

## OS PERIGO DA FALTA DE TRATAMENTO

Para Natália Lohane Borges, formada em psicopatologia e terapia cognitiva comportamental, a principal diferença da patologia para outros transtornos é que ela carrega uma predisposição genética muito alta, assim como a esquizofrenia. Um fator que corrobora nesse aspecto é que, a partir do diagnóstico, o tratamento fica mais fácil, em virtude do marcador biológico presente na doença.

Em alguns casos, o transtorno pode ser manejado com uso de medicamentos, sem a necessidade de acompanhamento terapêutico. De acordo com a especialista, isso acontece em decorrência da presença biológica, algo que não é encontrado de forma frequente em outras doenças mentais. No entanto, ela ressalta que o transtorno, em outras situações, é difícil de diagnosticar. Isso porque, em muitas vezes, na busca por um profissional especializado, o paciente se encontra em um estado depressivo, que ocasiona em uma confusão com a depressão unipolar.

De acordo com a especialista, o transtorno bipolar detém um dos maiores índices de suicídio. Em picos de mania — quando o paciente encontra-se em momentos de euforia —, o indivíduo pode ficar tão excitado que, literalmente, pode se jogar de um prédio. Nas situações relacionadas à hipomania — quando está imerso em um estado depressivo —, o bipolar pode ficar com níveis tão críticos de depressão, a ponto de tirar a própria vida.

Nestes casos, o papel dos familiares é imprescindível e de suma importância. Natália alerta que é fundamental o suporte ao redor do bipolar para que a rede de proteção saiba lidar com as crises e os momentos de surtos que podem ocorrer. “Na psicologia, temos o que chamamos de sintomas prodrômicos, que são aqueles que antecedem os surtos, ou seja, os sinais que surgem antes de um episódio de mania ou de hipomania. É importante estar atento a eles”, complementa.

Na avaliação da especialista, há um grande estigma e preconceito envolvendo o transtorno. A partir do olhar de algumas pessoas, muitos acreditam que a doença se resume apenas em dias tristes e felizes. Por se tratar de uma patologia de difícil entendimento e manejo, Natália frisa que todos, principalmente aqueles que têm dentro do núcleo familiar alguém bipolar, procurem saber como funciona e sejam educados para compreender e entender os momentos e episódios de crise que, ao contrário do que muitos pensam, não estão inseridos em contextos diários, mas, sim, dentro de cenários e períodos que duram até uma semana. “A doença não é só acordar triste e dormir feliz, é além disso”, pondera.

festações da doença, lê e pesquisa para compreender a própria condição e estar atenta a todas as novidades. Isso a levou a ter uma extensa bibliografia guardada e a motivou a escrever um livro com tudo que aprendeu no decorrer dos anos.

### **Crise — Um Caminho para Luz**

foi lançado em 2018 e contou com a colaboração de Vanessa, irmã gêmea de Viviane, que a auxiliou no processo de escrita.

A engenheira conta que o livro é baseado na experiência e nos estudos dela, mas não é autobiográfico. Na obra, cita psiquiatras, psicólogos e artigos para embasar e trazer recomendações para ajudar quem teve um diagnóstico recente ou quem é familiar. “Ele fala sobre muitas coisas que eu aprendi com o transtorno bipolar, explico os termos e também estratégias que desenvolvi para ficar estável”, assegura.

Com isso, o objetivo era sintetizar o que aprendeu e ajudar pessoas, principalmente por sua vivência com grupos de apoio e respostas que teve após publicações de textos em blog e interagindo com seguidores no Instagram.

Além de compartilhar informações e estar disponível para quem precisar, é essencial que o ambiente familiar seja equilibrado e acompanhado. “É importante que essas gerações que estão vindo dessas famílias sejam mais protegidas, tanto de sobrecargas de traumas ou sobrecargas mentais, exigências demais, quanto também do uso de substâncias que podem prejudicar o desenvolvimento cerebral”, afirma o psiquiatra Leonardo Sodré. Com isso, é possível diminuir as crises e potenciais danos ao cérebro, que vão prejudicando o paciente com o passar dos anos.

O termo que descreve esse efeito de seguidas crises no indivíduo é a neuroprogressão. Segundo Sodré, as seguidas crises sem tratamento são tóxicas para o sistema nervoso central. Para melhor ilustrar, ele compara com várias quedas de bicicleta: “Cada vez que você levanta, a bicicleta fica mais empenada”. Isso indica que fica cada vez mais difícil controlar os picos dos polos e as crises passam a ser mais intensas.

Por isso, a importância de buscar o tratamento precoce e mantê-lo, evitando futuros prejuízos fisiopatológicos e visando manter qualidade de vida. No país, existem os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), mantidos pelo sistema público de saúde, que realizam atendimento a toda população.

## GINÁSTICA PARA O CÉREBRO

# TRANSFORMA

- CONCENTRAÇÃO
- MEMÓRIA
- RACIOCÍNIO LÓGICO
- CRIATIVIDADE
- FOCO E AUTOESTIMA

(61) 3536.7211  
(61) 99670-5747



**SUPERA, A PEÇA QUE FALTAVA.**

Para todas  
as idades!



**Supera**  
Ginástica para o Cérebro