

TRANSTORNO DE PÂNICO: Suas implicações em sala de aula

Adilson Dias Bastos¹

Resumo

O transtorno de pânico é caracterizado por ataques recorrentes de intensa ansiedade e alterações físicas inesperadas, como taquicardia, sudorese, tremores e sensação de sufocamento. Esses episódios são abruptos, atingindo o ápice em minutos e frequentemente associados ao medo de morrer, enlouquecer ou perder o controle. Após as crises iniciais, os indivíduos podem desenvolver comportamento de esquiva e agorafobia, evitando situações em que acreditam que seria difícil escapar ou obter ajuda, o que compromete sua rotina e qualidade de vida. Freud propõe que a angústia, no transtorno do pânico, remonta ao desamparo original vivido no nascimento, servindo como protótipo para outras experiências de ansiedade ao longo da vida. Esse desamparo, segundo a psicanálise, impulsiona o recalque e reflete a luta do ego para lidar com os estímulos avassaladores. O tratamento combina psicoterapia e medicação. Por meio do entendimento das origens emocionais das crises, o paciente pode ressignificar seus medos e reduzir a intensidade dos ataques. Por fim, aponta-se para a adoção de algumas estratégias emergenciais em situações de crises de pânico.

Palavras-chave: Angústia. Psicanálise. Transtorno de Pânico.

¹ Doutor em Psicologia Social (UERJ), Docente (UGB - FERP).