

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMENTO DE PACIENTES COM DOR CRÔNICA

Rosana Cecchini de Castro¹
Marcia Luconi Viana

Os transtornos crônicos ocupam um lugar de destaque do ponto de vista social e sanitário. A dor crônica fibromiálgica, tema central deste trabalho, atinge 2-4% da população mundial sendo o grupo feminino o mais afetado. É uma enfermidade reumática que atinge músculos e tendões de modo intenso e difuso. Os principais sintomas associados são o cansaço, sono não reparador, ansiedade e depressão que em conjunto são fonte de estresse e declínio da qualidade de vida, implicando em maior ou menor grau de incapacidade para as atividades cotidianas e inserção social. Trata-se de uma doença reumática que ainda não possui uma causa específica ou clara do ponto de vista diagnóstico (médico e psicológico) sendo inclusive confundida com aspectos psicopatológicos. Os estudos indicam que há múltiplos fatores para seu aparecimento e aspectos psicossomáticos significativos que a diferenciam de outras dores crônicas benignas. Sabe-se ainda que dela o paciente não irá morrer, mas a vida necessita seguir com e apesar da dor, e para que isso ocorra depende em grande parte da maneira como o sujeito afronta sua problemática. O enfrentamento ou coping é um processo psicológico, cognitivo e de conduta que se põe em marcha quando no entorno não se produzem mudanças desejadas ou diante de eventos estressantes em geral, acompanhado de emoções negativas, tais como: ansiedade, medo, ira, hostilidade, desagrado, tristeza, desprezo, desespero, vergonha, culpa, aborrecimento. Em decorrência, se não houverem estratégias adequadas para afrontar a dor o paciente se submete a ela e acaba por deixar de conduzir sua própria vida. Este estudo é resultado da avaliação dos estilos e estratégias de enfrentamento utilizadas por 25 mulheres com diagnóstico de Fibromialgia antes e depois da Intervenção Psicológica Grupal. Foi realizado com um grupo de mulheres de uma associação de pacientes com o objetivo de conhecer os estilos e estratégias mais utilizadas diante do sofrimento imposto pela enfermidade. O instrumento utilizado foi o Inventário de Estilos e Estratégias de Enfrentamento, aplicado de forma individual durante 60min. A psicoterapia de integração grupal (PIG) foi de 30 sessões ao longo de seis meses, com sessões de uma hora e meia de duração por semana. Ao término do tratamento o instrumento foi novamente aplicado e depois analisado. Os resultados mostraram que com relação aos estilos de enfrentamento houve uma diminuição na utilização no “Método Evitação” que passou de um estilo suscetível de utilização para um estilo não utilizado indicando o abandono de intentos de evitar ou fugir da situação. Com relação às estratégias de enfrentamento identificou-se um aumento na utilização da estratégia “Desenvolvimento Pessoal” que permite considerar o problema de forma relativa e que envolve uma positiva aprendizagem da situação centrando-se em auto-estímulo e crescimento pessoal. Destaca-se a importância do instrumento utilizado para o processo terapêutico, pois permite a identificação de estratégias favoráveis para o enfrentamento das adversidades da doença, assim como permite a identificação daquelas estratégias que ao favorecer as crenças irracionais das doentes diminuem ainda mais sua qualidade de vida.

Palavras Chave: estratégias de enfrentamento, dor crônica, mulher, psicoterapia grupal.

¹ Apresentadora. UNISINOS. São Leopoldo / RS. rcecchini@terra.com.br.