

Compulsão atormenta 3% da população mundial

Mania de lavar as mãos, colecionar objetos inúteis ou verificar portas obsessivamente é vista como doença por psiquiatras

Tina Vieira

• O hábito daquele colega de trabalho de lavar as mãos dezenas de vezes durante o dia pode ser mais do que irritante ou engraçado. Psiquiatras do mundo todo têm se dedicado a estudar esse tipo de comportamento compulsivo. Hábito de consumir sem limites ou de checar se a porta de casa está realmente fechada, mantendo-se acordado a noite toda, são outros exemplos do que os médicos chamam de distúrbio obsessivo-compulsivo, uma doença cada vez mais comum no mundo, apesar de suas causas ainda não serem totalmente conhecidas pelos especialistas.

A estimativa é de que 3% da humanidade sofram ou já tenham sofrido o problema em determinada época de suas vidas. No Brasil, não há dados disponíveis sobre a doença, mas, segundo reportagem publicada recentemente na revista britânica "New Scientist", somente na Grã-Bretanha, um milhão de pessoas têm o distúrbio. Nos Estados Unidos, o número chega a cinco milhões.

De acordo com o psiquiatra Márcio Versiani, chefe do Programa de Ansiedade e Depressão do Instituto de Psiquiatria da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), os tipos mais comuns de distúrbio obsessivo-compulsivo são os ligados à mania de limpeza, de verificação e de colecionar objetos inúteis

Paciente compra apartamentos para guardar jornais velhos

Versiani conta que um dos seus pacientes chegou ao ponto de comprar três apartamentos só para guardar sua coleção de jornais antigos.

— Uma das principais características da doença é a falta de prazer com que a pessoa faz as coisas. Na verdade, o hábito de lavar as mãos repetidamente, por exemplo, é uma tortura, que serve para aliviar a ansiedade.

Os especialistas são unâimes em afirmar que a compulsão tem cura. O problema, no entanto, é que a maioria dos compulsivos não sabe ou não admite que tem a doença. Segundo Versiani, o distúrbio geralmente passa por uma esquisitice ou característica de personalidade:

— A pessoa isola o sintoma da compulsão do resto das suas emoções e acha que os rituais obsessivos são normais. Mas a doença acaba gerando problemas sérios de relacionamento, incapacitando-a para a vida profissional, familiar e afetiva.

Em alguns casos, a compulsão

atinge um nível tal que o paciente chega a gastar 80% do seu tempo com atos obsessivos. Versiani cita um exemplo extremo, no qual uma pessoa teve que ser internada imediatamente porque não conseguia mais levar o garfo à boca sem parar para cumprir o seu ritual de verificação de objetos.

As causas do distúrbio obsessivo-compulsivo ainda não estão claras, mas já se sabe que a doença tem um componente genético, ou seja, pessoas cujos pais tiveram o problema têm mais chances de também desenvolvê-lo. Além disso, há os fatores ligados ao meio ambiente. Depressão, ansiedade e educação perfeccionista costumam levar ao distúrbio. O tratamento é feito com drogas antidepressivas e psicoterapia.

Tratamento de compulsão é longo, mas alivia problema

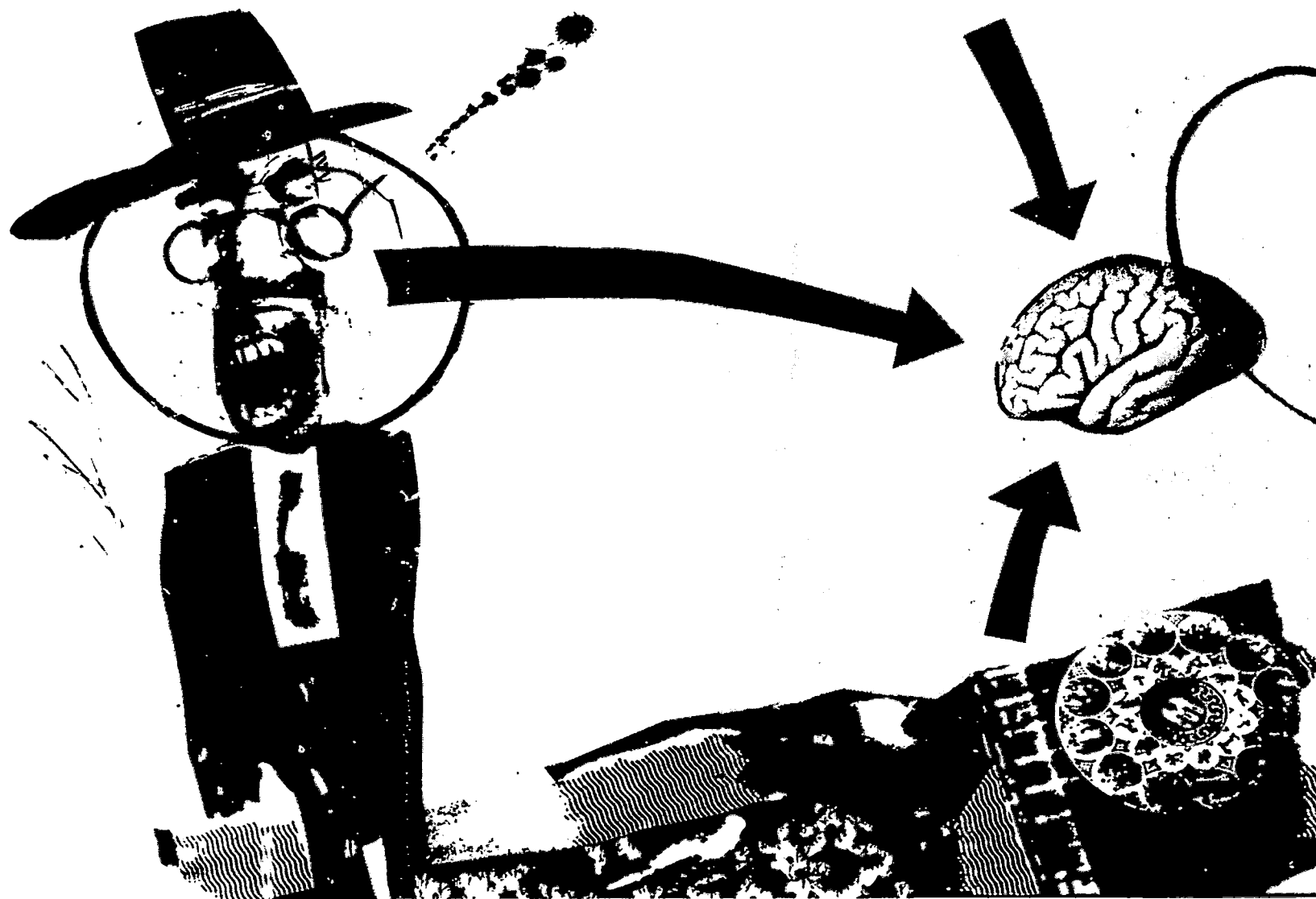
— A compulsão é uma doença crônica. Isso significa que o tratamento é a longo prazo e que o paciente precisa de um constante acompanhamento médico. A partir do momento em que ele procura o especialista, porém, tudo se resolve mais rapidamente. Na UFRJ, fazemos o atendimento gratuito de obsessivo-compulsivos — disse Versiani.

Em relação à localização do distúrbio, os cientistas afirmam que não há regiões onde ele seja mais ou menos comum. Segundo a "New Scientist", o antropólogo Robert Lemelson, da Universidade da Califórnia, descreveu num estudo como 20 pessoas naturais de Bali tinham o mesmo comportamento obsessivo-compulsivo de lavar as mãos dezenas de vezes detectado em ocidentais:

— Nossos ancestrais teriam sobrevivido mais se tivessem cuidado mais da sua higiene ou checado com mais cuidado a possível presença de predadores e outros sinais de perigo. A compulsão também tem seu lado positivo.

O problema começa quando esse comportamento obsessivo-compulsivo parece não ter fim. Um dos depoimentos mais comuns entre as pessoas que sofrem o distúrbio refere-se à eterna sensação de que há alguma coisa errada. É o que os neurologistas chamam de constante estado de ansiedade.

Para atenuar a angústia dos obsessivos-compulsivos, psiquiatras de países do Primeiro Mundo, como Canadá, Estados Unidos e Grã-Bretanha, começaram, este ano, a implantar uma terapia alternativa, que pode estar facilmente e gratuitamente à disposição de milhões de pessoas: a terapia pelo telefone. ■



UM TESTE PARA VERIFICAR INDÍCIOS DA EXISTÊNCIA DE OBSESSÃO-COMPULSÃO

COMPORTAMENTOS QUE CAUSAM PREOCUPAÇÃO

PARTE 1

Obsessões:

• Você tem preocupações frequentes com:

1. Sujeira, contrair doenças, ser infectado por vírus ou bactérias?
2. Limpar a casa, manter roupas e objetos sempre arrumados numa ordem que nunca muda?
3. Perder objetos, mesmo sem valor?
4. Algo ruim que possa acontecer com pessoas queridas?

Compulsões:

• Você é forçado, por algo interior, a fazer coisas repetidas vezes, como:

1. Lavar compulsivamente partes do corpo, tomar banho ou arru-

mar a casa?

2. Verificar luzes, portas e objetos da casa incessantemente?
3. Colecionar objetos sem qualquer utilidade e que não lhe dão prazer?
4. Contar objetos, números e placas?

• Se você respondeu afirmativamente a duas ou mais questões, prossiga com o teste. As perguntas seguintes referem-se a pensamentos repetidos, imagens e comportamentos identificados na primeira parte. Considere sua experiência durante os últimos 30 dias e escolha um número de 1 a 3. No final, some os pontos obtidos.

PARTE 2

• Em média, quanto tempo você gasta por dia com pensamentos e comportamentos obsessivos-

compulsivos?

1. Menos de uma hora
2. De uma a três horas
3. De três a oito horas

• Qual a intensidade do estresse que isso lhe causa?

1. Leve
2. Forte
3. Extremo

• Quanto controle é necessário para que você supere o problema?

1. Pouco controle
2. Moderado controle
3. Muito controle

• Pensamentos e comportamen-

tos obsessivos-compulsivos levam você a evitar fazer alguma coisa ou ir a algum lugar?

1. Ocasionalmente
2. Muitas vezes
3. Frequentemente

• O distúrbio interfere no seu trabalho e relacionamentos com outras pessoas?

1. Um pouco
2. Moderadamente
3. Extremamente

• Se você obteve mais de três pontos na segunda parte do teste, seria recomendável que entrasse em contato com o seu médico.

• OBS: Este teste é usado no Programa de Ansiedade e Depressão do Instituto de Psiquiatria da UFRJ.