

MAZARIOLLI; Andrea da Silva Mazariolli<sup>1</sup>, PAULA; FRAULEIN VIDIGAL DE<sup>2</sup>

## RESUMO

A presente pesquisa teve como objetivo realizar uma revisão sistemática sobre a produção científica brasileira relativa a instrumentos que avaliam autorregulação emocional, regulação emocional e ansiedade, no período entre 2017 e 2021 na base de dados *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*. Os descritores utilizados na pesquisa foram quatro, “autorregulação emocional”, “regulação emocional”, “ansiedade” e “instrumentos”. Referente ao vocábulo instrumentos, também existem outros sinônimos que englobam esta palavra, como escala, questionário e inventário, sendo que todos foram pesquisados para fazermos um estudo que contemplasse de forma global todas as pesquisas realizadas no período escolhido para esta revisão sistemática. Foram encontrados 19 artigos, porém, conforme os critérios de exclusão 14 artigos foram analisados. Foram considerados os instrumentos mais utilizados, ano, país, de publicação e os descritores, amostra e a revista publicada. Identificou que a Depressão e Ansiedade foram os construtos mais estudados na população adulta. Conclui-se que os modelos *Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)* e *Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24)* foram os instrumentos mais utilizados para avaliar a regulação emocional. E o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21 – DASS-21) e Inventário Breve de Sintomas Psicopatológicos (BSI) – forma abreviada do questionário *Symptom Checklist-90 (SCI-90)*, foram os mais utilizados para mensurarem a Ansiedade. Porém, nota-se que o crescimento gradual de pesquisas relacionadas ao tema e os tipos de amostras e contextos em que estavam inseridas revelam que regular as emoções é de extrema importância para a manutenção da saúde mental, diminuindo os estados de Depressão e Ansiedade. Salientamos que novas áreas podem ser investigadas como forma de compreender a autorregulação emocional em diversos contextos, principalmente no manejo da Depressão e Ansiedade. Como por exemplo, na área da Psicologia Esportiva e Organizacional, que há necessidade da regulação emocional diante das adversidades do cotidiano. Destaca-se que o presente estudo buscou analisar a autorregulação emocional e regulação emocional em contextos de ansiedade por meio de apenas uma base de dados brasileira com os descritores em português, o que pode ser considerado como uma limitação desse estudo. Foi identificado que dentre os estudos no Brasil essa temática ainda é incipiente, o que permite um impacto restrito em termos mundiais. Faz-se necessário o desenvolvimento e/ou adaptação de outras medidas que avaliam o construto no cenário nacional, sobretudo pelo fato das diferenças culturais de cada país interferirem na construção e no processo de validação, normatização e fidedignidade de instrumentos, como observado na presente revisão. Como proposta de pesquisa, parece ser indispensável a mesma análise, utilizando-se outras bases e repositórios que permitam a compreensão mais abrangente da pesquisa com os mesmos construtos. Ademais o número de pesquisas sobre Ansiedade e Autorregulação Emocional ainda se desenvolve de forma bem tímida, mesmo sendo um importante recurso na avaliação psicológica e preservação da saúde mental.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ansiedade, Autorregulação emocional, Instrumentos, Regulação emocional

<sup>1</sup> USP - UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO, andrea.mazariolli@usp.br

<sup>2</sup> USP - UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO, fraulein@usp.br

