

Hipocondria: transtorno gera sofrimento

Caracterizada como uma preocupação exagerada da pessoa com seu estado de saúde, a hipocondria é conhecida desde o século 4 a.C. Os primeiros estudos sobre esse transtorno foram realizados por Hipócrates, o pai da Medicina, que o associou à melancolia. A maioria das pessoas que sofre de hipocondria apresenta tendência a depressão e ansiedade.

Sintoma é um medo constante de adoecer

O hipocondríaco acredita que possui pelo menos uma doença física grave, progressiva e com sintomas determinados, ainda que exames laboratoriais e consultas com vários médicos assegurem que nada exista. Para Rubens Volich, psicólogo e psicanalista, autor do livro *Hipocondria: impasses da alma, desafios do corpo*, o transtorno é uma forma de o homem lidar com as dores do drama de sua existência.

Segundo o psicanalista, quando a pessoa passa a se sentir doente sem motivo, é possível entender

Transtorno pode se manifestar já na adolescência

o problema como um pedido de atenção. Volich acrescenta que o ideal seria o médico perguntar sobre a história de vida desse paciente para descobrir, possivelmente, que as queixas nasceram de uma experiência marcante e mal resolvida.

O psicólogo relata que o termo hipocondria vem do grego *hypochondrion* – o hipocôndrio –, que reveste a cavidade gástrica, abrigando intestinos, estômago e baço. De acordo com a teoria dos humores, de Hipócrates, a hipocondria estava associada à

melancolia, considerada uma doença nervosa com origens no hipocôndrio.

Volich descreve os pacientes com sinais de hipocondria como aqueles que demonstram medo constante de adoecer, contaminar-se ou desenvolver uma doença grave. Segundo ele, a hipocondria se manifesta em 3% a 4% de todos os pacientes que procuram

um consultório, com uma leve predominância da incidência entre os homens. A manifestação do transtorno é reconhecida na adolescência e passa a ser mais frequente a partir da quarta ou quinta década de vida.

O médico Rodrigo Marot, especialista em Psiquiatria pelo Instituto Philippe Pinel, do Rio de Janeiro, diferencia o hipocondríaco daquelas pessoas que passam por uma doença grave e, após se restabelecerem, ficam sensibilizadas com o ocorrido, preocupando-se demais. Segundo o psiquiatra, nesses casos, se uma consulta ou novo exame descartarem o recrudescimento da doença e o paciente tranquilizar-se, não se trata de hipocondria.



Qualquer sinal ou dor deflagram ansiedade

- ✓ O hipocondríaco tem grande sensibilidade para identificar movimentos, sons, ruídos e outros sinais do corpo que passariam despercebidos para a maioria das pessoas.
- ✓ Dá importância demais a qualquer sinal físico ou dor, costuma ficar ansioso e temeroso.
- ✓ Tem a impressão de que qualquer dor ou desconforto é sinal de doença grave.
- ✓ Toma remédios com frequência, sem prescrição médica.

- ✓ Tem necessidade de consultar diversos médicos, apesar de vários deles terem feito o mesmo diagnóstico com base nos resultados dos exames. Geralmente anda com inúmeros exames arquivados em pastas nas suas peregrinações pelos profissionais.
- ✓ Vive com a suspeita constante de ser portador de alguma enfermidade grave.
- ✓ Tem compulsão por conversar com pessoas doentes para comparar sintomas e mal-estares.

Médicos tendem a não se interessar pelas queixas

Para os hipocondríacos, a crença de que há algo errado com o seu corpo interfere no dia a dia, causa angústia e depressão. Segundo Joel Rennó Júnior, doutor em Psiquiatria pela Universidade de São Paulo (USP), nesses casos, a doença imaginária provoca um sofrimento verdadeiro.

“Há situações em que o quadro perdura por anos devido à falta de interesse dos profissionais de saúde pelas queixas do

hipocondríaco”, afirma o médico, acrescentando que a hipocondria não é considerada doença pela Organização Mundial da Saúde (OMS), porque não apresenta um conjunto claro de sintomas.

Rennó Júnior adverte que o problema pode ser tão preocupante a ponto de hipocondríacos insistirem que estão doentes e convencerem os médicos, que cedem às queixas. Segundo o médico, a hipocondria

pode ser tratada com psicoterapia e uso de antidepressivos e ansiolíticos (tranquilizantes). O especialista deve investigar a possível concomitância com outros transtornos de ansiedade, como o pânico ou a depressão. Mas muitos hipocondríacos resistem à ideia de consultar um psiquiatra e partem para a automedicação, que pode levar a intoxicações e efeitos colaterais.

Ja a Síndrome de Munchausen é uma

doença psiquiátrica em que o paciente, de forma compulsiva, deliberada e contínua, causa, provoca ou simula sintomas de doenças, com a intenção de obter cuidados médicos e de enfermagem. A pessoa afetada exagera ou cria sintomas nela mesma para ganhar atenção, tratamento e simpatia. O paciente com Munchausen sabe que está exagerando, enquanto o hipocondríaco acredita que está doente de fato.

Teste aponta quem pode ter a doença

O teste abaixo se chama *Índice de Whiteley*. É aceito mundialmente para avaliar a possibilidade do diagnóstico de hipocondria. Na versão feita pelo médico Joel Rennó Júnior, cada resposta afirmativa vale um ponto. Quem responder sim a oito ou mais das 12 perguntas deve procurar ajuda de um psiquiatra.

- ✓ Preocupa-se o tempo todo com a possibilidade de alguma doença séria?
- ✓ Sofre de dores e sintomas variados?

- ✓ Presta muita atenção a tudo que acontece no seu corpo?
- ✓ Está muito preocupado com a saúde?
- ✓ Tem sintomas de doenças muito graves com frequência?
- ✓ Ao ser informado de alguma doença grave (pela mídia), preocupa-se com a possibilidade de adoecer?
- ✓ Quando está doente, preocupa-se e incomoda-se se alguém diz que você já está melhor?
- ✓ Está acometido com sintomas diferentes?

- ✓ Costuma até duvidar de si mesmo e buscar outras razões?
- ✓ Custa a acreditar no médico quando ele afirma que você não tem nenhuma doença?
- ✓ Tem a sensação de que as pessoas não levam a sério a sua doença?
- ✓ Tem convicção de que a sua preocupação com saúde é maior que a dos amigos?
- ✓ Acredita que há algo no seu corpo que está funcionando mal?
- ✓ Tem medo de alguma doença?

Saiba mais

Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP)
Av. Presidente Wilson, 164 – 9º andar
Rio de Janeiro (RJ) – CEP 20030-020
(21) 2199-7500
www.abpbrasil.org.br

Sociedade Brasileira de Psicologia
Rua Florêncio de Abreu, 681, sala 1.102
Ribeirão Preto (SP) – CEP 14015-060
(16) 3625-9366
www.sbponline.org.br
sbp@sbponline.org.br