



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS - FBTC

ANAIS 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

Avanços na compreensão das bases neurais da regulação emocional – Revisão narrativa

Autores Welington Silva ¹

Instituição ¹ IMLNR - Instituto Médico Legal Nina Rodrigues (Av. Centenário, 990 - Garcia, Salvador - BA, 40100-180)

Resumo

introdução

Regulação emocional é o uso de processos conscientes ou inconscientes que alteram a natureza, intensidade ou a duração das emoções. Emoções disfuncionais são parte nuclear da sintomatologia em transtornos de humor e ansiedade, e vários transtornos de personalidade. Elas são uma grande fonte de sofrimento psíquico e o principal motivo de busca de ajuda em saúde mental. Regulação emocional é parte integrante de diferentes abordagens em psicoterapia e um maior conhecimento sobre os processos neurais envolvidos pode possibilitar o aperfeiçoamento de estratégias de tratamento.

Objetivos

Revisão da literatura sobre os avanços na compreensão das bases neurais envolvidas em estratégias de regulação emocional.

Métodos

Revisão narrativa

Resultados

As emoções resultam da ativação de várias redes neurais em um trabalho conjunto e integrado. Essa rede inclui áreas que têm um papel de destaque como tálamo, amígdala, ínsula, estriado ventral, córtex pré-frontal medial, orbitofrontal, somatossensorial, e cíngulo anterior. Estas áreas também estão envolvidas na regulação emocional seja como alvo ou como agentes de regulação. A reavaliação, que é a estratégia mais estudada, além de diminuir a atividade da amígdala, recruta regiões pré-frontais e parietais envolvidas em processos de controle cognitivo não afetivos, como inibição de resposta, troca de tarefas e memória de trabalho. Na reavaliação, o córtex pré-frontal ventrolateral envia sinais para outras regiões pré-frontais e córtex parietal posterior, ajudando a direcionar a atenção e selecionar reavaliações da memória de trabalho. O córtex parietal posterior participa do controle de atenção e nas reavaliações que envolvem distanciamento emocional. O córtex pré-frontal ventrolateral permite escolher e inibir cognições e ações de acordo com os objetivos, e selecionar e implementar reavaliações. O córtex pré-frontal dorso medial está relacionado com a mentalização e outras cognições sociais, e monitoração do comportamento direcionado a metas. Exposição é a estratégia principal para regulação de ansiedade disfuncional. Estudos em modelos animais mostraram que a extinção bem sucedida aumenta em função de quanto a memória emocional é bem representada. Isso possibilita associar as antigas experiências com pistas de segurança em um contexto semelhante.

Discussão

As novas metodologias de investigação em neurociência continuarão a produzir novos dados sobre os mecanismos biológicos das estratégias de regulação emocional. A abordagem de identificação de circuitos distintos por métodos optogenéticos e quimiogenéticos em uma mesma região topográfica é bastante promissora.

As abordagens de investigação do funcionamento mais integrado do cérebro podem, juntamente, contribuir para o aprofundamento do conhecimento destes processos e fornecer um ponto de convergência transteórico e transdiagnóstico em psicoterapia.

Palavras-chaves: Regulação Emocional, Reestruturação Cognitiva, Emoção, Córtex Pré-Frontal