

A ansiedade infantil



<http://www.sorriacomocrianca.com.br/wp-content/uploads/2013/03/roendo-unha-3-300x224.jpg>

Ansiedade é um sentimento, geralmente, associado ao medo, antecipação de perigo ou ameaça, que vem acompanhado por pensamentos e interpretações catastróficas sobre o futuro. Este sentimento acomete tanto a população adulta quanto as crianças. E como a ansiedade se manifesta na infância?

Em termos conceituais e funcionais, a ansiedade pode se manifestar de maneira normal ou como um transtorno. Como assim, normal? É isso mesmo, a ansiedade é um sentimento importante para nós, pois quando vivenciada no dia a dia, nos permite correr atrás de um objetivo, nos preparar para os desafios e fugir de situações de perigo, sem que haja um comprometimento na nossa vida.

Por outro lado, a ansiedade considerada como um transtorno, é um sentimento que gera desconforto físico intenso como: taquicardia, tremores, sudorese, calafrios, alterações gastrointestinais, entre outras.

Além disso, segundo pesquisadores, a ansiedade patológica pode levar o paciente a desenvolver estratégias como, por exemplo, evitar o contato com aquilo que lhe causa temor, e ainda causar manifestações clínicas capazes de gerar importantes prejuízos no funcionamento normal do indivíduo. As causas dos transtornos de ansiedade ainda não são bem delimitadas, pode-se dizer

que tem muitos fatores, como origens genéticas, comportamentais ou ambientais.

Para alguns autores, os transtornos ansiosos mais frequentes nas crianças podem ser: transtorno de ansiedade de separação, mutismos seletivo, fobia específica, fobia social, transtorno da ansiedade generalizada e pânico.

O indivíduo com transtorno de ansiedade de separação tem um medo ou ansiedade associado à separação das figuras de apego (cuidadores), a um grau de reação e manifestação inadequado. Neste sentido, é uma reação de sofrimento intenso das crianças quando se veem separadas dos seus pais ou outro cuidador, mas não somente com a manifestação de choro que é esperado no primeiro dia de aula, por exemplo, é algo muito intenso, com grande sofrimento.

O mutismo seletivo é caracterizado por uma incapacidade persistente de falar em situações sociais em que existe essa expectativa, como na escola, mesmo que o indivíduo seja capaz de falar em outras situações. A criança só fala em alguns locais, como, por exemplo, em casa.

Indivíduos com fobia específica tem um medo irracional por determinados objetos ou situações. Existem vários tipos de fobias específicas: animal, ambiente natural, sangue-injeção etc. Existe ainda a ansiedade social (fobia social), ou seja, quando a criança tem medo ou ansiedade diante de situações associadas às interações sociais e que envolvem a possibilidade de ser analisada.

É importante entender as dificuldades apresentadas pelas crianças, e assim, buscar ajuda profissional, como um psicólogo ou mesmo um psiquiatra infantil, para que os “pequenos” possam resolver esta dificuldade que não se trata de “birra”, teimosia, mas de um transtorno, que deve ser tratado como tal.

* Por Maria Luiza Silva Medeiros

** Maria Luiza Silva Medeiros é psicóloga clínica, pós-graduada em Psicoterapias Cognitivas e em Neuropsicologia e membro da Comunidade Canção Nova.*

Fonte: <http://www.acritica.net/editorias/saude/a-ansiedade-infantil/176142/>