

A ansiedade do ponto de vista evolucionário

Sandra Santos¹

Resumo

A ansiedade, pela sua presença em diversas perturbações psicológicas e pela ideia crescente e errónea de que a sua presença é nefasta para o indivíduo, tem sido alvo de um crescente interesse e investigação por parte de inúmeros psicólogos. O presente artigo tem como objectivo fazer uma revisão teórica acerca da ansiedade através de uma perspectiva evolucionária e elucidar acerca da real importância e perigosidade desta emoção.

Palavras-Chave: Ansiedade, medo, evolução das espécies, modelo evolucionário, perturbações de ansiedade.

Abstract

Anxiety has been an object of study among several psychologists due both to its presence in several psychological disfunctions and for the growing and wrong idea that it has adverse effects on individuals' health. The present article aims to make a theoretical revision about anxiety through an evolutionary perspective and to explain us the importance and danger of this emotion.

Key-Words: Anxiety, species evolution, evolutionary model, anxiety disfuncions.

¹Mestre em Psicologia, pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.