

Adolescência e Ansiedade

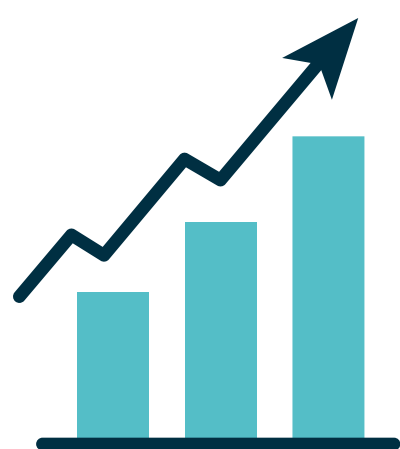
A adolescência marca a transição entre a infância e a adultez, e inclui mudanças cognitivas, físicas, sociais e emocionais [1;2*].

É esperado que o adolescente se adapte se a novos papéis e desenvolva novos padrões de comportamento e competências sociais [3;4].



Por exigir transições e adaptações, a adolescência é uma fase de maior vulnerabilidade para o surgimento de sintomas ansiosos [5].

A exposição a eventos adversos ou situações de stress pode precipitar sintomas de ansiedade [6].



Portugal apresenta a taxa mais elevada de novos casos de perturbações de ansiedade na adolescência (10–19 anos), assim como o maior impacto destas perturbações em anos de vida saudável perdidos, entre 204 países analisados [7].

Como a ansiedade se faz notar...? [8]



Medos e preocupações persistentes

Comprometimento do rendimento escolar

Irritabilidade

Isolamento social

Reações intensas a mudanças ou críticas

Mal-estar físico (dores de cabeça ou de barriga)

Dificuldades de concentração

Padrão de sono insatisfatório

Evitamento de situações novas ou desafiantes

Necessidade constante de validação



universidade
de aveiro



REPÚBLICA
PORTUGUESA



Fundação
para a Ciência
e a Tecnologia

*Aceda às
referências
numeradas
neste poster
em...

