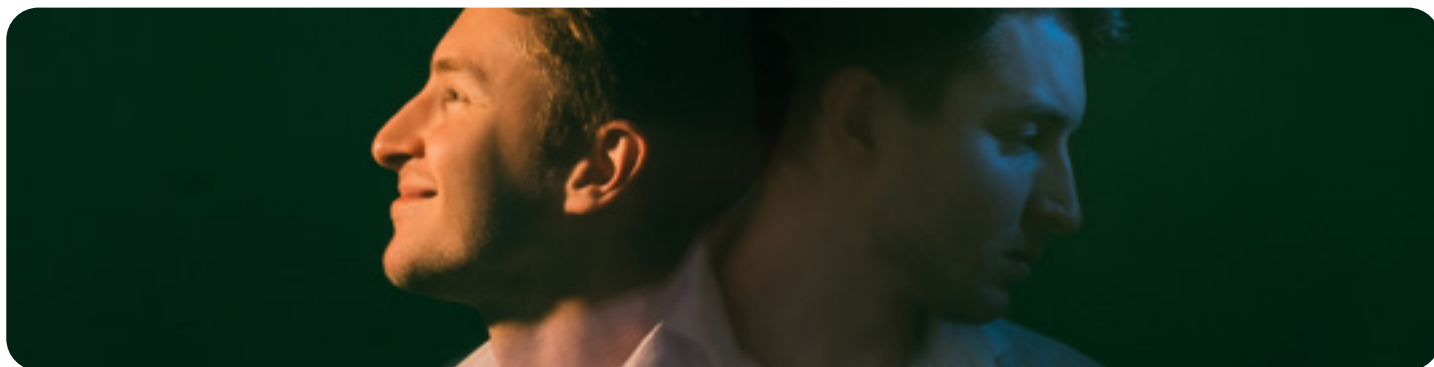


SERMENTE



As Emoções em Uma Dança Incerta: O Transtorno Afetivo Bipolar

Patrick Sergio Cordeiro de Souza | Psicólogo CRP 16/8609

Em um mundo onde as emoções são como notas musicais, algumas pessoas parecem ser verdadeiras dançarinas, fluindo harmoniosamente entre os acordes da alegria e da tristeza. Porém, há aqueles que enfrentam uma dança incerta, oscilando entre episódios de euforia (mania e hipomania) e a depressão, como se estivessem presos em uma coreografia imprevisível. Esse é o Transtorno Afetivo Bipolar, uma condição psiquiátrica complexa e desafiadora. Essa analogia pode parecer adequada para descrever a vida de uma pessoa com Transtorno Afetivo Bipolar. No entanto, é importante ressaltar que as alterações de humor características desse transtorno não seguem o ritmo frenético de uma música com mudanças rápidas.

Essa condição, também conhecida como Transtorno Afetivo Bipolar (T.A.B.), é caracterizada por alterações extremas de humor. Em um momento, o protagonista está no topo do mundo, cheio de energia, com ideias grandiosas e uma sensação de euforia. É a fase da mania, onde as emoções estão em seu ponto mais alto. Porém, a música muda, e o protagonista se vê afundado em uma profunda tristeza, desânimo e desespero, na chamada fase depressiva. Mas não se engane, o Transtorno Afetivo Bipolar não é uma simples alter-

nância entre momentos felizes e tristes. É uma condição complexa, com um impacto significativo na vida do indivíduo e de seus entes queridos. O malabarismo emocional exige um tratamento cuidadoso e abrangente.

É aqui que entra a Psicologia com a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), como uma fiel parceira de dança. Ela complementa o tratamento psiquiátrico, desempenhando um papel essencial na busca pela estabilidade emocional e comportamental. Ela está focada em compreender e modificar os padrões de pensamentos disfuncionais que contribuem para a intensificação dos sintomas.

Através de estratégias de auto-observação e autorregulação, é possível aprender a lidar de maneira mais saudável com as flutuações emocionais, trazendo um senso de equilíbrio à dança da vida. Ela trabalha em conjunto com equipe multidisciplinar, no qual o tratamento medicamentoso, que é a base do tratamento para o Transtorno Afetivo Bipolar. Os medicamentos estabilizadores de humor desempenham um papel fundamental no controle dos sintomas, enquanto a TCC fortalece a resiliência emocional e proporciona ferramentas práticas para enfrentar os desafios diários.

É importante destacar que a participação da família desempenha um papel fundamental no tratamento do Transtorno Afetivo Bipolar. Estudos recentes destacam a eficácia da psicoeducação familiar, que consiste em fornecer informações sobre o transtorno, seus sintomas e tratamentos, permitindo que a família compreenda melhor a condição e desempenhe um papel ativo no processo de recuperação. Essa abordagem tem se mostrado eficaz, resultando em uma recuperação mais rápida dos sintomas e melhorias significativas no humor dos pacientes. Além disso, a participação da família cria um ambiente estável e de apoio, o que facilita a adesão ao tratamento e contribui para a melhoria da qualidade de vida das pessoas com Transtorno Afetivo Bipolar.

A jornada de quem vive com o Transtorno Afetivo Bipolar é complexa e repleta de desafios. Mas com a abordagem adequada, é possível trazer uma harmonia à dança incerta das emoções. Que possamos destilar empatia, compreensão e apoio para aqueles que vivem essa dança desafiadora. E que o acompanhamento multidisciplinar continue sendo uma valiosa parceira na busca pela estabilidade emocional e pelo equilíbrio dessa dança incerta da vida.

” ACONTECEU! ”



No mês de julho tivemos na unidade de Guarapari atividades culturais, artísticas dentro do Festival de Inverno



Promover saúde através do esporte - Unidade Fundão

Dependência Química na Adolescência

Por: *Psiquiatra Edson Kruger Batista (CRM-ES 9856 / RQE-ES 7579).*



O problema da dependência química em nossas casas, especialmente em se tratando de adolescentes, é algo angustiante e que gera muitas inseguranças. O importante nesse momento é saber que estas questões possuem tratamento e ele deve ser aplicado não somente ao paciente, mas a toda a família envolvida.

O primeiro passo para isso é encarar a realidade e tomar a decisão de se tratar. Nessa ocasião, todos certamente irão se expor, mas será um caminho positivo. Afinal de contas, o tratamento levanta a condição psíquica do dependente e dos codependentes, a ordem familiar e o meio social, mas também mostra os recursos da medicina, da psiquiatria e da psicoterapia disponíveis para o tratamento.

Assim, a intervenção adequada e planejada pode mudar a história de uma vida,

da família e até da sociedade. E aqui não se trata de demagogia, pois a dependência química interfere em todas as áreas de vida da pessoa. E mais, ela aparece em todas as classes sociais, apesar de muitas vezes ficar mais evidente ou até lamentavelmente “aceitável” entre os menos favorecidos pelo meio em que cresceram. No entanto, a dependência química é muito diagnosticada também nas classes média e alta, e muitas estatísticas servem para desmistificar o assunto.

Enquanto tratamento, o mais recomendado para a dependência química é o multidisciplinar, que passa pela base da psiquiatria, psicologia, terapia ocupacional e outras áreas afins.

Toda essa explicação é para dizer que uma intervenção bem planejada, acompanhamento multidisciplinar integrativo, aqui

inclui-se família e sociedade são decisivos para que as relações melhorem, a intensidade dos fatores de risco diminua, e os fatores de proteção sejam fortalecidos.

Convém sempre lembrar, entretanto, que todo método, por mais que ele tenha teorias aliadas que deem coerência às técnicas terapêuticas indicadas, apresenta limitações. Primeiramente, ao planejar um tipo de intervenção, nenhum caso pode ser considerado “perdido” e os dependentes não podem ser vistos como ameaças quando estão envolvidos com criminalidade. A violência e o desrespeito às leis fazem parte do cotidiano de muitos adolescentes dependentes. O tráfico pode incentivar mais a dependência por pressão do meio do que por traços de personalidade. O envolvimento em condutas antissociais, por sua vez, pode ser determinante para a dependência. No entanto, esses fatos não devem significar uma condenação prévia do paciente. Ele precisa ser tratado.

Se você se enquadra nesse contexto, ou conhece alguém que estejam enfrentando dificuldades, busque uma avaliação médica e não espere o quadro se agravar. Ter acesso ao tratamento adequado é fundamental para a melhora da qualidade de vida.