

TOC – Transtorno Obsessivo Compulsivo

Preocupações, dúvidas, crenças supersticiosas, tudo isso é comum no dia a dia. No entanto, quando se tornam excessivas ou são totalmente destituídas de sentido, como por exemplo, ficar dando voltas e mais voltas no quarteirão para ter certeza de que não aconteceu nenhum acidente, é necessário ficar atento. No TOC, parece que o cérebro fica atolado num determinado pensamento ou necessidade e não consegue mais se desvencilhar. Pessoas com TOC costumam dizer que os sintomas parecem um caso de "solução mental", que não passa. No entanto, felizmente, o tratamento pode ajudar a maioria dos pacientes com TOC. Embora somente seja totalmente curável em alguns indivíduos, a maioria das pessoas atinge um alívio dos sintomas a longo prazo com um tratamento abrangente.

Quais são os sintomas do TOC?

Os sintomas do TOC podem ocorrer em pessoas de qualquer idade. Em geral provocam angústia, consomem tempo ou interferem de maneira significativa no trabalho, na vida social e no relacionamento com a família. Geralmente envolve tanto uma obsessão como uma compulsão, embora a pessoa possa ter apenas uma ou outra. No entanto, nem todo comportamento obsessivo-compulsivo representa uma doença. As preocupações normais, como medo de contágio ou contaminação, podem aumentar em época de stress, como por exemplo quando na família há alguém que está doente ou morrendo. Somente quando persistentes, destituídos de sentido ou provocarem muita angústia e interferirem com o funcionamento do indivíduo, devem os sintomas merecer atenção clínica.

Obsessões:

As obsessões são pensamentos, imagens ou impulsos que ocorrem repetidamente e parecem estar fora de controle. A pessoa não quer ter essas idéias, considera-as perturbadoras e intrusivas e, na verdade reconhece que são destituídas de sentido. Pode haver preocupação excessiva com sujeira e germes e obsessão com a idéia de que está contaminada ou pode contaminar os outros. As obsessões vêm acompanhadas de sentimentos desconfortáveis, como medo, nojo, dúvida ou a sensação de que as coisas devem ser feitas "só desse jeito".

Compulsões:

As pessoas com TOC em geral tentam afastar suas obsessões pondo em prática algumas compulsões. As compulsões são atos que as pessoas realizam repetidamente, com freqüência seguindo certas "regras". As pessoas com obsessões de contaminação lavam as



www.nacsantos.com.br

mãos constantemente, a ponto de torná-las avermelhadas e inflamadas. Uma pessoa pode ficar verificando incessantemente se desligou o fogão ou o ferro devido a um temor excessivo de incendiar a casa. Ou conta certos objetos sem parar por uma obsessão de vir a perdê-los. À diferença do jogo ou da bebida compulsivos, as compulsões do TOC não trazem nenhum prazer ao indivíduo. Pelo contrário, os rituais são realizados para obter alívio do desconforto provocado pelas obsessões.

Como é o tratamento para o TOC?

Os estudos científicos convergem para o tratamento conjunto de psicólogos com formação em terapia comportamental e de médicos psiquiatras. Assim, o cliente é acompanhado semanalmente pelo psicólogo e é avaliado pelo médico sobre a necessidade ou não de administração de medicamentos.

Portanto, ao constatar a presença de algum dos comportamentos mencionados acima o ideal é que procure fazer uma avaliação com profissional especializado.

Para obter mais informações na Baixada Santista: Associação Santista de Síndrome de Tourette e Transtorno Obsessivo Compulsivo - (www.sitoc.com.br)