**TRANSTORNO DE ANSIEDADE SOCIAL: ABORDAGENS CONTEMPORÂNEAS NO TRATAMENTO E PREVENÇÃO**

Carla Guerra Brugnera1

Medicina, cbrugnera8@gmail.com

Marciely Maria de Lima Abreu2

Medicina, marciellyabreu\_ma@hotmail.com

Ana Gabriela Vasconcelos Cisne3

Medicina, Anagarielav.cisne@gmail.com

Maurício Medeiros de Freitas Neto4

Medicina, mauricio.medfn@gmail.com

Yasmim Figueiredo Pereira5

Medicina, yasmimfigueiredop@hotmail.com

Gabriel Augusto Mattei Battisti6

Medicina, gabriel.a.m.battisti@gmail.com

Bárbara de Pinho Prisco Damasceno7

Medicina, dra.barbaraprisco@gmail.com

Gabriel Fernandes Murad8

Medicina, gabrielmurad14@gmail.com

Catiane Ferreira Santana9

Medicina, Katianepvh@hotmail.com

Carlos Daniel Spindola Melo10

Medicina, danielspindolamelo2002@gmail.com

Marcos Gonçalves Amorim Dos Santos Filho11

Medicina, marcosgoncalves1502@gmail.com

Lys Ponte Moreira Baratta12

Medicina, lysponte@gmail.com

Guilherme Sousa Batista13

Medicina., guilherme.sousa.batista@hotmail.com

Antonio Victor Azevedo Sena14

Medicina, victorazevedo751@gmail.com

Ana Paula Rodrigues da Silva e Silva15

Medicina, anarozeno2@hotmail.com

**RESUMO:** Introdução: O transtorno de ansiedade social (TAS), também conhecido como fobia social, é caracterizado pelo medo excessivo de ser julgado ou avaliado negativamente em situações sociais. Esse transtorno pode afetar gravemente a qualidade de vida dos indivíduos, interferindo em suas interações sociais e no desempenho em diversas áreas, como estudos e trabalho. A prevalência do TAS tem aumentado nos últimos anos, gerando a necessidade de explorar abordagens contemporâneas para o tratamento e prevenção dessa condição. Objetivos: Revisar as estratégias mais recentes e eficazes para o manejo do transtorno de ansiedade social. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa de artigos científicos, a partir de bases de dados eletrônicas, como PubMed, e Scielo, utilizando os descritores "Ansiedade Social”, “Terapia Cognitivo-comportamental”, “Prevenção”. Foram incluídos estudos publicados nos últimos 10 anos que abordavam o tema, estudos experimentais, revisões sistemáticas e meta-análises. Foram excluídos estudos publicados há mais de 10 anos, estudos que não abordavam o tema da pesquisa, estudos duplicados, de revisão não sistemática e com amostras não humanas. Os dados foram extraídos e analisados de forma qualitativa. Resultados: Os resultados apontaram que a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) continua sendo a abordagem psicoterapêutica mais eficaz no tratamento do TAS. A TCC ajuda os pacientes a identificar e modificar os pensamentos distorcidos sobre si mesmos e sobre as situações sociais, além de proporcionar a exposição gradual a essas situações, reduzindo o medo e a evitação. As intervenções baseadas em exposição, que envolvem a prática de enfrentar as situações temidas, têm se mostrado eficazes na redução dos sintomas de ansiedade social a longo prazo. Além da TCC, os medicamentos também desempenham um papel importante no tratamento. Os inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS), como a sertralina e a fluoxetina, têm mostrado eficácia significativa no controle dos sintomas, especialmente em casos mais graves ou quando a terapia psicológica isolada não é suficiente. A combinação de TCC com o uso de ISRS tem se revelado uma abordagem promissora, potencializando os efeitos positivos do tratamento. Em termos de prevenção, os programas direcionados a adolescentes e jovens adultos, principalmente em escolas e universidades, têm demonstrado sucesso ao promover o reconhecimento precoce dos sinais de ansiedade social. Esses programas focam na educação emocional, técnicas de enfrentamento e promoção de habilidades sociais, ajudando os jovens a lidarem melhor com o estresse social e evitando o desenvolvimento de formas mais severas do transtorno. Outra área de discussão foi o impacto das intervenções online, como terapia cognitivo-comportamental via internet e programas de autoajuda, que têm mostrado resultados positivos na redução dos sintomas de TAS. Essas abordagens oferecem uma alternativa acessível, especialmente para aqueles que não têm acesso a terapias presenciais, permitindo que o tratamento seja feito de forma mais flexível e confidencial. Conclusão: As abordagens contemporâneas no tratamento e prevenção do transtorno de ansiedade social têm evoluído significativamente, com a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) permanecendo como a opção terapêutica mais eficaz. A combinação de TCC com intervenções farmacológicas, como o uso de ISRS, tem mostrado resultados positivos, principalmente em casos graves. Além disso, programas preventivos implementados em contextos educacionais têm se mostrado eficazes na identificação precoce do transtorno e na redução da sua incidência. A acessibilidade a intervenções online também representa um avanço importante, permitindo que mais pessoas recebam apoio no tratamento do TAS. A continuidade da pesquisa e o desenvolvimento de abordagens cada vez mais personalizadas e acessíveis são fundamentais para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos afetados por esse transtorno.

**Palavras-Chave:** Ansiedade Social, Terapia Cognitivo-Comportamental, Prevenção.

**E-mail do autor principal:** cbrugnera8@gmail.com

**REFERÊNCIAS**

ALMEIDA, ER de; MORENO, André Luiz. Terapia cognitivo-comportamental breve para transtorno de ansiedade social: Estudo de caso. Perspectivas em psicologia, v. 18, n. 2, p. 51-75, 2014.

DITTZ, Carolina Pereira et al. A terapia cognitivo-comportamental em grupo no Transtorno de Ansiedade Social. Estudos e Pesquisas em Psicologia, v. 15, n. 3, p. 1061-1080, 2015.

HEIMBERG, Richard G.; MAGEE, Leanne; BARLOW, D. H. Transtorno de ansiedade social. Manual clínico dos transtornos psicológicos: tratamento passo a passo, p. 114-154, 2016.

MÜLLER, Juliana de Lima et al. Transtorno de Ansiedade Social: um estudo de caso. Contextos Clínicos. São Leopoldo. Vol. 8, n. 1 (jan./jun. 2015), p. 159-167, 2015.

NARDI, Antonio Egidio; QUEVEDO, João; DA SILVA, Antônio Geraldo. Transtorno de ansiedade social: teoria e clínica. Artmed Editora, 2014.