidade de vida nos pacientes, a partir da aplicação de intervenções nos aspectos cognitivos, emocionais e comportamentais. A ansiedade adaptativa é uma resposta natural do organismo que tem como intuito proteger e antecipar as possíveis situações de perigo. Já a ansiedade desadaptativa é caracterizada por uma resposta desproporcional a preocupações com situações normais do cotidiano, sendo classificada como um transtorno. Um dos sintomas comumente associados a esse transtorno é a preocupação em excesso, tornando-se patológica quando interfere na qualidade de vida do ser humano. Em suma, observa-se na prática clínica que a Terapia Cognitiva Comportamental tem grande eficácia para os transtornos de ansiedade. É por meio das técnicas empregadas que são ocasionados os numerosos impactos sobre o transtorno, com o objetivo de oferecer ao sujeito uma variabilidade de instrumentos a fim de colaborar na minimização dos sintomas e facilitar a reestruturação cognitiva desse paciente.

**Palavras-chave:** Ansiedade. TCC. CAPS.