



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS - FBTC

ANAIIS DO XIV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo

Presidente do XIV CBTC

Marcele Regine de Carvalho

Coordenadora Científica do XIV CBTC

Porto Alegre

2022

Terapia Cognitivo Comportamental para Transtorno de Estresse Pós-Traumático: um relato de caso clínico

Autores Márcia Maria Bignotto ¹

Instituição ¹ CPB - Clínica Psicológica Bignotto (Rua General Osório, 294 Centro Santa Bárbara d' Oeste SP CEP 13450026)

Resumo

introdução

Introdução: O Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) é caracterizado pela presença de um conjunto de sinais e sintomas físicos, psíquicos e emocionais em decorrência de o paciente ter vivenciado o evento traumático ou testemunhado atos violentos ou situações traumáticas que, em geral, representam ameaça a sua vida e/ou de terceiros. **Objetivos:** O presente estudo tem por objetivo apresentar o processo e os resultados de uma intervenção psicoterápica de orientação cognitivo comportamental para o tratamento de uma paciente jovem adulta portadora de TEPT, desencadeado por uma situação de violência urbana. **Método:** A paciente era uma estudante universitária de 23 anos que sofreu um sequestro relâmpago. O processo de psicoterapia ocorreu em 18 sessões, em um período de 4 meses e 2 semanas. Para a avaliação diagnóstica do quadro de TEPT utilizou-se os critérios de avaliação para TEPT descritos no DSM - 5. Também houve a avaliação de um psiquiatra para avaliação diagnóstica do quadro de TEPT. Após a realização das primeiras entrevistas com a paciente em suas consultas, observou-se que no momento ela apresentava os seguintes agrupamentos de sintomas: **Reexperiência traumática (Revivescência):** pesadelos e lembranças involuntárias recorrentes, como flashbacks do sequestro sofrido. **Comportamento de fuga e esquiva:** evitava ou afastava-se de qualquer estímulo que possa desencadear as lembranças traumáticas, como situações que pudessem se relacionar ao acontecimento vivenciado. **Hiperexcitabilidade psíquica:** as reações de fuga exageradas, episódios de pânico, irritabilidade e hipervigilância. **Pensamentos e sentimentos negativos,** sentimentos de impotência e incapacidade em se proteger do perigo. Para o tratamento foram utilizadas as seguintes técnicas: psicoeducação, reestruturação cognitiva, relaxamento, exposição imaginária e in vivo. A utilização destas técnicas teve por objetivo identificar, avaliar e modificar crenças disfuncionais e expor a paciente a situações e lembranças que ela evitava por considerá-las perigosas, mas na realidade não eram. **Resultados:** Ao final da intervenção psicológica o quadro de TEPT estava sanado e a paciente conseguiu retomar sua vida de maneira funcional. **Discussão:** No presente estudo a Terapia Cognitivo Comportamental para o TEPT foi eficaz e baseou-se em duas principais etapas: a cognitiva, cujo objetivo foi reestruturar crenças distorcidas e a comportamental, que buscou o enfrentamento dos sintomas de evitação que contribuíram para a manutenção desse transtorno.

Objetivos

Métodos

Resultados

Discussão

Palavras-chaves: estresse traumático, tcc, tratamento, caso clínico