

Ebook Terapias para o
ALCOOLISMO



Sumário



1 O Alcoolismo.....	3
2 Terapias.....	8
3 TCC.....	13
4 Psicanalise.....	20

Capítulo 1

O Alcoolismo



Capítulo 1 - O Alcoolismo



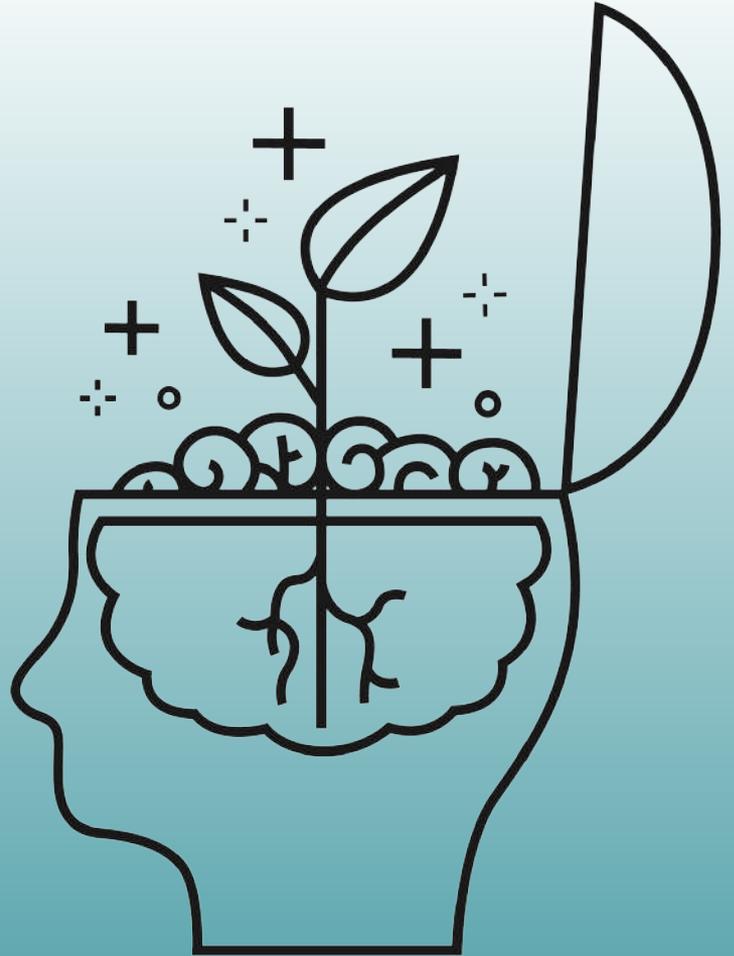
O consumo de álcool está presente na história da humanidade desde as mais remotas civilizações, por conta de seu poder euforizante e prazeroso. O abuso de substâncias é considerado menos grave do que a dependência, sendo pautado pelo uso repetido da droga em situações nas quais a utilização é potencialmente prejudicial a si ou aos outros, ou apesar do conhecimento de que causa ou está associado a problemas sociais e psicológicos significativos.

O alcoolismo é uma doença crônica, com aspectos comportamentais e socioeconômicos, caracterizada pelo consumo compulsivo de álcool, na qual o usuário se torna progressivamente tolerante à intoxicação produzida pela droga e desenvolve sinais e sintomas de abstinência, quando a mesma é retirada.

Referência

ROMANINI, Moises et al. Grupo de prevenção de recaídas como dispositivo para o tratamento da dependência química. **Disc. Scientia. Série: Ciências da Saúde**, Santa Maria, v. 11, n. 1, p. 115-132, 2010.

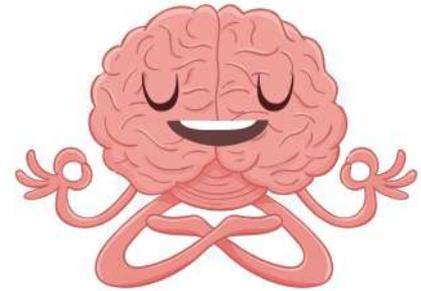
Capítulo 2
Terapias



Capítulo 2 - Terapias

Visão Geral

Os métodos de tratamento para o uso indevido ou abusivo de drogas abrangem diversas modalidades, que se estendem ao longo de um espectro que abriga desde estratégias biológicas até psicossociais: psicoterapias, intervenções farmacológicas, programa dos 12 passos (modelo aplicado pelos grupos anônimos de auto-ajuda; como o AA, alcoólicos-anônimos), abordagem da comunidade terapêutica, entre outras propostas.¹ Tipicamente, os programas de reabilitação psicossocial incluem: psicoterapia individual e de grupo, aconselhamento individual, palestras, psicoeducação, aconselhamento familiar, atividades recreacionais, suporte oferecido por grupos anônimos, a exemplo dos Alcoólicos Anônimos (AA) e Narcóticos Anônimos (NA), entre outros recursos disponibilizados.¹



Pesquisas mostram que a presença da família, a prontidão do alcoolista para a mudança e o encaminhamento pelo serviço de saúde são fatores preponderantes para que a pessoa busque tratamento.² Levando-se em consideração que é frequente o uso do álcool ser motivado pela necessidade de se “anestesiar” - funcionando o consumo como uma fuga aos estados emocionais negativos-, terapias que envolvam criação artística, exercícios e jogos podem ser utilizados para se promover a introspecção do alcoolista, oferecendo uma alternativa ao caminho usual oferecido pelo álcool e aumentando a autonomia da pessoa.³

Uma proposta de atividade refere-se ao atelier de sabores, que pretende mobilizar a pessoa a criar bebidas sem álcool, conjugando diferentes sabores, para estimular a apreciação das propriedades de novos coquetéis.³



A Reabilitação Alcoólica pressupõe mudança na sua forma estar, pensar e sentir, acrescentando uma nova perspectiva acerca de si próprios e das suas potencialidades, permitindo ativá-las, para que os indivíduos se consigam reconstruir e mudar o seu estilo de vida.³

Os integrantes dos AA encontram no grupo, na abstinência total e na espiritualidade sua fonte de recuperação, já os usuários do Centro de atenção psicossocial álcool e drogas (CAPS ad) apoiam-se na equipe do serviço e na medicação.

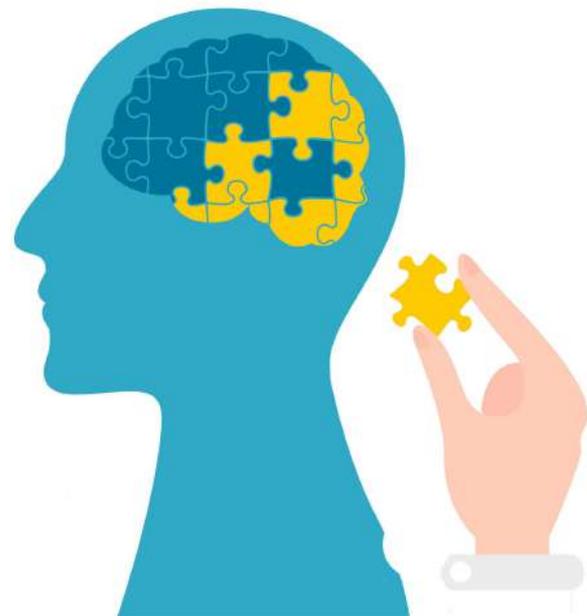
2

No que concerne aos recursos de tratamento, a literatura preconiza o uso combinado de diversas estratégias de atenção psicossocial, de modo a englobar as múltiplas dimensões que compõem a qualidade de vida em seus domínios: físico, psicológico, social, funcional, ambiental e espiritual.¹ Nesse sentido, as pesquisas evidenciam que a efetividade da psicoterapia é potencializada quando combinada com tratamento psicofarmacológico e outras modalidades de intervenção psicossocial.¹

1 SANTOS, Manoel Antônio dos. Psicoterapia psicanalítica: aplicações no tratamento de pacientes com problemas relacionados ao uso de álcool e outras drogas. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto , v. 3, n. 1, fev. 2007.

2 CARVALHO, João Emílio da Silva et al. CAPS AD e Alcoólicos Anônimos: o processo de tratamento sob o ponto de vista dos usuários. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, ISSN 2595-2420, Florianópolis, v.7, n.16, p.41-61, 2015.

3 FERREIRA, Sônia; MOUTINHO, Lídia .O álcool como mediador do processo criativo. **Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente**, 7:1-2 (2016). Universidade Lusíada Editora, 2016.





Um ponto importante para a fenomenologia é a questão de voltar o olhar para dentro, de modo a encontrar a essência e a consciência de cada pessoa, objetivando o encontro e a atitude fenomenológica criativa.²

O atendimento clínico não se baseia em um diagnóstico, mas na afirmação de uma tendência inata e criativa ao crescimento, e não é concebido como uma intervenção direcionada a efeitos específicos, mas sim como uma relação libertadora dessa tendência na pessoa.³

Nesse sentido a fenomenologia-existencial observa esses comportamentos dependentes como um conflito pelo qual o sujeito se mostra e procura existir diante do mundo, mesmo sendo uma forma de se manifestar que não contemple a autenticidade e a alteridade.²

A dependência química fabrica uma distância da realidade e da essência pessoal que se reflete na maneira de se relacionar com as outras pessoas, e com o mundo, tornando o(a) alcoolista incapaz de criar e guiar os próprios caminhos na vida, abandonando perspectivas de futuro e de crescimento.² A psicologia fenomenológica-existencial preconiza que o sujeito viva sua essência, e se perceba diante do mundo como ser ativo e em construção. Considerando-se o alcoolismo e suas dificuldades, a ótica fenomenológica-existencial atua com o intuito de reestruturar a busca de crescimento e a amplitude de possibilidades diante da situação de risco, possibilitando o resgate de conceitos de autonomia, liberdade, percepção de forma saudável para o sujeito, para que o mesmo perceba os problemas e consiga enfrentá-los.



Assim, tratando-se de terapia para o alcoolismo, a pessoa é auxiliada a partir do momento presente, das percepções no aqui e agora, visualizando-se e valorizando-se cada vez mais num movimento para frente, que proporciona meio de desenvolver a criatividade e o crescimento.

O foco da abordagem fenomenológica, então, é o “como” as coisas acontecem, e não o “por que” delas acontecerem, ou seja, a descrição dos fenômenos vividos até o momento como instrumento para trazer à luz um sentido que é ignorado. A intenção é a transcendência da experiência superficialmente percebida e a valorização do homem como centro das coisas.

1 EVANGELISTA, Paulo. Terapia fenomenológico-existencial nas comunidades populares-por uma terapêutica hilética e brasileira situada. Gustavo Santos, Curitiba: Editora CRV (2015). **Revista da Abordagem Gestáltica** - Phenomenological Studies - XXII(2): 245-246, jul-dez, 2016.

2 BARBOSA, Maisa Damaso. Um olhar clínico diante do alcoolista: a fenomenologia existencial e suas contribuições. **REVISTA SÍTIO NOVO**, v. 1, p. 158-167, 2017.

3 AMATUZZI, Mauro Martins. Psicologia fenomenológica: uma aproximação teórica humanista. **Estudos de Psicologia**, Campinas, SP, v. 26, n. 1, p. 93-100, 2009.



Capítulo 3
TCC



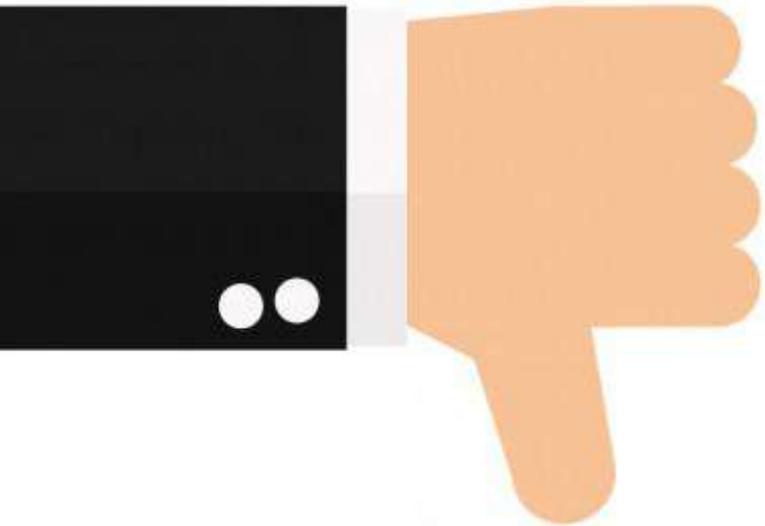
Capítulo 3 - Terapia Cognitiva Comportamental

As abordagens da Teoria Cognitivo-comportamental para compreender os transtornos relacionados ao uso de substâncias baseiam-se na Teoria de Aprendizagem Social proposta por Bandura.¹

Segundo essa teoria, o comportamento de uso ou abuso de substâncias é aprendido e sua frequência, duração e intensidade aumentam em função dos benefícios psicológicos alcançados.¹

A Teoria de Aprendizagem Social reconhece a importância e a interação entre fatores biológicos, genéticos e psicossociais.





Em muitos pacientes que abusam de substâncias, padrões específicos de pensamento auxiliam na manutenção dos sintomas e dos comportamentos associados ao transtorno, e podem bloquear a mudança para comportamentos mais adaptativos e saudáveis.¹

Alguns especialistas associaram esses padrões de pensamento a crenças relacionadas à adição. E podem ser divididas em duas categorias gerais: as crenças de expectativa e as crenças permissivas.¹

As crenças de expectativa são aquelas que se referem ao que o paciente sente que são os benefícios decorrentes do uso. Essas crenças envolvem ideias de busca de prazer, resolução de problemas, alívio e fuga e podem se formar bem no início da vida.¹

As crenças permissivas, por sua vez, se relacionam à justificativa, ao ato de assumir riscos e à autorização e servem como fatores que estimulam a busca e o uso da droga.¹

Pesquisas adicionais desenvolvidas por outros autores dividem as crenças permissivas, em dois grupos: as crenças de negação e as crenças de racionalização.

As primeiras referem-se a pensamentos que minimizam ou negam o problema ou comportamento. As segundas são aquelas que admitem, pelo menos parcialmente, o comportamento, mas justificam, explicam, atribuem ou negam a conexão entre o comportamento e as consequências.¹





A Prevenção de Recaída é uma abordagem muito utilizada na terapia cognitivo-comportamental. Nela, os comportamentos aditivos, como os de dependentes químicos, são considerados hábitos que são aprendidos e mal-adaptados, utilizados para lidar com situações difíceis e seguidos de gratificação. Seu foco primário é mudar o hábito, antecipando as situações de risco e procurando lidar com elas. Visa desenvolver habilidades de enfrentamento, controle e autoeficácia.

Muitos estudos confirmaram a efetividade da terapia cognitivo-comportamental no tratamento do alcoolismo através de outras técnicas como: manejo da depressão; manejo da ansiedade; treinamento de habilidades intra e interpessoais; identificação de situações de alto risco; reestruturação cognitiva; treinamento da assertividade; e treinamento de relaxamento.²

1 ROMANINI, Moises et al. Grupo de prevenção de recaídas como dispositivo para o tratamento da dependência química. **Disc. Scientia. Série: Ciências da Saúde**, Santa Maria, v. 11, n. 1, p. 115-132, 2010.

2 RANGÉ, Bernard P.; MARLATT, G Alan. Terapia cognitivo-comportamental de transtornos de abuso de álcool e drogas. **Rev Bras Psiquiatr.** 30(Supl II):S88-95; 2008.

Capítulo 4

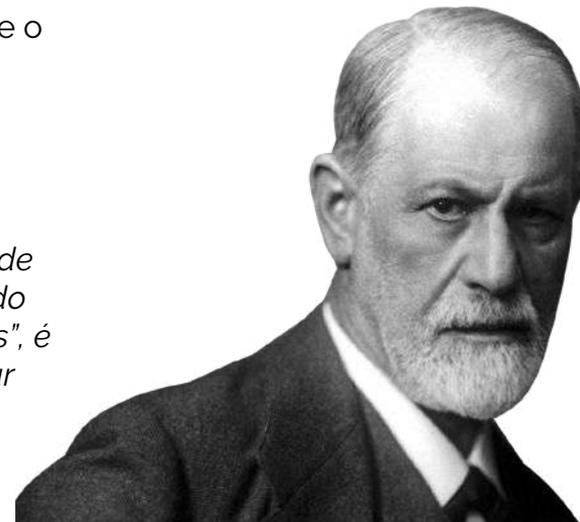
Psicanálise



Capítulo 4 - Psicanálise

Para iniciar nosso texto sobre a psicanálise e a psicoterapia psicodinâmica vamos relembrar um texto de Freud em seu livro “O Mal Estar da Civilização” que discute o papel de substâncias psicotrópicas como o álcool na humanidade:

“O serviço prestado pelos veículos intoxicantes na luta pela felicidade e no afastamento da desgraça é tão altamente apreciado como um benefício, que tanto indivíduos quanto povos lhe concederam um lugar permanente na economia de sua libido. Devemos a tais veículos não só a produção imediata de prazer, mas também um grau altamente desejado de independência do mundo externo, pois sabe-se que, com o auxílio desse “amortecedor de preocupações”, é possível, em qualquer ocasião, afastar-se da pressão da realidade e encontrar um refúgio num mundo próprio, com melhores condições de sensibilidade. Sabe-se igualmente que é exatamente essa propriedade dos intoxicantes que determina o seu perigo e a sua capacidade de causar danos.”¹



Capítulo 4 - Psicanálise

Freud descreveu o princípio do prazer como a tendência do organismo em reconduzi-lo à mais baixa tensão. O organismo se protege contra a elevação da tensão e do desejo buscando a satisfação, ou seja, a descarga. Este é um ciclo de auto-regulação biológica e do prazer.

No alcoolista, a utilização do álcool parece situar-se como um regulador biológico.

É preciso lembrar que muitas vezes a pessoa busca a análise obrigada por familiares, autoridades, ou outras pessoas próximas. Sendo esse o caso se tem aí a primeira dificuldade do trabalho analítico: mobilizar o(a) paciente para o seu próprio tratamento.



Capítulo 4 - Psicanálise

O trabalho na análise tende a focar o papel da falta e a construção de si mesmo(a) como um(a) protagonista da própria vida. ²

A psicoterapia psicanalítica ou psicoterapia psicodinâmica – ou simplesmente psicoterapia dinâmica – é um procedimento derivado da psicanálise, que utiliza seu corpo teórico combinando-o com técnicas adaptadas às necessidades específicas do contexto particular em que se aplica o método psicanalítico. ³

Como na psicanálise as psicoterapias psicodinâmicas concentram-se, basicamente, na interpretação de conflitos inconscientes, com o propósito de abrandar a tensão intrapsíquica decorrente da repressão das idéias intoleráveis pelo ego consciente. ³



Capítulo 4 - Psicanálise

Trabalha-se para que as motivações inconscientes dos comportamentos possam ser reconhecidas e elaboradas, de modo que o sujeito encontre o sentido que o sintoma assume em sua vida. Considerando-se que cada história é singular, esse sentido construído é único.³

Pensar sobre si pode desvelar novas possibilidades e caminhos. O terapeuta crê e aposta no efeito transformador que o conhecimento de si opera na vida psíquica do indivíduo. Busca compreender, na fala do sujeito, a possibilidade de ele tomar contato com as teorias que ele engendra sobre si mesmo.³

Esse conhecimento do sentido que o sintoma assume para cada um pode tirar o sujeito de uma posição apassivada diante de suas dificuldades de controle dos próprios impulsos, evoluindo para uma postura de agente de sua própria cura, ou seja, sujeito ativo que assume sua necessidade de tratar-se e passa a mobilizar seus recursos nessa direção.³



Capítulo 4 - Psicanálise

Uma revisão de estudos sistemáticos da literatura especializada concluiu que a abordagem psicanalítica apresenta comprovado potencial terapêutico quando aplicada aos(às) pacientes com problemas relacionados ao uso de drogas.³

1 FREUD, S.1930. Vol. XXI. **O Mal Estar na Civilização**. Pág. 97. E.S.B. Imago Editora. RJ. 1a edição. 1974.

2 GALVAO, Virginia Lúcia Britto S. Gozo e alcoolismo. **Cogito**. Salvador , v. 3, p. 91-93, 2001.

3 SANTOS, Manoel Antônio dos. Psicoterapia psicanalítica: aplicações no tratamento de pacientes com problemas relacionados ao uso de álcool e outras drogas. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.)**, Ribeirão Preto , v. 3, n. 1, fev. 2007.



Assista *nossos vídeos!*





Quanto custa a psicoterapia



Consulta com psicólogo



Escolha aqui seu psicólogo



Agende sua consulta aqui



Psicólogos em São Paulo

Siga nossas redes sociais



visite nosso site:

www.marisapsicologa.com.br

Unidade I: Rua Bela Cintra, 968 (Paulista)

Unidade II: Rua Frei Caneca, 33 (Consolação)

Telefone (11) 3262-0621 - Envie Whatsapp (11) 99787-451