

Mesa redonda aborda compulsões no último dia da SIPAT

Assunto:

BEM-ESTAR E TRABALHO



Mesa redonda aborda compulsões no último dia da SIPAT

As compulsões, a obsessão e a

dependência química foram os temas debatidos na mesa redonda ?Compulsões: prazer, necessidade, paixão ou doença??. que integrou a programação desta sexta feira do VI SIPAT VI (Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho), na Câmara Municipal.

Durante o evento, quatro palestrantes convidadas apresentaram características dos comportamentos compulsivos, discutiram e tiraram dúvidas dos participantes.

As compulsões, os comportamentos compulsivos ou aditivos são hábitos aprendidos e seguidos de forma repetitiva em busca de alguma gratificação emocional, normalmente o alívio da ansiedade ou angústia. ?A compulsão é um ato que se dá em resposta a um pensamento obsessivo?, esclareceu Soraya Hissa de Carvalho, médica e psicanalista do grupo Gênese.

Segundo ela, as compulsões podem ser entendidas como atitudes mal-adaptadas para enfrentar os problemas e frustrações da vida, que trazem consequências físicas, psicológicas e sociais graves. ?O compulsivo age desta forma mesmo sabendo que seu comportamento irá acarretar prejuízos para sua vida?, afirmou.

De acordo com Helena Fonseca Sales, coordenadora de Prevenção e psicóloga da Associação Brasileira Comunitária para Prevenção ao Abuso de Drogas (ABRAÇO), há um processo para a "instalação" do comportamento compulsivo na vida de uma pessoa, que vai do apego e à construção do hábito até o efeito ioiô, quando a pessoa tenta evitar o hábito e pode ter recaídas.

Normalmente, as ações compulsivas seguem a busca pelo prazer ou pelo alívio do desprazer, o que força a pessoa a repeti-las, mas, com o tempo, depois deste alívio imediato, segue-se uma sensação negativa por não ter resistido ao impulso de realizá-la. Mesmo assim, a gratificação inicial permanece mais forte, levando à repetição do ato.

"Existem vários tipos de compulsões, como a compulsão por compras, a piromania, a compulsão alimentar e mesmo a anorexia. Todas elas trazem grandes prejuízos para as relações sociais, de trabalho e até mesmo prejuízos financeiros", explicou Helena. "A pessoa chega a perder a liberdade, no sentido de que, muitas vezes age de forma contrária às suas vontades", completou.

Não há uma causa estabelecida para a ocorrência dos comportamentos aditivos. Eles podem ocorrer por insegurança, hábitos familiares, por razões individuais relacionadas a experiências passadas ou por incapacidade de lidar com problemas ou até mesmo por razões biológicas, de acordo com o funcionamento do organismo.

"O importante é que a pessoa tenha um bom conhecimento de si e procure ajuda. É possível ainda controlar as compulsões e direcioná-las para um lado positivo", afirmou Ester Jeunan, psicóloga, especialista em psicologia econômica e psicologia do consumidor.

Para a palestrante Renata Aguiar Melo, psicóloga e psicanalista do Centro Mineiro de Toxicologia (CMT) e membro da ONG Terceira Margem, é necessário que a pessoa saiba de que precisa de ajuda. "Tomar consciência de que é necessário buscar ajuda, e tratamento especial é um grande passo para o controle da compulsão", disse.

Informações na Superintendência de Comunicação Institucional (3555-1105/3555-1216).

Data publicação:

Quinta-Feira, 23 Outubro, 2008 - 22:00
