

SIMPÓSIO INTERNACIONAL

Transtornos Alimentares

& EMDR

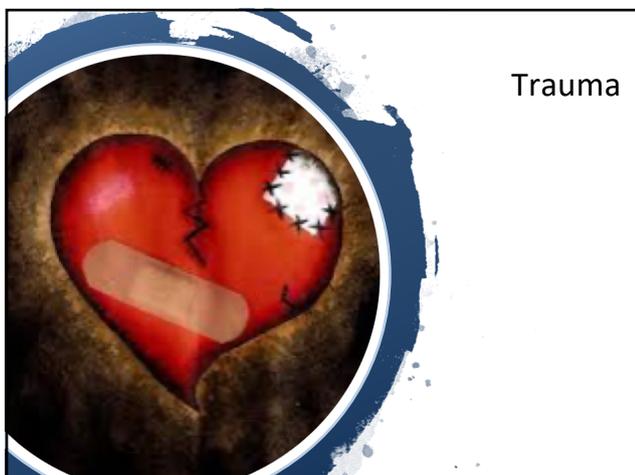
MÓDULO II



NATALIA SEIJO



Brasília - 31 de janeiro e 1º de fevereiro de 2020



O que é Trauma

O trauma psicológico é a experiência individual e única de um incidente, uma série de incidentes ou um conjunto de condições duradouras em que:

É excedida capacidade do indivíduo de integrar sua experiência emocional (isto é, sua capacidade de permanecer presente, entender o que está acontecendo, integrar seus sentimentos e entender sua experiência).

Saakvitne et al, 2000

Trauma

- Trauma por excesso, trauma por defeito
- O trauma geralmente está associado a um excesso de estímulo que vem de fora e prejudica seriamente o sujeito.
- Traumas por agressões físicas ou traumas por abuso sexual são exemplos disso e são as formas mais visíveis de trauma.
- No entanto, o corpo também produz estímulos internos que precisam ser processados e descarregados, mas só podem ser descarregados com a ajuda de outra pessoa que fornece as condições necessárias.
- Texto
- Um exemplo claro disso é o estado de excitação-agressão em que se encontra um bebê com fome.

Trauma de evento traumático

Dentro os eventos traumáticos o que mais aparece nos TA é o abuso sexual.

50% das pessoas que sofrem de TA sofreram abuso sexual

Morrer de fome ou se matar comendo. As consequências do abuso sexual que ninguém fala. (Elena Rue Morgue, 2017)



- A menos que você seja uma das 3 ou 4 pessoas no planeta com uma auto-estima blindada diante do mundo, as chances são de que, em maior ou menor grau, haja momentos em que você não se sinta confortável em seu próprio corpo.
- **Mas quando o corpo foi machucado e maltratado por alguém contra sua vontade, o relacionamento com ele pode se tornar especialmente conflitivo. (Elena Rue Morgue, 2017).**

Página web; Like, Share and Do

- O ódio ao corpo
- Transtorno alimentar e correlatos
- Crenças e comportamentos com alimentos autodestrutivos.
- Esconder dentro dele mesmo
- Dissociar-se dele
- Aversão ao contato físico; problemas com a sexualidade
- Problemas de casal
- Problemas psicossomáticos



Trauma de Apego



Trauma de Apego

- Ferenczi, 1933, diz que para manter o vínculo com o adulto, a criança sacrifica sua própria percepção da experiência relacional.
- A negação pelo adulto é o que aciona os mecanismos de defesa da criança e gera uma experiência traumática.

Trauma de Apego

- Na infância, uma experiência traumática é vivida como tal quando figuras de apego mostram depressão, desconexão crônica e raiva.
- Experiências muito comuns na biografia de pessoas com TA.

Trauma de Apego

Algo característico nas pessoas com TA é que elas podem sentir o corpo anestesiado ou sentir dor no corpo.

Eles sentem-se prisioneiras de seu próprio corpo ou descrevem como se estivessem carentes dele.

Eles geralmente oscilam entre sentir uma hiper-ativação avassaladora e dissociação com dormência.

Trauma de Apego

- Eles têm uma enorme dificuldade com a regulação emocional.
- Eles têm dificuldade em traduzir sensações somáticas em sentimentos.
- A facilidade com que eles podem ser ativados torna difícil pensar e sentir.
- Em vez disso, eles negam e se dissociam. Wallin, D. (2007)

Trauma de Apego

- Muitas pacientes com TA agem como se tivessem registrado experiências passadas e atuam com se estivessem reagindo a essas experiências.
- Como se as dificuldades cotidianas fossem uma constante ameaça à vida.
- Incapazes de reconhecer que eles permanecem em alerta por um passado que passou e não estão conscientes dele.

Terapia de Apego

- É por isso que o **trabalho de confiança** é importante.
- Dá-se um **nome** à dificuldade de confiar.
- **Reconhece-se** a dificuldade de confiar.
- Faz-se a pergunta: **onde você aprendeu a não confiar?**

Trauma de Apego

- Uma parte importante do trabalho terapêutico na TA deve ser focada em proporcionar uma boa relação de apego.
- A nova relação de apego que a pessoa precisa.

Terapia de Apego

A fórmula terapêutica é oferecer uma combinação de **empatia e ajuste de limites**.

Em muitos casos, a metáfora é "mão dura com luva de veludo"

Contemplando sempre; o medo, raiva, frustração e desespero que podem ocorrer nos casos clínicos.

TRAUMA PRÉ-VERBAL



Trauma Pré-verbal

- Outro trauma muito comum na TA é o pré-verbal.
- Quando esses tipos de lembranças aparecem, os pacientes descrevem um estado emocional sem imagem.
- Às vezes, as pessoas descrevem sentir solidão, medo e às vezes descrevem uma parte muito pequena, sozinha e assustada.

Trauma Pré-verbal

As experiências pré-verbais foram identificadas através de pesquisas, em grande parte, como experiências corporais. (Wallin, D. 2007)

Geralmente não há lembranças explícitas do que aconteceu.

Trauma Pré-verbal

- 1
Bebês e crianças pequenas não têm consolidação cortical suficiente para poder armazenar memórias de forma explícita.
- 2
Portanto, as memórias aparecerão armazenadas implicitamente (elas não podem ser expressas diretamente).

Trauma Pré-verbal

- Se o trauma ocorrer na infância, aparecerá a memória somática que pode nos dar um sinal de sua natureza.
- A pessoa descreve sentir-se fragmentada ou descreve ter sensações generalizadas em todo o corpo: inquietação nos braços e pernas, sensação de frio que percorre o corpo...
- O corpo como centro de expressão do trauma.

Trauma Pré-verbal

- A pessoa ao reprocessar esse trauma pode se sentir inundada de emoção e não relatar qualquer informação verbal ao terapeuta.
- As crenças geralmente associadas a esse tipo de trauma podem ser: "Eu não deveria ter nascido", "Eu não sou bem recebida", "Eu não tenho lugar no mundo".

Trauma Pré-verbal

1

O corpo expressa o que não pode ser colocado em palavras.

2

A maneira de processar esse trauma é em nível somático.

3

Através das sensações e emoções do corpo como uma extensão de tudo o que acontece emocionalmente.

Trauma Pré-verbal

- O trabalho em terapia neste momento é desenvolvido com **reprocessamento somático**, através do qual podemos reprocessar experiências traumáticas retidas no corpo.
- **Os entrelaçamentos somáticos** nos ajudarão a desfazer nós somáticos nos quais o processamento fica bloqueado.



TRAUMA OCULTO

Trauma Oculto

- Um tipo muito comum de trauma na TA, por isso é importante levar em consideração o trauma oculto.
- **Traumata Ocultos** referem-se à incapacidade do cuidador em modular a desregulação afetiva. (Schuder-Lyons-Ruth, 2004)

Trauma Oculto

- Na infância, muitas ameaças percebidas provêm mais de sinais afetivos e acessibilidade do cuidador do que do nível real de perigo físico ou risco de sobrevivência. (Schuder e Lyons-Ruth, 2004)

Trauma Oculto

Eles são difíceis de lembrar, são eventos sutis aos quais geralmente se dá pouca importância, que prejudicam sem serem mostrados abertamente.

Mensagens duplas, manipulações verbais, que destroem não sendo óbvias.

Gestos, silêncios que ignoram ...

Nos TAs, **comportamentos com alimentos** podem aparecer como um protesto, desespero e isolamento ante a privação da figura materna, ou **como uma defesa** contra uma mãe que não estava disponível durante a **fase de separação-individuação**.

Trauma Oculto

Trauma Oculto

- Por outro lado, causada pela **vulnerabilidade devido ao controle** exercido pela figura do apego que não permite limites saudáveis do *self* ou da fase de separação-individuação.
- A ausência física e/ou emocional da mãe, que favorece a predisposição para o desenvolvimento de TA.

A Diferenciação

No trauma oculto, um dos trabalhos a serem desenvolvidos quando se chega a certa regulação é **a diferenciação**.

É uma experiência interna que não foi concluída como um processo natural, como resultado de trauma invisível.

Trauma Oculto

- Para as pessoas que estão revivendo o trauma, nada faz sentido, elas estão presas nessa situação em um estado de medo ou raiva oculta.
- A mente e o corpo estão constantemente ativos, como se estivessem em perigo iminente. Esse é um problema quando a pessoa sofreu um trauma oculto porque sente o que está descrito, mas sem encontrar uma origem para seu sofrimento.

Trauma Oculto

A pessoa sente um alerta interno constante.

Isso facilita o desenvolvimento da defesa de não confiar que bloqueia o acesso para camadas mais internas.

O mundo está cheio de gente que quer colher frutos de árvores que nunca plantaram.



Trauma Oculto

- O trabalho em terapia será desenvolvido no sentido de promover que a pessoa sinta que pode se encarregar de sua própria vida.
- Para isso, trabalharemos o **controle e a base segura**.



TRAUMA DE TRAIÇÃO

Trauma de Traição

- **Trauma de traição** Freyd (2008) pode ser usado para se referir a um tipo de trauma independente da reação ao trauma.
- Ocorre quando as pessoas ou instituições das quais a pessoa depende para sobreviver violam a confiança ou o bem-estar da pessoa: física ou emocionalmente.
- O abuso sexual perpetrado por um cuidador é um exemplo de trauma de traição.

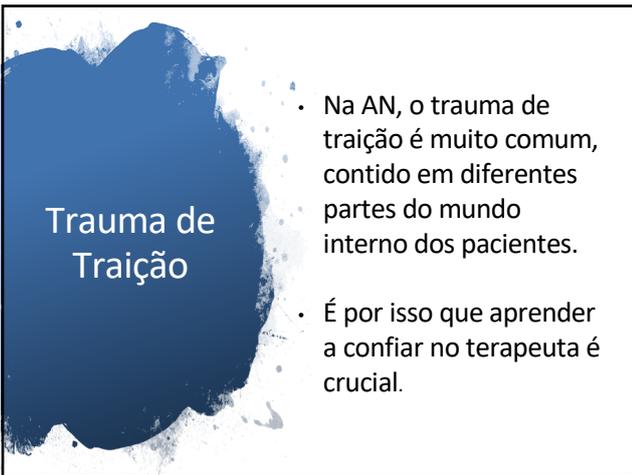


Trauma de Traição

- A teoria do Trauma de traição de acordo com Freyd, J. (2002) é o grau pelo qual um evento negativo representa uma traição que influenciará a maneira pela qual esses eventos são processados e lembrados.
- Essa teoria explicaria a raiva que aparece nos TA e que passa imperceptível se o terapeuta não reconhecer esse tipo de trauma.

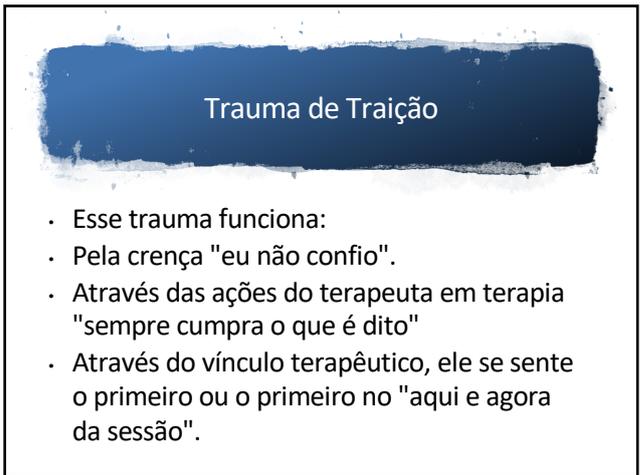


Não é necessário
Bater
para fazer dano.
Uma palavra, dói.
O silêncio, dói.
Uma traição, dói.
O desprezo, dói.
A indiferença, dói.



Trauma de Traição

- Na AN, o trauma de traição é muito comum, contido em diferentes partes do mundo interno dos pacientes.
- É por isso que aprender a confiar no terapeuta é crucial.



Trauma de Traição

- Esse trauma funciona:
- Pela crença "eu não confio".
- Através das ações do terapeuta em terapia "sempre cumpra o que é dito"
- Através do vínculo terapêutico, ele se sente o primeiro ou o primeiro no "aqui e agora da sessão".



Trauma de Traição

- As pessoas que sofrem de TA precisam confiar, mas acham muito complicado.
- O terapeuta será o modelo em quem aprenderá a confiar e, para isso, temos que ser totalmente confiáveis.
- A crença central do trabalho para esse trauma será "**a traição da confiança**", todos os alvos associados a ele.



Trauma de Dietas

- Um dos traumas que devemos reprocessar na TA são os traumas associados à dieta.
- As pessoas que sofrem desses transtornos passam grande parte de suas vidas fazendo dieta, em muitos casos desde o início da infância.

Trauma de Dietas

Torna-se traumático para a pessoa.

Fazer dieta está associado a altos níveis de ansiedade, frustração, tristeza e desamparo.

Isso se traduz na impossibilidade de fazer dieta.

O trabalho é baseado nos piores momentos associados à dieta.



TRAUMA DE HOSPITALIZAÇÃO

Trauma de Hospitalização

- O trauma da hospitalização é causado pelas diferentes internações que as pessoas com TA são forçadas a se submeter durante todo o transtorno..
- Seja em razão do baixo peso ou da falta de controle das compulsões ou o vômito, bem como a compulsão que exigem uma hospitalização.

Trauma de Hospitalização

- Essas internações estão associadas a altos níveis de ansiedade em relação à experiência de internação.
- Será importante trabalhar os piores momentos associados à hospitalização e como a pessoa os vivenciou.

Sempre ter em conta algo que repare e acalme durante a terapia...

Não se pode mudar o passado,
mas sim aprender com ele.

Alicia

