

DISQUE SAÚDE **136**

Aspectos psicológicos diante da Lesão Medular

Fonte: Canva.



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



Apresentação

Olá!

Uma Lesão Medular ocorre quando a medula espinhal, responsável por transmitir sinais entre o cérebro e o resto do corpo, é danificada de alguma forma. Logo, os sinais que normalmente seriam transmitidos não conseguem ou têm dificuldade de passar pela região lesionada.

A Lesão Medular é um evento traumático que pode impactar significativamente a vida de uma pessoa. Além de afetar a saúde física, ela traz consequências à saúde mental e à forma como a pessoa com a lesão se comporta em sociedade.

Você já parou para pensar em como deve ser desafiador lidar com uma Lesão Medular?



Fonte: Canva.

É preciso considerar a adaptação dessa pessoa a uma nova realidade, as emoções envolvidas e a importância do apoio psicológico em seu processo de reabilitação. Dito isso, nesta cartilha, você entenderá os aspectos psicológicos que influenciam a recuperação dessas pessoas. Vamos lá?

Acompanhamento psicológico



O acompanhamento psicológico para uma pessoa com Lesão Medular deve ser desenvolvido por uma equipe com diversos profissionais, com o objetivo de promover sua reabilitação em nível biológico, psicológico e social¹.

Fonte: Canva.



A atuação do psicólogo no processo de reabilitação consiste em auxiliar o paciente, nas possíveis sequelas emocionais, cognitivas e comportamentais, estimulando a recuperação, potencialidades e habilidades sociais.

Você já parou para pensar nas diferentes formas que uma pessoa pode se sentir em relação a si mesma? Isso pode ter um impacto significativo em seu processo de reabilitação, não é mesmo? Bom, existem alguns conceitos relacionados à forma como uma pessoa se sente, se vê e esta percepção influencia suas relações em sociedade. Vamos conhecer algum deles?

Autoestima: o conceito de autoestima está relacionado a um conjunto de atitudes e sentimentos que definem como a pessoa se sente em relação às competências, desempenhos e valores pessoais.

Autoconceito: o autoconceito é o conjunto de percepções, ideias e sentimentos que temos sobre nós mesmos.

Autoimagem: é como nós nos enxergamos e como achamos que os outros nos veem. Essa percepção pode ser influenciada pela maneira como as pessoas se relacionam conosco, seja em termos de sentimentos, pensamentos ou comportamentos.

A Lesão Medular gera uma transformação repentina e inesperada no corpo, mudando a maneira como a pessoa percebe o mundo e a si mesma².

Essa transformação no corpo pode causar problemas emocionais, especialmente quando há conflito entre o sentimento em relação ao físico atual e a memória do corpo no passado.



Alguns estágios são importantes para lidar com esses conflitos. Você sabe quais são? Vamos conhecê-los³:

Estágio de dimensão cognitiva

Esse estágio tem a ver com o que a pessoa sabe ou não sobre o que está acontecendo consigo. Ele é dividido em duas fases: a fase de desconhecimento e a fase de informação.

Na fase de desconhecimento, a pessoa pode não saber o que está acontecendo consigo ou não querer saber.



Fonte: Canva.

Já na fase de informação, o médico comunica o diagnóstico e prognóstico ao paciente e à família. Nessa fase, a pessoa pode sentir que finalmente conhece a verdade sobre sua condição ou que é tudo muito irreal. Também pode aceitar ou negar o diagnóstico.

Estágio de transição

É um momento de descontrole das emoções, uma mistura de vários sentimentos, dividido em três fases: agressão, negociação e depressão.

- Quando a pessoa chega na fase da agressão, pode sentir muita raiva e insegurança diante daquilo que não pode mais negar.
- Na fase de negociação, a pessoa tenta enfrentar e controlar a situação para não se sentir impotente.
- Já na fase da depressão, as dificuldades podem gerar sentimentos de desesperança e impotência.

Estágio objetivo

É quando a pessoa começa a tomar mais controle da situação. Ele é dividido em três fases: aceitação, atividade e solidariedade.

Na fase de **aceitação**, a pessoa começa a enxergar a realidade de forma mais clara e cria estratégias para lidar com a situação.

Na fase de **atividade**, a pessoa se concentra em atividades pessoais, profissionais e de lazer, e pode encontrar novos significados em sua vida.

Já na fase de **solidariedade**, a pessoa sente a necessidade de ajudar outras pessoas com base em sua experiência.



Fonte: Canva.

Segundo informações do Ministério da Saúde, as fases comportamentais podem ser caracterizadas da seguinte forma¹:

Choque: a pessoa fica confusa e não entende a gravidade da situação.

Negação: a pessoa começa a enfrentar a realidade, mas de maneira distorcida devido à sua fragilidade emocional, o que pode ocasionar em alterações comportamentais, passivas ou agressivas, além de revolta e inconformismo com a situação.

Reconhecimento: nesta fase, a pessoa entende que sua condição é definitiva, o que pode gerar sentimentos intensos de desamparo e ansiedade, e até mesmo levar a situações de depressão.

As fases mencionadas podem ser vividas de maneira diferente por cada pessoa, pois cada uma tem sua própria história, contexto e personalidade.

É importante que a equipe de saúde conheça essas fases e tenha objetivos claros, bem como um bom conhecimento sobre o diagnóstico e a reabilitação, pois cada pessoa é única e influenciada por diversos fatores físicos, psicológicos e sociais.

Algumas abordagens psicológicas podem ajudar a pessoa com Lesão Medular, mas é preciso lembrar que cada pessoa tem sua história pessoal, suas necessidades singulares e preferências.

Por isso, é importante respeitar a individualidade de cada um na escolha da melhor abordagem psicológica para auxiliar no processo de reabilitação.

A **psicoterapia neurocognitivo-comportamental** é um tipo de terapia que combina conhecimentos da psicologia cognitiva com a neurociência. Ela tem sido usada para tratar diversos transtornos mentais e doenças do sistema nervoso com bons resultados⁴.



Fonte: Canva.

Outra abordagem importante é a **Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC)**. A TCC é uma forma de psicoterapia que ajuda pessoas com problemas psicológicos. Ela se concentra em compreender como os pensamentos e comportamentos influenciam os sentimentos e as ações. Isso significa que, quando se lida com eventos estressantes, os pensamentos e comportamentos podem mudar as emoções.

A TCC busca ressignificar aspectos cognitivos e pode auxiliar na elaboração de pensamentos, mudanças de comportamentos, possibilitando ganhos na saúde emocional e mental⁵.



Fonte: Canva.

De acordo com o modelo cognitivo-comportamental, o que causa o sofrimento não é o que acontece em si, mas sim como a pessoa interpreta o ocorrido. Ou seja, nossos pensamentos têm um papel importante em como nos sentimos e nos comportamos. Nesse modelo, a forma como nós interpretamos o que está acontecendo à nossa volta é o que importa.

A ideia de escutar e acolher as queixas dos pacientes se relaciona com o conceito de "acolhimento".

Isso significa que, na atenção à saúde, os profissionais devem estabelecer uma relação humanizada com os pacientes, em vez de simplesmente prestar um serviço.

Isso envolve uma escuta atenta e qualificada, capaz de estabelecer um vínculo de confiança entre profissional e paciente⁶.

Como cada indivíduo responde de maneira diferente às práticas terapêuticas, é necessário um estudo mais detalhado de qual delas seria mais conveniente para cada caso. De todo modo, a presença da família durante todo o processo é de suma importância, estimulando e motivando o paciente a superar cada fase com apoio e paciência.



A parceria entre familiares/cuidadores ou pessoas que dão suporte ao cuidado e equipe da saúde é muito importante, com foco na melhora da qualidade de vida do paciente. A família tem nos profissionais da saúde seu porto seguro, por esse motivo, eles devem ser claros, éticos e honestos. Se necessário, a família/cuidadores deve também se envolver no processo de terapia psicológica.



PARA SABER MAIS

Neste material, você foi apresentado aos estágios de conflito diante da Lesão Medular. Para compreender mais sobre esse tópico e o impacto causado na vida das pessoas com Lesão Medular, acesse:

- [Os aspectos emocionais do lesado medular frente ao seu diagnóstico.](#)

Referências

- [1] BRASIL. Ministério da Saúde. **Diretrizes de Atenção à Pessoa com Lesão Medular**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_atencao_pessoa_lesao_medular_2ed.pdf. Acesso em: 16 ago. 2023.
- [2] CRUZ, L. G.; MACHADO, C. S.; AFIÚNE, F. G. Os aspectos emocionais do lesado medular frente ao seu diagnóstico. **Revista Científica da Escola Estadual de Saúde Pública de Goiás - "Cândido Santiago"**, [s. l.], v. 7, e7000042, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.22491/2447-3405.2021.V7.7000042>. Acesso em: 16 ago. 2023.
- [3] CORRÊA, L. S. **Estudo da qualidade de vida em pessoas com Lesão Medular**. 2011. 77 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Universidade Federal do Amazonas, Manaus, 2011. Disponível em: <https://tede.ufam.edu.br/handle/tede/3663>. Acesso em: 16 ago. 2023.
- [4] CHARCHAT-FICHMAN, H.; FERNANDES, C. S.; FERNANDEZ-LANDEIRA, J. Psicoterapia neurocognitivo-comportamental: uma interface entre psicologia e neurociência. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, Rio de Janeiro, v. 8, n.º 1, 2012. Disponível em: http://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=156. Acesso em: 16 ago. 2023.
- [5] GAUTAM, M. *et al.* Cognitive behavioral therapy for depression. **Indian Journal of Psychiatry**, [s. l.], v. 62, n.º 2, p. 223–229, 2020. Supl. 2. Disponível em: https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_772_19. Acesso em: 16 ago. 2023.

[6] MITRE, S. M.; ANDRADE, E. I. G.; COTTA, R. M. M. Avanços e desafios do acolhimento na operacionalização e qualificação do Sistema Único de Saúde na Atenção Primária: um resgate da produção bibliográfica do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n.º 8, p. 2071-2085, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000800018>. Acesso em: 16 ago. 2023.

COMO CITAR ESTE MATERIAL

VELASCO, Eliane. Aspectos psicológicos diante da Lesão Medular. In: UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS. UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO. Atenção à Pessoa com Deficiência III: gestão de serviços de reabilitação, atenção à saúde da Pessoa com Estomia, com Lesão Medular, com Síndrome Pós-Poliomielite e comorbidades, estimulação precoce para crianças de zero a três anos com atraso no desenvolvimento neuropsicomotor, ferramentas de gestão do cuidado à Pessoa com Deficiência nos serviços de reabilitação, ferramentas para boas práticas de gestão de órteses, próteses e materiais especiais não cirúrgicos e funcionalidade no processo de avaliação e cuidado em saúde da Pessoa com Deficiência. **Pessoa com Lesão Medular**. Recurso Educativo n.º 3. São Luís: UNA-SUS; UFMA, 2023.

© 2023. Ministério da Saúde. Sistema Universidade Aberta do SUS. Fundação Oswaldo Cruz & Universidade Federal do Maranhão. É permitida a reprodução, disseminação e utilização desta obra, em parte ou em sua totalidade, nos termos da licença para usuário final do Acervo de Recursos Educacionais em Saúde (ARES). Deve ser citada a fonte e é vedada sua utilização comercial, sem a autorização expressa dos seus autores, conf. Lei de Direitos Autorais – LDA (Lei n.º 9.610, de 19 de fevereiro de 1998).

Créditos

Coordenação do Projeto

Ana Emilia Figueiredo de Oliveira

Coordenação-Geral da DTED/UNA-SUS/UFMA

Ana Emilia Figueiredo de Oliveira

Coordenação de Gestão de Projetos da UNA-SUS/UFMA

Deysianne Costa das Chagas

Coordenação de Produção Pedagógica da UNA-SUS/UFMA

Paola Trindade Garcia

Coordenação de Ofertas Educacionais da UNA-SUS/UFMA

Elza Bernardes Monier

Coordenação de Tecnologia da Informação da UNA-SUS/UFMA TI Produção

Jefferson Almeida Paixão

TI Sistemas e Acessibilidade

Davi Viana dos Santos

Coordenação de Comunicação e Design Gráfico

Bruno Serviliano Santos Farias

Professora-autora

Eliane Velasco

Validação Técnica do Ministério da Saúde

Coordenação-Geral de Saúde da Pessoa com Deficiência (CGSPD/DAET/SAES/MS)

Amanda Oliveira do Vale Lira

Arthur de Almeida Medeiros

Denise Maria Rodrigues Costa

Flávia da Silva Tavares

Luane Carvalho Costa

Natália Turri da Silva

Theresa Helena Ramos da
Silveira Mota de Queiroz

Checagem Pedagógica

Helen Maysa Belfort Sousa

Revisão Textual

Vitória Regina de Alencar Araújo

Design Instrucional

Letícia Iane de Holanda Ribeiro

Design Gráfico

Diego da Silva e Silva

DISQUE SAÚDE **136**

UNA-SUS

UNA-SUS



MINISTÉRIO DA SAÚDE

