
DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS: análise do conceito e sua aplicação na abordagem psicanalítica, comportamental e humanista

Juliana Vertuan Rufino⁴⁴
Luis Antônio Lovo Martins⁴⁵

RESUMO

Manifestações corporais como produto de um desequilíbrio de “conteúdos” psicológicos é um tema presente na psicologia deste o seu princípio, tal fenômeno é identificado pelo nome doenças psicossomáticas, e sua compreensão é fundamental para que o psicólogo promova a qualidade de vida durante sua atuação clínica. O presente artigo discute a definição deste conceito dentro das principais correntes filosóficas da psicologia, assim como a sua aplicação dentro da prática clínica de cada corrente filosófica. Tal discussão procurou pontuar as principais manifestações corporais dos ditos “conteúdos” psicológicos descritos na definição de psicossomática e investigou de que maneira a exposição, em terapia, ajuda na melhora do sofrimento oriundo desta manifestação psicológica. A pesquisa contou com revisão bibliográfica do tema psicopatologia, nas linhas Humanistas, Comportamental e Psicanálise, e com a participação de quatro psicólogos, atuantes nas abordagens citadas. Os psicólogos contribuíram respondendo a uma entrevista semi-estruturada. Os resultados podem ser analisados em duas vertentes: (1º) duas, das três filosofias estudadas, apontam definições teóricas própria de psicopatologia, apenas a linha Humanista não apresentou definição clara e própria deste fenômeno. Todos os entrevistados reconheceram o fenômeno psicossomático como um fenômeno a ser considerado o processo psicoterápico. Apenas um participante deu pouca relevância para o problema e os outros três trataram de forma mais relevante. Esses resultados são de extrema importância para um melhor conhecimento sobre a psicossomática, e também para análise de alguns fatores em comum no aparecimento das doenças *e/ou na cura destas*.

PALAVRAS-CHAVE: Psicossomática, psicoterapia, sintomas, tratamento.

ABSTRACT

Psychosomatic diseases: analysis of the concept and its application in the psychoanalytic, behavioral and humanistic approach.

Body manifestations as a product of an instability of psychological “contents” is a present theme in the psychology of this principle, such phenomenon is identified by the name psychosomatic diseases, and their understanding is fundamental for the psychologist to promote the quality of life during their clinical performance. This article discusses the definition of this concept within the main philosophical currents of psychology, as well as its application within the clinical practice of each philosophical current. Such discussion seeks to evaluate the main bodily manifestations of the so-called psychological “contents” described in the definition of psychosomatics and investigates how exposure in therapy helps in the improvement of suffering from this psychological manifestation. The research had a bibliographical review of the theme psychopathology, in the Humanist, Behavioral and Psychoanalysis lines, and with the participation of four psychologists, who are active in the mentioned approaches. Psychologists contributed by answering a semi-structured interview. The results can be analyzed in two ways: (1) two of the three philosophies studied, point to theoretical definitions of psychopathology, only the Humanist line did not present clear and proper definition of this phenomenon. All the interviewees recognized the psychosomatic phenomenon as a phenomenon to be considered the psychotherapeutic process. Only one participant gave little relevance to the problem and the other three addressed more relevantly. These results are of extreme importance for a better understanding of the psychosomatics, and also for the analysis of some common factors in the appearance of diseases and / or in the cure of these diseases.

KEYWORDS: Psychosomatic, psychotherapy, symptoms, treatment

57

R
E
V
I
S
T
A

44 Acadêmica de psicologia, 4º ano no Centro Universitário Filadélfia. juliana.vertuan@gmail.com

45 Luis Antônio Lovo Martins- Mestre em psicologia, Professor no Centro Universitário Filadélfia. luis.love@unifil.br

INTRODUÇÃO

O psicoterapeuta clínico trabalha com diversos tipos de sofrimento presentes no indivíduo, como, por exemplo, conflitos interpessoais, traumas, emoções negativas, e essas, por sua vez, podem acabar levando ao surgimento de distúrbios psicossomáticos. Dessa maneira a psicoterapia se torna essencial, sendo ela quem proporciona uma melhor qualidade de vida, pois oferece uma melhor compreensão acerca das interações que se estabelece aliviando muitos sofrimentos, e então, diminuindo as inúmeras doenças ocasionadas e relacionadas a ele.

Tendo em vista que os fatores emocionais e psicológicos, como mágoas e traições, influenciam totalmente a vida e o corpo do indivíduo e sabendo que, cada vez mais, estes fatores vão se acumulando, é essencial para a psicologia entender e apresentar um conhecimento mais amplo acerca do assunto, para auxiliar nestes casos.

Uma definição primária para o conceito de psicossomática por ser definida como “doenças causadas no organismo, onde há um sintoma e este pode ser detectado por exames médicos, ou seja, a dor é real, que advém de um estado emocional em que a pessoa se encontra, sendo que se isso for tratado em terapia podemos obter a cura, e em alguns casos até mesmo sem medicação”. Tal definição busca não se prender a abordagens, mas sim a relação de sofrimento físico através de uma condição psicológica, a problemática de uma definição primária é a sua impossibilidade em fornecer uma base para o processo de melhora da pessoa que apresenta uma condição psicossomática.

58 Em uma visão psicanalítica consideramos o corpo e a mente em uma análise dualista do ser humano, visando sempre a relação entre eles. Em casos de doenças psicossomáticas a energia oriunda da estrutura psíquica direciona-se para o físico como alternativa de solucionar, dessa maneira, a grande dificuldade do indivíduo expressar emocionalmente os conteúdos inconscientes (Freud, 1979).

Já com uma perspectiva da análise do comportamento, temos um modelo de análise relacionado à interação entre organismo e ambiente em uma análise monista (Skinner 1953). Neste modelo de análise não se faz uma divisão entre corpo e mente, como descrito na psicanálise, é entendido que os comportamentos/emoções são produtos de um contexto na qual somos sistematicamente expostos ao decorrer da nossa história de vida. É na análise desta interação, ambiente e organismo, que a abordagem comportamental busca compreender como originou e como se mantém a doença psicossomática (Skinner 1974).

Já dentro da perspectiva humanista, a noção de psicopatologia é vista como um fenômeno ligado à motivação fundamental do indivíduo para com a sua existência, ou seja, para a abordagem humanista a procura de sentido seria uma motivação fundamental do indivíduo e que a psicopatologia estaria associada à falta de sentido para a vida. Uma falta de sentido acarretaria na “frustração existencial” responsável em produzir tipos diferentes de comportamentos desajustados (Frankl, 1986, 1984). Cabe ressaltar que o objetivo, na abordagem humanista, não é a análise de uma estrutura subjetiva ou relacional como visto nas teorias supracitadas, mas sim da psicopatologia como um fenômeno que permeia a busca pelo sentido da vida, não sendo foco de análise direta.

Assim o objetivo deste artigo foi analisar se a consistência na definição de psicossomática reflete no trabalho aplicado durante o processo de psicoterapia, e quais são os tratamentos adotados de acordo com a linha teórica de cada autor, sabendo que todas as linhas são eficazes, porém a maneira de se obter a cura é o que se modifica.

METODOLOGIA

Foi elaborado um roteiro de perguntas para a entrevista, que constituiu de duas etapas, sendo a primeira contida de três perguntas e a segunda com nove perguntas, com tempo aproximado de 30 minutos por entrevista. As perguntas foram as seguintes:

Primeira parte:

1. Quais as doenças fisiológicas que decorrem de fenômenos psicológicos que você já se deparou?
2. Dentre essas doenças quais são encontradas com mais frequência?
3. É possível relacionar essas doenças com alguma condição psicológica? Você poderia dar alguns exemplos?

Segunda parte:

1. Existe um perfil que desenvolve mais essas doenças psicossomáticas? Como estudantes, adultos, homens, mulheres.
2. Existe alguma doença psicossomática exclusiva de alguma faixa etária?
3. Existe alguma doença psicossomática exclusiva de alguma faixa etária?
4. A perda de algum familiar próximo influencia esses aspectos somáticos?
5. Existe alguma relação entre o tipo da personalidade com alguma tendência a desenvolver uma doença de origem psicossomática?
6. Quais fatores atrapalham o tratamento?
7. Quais fatores auxiliam o tratamento?
8. Como é estabelecida a frequência de atendimento?

59

Com o roteiro formulado, foi agendada a entrevista por telefone, com todos os participantes. Na entrevista foi utilizado um gravador para que não fosse perdido nenhum detalhe e depois transcrito para realizar a análise dos dados.

Os dados foram analisados qualitativamente, sendo possível, dessa maneira, compreender melhor o fenômeno e enfatizando aspectos da subjetividade. O estudo de caráter exploratório, visto que permite uma maior familiaridade com o tema, foi realizado por meio de quatro entrevistas semi-estruturadas, com psicólogos que atendem em clínicas e já se depararam com casos psicossomáticos, na cidade de Londrina/Pr.

Pretendeu-se observar a evolução destes casos que apresentavam conteúdos psicológicos com manifestações corporais e obtiveram a cura em terapia após tratar estes fatores psicológicos, onde estavam as causas de todos os problemas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa buscou confrontar a definição que temos acerca da psicossomática com o que realmente encontramos na clínica, formando uma síntese e discussão do material adquirido.

Tendo em vista um conceito mais geral acerca do que podemos entender por psicossomática, sem entrar afundo em cada abordagem, como doenças causadas no

organismo, onde há um sintoma e este pode ser detectado por exames médicos, ou seja, a dor é real, que advém de um estado emocional em que a pessoa se encontra, sendo que se isso for tratado em terapia podemos obter a cura, e em alguns casos até mesmo sem medicação.

De acordo com as entrevistas podemos observar que todos os psicólogos entrevistados afirmam a existência dessas doenças, porém a causa destas é que se modificam entre os participantes da pesquisa, de acordo com a visão de mundo que cada um apresenta. A maneira como encaram o paciente e essas doenças variam, cada um apresenta um método e uma maneira de ajudar o paciente a sair daquela crise.

Podemos notar diversas reações no organismo, onde se apresentam como sintomas desses estados psicológicos abalados. Dentre elas podemos citar algumas, no caso P1 diz que as mais encontradas são gastrite, reumatismos e dores. Já P2 diz que na criança o mais comum é TDH, dificuldades de memória e atenção, e no adulto existem muitas questões ligadas à ansiedade, estresse, cansaço como o desenvolvimento de uma síndrome do pânico, depressão, transtornos alimentares, dificuldade de memória, gastrite e dermatites. O P3 caracteriza como reações um estado generalizado como efeitos de medicamento, e também doenças como anorexia ou comer excessivo, cefaleia e inapetência. No caso de P4 é apresentado como as mais comuns no organismo as doenças intestinais, gastrite nervosa, fibromialgia e doença de Crohn.

Contudo, podemos notar que na maioria dos discursos, sobre o que a psicossomática causa no organismo, encontramos a gastrite como produto disso, sendo essa então a doença que mais estaria relacionada com esses casos. A gastrite é uma doença que causa uma inflamação, infecção ou erosão do revestimento do estômago.

60

Quando analisamos a importância que o psicólogo deu para o assunto conciliando com o processo adotado em terapia, notamos que existe uma grande relação. No caso do P1, durante a entrevista pode-se notar que essas doenças não são consideradas muito relevantes, enfatizando que o papel do desenvolvimento é algo inconsciente e talvez por isso o modo a ser trabalhado se distancia dos outros, e com isso quando se questionou sobre o processo adotado em terapia, a resposta foi que não deveria focar na doença, mas sim nos mecanismos inconsciente que está apresentando. Podemos observar então que esse assunto para P1 não apresenta grandes problemas, e que a terapia poderia ajudar a solucionar os problemas, independente dos sintomas que o cliente está apresentando.

Com os outros participantes houve um interesse maior sobre o assunto, sempre enfatizando a importância de entender o que está causando aquilo na busca de um tratamento eficaz e que traga benefícios para o paciente, sempre esclarecendo o próprio assunto com ele, para que não fique um vazio e dúvidas sobre o que esta acontecendo com ele mesmo. Como P2 cita a importância do vínculo terapêutico e da discussão de formas para resolução, P3 cita algumas técnicas e diz às vezes ser necessário um acompanhamento com psiquiatra também, e P4 cita a respeito da importância da pessoa entender a função da doença só assim conseguindo se desvincular.

Com relação ainda à importância que o terapeuta da para o assunto, podemos fazer uma relação com a frequência de atendimento que normalmente se adota. No caso de P1, que agora fica evidente uma discordância com os demais, é apresentado que o tempo entre as sessões pode ser muito mais eficaz para o paciente, e com os outros, P2, P3 e P4, foi apresentado que varia de acordo com o risco da doença, ou com a crise que a pessoa se encontra.

R
E
V
I
S
T
A

Alguns fatores foram encontrados em comum quando tratamos dos fatores que auxiliam no tratamento. A vontade do paciente e o comprometimento foram citados por P2 e P4, houve também a relação de P2 e P3 acerca dos benefícios do médico e da medicação para o tratamento, e a relação do terapeuta com o paciente foi encontrado como essencial em três discursos, P1, P3 e P4.

Com relação aos fatores que atrapalham no tratamento esteve presente nos discursos de P1 e P2 a resistência do paciente e o apego com a doença. Isso são características relevantes que podem estar extremamente ligadas à algum fracasso no tratamento em terapia.

Quanto ao papel da família no processo de cura todos os participantes apontam como fundamental. Mas P1, P2 e P3 admitem que nem sempre ela só ajuda, que muitas vezes o problema pode estar na própria família, então é sempre necessário que haja modificação e entendimento do que está acontecendo.

E por último, quando observamos o que foi relatado sobre a personalidade pudemos notar certa relação entre os relatos de P1, P2 e P3, pois ambos afirmam não ter uma personalidade envolvida com o desenvolvimento dessas doenças. P1 afirma haver posições subjetivas, já P2 e P3 compartilham de uma mesma opinião, de que há uma história de vida relacionada à tendência em desenvolver as doenças, acreditamos que isso tenha ocorrido devido a ambos compartilhem de uma mesma abordagem dentro da psicologia.

CONCLUSÃO

Com o material adquirido por essa pesquisa é possível analisar claramente o que foi esperado a respeito do tema “a importância da psicoterapia na cura de doenças psicossomáticas”. Quando se trata de algo tão relevante de ser estudado é necessária certa cautela quanto ao desenvolvimento desta, mas de acordo com as entrevistas realizadas é possível verificar que a psicoterapia é essencial quando tratamos de doenças psicossomáticas.

Muitas vezes não se dá a real importância para dores que é sentido em nosso corpo, fazendo o uso de medicação e acreditando que aquilo basta para aplacar os sintomas e para que a doença desapareça. Mas com o estudo realizado vemos claramente que quando se trata de doenças com origem psicológica a medicação está longe de ser o melhor método de se curar.

Quanto é tratado o físico, mas o que está por traz disso, sendo a raiz do problema, não recebe a atenção necessária, como vamos resolver o problema sem tratar a causa deste? É possível afirmar que não é possível sem a resolução do conflito interno existente, e seria muito preocupante, visto que os sintomas psicológicos podem evoluir levando a condições mais agravantes. Dessa forma quando existe um acompanhamento com o psicoterapeuta levando a um caminho de solução e enfrentamento do problema ao invés de encobri-lo na base de medicação, a doença se torna muito mais leve e os sintomas físicos desaparecem.

Os quatro psicólogos participantes da pesquisa afirmaram a existência dessas doenças de origem psicológica, porém três deles deram maior importância, constatando a importância de tratar o tema em terapia, para tratar os conflitos e levando à melhora física, sendo essencial falar sobre os sintomas. Apenas um dos participantes tratou como

uma condição que será tratada sem aprofundamento dos sintomas com o paciente em sessão, mas apenas com o próprio processo normalmente adotado deduz que haveria uma melhora.

Com o que foi realizado e encontrado com esta pesquisa, acredita-se que o próximo passo a ser dado na busca de um maior entendimento e maior solução das doenças psicossomáticas, seria a investigação de um método para ser utilizado na clínica quando nos deparamos com pessoas apresentando essas queixas.

Como há uma causa psicológica e também a existência real de doenças orgânicas, é necessária uma atenção especial, não apenas tratar como outros casos em geral. Seria interessante obter um resultado satisfatório em um determinado tempo, pois isso é muito grave podendo levar a uma piora muito grande em um curto espaço de tempo.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Elídio. Acessado no dia 06/08/2015 às 21h44min <http://elidioalmeida.com/2011/01/doenca-psicossomatica-o-que-e-isso/>

BOCK, Ana Mercês. **Psicologias**: uma introdução ao estudo da Psicologia. São Paulo: Saraiva, 1999.

FRANKL, V. (1984). **Man's Search for Meaning**. New York: Washington Square Press.

FRANKL, V. (1986). **The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy**. New York: Vintage Books

LEAL, Garcia. Acessado no dia 12/03/2015 às 11h41min. http://www2.uol.com.br/vivermente/artigos/psicossomatico_livro_psicanalise.html

62 MELLO FILHO, Júlio de. **Concepção Psicossomática**: visão atual. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1979.

SCARPATO, Artur. Acessado no dia 12/03/2015 às 11h44min. <http://www.psicoterapia.psc.br/scarpato/psicoter.html>

SKINNER, B. F. (1953). **Science and Human Behavior**. New York: MacMillan.

SKINNER, B. F. (1974). **About Behaviorism**. New York: Alfred A. Knopf.

TELES, Maria Luiza S. **O que é Psicologia**. São Paulo: Brasiliense, 2005.

TINOCO, Denise Hernandes. **Psicologia, psicanálise e psicossomática**. Londrina: EdUniFil, 2009. 214 p.