



Perspectivas atuais sobre o trinômio adolescência, família e estresse psicológico: uma revisão sistemática

Giovanna de Carvalho Vilas Boas¹, Vitor Guilherme Santin dos Santos², Juliana de Castro Prado Friedrich³, Rute Grossi-Milani⁴

¹Acadêmica do Curso de Medicina; Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - Unicesumar. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. givboas@hotmail.com. ²Acadêmico do Curso de Medicina, Campus Maringá-PR, UniCesumar. [vitorviqui@gmail.com](mailto: ritorviqui@gmail.com). ³Co-orientadora, doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde UniCesumar. jujcp@hotmail.com. ⁴Orientadora, Docente do Curso de Psicologia e do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, UniCesumar. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. Bolsista Produtividade em Pesquisa do ICETI. Campus Maringá-PR. rute.milani@unicesumar.edu.br.

RESUMO

Introdução: A adolescência é uma fase crucial do desenvolvimento humano, caracterizada por uma série de transformações físicas, emocionais e sociais que influenciam significativamente o bem-estar. Os adolescentes enfrentam o desafio de navegar nas complexidades dos relacionamentos interpessoais, explorar e consolidar suas identidades individuais, bem como desenvolver autonomia em meio às expectativas dos pais e da família em constante evolução. Essa transição para a vida adulta pode ser particularmente desafiadora quando há uma dinâmica familiar marcada pelo conflito e pelo estresse, impactando no equilíbrio emocional e psicológico dos adolescentes. O estresse não é apenas um fenômeno individual, desenvolve-se também enquanto um processo familiar e social. A dinâmica familiar desempenha um papel fundamental no desenvolvimento psicossocial dos adolescentes, influenciando sua capacidade de adaptação, suporte emocional e manejo de estresse. Desequilíbrios na estrutura familiar, conflitos parentais e problemas econômicos podem comprometer a funcionalidade familiar e aumentar o risco de problemas de saúde mental entre os adolescentes. Durante a adolescência, as práticas parentais exercem uma influência significativa no desenvolvimento socioemocional e comportamental dos filhos. A qualidade da comunicação familiar, por exemplo, desempenha um papel crucial na promoção do ajustamento emocional e comportamental dos jovens, enquanto problemas nessa área estão associados a comportamentos disruptivos e problemas de saúde mental. Os jovens passam por mudanças significativas no cérebro, sendo que seu desenvolvimento neuroanatômico nessa fase é caracterizado pelo amadurecimento das regiões subcorticais afetivas, como a amígdala, que aumenta de volume até o final da adolescência, enquanto as regiões frontais, como o córtex pré-frontal, passam por uma redução no volume de substância cinzenta devido à poda sináptica para otimizar as funções cognitivas. Essas mudanças cerebrais têm implicações no controle dos processos socioemocionais e na vulnerabilidade a problemas de saúde mental, tornando o apoio familiar ainda mais crucial durante esse período de transição. A falta de carinho parental e os conflitos familiares podem contribuir para sintomas psicológicos mais intensos na adolescência, destacando a importância dos comportamentos parentais positivos no bem-estar dos jovens. Diante desse contexto complexo, é essencial adotar uma abordagem holística que considere não apenas os aspectos individuais,



mas também os familiares e ambientais na compreensão dos impactos do estresse na adolescência. **Objetivo:** Este estudo tem como objetivo investigar a relação entre o suporte familiar e o estresse psicológico na adolescência. A pesquisa pretende examinar a importância da fase da adolescência para o desenvolvimento psicossocial dos jovens e avaliar os possíveis desdobramentos e consequências do estresse psicológico nesta fase da vida. Ao compreender melhor como o suporte familiar influencia o estresse psicológico e como esses fatores afetam o desenvolvimento dos adolescentes, o estudo visa fornecer uma análise mais abrangente dos fatores que impactam o bem-estar dos jovens durante essa transição crucial para a vida adulta. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão sistemática, a qual adotará as diretrizes do método PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Serão utilizadas as palavras-chaves: adolescência, pais, suporte familiar e estresse psicológico, em bases de dados nacionais e internacionais nos últimos cinco anos, incluindo as plataformas Scielo, PubMed e BVS. Serão priorizados textos completos, de acesso gratuito e nos idiomas português, inglês e espanhol. Para seleção dos estudos, conforme critérios de inclusão, será utilizada a ferramenta web Rayyan. Como critério de exclusão, serão retirados estudos que se concentram exclusivamente no período de COVID-19 e em patologias específicas, como Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e Transtorno do espectro autista (TEA), entre outras patologias; para evitar influências que possam distorcer os resultados relacionados ao tema principal. **Resultados Esperados:** Com base neste estudo, almeja-se obter uma maior compreensão sobre as relações entre os adolescentes, seus pais e o estresse psicológico associado a este vínculo, assim como, sobre as mudanças psicossociais ao longo da passagem da infância para a idade adulta, visando analisar o impacto que estas mudanças ocasionam no desenvolvimento e no bem-estar destes jovens.

Palavras-chave: Adolescência; Pais; Estresse psicológico.