



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS – FBTC
ANAIS DO XV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo
Presidente do XV CBTC

Marcele Regine de Carvalho
Coordenadora Científica do XV CBTC

Salvador

2023

CASO CHARLOTTE: A CONSTANTE BUSCA PELO CAMINHO DO EQUILÍBRIO

Autores Danyella Lima Rocha ¹

Instituição ¹ UNIT - Universidade Tiradentes (Av. Murilo Dantas, 300 - Farolândia, Aracaju - SE, 49032-490)

Resumo

Introdução

Charlotte, 12 anos, atendida na Clínica-escola de Psicologia da Universidade Tiradentes-SE. Possui histórico de bullying e no final de 2020 perdeu seu pai por conta de uma parada cardíaca. Sua desregulação emocional generalizada somada à falta de habilidades para lidar com isso geram sofrimento significativo. Comportamentos de intensa impulsividade, irritabilidade e agressividade tornaram-se mais evidentes no início da pandemia. A paciente relata dificuldade em se expressar e que se sente rotulada e invalidada. Suas tentativas de suicídio envolveram enforcamentos não consumados e ingestão de medicamentos, e suas crises de raiva são caracterizadas por alta reatividade e sensibilidade aos gatilhos ambientais. Comportamentos autolesivos e autodestrutivos também fazem-se presentes. Em seus relacionamentos interpessoais permeia-se a instabilidade: oscila de uma relação à outra, justifica que rompimentos sempre decorrem de falhas dos outros e apresenta crenças de que nunca foi amada. Desde muito cedo, alega ver e ouvir coisas. Atualmente faz uso de fluoxetina.

Objetivos

O principal objetivo terapêutico se configura na mudança comportamental de Charlotte de modo que ela possa ter uma vida baseada em valores.

Métodos

A princípio, aplicou-se uma entrevista de anamnese visando a obtenção de seu histórico de vida. Posteriormente, deu-se início ao treinamento de habilidades de mindfulness, tolerância ao mal estar e trilhando o caminho do meio.

Resultados

Levando em consideração a hipótese diagnóstica de Transtorno de Personalidade Borderline, o manejo clínico foi guiado pela Terapia Comportamental Dialética e a mudança comportamental se configurou como principal objetivo terapêutico. No pré-tratamento, apresentou-se as diretrizes e pressupostos da DBT. No estágio 1, comportamentos que ameaçassem a sua vida foram reduzidos por meio da construção de um plano de segurança. No estágio 3, iniciou-se o treinamento de habilidades. Em mindfulness, deu-se ênfase à respiração diafragmática e através de práticas usando chocolate, imagens de figura e fundo e psicoeducando quanto aos três estados da mente, ensinou-se o que deveria ser feito (observar, descrever e participar) de maneira não julgadora e estando no momento presente. Em tolerância ao mal estar, as habilidades de sobrevivência à crise denominadas de ACCEPT, autotranquilização com os seis sentidos e TIPP foram ensinadas. Na habilidade Trilhando o caminho do meio, esclareceu-se o quão significativa é a orientação da responsável de Charlotte para que sua mudança seja efetiva. Psicoeducação quanto ao seu modo de funcionamento e ênfase na validação e no reforço positivo foram cruciais.

Discussão

É perceptível, atualmente, maior engajamento da paciente e as inúmeras estratégias que lhe são ensinadas para lidar com sua dor emocional fora e dentro de momentos de crise. Compreender que seu tratamento se faz de maneira colaborativa e que as soluções não são imediatas faz-se fundamental nesse processo. É constante a busca por maestria para lidar com uma personalidade tipicamente instável. Trabalhar com pacientes como Charlotte significa trabalhar com dualidades, oposições e, principalmente, possibilidades.

Palavras-chaves: desregulação, emocional, generalizada, dbt, instabilidade