



O IMPACTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM DE ALUNOS DO 4º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL EM ESCOLAS PÚBLICAS DE FORTALEZA

Fernanda Maria Melo Sampaio¹

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisar o impacto do transtorno de ansiedade no processo de aprendizagem de alunos do 4º ano do ensino fundamental em escolas públicas da rede municipal de Fortaleza. Considerando o crescimento de diagnósticos de transtornos emocionais entre crianças em idade escolar, esta pesquisa se debruça sobre as manifestações da ansiedade no ambiente educacional, seus reflexos no desempenho acadêmico, nas relações interpessoais e no desenvolvimento socioemocional dos estudantes. O estudo parte da compreensão de que a ansiedade, quando persistente e em níveis elevados, pode comprometer significativamente a capacidade de concentração, memorização, organização e participação ativa dos alunos nas atividades escolares. Para isso, foram utilizados referenciais teóricos das áreas da psicologia da educação, da neurociência e da pedagogia, além de documentos oficiais e estudos de caso relacionados ao contexto da educação pública. A metodologia adotada tem caráter qualitativo, com base em revisão bibliográfica e análise de dados oriundos de observações em sala de aula, entrevistas com professores, coordenadores pedagógicos e, quando possível, com responsáveis pelos alunos. A pesquisa buscou identificar não apenas os sinais mais comuns da ansiedade infantil em ambiente escolar, mas também as estratégias adotadas pelas instituições e profissionais da educação para lidar com essa realidade. Os resultados apontam que o transtorno de ansiedade interfere diretamente na aprendizagem, especialmente em atividades que exigem exposição pública, avaliação ou cumprimento de tarefas sob pressão. Observou-se ainda a escassez de apoio psicológico sistematizado nas escolas públicas, o que dificulta tanto o diagnóstico precoce quanto o acompanhamento adequado dos estudantes com sintomas ansiosos. Conclui-se que é urgente a implementação de políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental no ambiente escolar, bem como a formação continuada de educadores para identificar e intervir de forma empática e eficaz nos casos de ansiedade. A escola precisa ser um espaço não apenas de instrução, mas também de acolhimento emocional, favorecendo o pleno desenvolvimento dos alunos em suas múltiplas dimensões.

Palavras-chave: Transtorno de Ansiedade. Aprendizagem. Educação Pública. Ensino Fundamental. Saúde Mental Escolar.

RESUMEN

Este trabajo tiene como objetivo analizar el impacto del trastorno de ansiedad en el proceso de aprendizaje de estudiantes de 4º año de primaria en escuelas públicas de la red municipal de Fortaleza. Considerando el aumento de diagnósticos de trastornos emocionales entre niños en edad escolar, esta investigación se centra en las manifestaciones de la ansiedad en el entorno educativo, su impacto en el rendimiento académico, las relaciones interpersonales y el desarrollo socioemocional de los estudiantes. El estudio se basa en el entendimiento de que la ansiedad, cuando es persistente y en niveles elevados, puede comprometer significativamente la capacidad de los estudiantes para concentrarse, memorizar, organizarse y participar activamente en las actividades escolares. Para ello, se utilizaron referentes teóricos de las áreas de la psicología educativa, la neurociencia y la pedagogía, además de documentos oficiales y estudios de caso relacionados con el contexto de la educación pública. La metodología adoptada es de carácter cualitativo, basada en la revisión bibliográfica y análisis de datos provenientes de observaciones de clase, entrevistas a docentes, coordinadores pedagógicos y, cuando fue posible, a los responsables del alumnado. La investigación buscó identificar no sólo los signos más comunes de ansiedad infantil en el entorno escolar, sino también las estrategias adoptadas por las instituciones y profesionales educativos para enfrentar esta realidad. Los resultados indican que el trastorno de ansiedad interfiere directamente en el aprendizaje, especialmente en actividades que requieren exposición pública, evaluación o realización de tareas bajo presión. También hubo una falta de apoyo psicológico sistemático en las escuelas públicas, lo que dificulta tanto el diagnóstico temprano como el seguimiento adecuado de los estudiantes con síntomas de ansiedad. Se concluye que es urgente implementar políticas públicas orientadas a la promoción de la salud mental en el ámbito escolar, así como la formación continua de los educadores para identificar e intervenir de forma empática y eficaz en los casos de ansiedad. La escuela necesita ser un espacio no sólo de instrucción, sino también de apoyo emocional, favoreciendo el desarrollo integral de los estudiantes en sus múltiples dimensiones.

Palabras clave: Trastorno de ansiedad. Aprendiendo. Educación pública. Educación elemental. Salud Mental Escolar.

¹Mestrado em Ciências da Educação pela UNADES/PY

1.INTRODUÇÃO

A educação contemporânea tem enfrentado uma série de desafios que vão além dos aspectos pedagógicos tradicionais. Entre esses desafios, os fatores emocionais e psicológicos dos alunos têm se destacado como elementos cruciais para o bom desempenho escolar. Dentre os diversos transtornos que acometem crianças em idade escolar, o transtorno de ansiedade tem se tornado cada vez mais comum e preocupante, interferindo de forma significativa no processo de ensino e aprendizagem.

O transtorno de ansiedade na infância pode se manifestar por meio de sintomas físicos e emocionais, como medo excessivo, preocupação constante, dificuldade de concentração, irritabilidade, evasão escolar e recusa em realizar atividades escolares. Essas

manifestações, muitas vezes, passam despercebidas no cotidiano da sala de aula, o que compromete a identificação precoce e a intervenção adequada por parte da escola.

Considerando a relevância desse fenômeno no contexto escolar, esta pesquisa busca investigar os impactos do transtorno de ansiedade no desempenho acadêmico de alunos do 4º ano do ensino fundamental da rede pública municipal de Fortaleza, identificando como esse transtorno afeta sua rotina escolar, suas relações interpessoais e seu processo de aprendizagem.

2.REFERENCIAL TEÓRICO

De acordo com dados divulgados pela Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil apresenta a maior taxa de prevalência de transtornos de ansiedade em nível global, afetando aproximadamente 9,3% de sua população. Esse dado alarmante evidencia um cenário crítico no que se refere à saúde mental dos brasileiros, especialmente diante do crescente número de indivíduos que vivenciam sintomas persistentes de medo, angústia, preocupação excessiva e sofrimento psíquico. A OMS também alerta para o fato de que uma em cada quatro pessoas no país poderá desenvolver, ao longo da vida, algum tipo de transtorno mental, o que inclui, além da ansiedade, quadros de depressão, fobias, transtornos do humor, entre outros.

Essa realidade impõe um grande desafio para os sistemas de saúde e educação, uma vez que o adoecimento emocional não se restringe à vida adulta, mas também se manifesta de forma preocupante em crianças e adolescentes. No contexto escolar, esse panorama se reflete diretamente no cotidiano de alunos que, muitas vezes, enfrentam dificuldades para lidar com suas emoções, compromissos escolares e relações interpessoais. A escola, como espaço de socialização e formação integral, torna-se, portanto, um ambiente privilegiado para a observação e o acolhimento dessas manifestações, exigindo ações interdisciplinares, políticas públicas eficientes e práticas pedagógicas mais sensíveis à saúde emocional dos estudantes.

Nesse cenário alarmante, os transtornos mentais — em especial a ansiedade e a depressão — se destacam como os mais prevalentes entre a população brasileira. Um levantamento realizado pela plataforma Vittude, especializada em saúde mental e bem-estar no ambiente de trabalho, revelou dados preocupantes: 37% das pessoas entrevistadas apresentavam sintomas de estresse severo, 59% estavam em estado avançado de depressão e 63% demonstravam níveis elevados de ansiedade. Esses índices refletem uma sociedade em constante tensão emocional, fortemente impactada por fatores como pressões sociais, instabilidade econômica, sobrecarga de responsabilidades e, mais recentemente, pelos efeitos prolongados da pandemia da COVID-19.

No campo da saúde mental, Dalgarrondo (2000) conceitua a ansiedade como um estado emocional perturbador, caracterizado por sentimentos intensos de nervosismo, preocupação antecipatória e desconforto em relação a eventos futuros. Esse quadro ansioso não se limita ao campo psicológico, mas se manifesta também por meio de alterações fisiológicas e comportamentais, como episódios de pânico, inquietação, fadiga excessiva, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular e distúrbios do sono. Tais sintomas, quando persistentes, interferem diretamente na qualidade de vida, no rendimento

profissional e acadêmico, nas relações interpessoais e no equilíbrio emocional dos indivíduos afetados.

Diante dessa realidade, torna-se imprescindível que as instituições — especialmente as escolas — estejam preparadas para lidar com as manifestações da ansiedade, sobretudo entre crianças e adolescentes. Compreender os sinais desse transtorno, suas causas e suas consequências no contexto escolar é fundamental para garantir um ambiente educativo mais empático, acolhedor e voltado ao desenvolvimento integral dos estudantes.

Segundo Bauer (2002), a ansiedade pode ser compreendida como uma sensação intensa de angústia, uma emoção sufocante e constante de alerta, que compromete o equilíbrio emocional do indivíduo. Esse estado psíquico é frequentemente interpretado como medo, sobretudo quando se vincula a uma causa específica, concreta e identificável. No entanto, diferentemente do medo — que se refere a uma resposta emocional diante de uma ameaça real e imediata — a ansiedade tende a se manifestar de forma antecipatória, muitas vezes sem uma justificativa clara ou proporcional à realidade da situação enfrentada.

No campo da psiquiatria e da psicologia clínica, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V, 2013) classifica os transtornos de ansiedade em três grandes categorias: transtorno de ansiedade de separação, transtorno de ansiedade social (fobia social) e transtorno de ansiedade generalizada. Esses subtipos apresentam especificidades em relação à natureza do medo vivenciado, à intensidade dos sintomas e à duração das crises. No transtorno de ansiedade de separação, por exemplo, a criança ou adolescente demonstra sofrimento intenso ao se afastar de figuras de apego, como pais ou cuidadores. Já no transtorno de ansiedade social, o indivíduo experimenta um medo persistente de ser julgado, rejeitado ou exposto negativamente em situações públicas, o que pode comprometer sua participação em atividades escolares, apresentações ou interações em grupo. Por fim, o transtorno de ansiedade generalizada caracteriza-se por uma preocupação excessiva e constante com múltiplos aspectos da vida cotidiana, mesmo quando não há ameaça evidente.

Esses transtornos compartilham, como elemento central, o sentimento de medo desproporcional, que se torna excessivo ou persistente, ultrapassando os limites considerados normais e impactando significativamente a rotina e o funcionamento social, acadêmico e emocional do sujeito. No contexto escolar, reconhecer esses diferentes tipos de ansiedade é essencial para que os educadores e gestores possam promover intervenções adequadas, contribuindo para um ambiente mais sensível às necessidades emocionais dos alunos.

Na infância, os sintomas relacionados à ansiedade frequentemente não se manifestam de forma isolada, estando, em muitos casos, associados a outros transtornos, como os de conduta, do humor e a depressão. Essa comorbidade pode intensificar os impactos negativos no desenvolvimento global da criança, refletindo-se em dificuldades nas interações sociais, no desempenho escolar e no equilíbrio emocional. Crianças ansiosas podem apresentar comportamentos de retraimento, agressividade, resistência à rotina escolar, baixa autoestima e dificuldades em estabelecer vínculos com colegas e professores. Tais

manifestações interferem diretamente em sua capacidade de aprender, participar e se desenvolver de forma plena no ambiente escolar e familiar.

De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), considera-se infância o período compreendido entre o nascimento e os doze anos de idade. Nessa fase, a criança vivencia intensos processos de transformação física, emocional, cognitiva e social. É durante esse intervalo etário que se estabelecem importantes marcos do desenvolvimento neurológico, afetivo e comportamental, que influenciarão diretamente a construção de sua personalidade, identidade e modos de se relacionar com o mundo.

Essas transformações tornam a infância um período particularmente sensível à influência de fatores internos e externos, como o ambiente familiar, as relações escolares, o estilo de vida e a qualidade do suporte emocional recebido. Quando não há acolhimento enfrentam sintomas ansiosos, o risco de agravamento das dificuldades é significativamente ampliado, podendo comprometer o processo de aprendizagem, o convívio social e o bem-estar subjetivo.

Assim, torna-se fundamental que a escola e a família estejam atentas às manifestações comportamentais e emocionais dos alunos, compreendendo que tais sinais podem refletir estados de sofrimento psíquico e demandam acolhimento, escuta qualificada e, quando necessário, apoio especializado. Promover ambientes educativos emocionalmente seguros e respeitosos é um passo essencial para o desenvolvimento saudável da criança e para a superação dos obstáculos impostos pelos transtornos de ansiedade na infância.

Nesse contexto, a infância é reconhecida como um período particularmente sensível e crítico para o surgimento e desenvolvimento de transtornos de ansiedade. Trata-se de uma fase marcada por intensas transformações físicas, emocionais e cognitivas, em que a criança começa a construir sua identidade e a desenvolver competências sociais e acadêmicas. No ambiente escolar, a introdução a uma série de novos estímulos — como a exigência por desempenho, a convivência com diferentes figuras de autoridade, a interação com os pares e a adaptação a rotinas e regras — pode se tornar fonte significativa de estresse e insegurança. Quando esses fatores não são conduzidos de forma acolhedora e pedagógica, podem agravar sintomas ansiosos e, conseqüentemente, comprometer o processo de aprendizagem.

De acordo com Santos (2009) e Silva (2006), a presença da ansiedade em crianças interfere negativamente em sua capacidade de atenção, memorização e organização do pensamento, dificultando a construção de saberes e o envolvimento ativo nas atividades escolares. Além disso, a ansiedade pode gerar comportamentos de evasão, retraimento social, irritabilidade e recusa escolar, comprometendo não apenas o desempenho acadêmico, mas também o desenvolvimento socioemocional da criança.

Diante dessa realidade, as estratégias adotadas pelos educadores assumem papel fundamental no enfrentamento das dificuldades impostas pela ansiedade infantil no contexto escolar. A mediação pedagógica sensível, pautada em práticas inclusivas, empáticas e emocionalmente seguras, é indispensável para que o aluno com transtorno de ansiedade sinta-se acolhido e motivado a participar do processo de ensino-aprendizagem.

Costa e Boruchovitch (2004) destacam que a adoção de estratégias pedagógicas adequadas pode não apenas contribuir para a melhora do desempenho escolar, mas também favorecer o controle emocional dos alunos. Tais estratégias envolvem, por exemplo, a adaptação de atividades, o respeito ao tempo de aprendizagem individual, o incentivo à autoestima, a construção de relações positivas com os colegas e professores e o estímulo à expressão de sentimentos em ambientes seguros. Ao reconhecer a dimensão emocional como elemento essencial na prática educativa, o educador fortalece seu papel como agente de promoção da saúde mental e do desenvolvimento integral da criança.

A ansiedade é um transtorno que pode apresentar sintomas já na infância, revelando-se por meio de comportamentos como medo excessivo, inquietação, irritabilidade, dificuldades de concentração, entre outros. Quando não identificada e tratada adequadamente, essa condição pode desencadear sérias consequências ao longo da vida, comprometendo o bem-estar emocional e o desenvolvimento pleno do indivíduo na vida adulta. Entretanto, é justamente na infância que o reconhecimento da ansiedade se torna mais adequado às demandas emocionais das crianças, principalmente aquelas que complexo, uma vez que a criança ainda está em processo de construção emocional e, muitas vezes, não possui recursos suficientes para compreender ou expressar com clareza os sentimentos que vivencia. Essa limitação na comunicação emocional dificulta a percepção, tanto por parte da própria criança quanto dos adultos ao seu redor, sobre a gravidade da situação.

É importante destacar que existem diferentes formas de tratamento para os transtornos de ansiedade, variando conforme a intensidade dos sintomas e as características individuais de cada caso. As abordagens podem envolver o acompanhamento psicológico, a intervenção psicopedagógica, atividades terapêuticas, apoio familiar e, em casos mais graves, até o uso de medicação, sempre sob orientação médica especializada. Contudo, antes de qualquer intervenção clínica, é essencial que o ambiente escolar assuma um papel ativo na identificação precoce e no apoio às crianças que apresentam sinais de ansiedade.

Nesse sentido, o professor torna-se figura-chave nesse processo. Cabe a ele observar com sensibilidade e atenção o comportamento dos alunos em sala de aula, identificando possíveis sinais de sofrimento emocional. A partir dessa análise, o educador pode adaptar suas estratégias pedagógicas, propondo métodos que favoreçam não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também o fortalecimento da autoconfiança, da autoestima e das habilidades socioemocionais dos estudantes. Tais práticas contribuem para melhorar o convívio social e familiar, além de atuar preventivamente na redução dos riscos de agravamento da ansiedade e no surgimento de transtornos mais severos, como a depressão.

Assim, a atuação do professor vai além da transmissão de conteúdos curriculares: ela se estende à construção de um ambiente escolar acolhedor, que reconheça e valorize o aspecto emocional da aprendizagem, contribuindo de maneira significativa para o desenvolvimento integral da criança.

Diversos fatores podem contribuir para o surgimento e o agravamento dos transtornos de ansiedade, variando desde conflitos internos e predisposições genéticas até influências ambientais e sociais. A ansiedade não se desenvolve de forma isolada, mas sim como resultado de uma combinação complexa de elementos que interagem com a história de vida e as experiências emocionais do indivíduo. Na primeira infância, período marcado

por intensas descobertas e formações de vínculos afetivos, esses fatores tornam-se ainda mais relevantes, pois o desenvolvimento psicológico e comportamental da criança está em pleno curso, sendo altamente sensível às influências externas.

Entre os elementos ambientais que podem favorecer o desenvolvimento precoce da ansiedade, destaca-se o afastamento repentino de figuras de apego, como pais ou cuidadores, o que pode gerar sentimento de insegurança e abandono. Além disso, a sobrecarga de estímulos, resultante do excesso de informações a que as crianças estão expostas desde cedo, também tem sido apontada como um fator preocupante. No contexto atual, a presença constante da tecnologia e a hiperconectividade digital impõem novos desafios ao desenvolvimento infantil. As crianças estão, muitas vezes, em contato ininterrupto com conteúdos que nem sempre são apropriados para sua faixa etária, o que pode gerar confusão emocional, medo, comparações negativas e angústia.

Adicionalmente, a pressão social por desempenho, mudanças de hábitos, adaptação a novas rotinas e exigências de comportamento afetam não apenas os adultos, mas também repercutem no universo infantil. A sociedade atual, marcada pela velocidade e pela competitividade, impõe expectativas que, quando internalizadas precocemente, podem contribuir para o surgimento de transtornos emocionais. Dessa forma, é fundamental compreender que a ansiedade na infância não é apenas uma resposta individual, mas também um reflexo de contextos familiares, escolares e socioculturais que precisam ser analisados e ressignificados.

Promover ambientes de escuta, segurança e equilíbrio emocional torna-se, portanto, essencial para o enfrentamento da ansiedade infantil e para o desenvolvimento saudável das crianças em seus múltiplos aspectos — cognitivo, afetivo e social.

3. METODOLOGIA

O presente estudo adota uma abordagem qualitativa de natureza teórica, sustentada por uma revisão bibliográfica como principal estratégia de investigação. Esta escolha metodológica se justifica pela intenção de compreender e discutir, com base em fontes já consolidadas, os impactos do transtorno de ansiedade no processo de aprendizagem de alunos do 4º ano do ensino fundamental, com ênfase no contexto das escolas públicas da prefeitura de Fortaleza. A investigação teórica permite a análise crítica e reflexiva de obras científicas que abordam as temáticas de saúde mental infantil, ansiedade, dificuldades de aprendizagem e práticas pedagógicas inclusivas.

A construção do conhecimento neste trabalho parte da leitura, seleção, análise e sistematização de conteúdos publicados em livros, artigos científicos, dissertações, teses e documentos oficiais que discutem direta ou indiretamente a influência de fatores emocionais no desempenho escolar de crianças. A metodologia escolhida visa fundamentar, teoricamente, a compreensão do problema investigado, bem como oferecer subsídios para reflexões e encaminhamentos educacionais e sociais.

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Este capítulo apresenta a análise e discussão dos principais resultados teóricos obtidos a partir da revisão bibliográfica, com base nas contribuições de diversos autores da psicologia, psiquiatria, educação e espiritualidade, como Augusto Cury (2014; 2016), Clark (2014), Beck, Silva (2007; 2011), Cartwright-Hatton (2006), Bögels e Brechman-Toussaint (2006), e Zandoná (2018). Através dessa fundamentação, busca-se compreender de forma aprofundada como a ansiedade impacta o processo de aprendizagem de crianças do 4º ano do ensino fundamental, especialmente no contexto das escolas públicas, e refletir sobre as múltiplas manifestações, causas e consequências desse transtorno na infância.

Como demonstrado no referencial teórico, a ansiedade pode se manifestar desde os primeiros anos de vida, influenciada por fatores genéticos, ambientais, sociais e emocionais. A Síndrome do Pensamento Acelerado (SPA), discutida por Cury (2014), aparece como uma das principais expressões contemporâneas da ansiedade, afetando diretamente o funcionamento cognitivo e emocional de crianças, jovens e adultos. Os seis níveis dessa síndrome evidenciam como a aceleração mental interfere na atenção, na concentração, na paciência, na capacidade de desfrutar o presente e na construção saudável de vínculos sociais e escolares. Crianças ansiosas, por exemplo, podem demonstrar comportamentos de retraimento, dificuldade em se concentrar, medo de se expor e sensação constante de inadequação, o que compromete de forma significativa o rendimento acadêmico e o bem-estar emocional.

Clark (2014) e Beck reforçam essa perspectiva ao descreverem a ansiedade clínica como uma condição marcada por pensamentos catastróficos, que levam o indivíduo a superestimar perigos futuros e subestimar sua própria capacidade de enfrentamento. Essa característica é especialmente observada em contextos de avaliação escolar, onde a criança, ao antecipar o fracasso, bloqueia sua capacidade de raciocinar, resultando em baixo desempenho e frustração. Do mesmo modo, Silva (2011) destaca que, embora a ansiedade seja um instinto natural de sobrevivência, quando ultrapassa os limites da normalidade, ela exige cuidado clínico, pois afeta tanto adultos quanto crianças.

No caso das crianças, os impactos da ansiedade são ainda mais delicados. Cartwright-Hatton (2006 apud Assis, 2007) aponta que crianças com transtornos de ansiedade apresentam maiores dificuldades para estabelecer vínculos de amizade e participar de interações sociais, prejudicando o desenvolvimento emocional e social. A isso se somam os dados de Bögels e Brechman-Toussaint (2006), que indicam que cerca de 50% da predisposição à ansiedade pode ser herdada geneticamente, embora fatores ambientais — como experiências traumáticas, rotinas caóticas e conflitos familiares — desempenhem um papel igualmente relevante.

Nesse sentido, Zandoná (2018) destaca que a ansiedade, quando ultrapassa os padrões saudáveis, transforma a realidade da pessoa em sua própria inimiga, afetando o metabolismo e comprometendo suas aptidões naturais. Essa concepção amplia a compreensão de que o transtorno não se restringe à dimensão emocional, mas alcança também o campo fisiológico, afetando o corpo, o sono, a imunidade e a energia vital da criança.

Assim, a análise dos autores aponta para a necessidade urgente de ações preventivas, pedagógicas e clínicas que promovam o reconhecimento precoce dos sintomas da ansiedade, o acolhimento das emoções e a construção de um ambiente escolar seguro, empático e emocionalmente nutritivo. A seguir, serão discutidas as implicações desses achados para o cotidiano escolar, as relações pedagógicas e a atuação dos professores diante de alunos que manifestam comportamentos ansiosos.

A análise dos dados teóricos obtidos ao longo desta pesquisa revela a complexidade da ansiedade infantil e os impactos significativos que ela provoca no contexto escolar. A ansiedade, quando não reconhecida e tratada, compromete não apenas o desempenho acadêmico, mas também o desenvolvimento emocional, social e cognitivo da criança. Conforme apontado por autores como Cury (2014; 2016), Clark (2014), Ekman (2011) e Silva (2007), a ansiedade se manifesta de forma multifacetada, com sintomas que vão desde inquietação e medo antecipatório até dificuldades de concentração, insegurança e retraimento. Tais manifestações interferem diretamente na capacidade da criança de aprender, relacionar-se com os colegas e se sentir segura no ambiente escolar.

Nesse cenário, o papel do professor é fundamental, pois ele é o profissional que tem contato direto com os alunos e pode perceber mudanças sutis de comportamento que indicam sofrimento emocional. Ao reconhecer tais sinais, o educador pode adaptar sua prática pedagógica, oferecendo atividades mais atrativas, afetivas e alinhadas às necessidades individuais dos alunos. A afetividade, nesse sentido, surge como um elemento mediador do processo de aprendizagem. Como argumenta Costa (2015), a presença do afeto na sala de aula fortalece a autonomia, a autoestima e as relações interpessoais, permitindo que a criança se sinta valorizada, ouvida e acolhida.

A Síndrome do Pensamento Acelerado (SPA), conceito proposto por Cury, tem se mostrado cada vez mais presente em contextos escolares, caracterizada pela agitação mental constante, dificuldade de concentração e sensação de fadiga intelectual. Essa condição, que afeta diretamente a capacidade de foco e processamento das informações, requer práticas pedagógicas que proporcionem desaceleração, como o uso de dinâmicas lúdicas, música relaxante, técnicas de respiração, atividades em roda e visualizações guiadas. Ao imaginar um “lugar seguro”, como sugere Rubem Alves (2000), a criança aprende a se autorregular emocionalmente, reduzindo os efeitos do estresse e da ansiedade. Essas práticas, além de fortalecerem a relação entre professor e aluno, promovem o bem-estar psíquico, favorecendo o desenvolvimento de habilidades socioemocionais essenciais.

A escola, nesse contexto, deve ser um espaço acolhedor e emocionalmente seguro. O comportamento do professor, sua linguagem, postura e forma de se expressar são determinantes na construção desse ambiente. Um professor que fala com entusiasmo, que muda a tonalidade da voz para estimular a atenção, que acolhe com empatia e escuta ativa, atua diretamente na motivação dos alunos, tornando-se um facilitador da aprendizagem e do equilíbrio emocional. Como afirma Cury (2003), o professor fascinante é aquele que entende a mente do aluno e busca respostas diferentes das esperadas, promovendo encantamento, reflexão e segurança.

Além disso, a utilização de recursos visuais, como tabelas, mapas mentais, esquemas e desenhos, tem se mostrado uma estratégia eficaz para auxiliar crianças com

dificuldades de atenção, pois contribui para a organização do pensamento e para a assimilação dos conteúdos. A integração de atividades lúdicas com elementos visuais fortalece a concentração e permite que o aprendizado ocorra de forma mais leve, criativa e significativa.

Outro ponto fundamental discutido nesta análise é a valorização do aluno. Reconhecer seus esforços, acreditar em seu potencial e celebrar suas conquistas são atitudes que influenciam positivamente sua motivação e autoestima. Quando o aluno se sente apoiado, compreendido e encorajado, ele passa a desenvolver maior confiança em si mesmo e, conseqüentemente, maior abertura para o conhecimento. O professor, ao atuar com paciência, constância e afetividade, ajuda a criança a superar suas limitações e a fortalecer sua resiliência.

Portanto, ensinar é também cuidar. É compreender que, por trás de cada comportamento, existe uma história, uma emoção, uma necessidade. O docente que compreende a função social, emocional e pedagógica de seu trabalho transforma a sala de aula em um espaço de escuta, aprendizagem e desenvolvimento humano. Assim, a prática pedagógica deixa de ser apenas um meio de transmissão de conteúdo e passa a ser uma experiência de construção conjunta, marcada pela empatia, pelo respeito às diferenças e pela valorização da criança em sua totalidade.

Diante das análises realizadas ao longo deste capítulo, torna-se evidente que a ansiedade, em suas diferentes manifestações clínicas — como o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), o Transtorno de Ansiedade Social (TAS) e o Transtorno de Ansiedade de Separação —, representa um desafio significativo no contexto educacional, especialmente nos anos iniciais do Ensino Fundamental. Esses transtornos impactam diretamente o processo de aprendizagem, a socialização e o bem-estar emocional das crianças, comprometendo não apenas o desempenho acadêmico, mas também sua autoestima, autonomia e capacidade de adaptação às rotinas escolares.

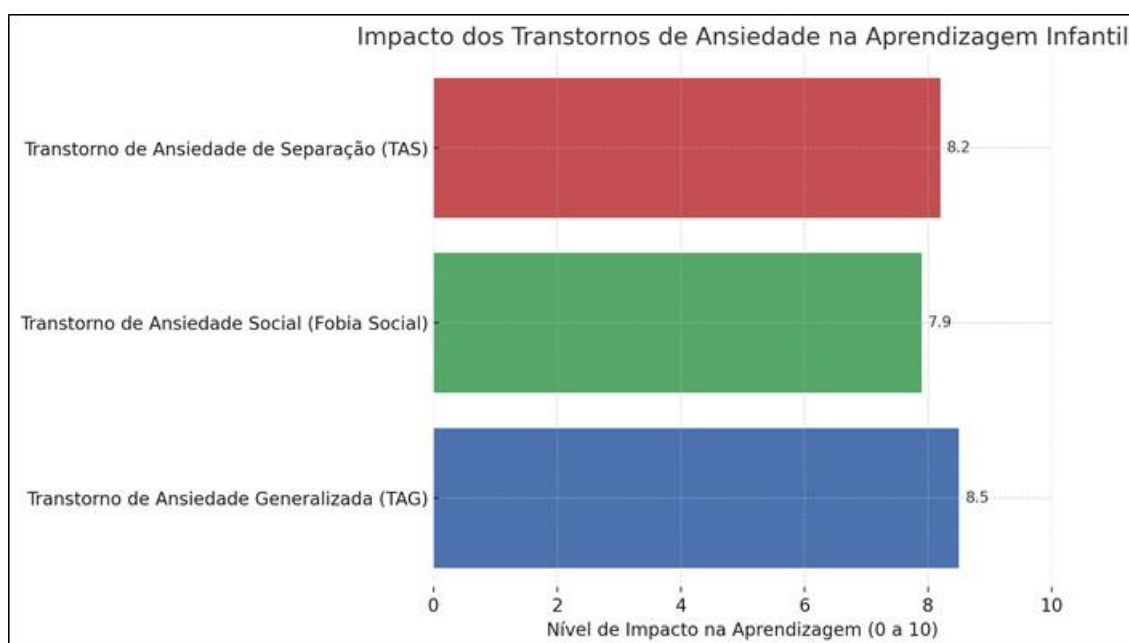
A partir das contribuições teóricas de autores como Barlow, Beck, Clark, Hofmann, Vygotsky, Cury, entre outros, foi possível compreender que a ansiedade infantil exige uma abordagem pedagógica sensível, centrada na construção de vínculos afetivos, no respeito às individualidades e na implementação de estratégias que integrem aspectos cognitivos, emocionais e sociais da aprendizagem. A escola, nesse sentido, deve ser compreendida como um espaço de acolhimento e proteção, no qual o aluno se sinta seguro para expressar suas emoções, enfrentar desafios e desenvolver-se de forma integral.

O papel do professor mostra-se central nesse processo, atuando não apenas como mediador do conhecimento, mas como agente de escuta, empatia e regulação emocional. A adoção de práticas pedagógicas como o reforço positivo, a promoção de habilidades sociais, o uso de metodologias lúdicas e a integração de atividades artísticas têm se mostrado eficazes para reduzir sintomas de ansiedade e favorecer o engajamento dos estudantes. Além disso, experiências internacionais como a aplicação do programa Fun FRIENDS e o uso de estratégias baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental reforçam a importância de intervenções sistemáticas, preventivas e bem planejadas.

Ao mesmo tempo, torna-se urgente que os profissionais da educação estejam capacitados para identificar precocemente os sinais de transtornos ansiosos, atuando de forma articulada com a família e com profissionais da saúde mental. Essa integração entre os diversos agentes envolvidos no processo educativo é fundamental para garantir que as crianças recebam o suporte necessário para lidar com suas dificuldades emocionais sem comprometer sua trajetória acadêmica e social.

Conclui-se, portanto, que enfrentar os impactos da ansiedade no processo de aprendizagem exige uma atuação intencional e interdisciplinar, sustentada por políticas públicas, formação docente continuada e práticas pedagógicas humanizadas. A escola deve ser, antes de tudo, um território de cuidado e desenvolvimento, no qual se reconheça que aprender também é sentir — e que todo sujeito só pode aprender verdadeiramente quando se sente emocionalmente acolhido, respeitado e valorizado.

GRÁFICO 1. Impactos dos Transtornos de Ansiedade na Aprendizagem Infantil



Fonte: a autora

O gráfico 1 apresentado acima ilustra, de forma comparativa, o nível estimado de impacto dos principais transtornos de ansiedade na aprendizagem infantil, com base nas análises teóricas e nas evidências discutidas ao longo deste capítulo. Utilizando uma escala de 0 a 10, foram considerados três dos transtornos mais recorrentes na infância: Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), Transtorno de Ansiedade Social (Fobia Social) e Transtorno de Ansiedade de Separação (TAS).

Observa-se que todos os transtornos avaliados apresentam níveis elevados de interferência no processo de ensino-aprendizagem, variando entre 7.9 e 8.5 pontos. O TAG aparece como o transtorno com maior impacto, devido à sua característica difusa e constante de preocupação excessiva, que compromete diretamente a atenção, o foco e o desempenho escolar. A fobia social, por sua vez, apresenta impacto semelhante, principalmente por inibir

a participação do aluno em atividades coletivas e gerar sentimentos de vergonha e constrangimento diante da exposição social. Já o TAS, comum em crianças mais novas, afeta especialmente a frequência e a permanência escolar, além de dificultar a construção da autonomia e da socialização.

Esses dados reforçam a importância de identificar precocemente os sintomas de ansiedade infantil e de implementar estratégias pedagógicas e psicossociais adequadas que garantam o acolhimento, a inclusão e o desenvolvimento integral dos estudantes. O gráfico, portanto, sintetiza visualmente os achados discutidos, servindo como suporte didático e argumentativo para a compreensão da urgência em abordar a saúde mental infantil no ambiente escolar.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como finalidade compreender e analisar os impactos do Transtorno de Ansiedade no processo de aprendizagem de alunos do 4º ano do Ensino Fundamental, em uma escola pública do município de Fortaleza. Partindo de uma abordagem bibliográfica fundamentada em estudos teóricos e clínicos, buscou-se investigar de que forma a ansiedade pode interferir nas dimensões cognitivas, emocionais e sociais da vida escolar da criança, prejudicando o seu desempenho acadêmico, sua socialização e seu desenvolvimento integral.

A análise permitiu constatar que a ansiedade infantil, especialmente quando associada a transtornos como o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), o Transtorno de Ansiedade de Separação (TAS) e o Transtorno de Ansiedade Social (fobia social), vai muito além do desconforto momentâneo ou da timidez passageira. Ela compromete a atenção, a memória, o raciocínio lógico, a autoconfiança e a motivação do aluno, afetando diretamente sua capacidade de aprender e de interagir em sala de aula. Em casos mais graves, leva à recusa escolar, isolamento social, retraimento emocional e evasão.

Com base em autores como Beck, Barlow, Clark, Vygotsky, Cury, Eisner, entre outros, pôde-se observar que os transtornos de ansiedade se manifestam de maneira multifatorial, envolvendo componentes biológicos, emocionais, sociais e familiares. A escola, como ambiente estruturante da infância, desempenha papel crucial tanto como agente de proteção quanto como possível gatilho de sofrimento psíquico, dependendo de como as interações pedagógicas e sociais são conduzidas.

Diante disso, reforça-se a necessidade de práticas pedagógicas intencionais que considerem as emoções como parte indissociável do processo de aprendizagem. O professor, enquanto mediador desse processo, deve ser preparado para identificar os sinais da ansiedade, acolher a criança de forma empática e atuar preventivamente. Estratégias como o uso do reforço positivo, a promoção de habilidades sociais, a atribuição de papéis de responsabilidade na sala de aula, o uso da ludicidade e o envolvimento em atividades artísticas e sensoriais demonstraram ser eficazes para promover o equilíbrio emocional dos estudantes.

A experiência internacional do programa Fun FRIENDS, baseado na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), ilustra que intervenções estruturadas e lúdicas, voltadas ao desenvolvimento da resiliência e das competências socioemocionais, podem ser integradas ao currículo escolar com excelentes resultados. Tais abordagens, ao aliarem conteúdo pedagógico à promoção de saúde mental, oferecem modelos replicáveis que podem ser adaptados à realidade brasileira, inclusive nas escolas públicas, desde que acompanhados por formação docente e apoio institucional.

Além disso, a educação artística mostrou-se uma aliada poderosa na construção da autonomia emocional e no controle da ansiedade. Linguagens como a música, o teatro, a dança, o desenho e a literatura proporcionam canais de expressão simbólica para sentimentos que a criança muitas vezes não consegue verbalizar. Quando inseridas no cotidiano escolar com intencionalidade, essas práticas favorecem o desenvolvimento da inteligência emocional, promovendo a regulação dos estados internos e o fortalecimento da autoestima.

Portanto, conclui-se que a ansiedade na infância, especialmente no ambiente escolar, não pode ser negligenciada ou tratada como simples agitação ou desinteresse. É um fenômeno complexo que exige olhares interdisciplinares, envolvendo educadores, psicólogos, famílias e gestores públicos. É fundamental que a escola se consolide como um espaço emocionalmente seguro, onde o aluno seja acolhido, escutado e valorizado em suas singularidades.

Essa realidade demanda, também, uma revisão das políticas públicas educacionais, com a inclusão da temática da saúde mental na formação inicial e continuada dos professores, a presença de equipes multiprofissionais nas escolas e a criação de programas permanentes de apoio emocional aos estudantes. Para isso, a efetivação dos Planos Nacional, Estadual e Municipal de Educação deve incluir metas específicas voltadas à promoção da saúde emocional e à criação de protocolos de acolhimento de alunos em sofrimento psíquico.

Como sugestão para pesquisas futuras, recomenda-se a realização de estudos de campo em escolas públicas e privadas, com aplicação de entrevistas, questionários e acompanhamento psicológico, de modo a mapear os principais fatores geradores de ansiedade em diferentes contextos escolares. Também seria pertinente investigar a eficácia de práticas pedagógicas específicas, como metodologias ativas, atividades meditativas, educação emocional e intervenções terapêuticas integradas ao ambiente escolar.

Por fim, é importante reafirmar que educar é mais do que ensinar conteúdos. É formar sujeitos críticos, sensíveis, autônomos e emocionalmente saudáveis. E isso só será possível quando reconhecermos que o aluno não é apenas um receptor de informações, mas um ser humano em processo de desenvolvimento, que sente, sofre, imagina, teme, sonha — e que só poderá aprender verdadeiramente se estiver emocionalmente acolhido, respeitado e compreendido.

6.REFERÊNCIAS

ALVES, Rubem. **A alegria de ensinar**. Campinas, SP: Papirus, 2000.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. DSM-5: **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2014. Disponível em: <https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2024.

BARLOW, David H. **Manual Clínico dos Transtornos Psicológicos**. 5. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2016. Disponível em: https://0201.nccdn.net/4_2/000/000/05c/240/Manual-dos-transtornos-psicol--gicos.pdf. Acesso em: 25 abr. 2025

BAUER, S. **Da ansiedade à depressão- da psicofarmacologia à psicoterapia**. Ericksoniana. São Paulo: Livro Pleno. 2002.

BECK, A.T., Emery, G., & Greenberg, R. (1985). **Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective**. New York: Basic Books.

BECK, Judith. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática**. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2013. Disponível em: <https://www.adventista.edu.br/source2019/psicologia/Judith-Beck.pdf>. Acesso em: 24 out. 2024.

BRASIL. [Constituição (1988)] **Constituição da República Federativa do Brasil: texto constitucional promulgado em 5 de outubro de 1988, compilado até a Emenda Constitucional no 105/2019**. – Brasília: Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 2020.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Ministério da saúde. **Transtornos Mentais e Adoecimento no Ambiente de Trabalho: Como enfrentar?** Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/ultimas-noticias-cns/2971-27-04-live-transtornos-mentais-e-adoecimento-no-ambiente-de-trabalho-como-enfrentar#:~:text=Dados%20da%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20de,mental%20ao%20longo%20da%20vida>. Acesso em: 23 out. 2024.

BRASIL. Estatuto da Criança e do Adolescente. Brasília: CBIA, 1990. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 23 abr. 2023.

BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. **Plano Nacional de Educação PNE 2014-2024: Linha de Base**. – Brasília, DF: Inep, 2015.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2018.

CLARK, David A. **Vencendo a ansiedade e a preocupação com a terapia cognitivo-comportamental: manual do paciente**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

CLARK, David A; BECK, Aaron T. **Terapia Cognitivo para os Transtornos de Ansiedade**. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.

COSTA A, E. R., & BORUCHOVITCH, E. **Compreendendo relações entre estratégias de aprendizagem e ansiedade de alunos do ensino fundamental**. Campinas, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722004000100004>. Acesso em: 7 jul. 2024.

COSTA, Danielle de Souza et al. Cartilha Conhecendo **TDAH – Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade**. Instituto Nacional de Ciência e Tecnologia Medicina Molecular/UFGM, 2015.

CURY, Augusto Jorge, 1958. **Pais brilhantes, professores fascinantes**. Rio de Janeiro: Sextante. 2003

CURY, Augusto. **Ansiedade – como enfrentar o mal do século: a síndrome do pensamento acelerado – como e por que a humanidade adoeceu coletivamente, das crianças aos adultos**. São Paulo: Saraiva, 2014

CURY, Augusto. **Ansiedade 2: autocontrole – como controlar o estresse e manter o equilíbrio**. São Paulo: Benvirá, 2016.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. Porto Alegre: Ates Médicas Sul, 2000. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462000000100012>. Acesso em: 20 maio 2024.

ECA - **Estatuto da criança e do adolescente**. – Brasília : Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 2017

EISNER, EW. **Arte e a criação da mente: o papel das artes visuais na transformação da consciência**. Paidós Iberica Ediciones S A; Translation edição. 2004.

EKMAN, Paul. **A linguagem das emoções: Revolucione sua comunicação e seus relacionamentos reconhecendo todas as expressões das pessoas ao redor**. / Paul Ekman; tradução Carlos Szlak. São Paulo: Lua de Papel, 2011.

SANTOS, Geovanna Lopes dos. **Ansiedade infantil: um olhar para os atrasos no desenvolvimento escolar em crianças dos anos iniciais do ensino fundamental**. Universidade Federal do Tocantins, Palmas, 2022. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11612/5289>. Acesso em: 28 out. 2024.

SILVA, Aneli Donizetti Leite da. MOREIRA, Mariah Julian. A desescolarização pós pandemia. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade São Francisco – Curso Pedagogia. Itatiba, 2022

SILVA, Cleimar Rosa da. Ansiedade no meio escolar. **Consórcio Setentrional de Educação à Distância**. Universidade de Brasília e Universidade Estadual de Goiás, Curso de Licenciatura em Biologia à Distância. Brasília-DF, 2011.

SILVA, Daniela Regina. **Psicologia da Educação e Aprendizagem**. Associação Educacional Leonardo da Vinci (ASSELVI). 2006.

VYGOTSKY, Lev. **A construção do Pensamento e da Linguagem**. Trad. Paulo Bezerra. São Paulo: Martins Fontes. 2001. Disponível em:
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/2477794/mod_resource/content/1/A%20construcao%20do%20pensamento%20e%20da%20linguagem.pdf. Acesso em: 23 abr. 2024

ZANDONÁ, Adriano. **Como controlar e vencer a ansiedade?** São Paulo: Canção Nova, 2018