

UNIVALE - UNIVERSIDADE VALE DO RIO DOCE

**O RELAXAMENTO PROGRESSIVO COMO TÉCNICA DE CONTROLE DA
ANSIEDADE APLICADA AO TRATAMENTO ODONTOLÓGICO**

Bárbara Guimarães*

Emanuel Miranda*

Gabriel Campos*

Guilherme Viana*

Kaillany Carvalho*

Késia Souza*

Raphael Bezerra*

Solange Nunes Leite Batista Coelho**

Área de especialidade: Odontologia geral

Categoria:Resumo

*Acadêmicos do 4º Período A do Curso de Odontologia da UNIVALE

**Professor(a) Orientador(a)

Introdução: A ansiedade é caracterizada nos sistemas de classificação CID-11 e DSM - V como apreensão excessiva em eventos do cotidiano, que resultam em sofrimento e/ou prejuízo individual, familiar, social, educacional, ocupacional, entre outros. Manifesta-se por estado de inquietação, que pode aumentar gradualmente gerando alterações fisiológicas importantes, mediante situações percebidas como ameaçadoras. Ansiedade odontológica é uma condição emocional relativa às consultas preventivas e terapêuticas com o cirurgião-dentista, junto ao medo caricato dos equipamentos. O controle da ansiedade é necessário para obter a colaboração do paciente no tratamento, sendo fundamental que o cirurgião dentista esteja preparado para manejar as situações de crise e desconforto intenso. São de conhecimento geral as medidas preventivas farmacológicas, entretanto, medidas não-farmacológicas, como o relaxamento progressivo de Jacobson, ainda não tem a devida aplicação. **Objetivo:** Apresentar o relaxamento progressivo de Jacobson e sua aplicação na intervenção odontológica para o controle da ansiedade prejudicial ao atendimento. **Metodologia:** Revisão teórica de pesquisas nacionais, realizada por meio de levantamento, análise e descrição de dados publicados em livros e artigos de periódicos obtidos na SciELO. **Considerações Finais:** O cirurgião dentista deve conhecer técnicas de controle da ansiedade alternativas ao método farmacológico para aplicação em situações em que este seja contra indicado. O relaxamento progressivo de Jacobson é uma técnica alternativa, que busca minimizar o efeito da tensão por meio de exercícios musculares de enrijecimento e relaxação, de comprovada eficácia no controle do medo e da ansiedade, que pode promover a saúde bucal e favorecer o tratamento odontológico.

Palavras-chave: Tratamento Odontológico, Controle da Ansiedade, Relaxamento Progressivo.