CLÉA ANDRADE

AV. DAS AMÉRICAS, 12900
ALA ARGENTINA SALA 417
AMÉRICAS AVENUE
RECREIO DOS BANDEIRANTES
RIO DE JANEIRO, RJ
TEL: (21) 98420-8599
WHATSAPP

TRANSTORNO OBSESSIVO COMPULSIVO

Por Cléa Andrade

O transtorno obsessivo compulsivo, conhecido também por TOC é um transtorno mental que é caracterizado pela presença de obsessões e ou compulsões. Obsessões são pensamentos, impulsos ou imagens recorrentes e persistentes que são intrusivos e indesejáveis que na maioria das vezes causam ansiedade ou sofrimento. Por mais que a pessoa não queira ter esses pensamentos, impulsos ou imagens e considere esses pensamentos absurdos ela não consegue ignorar o que entra na sua mente e passa a tentar neutralizar esse pensamento com outro pensamento ou fazendo algum comportamento, fazendo rituais ou evitando alguns comportamentos que considera que pode neutralizar, como por exemplo bater na madeira, fazer uma oração.

As obsessões mais comuns são:

- Medo de contaminação e preocupação com germes e sujeira
- Dúvidas sobre a possibilidade de falhar e necessidade de ter certeza
- Pensamentos supersticiosos
- Pensamentos, impulsos ou imagens indesejáveis e perturbadores de conteúdo violento

Já as compulsões são comportamentos repetitivos ou atos mentais que uma pessoa se sente obrigado a fazer por conta desses pensamentos ou das regras que devem ser seguidas. São conhecidos como manias, e o objetivo de realizar esses comportamentos repetitivos são para aliviar a ansiedade, o sofrimento ou o desconforto físico associados às obsessões ou com intenção de afastar uma ameaça.

As pessoas com esse transtorno podem se preocupar de forma excessiva com sujeira, ter necessidades de verificações de forma interminável (está sempre verificando se a porta está fechada, se desligou o gás, se fechou a porta), precisam ter suas coisas muito arrumadas, tem grande dificuldade de descartar papéis, roupas ou objetos , lavar as mãos repetidas vezes para se proteger de germes, fazer coisas num determinado número de vezes, como por exemplo apagar e acender a luz, abrir e fechar a porta, esses comportamentos são acompanhados por angústia e medo de algo ruim acontecer se não fizer determinados comportamentos.

O tratamento para o transtorno obsessivo compulsivo que tem melhores resultados é psicoterapia com a abordagem Terapia Cognitivo Comportamental podendo dependendo do grau do transtorno usar medicação psiquiátrica que vai ser orientado pelo médico.

O Transtorno Obsessivo compulsivo precisa de acompanhamento psicológico ele não regride sozinho.

Entre em contato para iniciar seu tratamento.