

Consulta de Distúrbio Obsessivo-Compulsivo

O que é Distúrbio Obsessivo-Compulsivo (POC)?

O Distúrbio Obsessivo-Compulsivo (POC) é uma síndrome caracterizada por pensamentos/imagens desagradáveis e recorrentes (obsessões) e/ou comportamentos ritualizados ou rituais mentais repetitivos (compulsões).

Estes pensamentos e comportamentos interferem habitualmente no dia-a-dia da criança e da sua família, ocorrendo de forma repetida, apesar dos esforços da criança ou do adolescente para não os ter. As crianças e adolescentes com um Distúrbio Obsessivo-Compulsivo podem ou não ter consciência que as suas obsessões e compulsões não têm sentido ou são excessivas, no entanto, não conseguem controlá-las.

O facto de os pensamentos surgirem de forma intrusiva e de não desaparecerem facilmente, apesar dos esforços feitos neste sentido, provoca níveis elevados de desconforto e ansiedade. Deste modo, surgem as compulsões, isto é, a pessoa sente que tem que fazer algo para reduzir o mal-estar. As compulsões acabam por cumprir uma função de controlo de ansiedade, ainda que inadequada. Estes comportamentos são, na maior parte das vezes, comportamentos exteriores e tornam-se bastante visíveis, contrariamente às obsessões.

A POC pode ocorrer em todas as idades. Apesar de haver maior incidência no início da idade adulta, é também comum o aparecimento na infância/adolescência podendo surgir de forma gradual ou repentina. A Organização Mundial de Saúde (OMS) classifica-a entre as dez maiores causas de doenças incapacitantes e que está frequentemente associada a um sofrimento marcante. Um estudo epidemiológico nos EUA aponta para uma prevalência de 2,5%, fazendo desta perturbação a quarta perturbação psiquiátrica mais frequente naquele país.

QUAIS AS OBSESSÕES MAIS COMUNS?



Ideias de contaminação
(medo de apanhar
micróbios ou ficar sujo)



Imagens mentais
assustadoras



Pensamentos de
agressão



Preocupação constante
(dúvidas repetitivas de, por
exemplo, ter ou não fechado a
porta à chave)



Pensamentos repetitivos sem
sentido



Preocupações exageradas com
a ordem, organização e simetria
(brinquedos na mesma ordem)

QUAIS AS COMPULSÕES MAIS COMUNS?



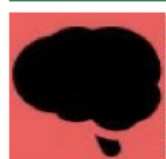
Lavagem (ex: lavar
repetidamente as
mãos)



Verificações (ex.: fecho
das portas)



Contagem



Simetria e precisão (ex.:
organizar objetos numa
determinada ordem)



Acumulação de objetos



Tocar em objetos



Repetições (tocar num
objeto um certo número
de vezes)

O que se observa numa criança ou adolescente com POC?

A POC tem tratamento, mas primeiro precisa de ser reconhecida. Nas crianças pode tomar a forma de ansiedade exagerada, ataques de fúria, hábitos estranhos e/ou repetitivos, desobediência ou outros problemas de comportamento. Os sintomas podem ter uma grande interferência no dia-a-dia da vida do

jovem. Nos adolescentes a POC pode originar comportamentos de evitamento da escola e dos amigos, bem como conflitos frequentes com os pais. Em geral, as obsessões e/ou compulsões são tão severas que interferem com a escola e com as relações familiares e com as rotinas, podendo ocupar muito tempo durante o dia (por exemplo, o adolescente pode demorar 2 horas a tomar banho todas as manhãs).

QUAL O IMPACTO DA POC NA VIDA DA CRIANÇA E ADOLESCENTES ?

As crianças e os adolescentes com POC podem parecer estar sempre chateados ou irritar-se facilmente pois gastam grande parte das suas energias a preocuparem-se com os seus pensamentos obsessivos, tendo depois dificuldade em lidar com outras dificuldades que surjam no dia-a-dia. Podem mostrar falta de vontade para realizar atividades, falta de apetite ou passar muito tempo sozinhos no quarto. Podem ainda pedir tranquilização aos pais por estarem preocupados acerca de doenças ou de contaminação de germes e micróbios.

QUAL O IMPACTO DA POC NA VIDA DAS FAMÍLIAS?

Geralmente toda a família é afetada pela POC. Por exemplo, os pais poderão começar a verificar ou a contar os objetos pela criança, de modo a não perderem tanto tempo do dia-a-dia com as compulsões. Os pais poderão ainda estar sempre com receio que a criança faça uma birra quando as compulsões não são realizadas da maneira que a criança acha correta.

A quem se dirige esta consulta?

A todas as crianças e adolescentes até aos 18 anos, que apresentem um *Distúrbio Obsessivo-Compulsivo*.

Como se organiza?

Avaliação:

É realizada uma avaliação precisa com a criança e os pais, onde se recolhe toda a informação necessária acerca do problema e da situação específica da criança. Durante esta fase faz-se o recurso a várias metodologias, nomeadamente, a questionários e observação.

Intervenção:

A intervenção é dirigida à criança ou adolescente e à sua família, sendo realizada individualmente. Tem como principal objetivo diminuir as obsessões e compulsões e é, por norma, de curta duração. A intervenção recorre a metodologias e programas empiricamente validados.

Em alguns casos, para além do acompanhamento psicoterapêutico, é aconselhável que a criança ou o adolescente beneficie de acompanhamento pedopsiquiátrico, podendo ser encaminhada para esse acompanhamento no momento da avaliação ou em qualquer momento durante a intervenção.

Quem são os elementos da equipa?

Os elementos da equipa são psicólogos, pedopsiquiatras e pediatras do desenvolvimento, com experiência no trabalho clínico com crianças e adolescentes do Centro de Desenvolvimento Diferenças.

Recursos

Sites:

- <http://www.ocduk.org/>
- <http://beyondocd.org/uploads/pdf/parents-guide.pdf>
- [http://understanding_OCD.tripod.com/OCD_parents.html](http://understanding OCD.tripod.com/OCD_parents.html)
- <http://www.anxietybc.com/parenting/obsessive-compulsive-disorder>

Para mais informações ou sugestões:

Dr.ª Helena Almeida - Psicóloga Clínica

lanaalmeida@hotmail.com