

ALTOS E BAIXOS ATÉ O EQUILÍBRIO

Dra. Arianne de Sá | Psicóloga CRP.: 07/15985



Patrick* é um irreverente e charmoso homem de quarenta e poucos anos. Todas as semanas, costuma vir às sessões de terapia fazer a manutenção do tratamento de seu Transtorno de Humor Bipolar, Transtorno de Personalidade Histriônica e de sua Dependência Química de Múltiplas Substâncias (álcool, cocaína e tabaco), três doenças psiquiátricas incuráveis, mas que podem ser controladas através de tratamento adequado.

Com tantas comorbidades (três diagnósticos psiquiátricos concomitantes), é raro um caso como o dele dar tão certo, trazer tantos resultados positivos. Mas Patrick está firme e forte na terapia e na vida! Já faz três anos que aderiu ao processo terapêutico e, de lá para cá, através de múltiplos altos e baixos, saiu de uma internação hospitalar psiquiátrica, um casamento rompido, uma família em desequilíbrio, um emprego braçal e mal remunerado PARA um casamento estável, uma família unida e fortalecida, uma atividade profissional na qual pode expressar sua capacidade intelectual e habilidades sociais.

Atualmente, conhece e aceita os diagnósticos psiquiátricos que tem, de forma a identificar e prevenir a ocorrência da maioria dos sintomas específicos de cada um deles. Faz automonitoramento das fases bipolares, não apresentando mais episódios de alternância drástica e grave de humor.

Também apresentou representativa melhora de seu quadro de Trans-

torno de Personalidade Histriônica. Este é caracterizado por um padrão de emocionalidade (excesso de sensibilidade emocional) intensa e necessidade de chamar atenção para si, incluindo a procura de aprovação e comportamento inapropriadamente sedutor. Patrick diminuiu seus comportamentos dramáticos, flertadores e sua excessiva “sensibilidade emocional”. Percebe quando pensamentos sabotadores invadem a sua mente e consegue distinguir entre pensamentos reais e distorcidos. Não faz mais “tempestade em um copo de água” quando algo que o desagrada ocorre, é mais resistente às frustrações naturais da vida e foi treinado em termos de habilidades sociais e cognitivas para resolver de forma eficaz os diversos problemas cotidianos, naturais na vida de qualquer pessoa.

Adicionalmente, conseguiu abster-se totalmente da cocaína há mais de um ano e meio (na verdade, durante os três anos só teve uma recaída) e há dois meses de álcool (“antes, só bebia duas a três cervejas no final de semana, em casa” sic - admite). Reduziu o consumo de cigarros: “antes uma carteira dava para um dia, agora dura até três” sic. Incentivo-o a se abster totalmente de toda e qualquer substância, com exceção das medicações que tem que tomar continuamente (o faz de forma disciplinada!).

Humorista nato, hoje brinca com a gravidade de seus diagnósticos e com as técnicas utilizadas em seu tratamento, como a técnica da borracha, utilizada no início de sua psicoterapia para a detecção e a diminuição da frequência de seus pensamentos sabotadores. “Pensei que ia cair meu braço, puxando direto aquele negócio!” sic. Mas, brincadeiras a parte, fala sério ao relatar a percepção das evoluções e das conquistas que obteve: “devo tudo e faço tudo pelos meus pais, minha esposa e minha filha, que sofreram muito com o que eu fiz, mas sempre me apoiaram quando precisei. Não quero mais fazê-los passar por tanto sofrimento!” sic.

Em uma das últimas sessões que tivemos, expliquei que gostaria de escrever um artigo sobre o seu caso, que seria publicado na Revista Mais Matéria, dada a gravidade inicial de seu quadro psiquiátrico e o sucesso que obtivemos ao longo da psicoterapia. Com a concordância de Patrick, escrevi este material, o mostrei e questionei o que é que ele achava que tinha contribuído para sua evolução. “Acredito que a Terapia Cognitivo-Comportamental, você como profissional, os diagnósticos precisos feitos por ti, as nossas conversas, o nosso vínculo terapêutico, o seguimento da terapia são fundamentais para que eu esteja e fique bem” sic

 **Dra. Arianne de Sá**
Psicóloga Clínica (UFC) CRP : 07/15985

- **Terapeuta Cognitivo-Comportamental**
- **Hipnoterapeuta (Hipnose Clínica)**
- **Mestrado em Psicologia (UFRGS)**
- **Doutorado em Psicologia Clínica (PUCRS)**

 /DraArianneDeSaPsicologaClinica



 Av. José Loureiro da Silva, 1600 s. 510  (51) 3042.2105 (51) 8196.2329
 www.psicariannedesa.com  ariannedesa@yahoo.com.br