

**ANSIEDADE INFANTIL: ESTRATÉGIAS PARA IDENTIFICAÇÃO E MANEJO PRECOCE**

**Eixo: Saúde mental em crianças**

**Ariel Sousa Freitas**

Graduanda em Medicina pela Universidade de Brasília - UnB

**Pedro Paulo Lesão Ribeiro Borges Anderson**

Graduando em Medicina pela Universidade Federal de Uberlândia - UFU

**João Julien Salvarani Borges**

Granduando em Medicina pelo Centro Universitário de Brasília - CEUB

**Bárbara de Abreu Albuquerque**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Facol - Unifacol

**Hellen Victoria Xavier Santos**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Facol - Unifacol

**Evelyn Sousa Nogueira de Abreu**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade de Brasília - UnB

**Neila Fernandes Justino**

Pedagoga pela Universidade Federal de Uberlândia - UFU

**E-mail do autor: sousafreitas.ariel@gmail.com**

**Introdução:** A ansiedade infantil é uma condição cada vez mais prevalente na população pediátrica, caracterizada por medos intensos, preocupações excessivas e alterações comportamentais que interferem no desenvolvimento emocional e social da criança. No contexto atual, marcado por rotinas sobrecarregadas, estímulos digitais constantes e alta exigência de desempenho, torna-se fundamental compreender os sinais precoces da ansiedade na infância para promover intervenções adequadas e evitar prejuízos a longo prazo. **Objetivo:** Apresentar estratégias eficazes para a identificação e o manejo precoce da ansiedade infantil, destacando a importância da atuação multidisciplinar, da participação familiar e da escola no enfrentamento do problema. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão narrativa da literatura por meio da análise de artigos científicos publicados entre 2018 e 2024 nas bases de dados *SciELO, PubMed* e *LILACS*, utilizando os descritores “ansiedade infantil”, “manejo precoce” e “saúde mental na infância”. Foram selecionados 32 estudos relevantes que abordavam sinais clínicos, fatores de risco, ferramentas diagnósticas e intervenções terapêuticas voltadas para o público infantil. **Resultados e Discussão:** A ansiedade é a transtorno mental mais comum na infância (DOYLE, 2022). Os primeiros sinais de ansiedade infantil costumam se manifestar por meio de queixas somáticas recorrentes, como dores abdominais e cefaleias, alterações no sono e alimentação, irritabilidade, isolamento social e queda no rendimento escolar. Crianças ansiosas tendem a apresentar padrões de pensamento catastrófico, insegurança em situações novas e grande dificuldade em lidar com frustrações. A identificação precoce requer sensibilidade dos cuidadores, capacitação de profissionais da saúde e educação, além da utilização de instrumentos validados, como escalas de avaliação comportamental. Em relação ao manejo, estratégias como psicoterapia cognitivo-comportamental adaptada à faixa etária, práticas de atenção plena, intervenções lúdicas e o envolvimento da família mostraram-se eficazes na redução dos sintomas (FINOCCHIO *et al.,* 2023). A escola, quando capacitada, pode atuar como espaço de acolhimento, promovendo ações educativas e integrativas que favorecem a saúde mental. Em alguns casos, o uso de medicações tais quais inibidores seletivos da receptação de serotonina podem ser eficazes (LESTER *et al.*, 2023). **Conclusão:** A ansiedade infantil, embora comum, não deve ser negligenciada, pois seus impactos podem perdurar até a vida adulta se não tratados adequadamente. A identificação precoce é essencial para possibilitar intervenções menos invasivas e mais eficazes, promovendo o bem-estar da criança e prevenindo transtornos mais graves. Dessa forma, destaca-se a necessidade de políticas públicas que incentivem a capacitação de profissionais, o acesso à psicoterapia e o fortalecimento dos vínculos familiares e escolares como pilares fundamentais no enfrentamento da ansiedade na infância.

**Palavras-Chaves:** ansiedade; pediatria; saúde mental.