

TRATAMENTO PARA PACIENTES COM TRANSTORNO DO ESTRESSE PÓS-TRAUMÁTICO, UMA REVISÃO DE LITERATURA

Fábio Gabriel de Miranda Florindo¹
Cauã Brum de Mello¹
Luiza Valadares e Pereira¹
Thaieny Teixeira dos Santos¹
Adriano Carlos Soares²
professoradrianosoaes@gmail.com

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: tratamento; pacientes; transtorno do estresse pós-traumático

INTRODUÇÃO

O Transtorno de Estresse Pós-Traumático, comumente chamado de TEPT(PTSD), decorre da exposição a eventos traumáticos, os quais podem ser únicos ou múltiplos. Nessas ocasiões, a vida da pessoa é colocada em risco ou, pelo menos, sua integridade, seja ela física, mental ou moral (FIGUEIRA e MENDLOWICZ, 2003). A sintomatologia do transtorno é analisada sobre três pilares: o reexperimentar do evento traumático, a evitação de estímulos a ele associados e a presença persistente de sintomas de hiper estimulação autonômica. Assim, embora o evento tenha ocorrido no passado, o indivíduo vivencia frequentemente a memória, através de pensamentos intrusivos e memórias adversas, que são manifestadas por ilusões, alucinações ou, ainda, por *flashbacks*. Durante tais episódios, há um distanciamento emocional, como mecanismo de defesa ao sofrimento sentido. Com isso, há uma hiperexcitabilidade do sistema nervoso, propiciando sintomas como a insônia, taquicardia, sudorese, irritabilidade e respostas de alarme exageradas (FIGUEIRA e MENDLOWICZ, 2003). No que tange ao tratamento do transtorno do estresse pós-traumático, o acervo de arquivos consultado explora desde terapêuticas não farmacológicas, como também fármacos que possam ajudar no controle da doença. Portanto, são recomendados tratamentos integrativos, conciliando uma melhoria psíquica, neuroendócrina e neurofisiológica, por meio de atividades físicas, boa alimentação, e demais métodos a serem mencionados.

¹ Acadêmico do 4º período de Medicina, Centro Universitário Univértix, Matipó/MG

² Farmacêutico-Bioquímico (UFOP); Cirurgião Dentista (UNIVÉRTIX); Doutor em Bioquímica Aplicada (Biotecnologia) (UFV); Mestre em Ciências Naturais e da Saúde (UNEC); Especialista em Docência do Ensino Superior (UCAM, RJ), Especialista em Disfunção Temporomandibular e Dor Orofacial (UnIBF, Paraná). Professor dos cursos de Farmácia, Psicologia, Enfermagem, Medicina e Odontologia do Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX.

Ademais, os inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS), por sua vez, apresentam benefícios como redução da ansiedade e da insônia em pacientes com transtorno do estresse pós-traumático (KHOURI e SANTOS, 2019).

O presente estudo objetiva demonstrar os diferentes tratamentos, sejam farmacológicos ou alternativos, para sintomatologia de TEPT, utilizadas por terapeutas. Sendo assim, este possui uma relevância de cunho social, prezando pela qualidade de vida e bem estar dos pacientes acometidos com essa patologia.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica pura e qualitativa que, é classificado segundo Leles e Ramos (2018) como um estudo que oferece esteio para a tomada de atitudes e melhorias na qualidade de vida no cotidiano, concedendo aprofundamento em um determinado assunto. Foi realizado um levantamento bibliográfico através das plataformas científicas Google Acadêmico, *Scientific Electronic Library Online* (SciElo), em Cadernos de Saúde Pública, revistas, tais como a REVISTA EIXO, com o intuito de compreender a importância da realização do tratamento para TEPT e seus diferentes tipos de aplicação. Foram utilizados os descritores: Tratamento, pacientes, e transtorno do estresse pós-traumático. Os critérios para seleção de artigos foram a data de produção e a linguagem técnica presente no artigo, delineando sobre o transtorno e os diferentes tipos de tratamento existentes. Os dados foram pesquisados entre o período de abril e maio de 2022. Foram identificados 484 artigos correspondentes, sendo examinados 21 artigos para leitura completa e excluídos 12, após a leitura, foram selecionados 9. Foram excluídos trabalhos que não apresentavam como assunto principal a temática buscada.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A fisiopatologia do TEPT não é aceita de forma universal pelos meios científicos, mas há hipóteses com boas evidências. Com relação à anatomia, há um aumento da amígdala, que propicia um estado de alerta aliado à incapacidade de discernimento do que é real. O eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal sofre uma certa disfunção, tendo em vista que, em condições fisiológicas, a liberação de cortisol ocorre de forma pulsátil de acordo com o ritmo circadiano. Entretanto, quando há uma situação adversa, a quantidade desse hormônio que é liberado aumenta de forma intensa. Assim, quando se observa as estruturas límbicas, a ação prolongada de cortisol pode originar uma atrofia nos neurônios, além de uma diminuição do hipocampo (SILVA, 2014). Nesse sentido, algumas abordagens são recomendadas, dentre elas, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), que utiliza da boa relação entre paciente e terapeuta, permitindo que todo o tratamento seja acompanhado por ambas as partes no presente momento em que ocorre (MAFFINI E CASSEL, 2020).

Através da relação de equipe entre o paciente e o profissional é possível iniciar um processo de flexibilização dos pensamentos disfuncionais e psicopatologias derivadas do trauma sofrido, possibilitando a reestruturação cognitiva do paciente (SOARES; SANTOS e DONADON, 2021). A prática de atividades físicas consiste no método que parte da utilização de exercícios físicos para melhora da condição psicológica do indivíduo, trazendo como resultados melhorias na qualidade de vida, melhora no controle do estresse, e assim, levando a diminuição dos níveis de cortisol sérico, dentre outros (NASCIMENTO; SANTOS; DANTAS e NEVES, 2020). O benefício da adesão ao tratamento com ISRS em detrimento de outros antidepressivos ocorre devido aos menores eventos de intoxicação e consequentemente obtendo um menor índice de abandono. A serotonina é um neurotransmissor fundamental para interação celular, por sua vez, quando não é liberada quantidade suficiente a sinalização celular não ocorre. As células nervosas realizam um processo de recaptção da serotonina, diminuindo sua quantidade e consequentemente a sinalização o celular (KHOURI e SANTOS, 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O transtorno do estresse pós-traumático se insere nos transtornos psiquiátricos, no entanto, como apontado, adversidades neurológicas e neuroendócrinas também estão presentes. Sendo assim, a depender do caso, a psicoterapia, juntamente ao auxílio medicamentoso é imprescindível, pois, como relatado, há uma disfunção não só nos pensamentos expressos por flashbacks, mas também na regulação hormonal do eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal, que propicia o aumento da liberação do cortisol. Em suma, os tratamentos mais indicados são farmacológicos, com uso de inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS), e psicoterapêuticos, sobretudo com a abordagem da TCC. De modo similar, sabe-se que a prática da atividade física, bem como a alimentação adequada, reduz o nível de estresse e, assim, podem contribuir para haja novas conexões entre os neurônios, melhorando o quadro.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Ana Kelly de. **Triagem e tratamento somático do transtorno de estresse pós-traumático em população adulta exposta a experiências traumáticas**. 2020. 183f. Tese (Doutorado em Psicobiologia) - Centro de Biotecnologias, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2020.

FRAGOSO, Livia Dantas *et al.* **Uso combinado do tratamento medicamentoso e terapia de Reiki em pacientes com dor no stress pós-traumático**. Research, Society and Development, [s.l.], v. 10, n. 9, p. e7510917807-e7510917807, 2021.

LOSS, Juliana da Conceição Sampaio *et al.* **Principais transtornos psíquicos na contemporaneidade**. Campos dos Goytacazes, RJ: Brasil Multicultural, 2019. 2 v

MAFFINI, Gabriela; CASSEL, Paula Argemi. Intervenções da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) para transtorno de estresse pós-traumático: estudo de caso. **Revista Sociais & Humanas**, [s./l.], v. 34, n. 1, 2021.

NASCIMENTO, Jessica Cristhyane Peixoto *et al.* Terapias não farmacológicas no tratamento de transtorno do estresse pós-traumático em emergencistas: revisão de escopo. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, [s./l.], v. 55, 2021.

RABONI, Mara Regina. **Tratamento para transtorno do estresse pós-traumático com a técnica emdr® (eye movement desensitization and reprocessing)**: seus efeitos nos aspectos psicológicos, cognitivos e na arquitetura do sono. Tese de doutorado – Universidade de São Paulo, 2010, 168pp.

KHOURI, Adibe Georges; SANTOS, Sandra Oliveira. Inibidores seletivos da recaptação de serotonina: uma opção segura no tratamento da depressão em idosos. **Referências em Saúde da Faculdade Estácio de Sá de Goiás-RRS-FESGO**, [s./l.], v. 2, n. 1, 2019.

SILVA, Diogo Gonçalves da. **Stress pós-traumático: terapêuticas farmacológicas emergentes**. Dissertação de Mestrado - Universidade de Coimbra, 2014, 34pp.

SOARES, Daiele Cristina Santos; DOS SANTOS, Luis Augusto; DONADON, Mariana Fortunata. Transtorno de estresse pós-traumático e prejuízos cognitivos, intervenções e tratamentos: uma revisão de literatura. **REVISTA EIXO**, [s./l.], v. 10, n. 2, p. 15-24, 2021.