

ASPECTOS PSICOLÓGICOS NA DOENÇA INFLAMATÓRIA INTESTINAL

A Doença Inflamatória Intestinal (DII), não afeta apenas o corpo, mas também a saúde mental e emocional dos pacientes. Muitas vezes, os sintomas físicos, como dores e diarreia, estão acompanhados de ansiedade, estresse e depressão, que podem impactar negativamente a qualidade de vida. É importante entender que o corpo e a mente estão interligados, e fatores emocionais podem agravar os sintomas da doença.

Estudos mostram que pacientes com DII frequentemente sentem que o estresse psicossocial é um dos principais gatilhos para o agravamento da doença. Durante crises, os níveis de ansiedade e depressão aumentam, e é fundamental buscar formas de lidar com essas emoções. Técnicas de gerenciamento de estresse, como relaxamento e hipnose, podem ajudar a melhorar a tolerância à dor e a percepção dos sintomas.

Além disso, o impacto da DII vai além da saúde física; ela pode afetar relacionamentos familiares, sociais e profissionais, criando um ciclo de preocupação e dependência. O apoio da família e a informação adequada são essenciais para enfrentar a doença. Muitas vezes, a percepção negativa da condição, como o medo do estigma social, pode intensificar a angústia do paciente.

Uma abordagem multiprofissional é crucial para o tratamento eficaz da DII, envolvendo médicos, nutricionistas, psicólogos e assistentes sociais. O suporte psicológico, seja através de terapia individual ou grupos de apoio, pode proporcionar um espaço seguro para discutir experiências e sentimentos, ajudando os pacientes a se sentirem mais compreendidos e apoiados.

Resumindo, gerenciar a DII envolve não apenas o tratamento físico, mas também o cuidado com a saúde mental, promovendo um melhor entendimento e enfrentamento da doença.

Referência:

Livro Doença Inflamatória intestinal - 2015

Autora : Cleide Rodrigues de Castro