



Este prontuário psicológico foi elaborado por **Sigmund Freud** - CRP 123456, com base nos atendimentos realizados junto de **Mariana Soares**, no período de 09/04/2026 a 13/05/2026, sendo este documento emitido em 14/05/2026.

O acompanhamento foi conduzido sob o referencial teórico da **Psicologia Sistêmica**, integrando informações clínicas relevantes do processo terapêutico, incluindo dados fornecidos pelo(a) paciente, observações técnicas do(a) profissional e registros estruturados da evolução ao longo do tempo.

Sua finalidade é subsidiar a compreensão clínica, orientar a condução do caso e garantir a continuidade do cuidado, em conformidade com os princípios éticos da profissão e o sigilo profissional.

## Identificação

---

### Nome completo

Mariana Soares

### Nascimento

16/02/1971

### Idade

55 anos

### Gênero

Feminino

### Email

msoares@mail.com

### Telefone(s)

Cel: +55 47 99999 9999

### Endereço

Rua da Mariana, 55 - Joinville/SC



---

### Estado Civil

Solteira

### Profissão

Analista de RH

---

## Resumo Histórico

### Tempo de acompanhamento até aqui

1 mês de acompanhamento psicológico semanal.

### Queixas ou motivos principais que trouxeram ao atendimento

Ansiedade intensa, sofrimento emocional após término afetivo, crises de ansiedade, sobrecarga emocional e dificuldade de regulação emocional.

### Principais eventos ou mudanças relevantes no histórico

Término recente de relacionamento afetivo, aumento da pressão profissional e histórico familiar marcado por críticas frequentes e dificuldade de validação emocional.

---

## Histórico Recente

### Resumo da evolução clínica nos últimos 1-2 meses

Observou-se redução parcial da ansiedade, maior compreensão dos padrões relacionais e início de estratégias mais saudáveis de enfrentamento emocional e autonomia relacional.

### Tratamentos, intervenções ou medicações em curso

Acompanhamento psicológico semanal com foco em regulação emocional, padrões relacionais e fortalecimento da autonomia. Encaminhada para avaliação psiquiátrica devido intensidade inicial dos sintomas ansiosos.

---

## Estado Atual

### CID-10 (hipótese clínica atual)

- F41.1 Ansiedade generalizada



---

### **Nível atual de funcionamento (emocional, social, escolar/profissional)**

Funcionamento emocional moderadamente impactado por ansiedade e sobrecarga afetiva. Mantém rotina profissional, porém com desgaste emocional e dificuldade de concentração. Socialmente apresenta redução parcial do isolamento nas últimas semanas.

### **Rede de apoio principal**

Amiga próxima, familiares com contato parcial e acompanhamento psicológico contínuo.

---

## **Diagnóstico**

### **Tipo de Diagnóstico**

- Clínico
- Funcional
- Comportamental
- Emocional
- Nutricional
- Outro: \_\_\_\_\_

### **CID-10 (diagnóstico principal)**

- F41.1 Ansiedade generalizada

### **Descrição do diagnóstico**

Quadro compatível com ansiedade persistente, preocupação excessiva, sofrimento emocional associado a vínculos afetivos e impacto funcional em diferentes áreas da vida cotidiana.

### **Fatores contribuintes identificados**

Término afetivo recente, padrões de autocobrança, dificuldade de validação emocional, conflitos relacionais e sobrecarga profissional.

### **Instrumentos utilizados (se houver)**

Entrevista clínica, observação clínica e acompanhamento longitudinal por marcadores clínicos.

---

## **Prognóstico**



### **Expectativa de evolução**

- Favorável
- Requer atenção contínua
- Potencial limitado de melhora
- Incerto

### **Justificativa**

Paciente apresenta boa adesão ao processo terapêutico, fortalecimento gradual da autonomia emocional e início de mudanças nos padrões relacionais e de enfrentamento, apesar da necessidade de acompanhamento contínuo dos sintomas ansiosos.

### **Fatores que podem impactar o prognóstico**

Intensidade dos sintomas ansiosos, padrões de autocobrança, dependência emocional, conflitos relacionais e nível de suporte social disponível ao longo do acompanhamento.

## **Plano de Tratamento**

---

### **Abordagem Terapêutica**

Terapia Sistêmica.

### **Metas de curto prazo**

Reduzir intensidade das crises ansiosas, fortalecer estratégias de regulação emocional e ampliar percepção dos padrões relacionais atuais.

### **Metas de médio prazo**

Desenvolver maior autonomia emocional, fortalecer limites relacionais e consolidar estratégias mais saudáveis de enfrentamento emocional e interpessoal.

### **Metas de longo prazo**

Promover estabilidade emocional sustentada, fortalecimento da identidade relacional e manutenção de vínculos mais saudáveis e funcionais ao longo do tempo.

### **Estratégias/Técnicas previstas**



---

Escuta clínica sistêmica, ampliação da percepção das dinâmicas relacionais, intervenções focadas em regulação emocional, fortalecimento da autonomia e ressignificação de padrões relacionais recorrentes.

### **Periodicidade e duração estimada**

Atendimentos semanais, com reavaliação contínua da evolução clínica ao longo do acompanhamento terapêutico.

## **Evolução do Tratamento**

---

### **Resumo de evolução**

Observa-se evolução inicial favorável, com redução parcial da ansiedade, maior compreensão dos padrões relacionais e fortalecimento gradual da autonomia emocional e do enfrentamento interpessoal.

### **Situação atual (melhora, manutenção, piora)**

Melhora parcial e progressiva, com manutenção de alguns sintomas ansiosos em situações de maior sobrecarga emocional.

## **Encaminhamentos**

---

### **Encaminhamento atual**

Manutenção do acompanhamento psicológico semanal e encaminhamento para avaliação psiquiátrica complementar devido intensidade inicial dos sintomas ansiosos.

### **Profissional/serviço de destino**

Psiquiatria — avaliação psiquiátrica complementar.

### **Motivo do encaminhamento**

Intensidade dos sintomas ansiosos, episódios de crise emocional e impacto funcional na rotina emocional e profissional.

## **Consentimento Informado / Autorização de Uso de Dados Clínicos**

---

### **Forma do consentimento**



Escrito  Verbal  Não obtido

### Data do consentimento

13/05/2026

## Finalização do processo

### Tipo

- Finalizado definitivamente  
 Finalizado parcialmente  
 Encaminhamento para outro profissional

### Motivo da finalização do processo ou encaminhamento

Encaminhamento complementar para avaliação psiquiátrica, mantendo continuidade do acompanhamento psicológico e do processo terapêutico longitudinal.

### Orientações finais ao paciente

Manter continuidade do acompanhamento psicológico, fortalecer estratégias de autocuidado e buscar apoio em momentos de maior sobrecarga emocional, mantendo acompanhamento integrado com avaliação psiquiátrica.

## Atendimentos dos últimos 12 meses

### Atendimento 13/05/2026 16h00

### Atendimento 30/04/2026 16h00

- S — Paciente começa a reinterpretar o término afetivo de forma menos autculpabilizante.
- O — Refere melhora parcial do sono, redução das crises ansiosas e maior sensação de controle emocional.
- A — Os dados indicam um processo terapêutico positivo, com ressignificação de experiências e aumento da autonomia, sugerindo uma estabilização sustentada e redução de sintomas ansiosos.
- P — Continuar o monitoramento do progresso, reforçando a autonomia e a ressignificação, além de promover estratégias que sustentem a estabilidade emocional.

### Atendimento 23/04/2026 16h00



S — Paciente relata autocobrança atual associada a padrões familiares de crítica excessiva e expressa receio de decepcionar a terapeuta ao falar sobre suas fragilidades pessoais. O paciente também menciona ter conseguido conversar sobre emoções com uma amiga próxima, ao invés de se isolar.

O — Observa-se que a paciente demonstra maior confiança no processo terapêutico e maior abertura emocional, embora ainda apresente sintomas ansiosos, com leve redução percebida.

A — A sessão foi focada na identificação de gatilhos emocionais e estratégias iniciais de enfrentamento, indicando um progresso no engajamento e na aliança terapêutica, apesar da presença de padrões relacionais disfuncionais e perfeccionismo rígido.

P — Continuar o trabalho de identificação de gatilhos emocionais e desenvolver estratégias de enfrentamento, promovendo a reflexão sobre padrões relacionais e a autocobrança, além de monitorar a evolução dos sintomas ansiosos e fortalecer a aliança terapêutica.

### **Atendimento 16/04/2026 16h00**

S — Paciente relata piora importante da ansiedade após conflito familiar ocorrido no final de semana, descrevendo também um episódio recente de ataques de pânico com falta de ar, tremores e sensação de perda de controle em local público. O paciente menciona ter evitado sair de casa e faltado ao trabalho após a crise ansiosa.

O — Observa-se um estado de crise com alto risco, evidenciado pela intensidade dos sintomas ansiosos e pela evitação comportamental. A relação crítica e invalidante com familiares próximos é um estressor relevante.

A — A situação atual sugere um quadro de crise aguda, com necessidade de contenção e monitoramento. A dependência emocional e as crenças centrais negativas podem estar contribuindo para a vulnerabilidade do paciente.

P — Recomenda-se continuidade do acompanhamento psicológico, com foco na contenção emocional e na exploração gradual dos temas evitados. Considerar encaminhamento para avaliação psiquiátrica para manejo dos sintomas ansiosos, se necessário.

### **Atendimento 09/04/2026 16h00**

S — Paciente relata tensão constante, insônia e preocupação excessiva relacionada ao trabalho e ao término afetivo, além de sensação frequente de vazio e perda de motivação. O sofrimento intenso após término recente e o medo de rejeição foram destacados. Sente-se “insuficiente” e responsabiliza-se excessivamente pelos conflitos vividos. O ambiente profissional é descrito como sobrecarregado emocionalmente, com dificuldade em estabelecer limites. O paciente apresentou choro frequente e dificuldade para organizar emoções durante a sessão.

O — Primeira sessão focada em levantamento de histórico emocional, contexto atual e principais demandas clínicas. Observou-se necessidade de estabilização emocional devido à intensidade do sofrimento apresentado.


A — Os dados indicam a presença de ansiedade significativa, humor deprimido e dificuldades de regulação emocional, sugerindo um quadro de vulnerabilidade emocional. A dinâmica afetiva e os estressores ocupacionais parecem contribuir para o sofrimento do paciente.




P — Recomenda-se continuidade do acompanhamento psicológico, com foco na estabilização emocional e manejo das emoções. Sugere-se explorar estratégias de enfrentamento e estabelecer limites no contexto profissional, além de trabalhar a autoimagem e a autocrítica do paciente.

## Leitura Clínica Assistida

Esta seção apresenta uma leitura clínica assistida, gerada automaticamente a partir de dados e indicadores registrados ao longo do acompanhamento. Trata-se de um apoio à compreensão do caso, não substituindo a análise e o julgamento clínico do profissional.

 **Reorganização inicial das interações** ■ Risco Baixo

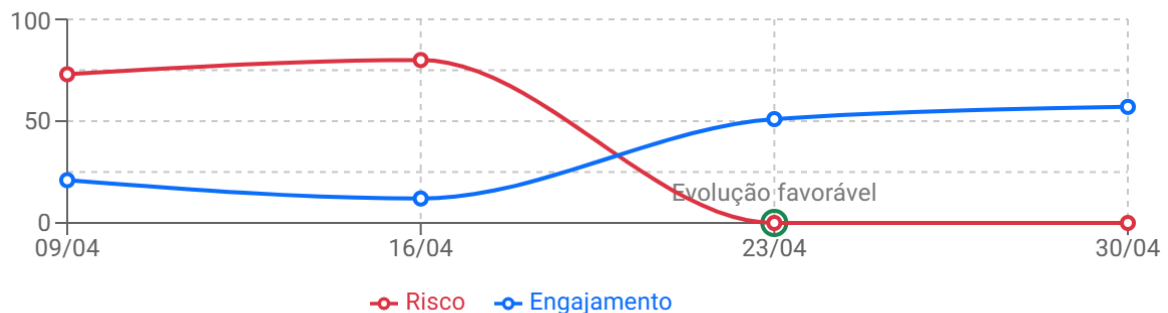
 Favorecer explicitação de padrões e reposicionamentos.

### Insight Clínico

A trajetória indica melhora progressiva no processo terapêutico, com necessidade de monitorar risco residual e sustentação do engajamento.

### Interpretação Clínica

O paciente apresenta padrão de funcionamento relacional, com destaque para padrões relacionais relevantes. A perspectiva sistêmica indica que o sofrimento não deve ser compreendido apenas como fenômeno individual, mas também como expressão de dinâmicas de interação, papéis e contextos relacionais. A evolução deve ser acompanhada pela capacidade de reposicionamento, diferenciação e reorganização das interações. com risco atual baixo. Essa leitura se apoia especialmente nos marcadores padrões relacionais repetitivos e ganho de autonomia.



### Síntese Clínica Longitudinal · Reorganização das interações

O processo inicia em contexto de crise, com redução posterior de risco e maior organização relacional. Observa-se ponto de inflexão com reorganização progressiva das interações. Há adesão ao processo associada à compreensão dos padrões



relacionais. Há sinais de reposicionamento funcional nas relações. A relação em sessão evidencia padrões relacionais reproduzidos no contexto ampliado.

Atendimento	Marcadores	Estágio
09/04/2026 16h00	<ul style="list-style-type: none"><li>Avaliação inicial</li><li>Ansiedade significativa</li><li>Humor deprimido</li><li>Relacionamentos afetivos</li><li>Autoestima rebaixada / autocrítica</li><li>Questões profissionais / trabalho</li><li>Dificuldade de regulação emocional</li><li>Contenção emocional necessária</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>Avaliação</b></li><li>Presença de: Avaliação inicial</li><li><b>Engajamento: Baixo</b></li><li><b>Risco: Crítico</b></li><li><b>Acompanhamento: EM DIA</b></li></ul>
16/04/2026 16h00	<ul style="list-style-type: none"><li>Crise atual</li><li>Ataques de pânico</li><li>Evitação comportamental</li><li>Conflitos familiares</li><li>Dependência emocional</li><li>Crenças centrais negativas / rigidez cognitiva</li><li>Resistência / evitação no processo</li><li>Encaminhamento para Psiquiatria</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>Crise</b> Presença de: Crise atual</li><li><b>Engajamento: Muito baixo</b></li><li><b>Risco: Crítico</b></li><li><b>Acompanhamento: EM DIA</b></li></ul>
23/04/2026 16h00	<ul style="list-style-type: none"><li>Intervenção ativa</li><li>Insight emergente</li><li>Enfrentamento / aproximação</li><li>Aliança terapêutica fortalecida</li><li>Padrões relacionais repetitivos</li><li>Perfeccionismo rígido</li><li>Ansiedade significativa</li><li>Transferência / relacionalidade</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>Intervenção</b></li><li>Presença de: Intervenção ativa</li><li><b>Engajamento: Médio</b></li><li><b>Risco: Baixo</b></li><li><b>Acompanhamento: EM DIA</b></li></ul>
30/04/2026 16h00	<ul style="list-style-type: none"><li>Ressignificação em curso</li><li>Ganho de autonomia</li><li>Estabilização sustentada</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><b>Estabilização</b></li><li>Presença de: Estabilização sustentada</li><li><b>Engajamento: Médio</b></li><li><b>Risco: Baixo</b></li><li><b>Acompanhamento: EM DIA</b></li></ul>