

DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS/AUTOIMUNES: UMA REVISÃO DA LITERATURA



<https://doi.org/10.22533/at.ed.1561325160412>

Data de aceite: 08/05/2025

Ana Elisa Mattos de Moraes Rocha

Instituto Municipal de Ensino de
Catanduva
Catanduva - SP

Fernando Luis Macedo

Instituto Municipal de Ensino de
Catanduva
Catanduva - SP

Adriana Pagam Tonon

Instituto Municipal de Ensino de
Catanduva
Catanduva - SP

RESUMO: **Introdução:** As doenças psicossomáticas são caracterizadas por problemas físicos geradas por sofrimento emocional, como, por exemplo, fibromialgia. São representantes direto entre saúde emocional e a física. Estudos também consideram que algumas doenças autoimunes são enfermidades psicossomáticas, ou seja, que estas doenças possuem origem na mente vão se desenvolvendo ao longo do corpo, como alguns tipos de cânceres, por exemplo. **Objetivos:** Descrever as formas de tratamento psicológico para pacientes

portadores das doenças psicossomáticas/autoimunes; apresentar algumas doenças classificadas como psicossomáticas e descrever os tratamentos das doenças psicossomáticas/autoimunes. **Método:**

Este estudo é de abordagem qualitativa, utilizando da metodologia de revisão de literatura, descrevendo sobre os estados emocionais que corroboram com as doenças psicossomáticas/autoimunes. **Discussão:**

Neste estudo pode-se observar que as doenças psicossomáticas e autoimunes têm algumas associações, sendo que, as doenças psicossomáticas nascem da influência do psiquismo sobre o corpo, principalmente pela falta de elaboração de situações que geram estresse. Indo na mesma direção, as doenças autoimunes tem como um dos fatores predominantes para o seu surgimento cargas de estresse muito grandes. Isto posto, nota-se hoje em dia um aumento considerado de doenças psicossomáticas/autoimunes, essencialmente pelo mundo contemporâneo que é carregado de demandas estressantes. Desta forma, existem muitos tipos de doenças psicossomáticas/autoimunes como, por exemplo, doenças celíacas, fibromialgia, lúpus, doenças da tireóide, alguns tipos de cânceres etc.

Considerações Finais: Conclui-se que as doenças psicossomáticas/autoimunes acedem um alerta a população mundial. Muitas delas, apesar dos tratamentos estarem avançando muito, trazem prejuízos tanto no âmbito emocional quanto no físico, deixando muitos doentes com sintomas dolorosos pela vida toda, diminuindo muito a qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE: Doenças Psicossomáticas/Autoimunes; Somatização; Tratamento Psicoterápico.

PSYCHOSOMATIC/AUTOIMMUNE DISEASES: A LITERATURE REVIEW

SUMMARY:Introduction: Psychosomatic illnesses are characterized by physical problems caused by emotional distress, such as fibromyalgia. They are a direct link between emotional and physical health. Studies also consider that some autoimmune diseases are psychosomatic illnesses, that is, that these diseases originate in the mind and develop throughout the body, such as some types of cancer, for example. **Objectives:** To describe the forms of psychological treatment for patients with psychosomatic/autoimmune illnesses; to present some illnesses classified as psychosomatic and to describe the treatments for psychosomatic/autoimmune illnesses. **Method:** This study has a qualitative approach, using the literature review methodology, describing the emotional states that corroborate with psychosomatic/autoimmune illnesses. **Discussion:** In this study, it can be observed that psychosomatic and autoimmune diseases have some associations, with psychosomatic diseases arising from the influence of the psyche on the body, mainly due to the lack of elaboration of situations that generate stress. In the same direction, one of the predominant factors for the emergence of autoimmune diseases is very high stress levels. That said, there is currently a considerable increase in psychosomatic/autoimmune diseases, essentially due to the contemporary world that is full of stressful demands. Thus, there are many types of psychosomatic/autoimmune diseases, such as celiac disease, fibromyalgia, lupus, thyroid disease, some types of cancer, etc. **Final Considerations:** It is concluded that psychosomatic/autoimmune diseases are a warning sign for the world population. Many of them, despite the fact that treatments are making great progress, cause harm both emotionally and physically, leaving many patients with painful symptoms for their entire lives, greatly reducing their quality of life.

KEYWORDS: Psychosomatic Diseases; Somatization; Psychotherapeutic Treatment.

INTRODUÇÃO

Desde o início da psicanálise, com os Estudos sobre a Histeria, Freud (1893-1895/1996) observou-se a previsibilidade da ligação entre o psiquismo e o somático. Se naquele tempo, a histeria surgiu como aquilo que iria reafirmar a associação entre o sintoma e o somático e os determinantes psíquicos daquele sofrimento, hoje em dia, os denominados fenômenos psicossomáticos ocupam uma posição proeminente nessa conjuntura.

Embora a expressão psicossomática apresentar suas origens no início do século XX, precisamente em 1918, com o médico alemão Johann Christian August Heinroth, foi apenas com as distinções de Franz Alexander, Pierre Marty e Michel de M'Uzan dentre outros, entre as décadas de 30 e 50, que esta área se estruturou como objeto de imensa investigação científica (Mello Filho, 2010).

As doenças psicossomáticas nascem da influência do psiquismo sobre o corpo. Essas manifestações não demonstram origens orgânicas e uma grande parte da população procura, sem êxito, a resolução para seu sofrimento por meio do tratamento medicamentoso, que não pode suprimir a causa, cuidando tão somente de levar alívio aos sintomas. Em consequência dessa incapacidade e da falta de um olhar holístico do homem por parte dos profissionais da saúde, inúmeros indivíduos diminuem sua qualidade de vida, uma vez que não existe medicamentos ausentes de efeitos colaterais (Souza; Fontes; Resgala, 2023).

Atualmente, O DSM-5 tem a classificação de Transtorno de Sintomas Somáticos e Transtornos Relacionados, todavia, não sendo obrigatório a divisão entre causas psicossomáticas e a doença, no caso da Diabetes *Mellitus*, já que eles estão associados como doenças psicossomáticas e autoimunes. Também pode-se encontrar estudos que relatam uma forte tendência entre doenças psicossomáticas e a doenças dermatológicas. (Soares; Loureiro, Macaé, 2023); (Goncalves; Costa, 2023).

Os objetivos desse trabalho foram descrever os caminhos que levam as doenças psicossomáticas/autoimunes, apresentar algumas doenças classificadas como psicossomáticas e descrever os tratamentos das doenças psicossomáticas/autoimunes.

METODOLOGIA

A respectiva pesquisa trata-se de uma revisão de literatura, do tipo descritiva, a qual, em concordância com Souza *et al.* (2010), é uma metodologia muito utilizada para apurar estudos que já existem e, tem como objetivo conseguir resultados sobre um determinado assunto, de forma substanciada, categorizada e organizada.

Para elaboração desta revisão, foram utilizadas as técnicas metodológicas indicadas pela literatura presente trabalhada, sendo eles: 1) Reconhecimento do assunto e da questão norteadora; 2) Organização de critérios de inclusão e exclusão; 3) Apreciação dos resultados envolvidos; 4) Observação dos resultados; 6) Resumo do conhecimento (Crossetti, 2012; Botelho *et al.*, 2011). Para ajudar na pesquisa utilizou-se a seguinte questão norteadora: O que leva as doenças psicossomáticas? A investigação bibliográfica foi efetuada utilizando as seguintes bases de dados: Literatura Latina Americana de Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), Google Acadêmico e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Para a pesquisa dos artigos foram utilizados os seguintes termos, Doenças psicossomáticas/autoimunes, somatização, tratamento psiquiátrico. A coleta de dados foi realizada entre os meses de fevereiro e agosto de 2024, considerando os critérios de inclusão e exclusão. Foram incluídos artigos que tratassem o respectivo tema, na categoria original ou revisão da literatura, em configuração de texto completo, idioma português e inglês. Foram excluídos artigos que apresentassem apenas resumos, estivessem publicados em anais e artigos não indexados.

O período da busca bibliográfica aconteceu de janeiro de 2024 a outubro de 2024, e foi utilizado um conjunto bibliográfico com livros, artigos, monografia, organizações mundiais, ministério da saúde, *sites*.

Os trabalhos utilizados representam inúmeras revistas e autorias, nas áreas de doenças psicossomáticas, somente as mais importantes foram analisados. Foram encontrados 10 artigos científicos; 5 livros, 1 sites; 3 monografias, 1 tese, 1 manual estatístico da saúde e 1 repositório.

REVISÃO DA LITERATURA

DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS/AUTOIMUNES

A relação da mente com o corpo tem sido tema de estudo ao longo da história da humanidade, juntamente com a dualidade supracitada de ambas. As doenças psicossomáticas surgem desses encontros. A palavra “psicossomático” vem do grego “psyche” e “soma”, que significam mente e corpo, respectivamente, e isso revela algo sobre como as realidades mental e corpórea encaixam-se um no outro (Scarano, 2022).

De acordo com Dehiyrs (2019) por muito tempo, a psicossomática foi considerada uma especialidade à margem da psicanálise. No entanto, nos dias atuais, essa visão está sendo amplamente revisada, à medida que as questões levantadas pela psicossomática conduzem a uma renovação significativa da discussão em setores inteiros da metapsicologia de Freud.

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5, 2014), os transtornos produzidos a partir da associação entre mente e corpo são conhecidos como Transtornos de Sintomas Somáticos, e estes indivíduos normalmente demonstram vários sintomas somáticos, gerando sofrimento e/ou perturbação importantes no dia a dia das pessoas.

Para Zimerman (2008), o sistema imunológico está diretamente associado aos aspectos emocionais, sendo que esse sistema exerce um papel importante no corpo, e está essencialmente ligado às doenças somáticas, que são consequência de doenças “autoimunes”.

Portanto, as doenças psicossomáticas são aquelas, que são influenciadas significativamente por fatores emocionais, espirituais e sociais, a medicina ao longo dos séculos, através da perspectiva naturalista, tratou fundamentalmente das manifestações físicas da doença, no entanto, a importância da parte emocional sobre a saúde e o equilíbrio da pessoa poderia continuar a ser ignorada (Ferro, 2021).

Por isso, vale ressaltar que o estresse, a ansiedade, a depressão e outros estados emocionais podem causar uma infinidade de sintomas físicos, que variam desde dor de cabeça e problemas gastrointestinais a problemas de pele e doenças cardíacas. Além disso, as doenças psicossomáticas estão intimamente associadas a doenças autoimunes, dentro do qual o sistema imunológico do corpo ataca erroneamente o próprio tecido, muitas vezes com as emoções como fator agravante (Scarano, 2022).

Dados epidemiológicos evidenciam que as doenças psicossomáticas e autoimunes afetam milhões de pessoas ao redor do mundo e têm fases de recorrência e distribuição geograficamente diferenciadas. Além disso, as investigações mostram que existem relações entre doenças autoimunes e fatores psicossociais, como estresse crônico. Assim, a psicologia desempenha um papel fundamental no tratamento e manejo dessas doenças (Rolim *et al*, 2022).

Com relação a doenças psicossomáticas e autoimunes, é necessário observar que depressão, ansiedade e outros transtornos psicológicos muitas vezes estão associados ao aumento do risco de desenvolver doenças autoimunes. Portanto, é significativo para abordar com precisão clínica os fatores anteriormente mencionados, uma vez que intervenções em psicologia da saúde, como a terapia cognitiva e o treinamento em *mindfulness*, são eficazes na redução da depressão, da ansiedade e na melhoria da qualidade de vida (Scarano, 2022).

Neste contexto é essencial avaliar todas as inter-relações entre fatores genéticos, ambientais e psicossociais, a fim de formular métodos de tratamento e prevenção adequados. Ademais, a divulgação desse tipo de patologia pode servir para diminuir a estigmatização dos portadores de problema, permitindo-lhes usufruir de um ambiente mais tolerante e apoio psicológico suficiente (Rolim *et al*, 2022).

Machado (2022) destaca que a identificação e tratamento de situações de estresse e traumas emocionais também podem ajudar na prevenção e tratamento das condições das doenças autoimunes. A colaboração entre profissionais da saúde psicológica, mental e médica, pode ser fundamental para abordar os aspectos dessa problemática de forma completa, aumentando as chances de benefício para os pacientes.

ALGUMAS DOENÇAS DESCRITAS COMO PSICOSSOMÁTICAS E AUTOIMUNES

Percebe-se ao longo das décadas o aumento progressivo de doenças psicossomáticas e autoimunes, algumas delas, como, por exemplo, a doença de Crohn (uma inflamação no sistema imunitário e epitélio intestinal), doença que traz muitas consequências físicas, como dores intensas e psicológicas, indivíduos que sofrem emocionalmente devido aos efeitos dolorosos da doença, como pode-se observar no estudo de (Reis, Souza, 2024, p. 24), como segue:

Este estudo confirmou que a DC é uma doença inflamatória crônica progressiva, cuja incidência tem vindo a aumentar em todo o mundo. E que 24 apesar da etiologia e fisiopatologia permanecerem desconhecidas, grandes avanços foram feitos, sabendo-se que, muito provavelmente, esta é uma doença multifatorial que resulta da interação da genética e ambiente com os microorganismos, sistema imunitário e epitélio intestinal. É sabido que alguns indivíduos, ante a impossibilidade de representar mentalmente seus conflitos, expressam-nos com o corpo, por meio de sintomas psicossomáticos, como situações de estresse, ansiedade e depressão influenciando no curso e na evolução de determinadas doenças, incluindo as inflamatórias do intestino, bem como doença de Crohn (DC).

O Lúpus Eritematoso Sistêmico é considerado uma das doenças autoimunes mais conhecidas e perigosas que existe, tendo características inflamações em órgãos de inúmeros sistemas, com manifestações como, por exemplo, lesões graves pelo corpo, cansaço excessivo, edemas, fadiga dores musculares, entre outros.

Uma das doenças mais descritas como psicossomáticas é a fibromialgia que segundo Costa, Ferreira (2024) salienta que:

A fibromialgia tem uma apresentação sindrômica, com sintomas inespecíficos e subjetivos, sendo a dor o principal deles. Essa variedade e invisibilidade sintomatológica, sem causa conhecida ou aparente, dificultam a objetivação da doença de acordo com o modelo cartesiano-biomédico, reforçam representações como doença invisível e geram diferentes nomenclaturas sobre a dor pelos pacientes, na tentativa de caracterizá-la e torná-la objetiva para o outro. Traduzir a fibromialgia como uma dor móvel, uma “dor que anda” e, portanto, se desloca pelo corpo, mostra o esforço cognitivo dos pacientes em explicar a dificuldade de localizar a doença no corpo, como é próprio do modelo biomédico.

Segundo Bezerra (2024) existem muitas doenças psicossomáticas/autoimunes. A autora cita nove principais doenças autoimunes: lúpus, artrite reumatoide, anemia hemolítica e doença de Crohn.

1. Lúpus Eritematoso Sistêmico: também conhecido como LES, ataca as células de defesa do organismo, acometendo inflamações nas articulações, rins, olhos e pele. Principal sintoma é o aparecimento de mancha vermelha no rosto em forma de borboleta, podendo também ter dor nas articulações, aparecimento de feridas na boca, no nariz e também cansaço excessivo.

2. Artrite Reumatóide: Sua característica é uma inflamação e inchaço nas articulações devido a ação do sistema imune contra o próprio organismo. Os principais sintomas são: vermelhidão, inchaço e dor na articulação, podendo acometer febre, cansaço, dificuldades para movimentar e mal-estar. O tratamento além de medicamentoso, pode ser feita fisioterapia.

3. Esclerose múltipla: caracterizada pela destruição da bainha de mielina, que é a estrutura que recobre os neurônios e permite a transmissão do impulso nervoso, pelas próprias células do sistema imunológico acometendo o comprometimento do sistema nervoso. Os sintomas são progressivos, resultando em fraqueza muscular, cansaço excessivo, formigamento nos braços ou pernas, dificuldade para andar, incontinência urinária ou fecal, alterações visuais e perda da memória. O tratamento além de medicamentoso, envolve fisioterapia em alguns casos.

4. Tireoide de Hashimoto: é caracterizada por uma inflamação da tireoide devido ao ataque do sistema imune as células da tireoide, resultando em uma atividade aumentada ou normal da tireoide, seguida por baixa atividade desenvolvendo-se hipotireoidismo. Os principais sintomas são cansaço excessivo, queda de cabelo, pele fria e pálida, baixa intolerância ao frio, aumento fácil de peso e dores musculares

e nas articulações. Nesse caso além do tratamento medicamentoso, requer cuidado e atenção com a alimentação.

5. Anemia hemolítica: atua destruindo as hemácias do sangue, causando anemia. Os sintomas são: fraqueza, palidez, perda do apetite, dor de cabeça, unhas fracas, falha da memória, pele seca e indisposição. O tratamento é medicamentoso com corticoides e imunossupressores. O médico também avalia a retirada do baço (esplenectomia) pois é nesse órgão que as hemácias são destruídas.

6. Vitiligo: doença caracterizada pela destruição dos melanócitos (células responsáveis pela produção de melanina – cor da pele). Os sintomas são manchas brancas na pele, aparecendo em locais mais expostos ao sol como mãos, braços, rosto e lábios. O tratamento é realizado por médico dermatologista, utiliza pomadas corticoides, imunossupressores.

7. Síndrome de Sjögren: caracterizada pela produção e autoanticorpos responsáveis pela inflamação crônica e progressivas das glândulas do corpo, como as salivares e as lacrimais, ocasionando o ressecamento das mucosas. Os principais sintomas são ataque das glândulas responsáveis pela hidratação de olhos e boca, dificuldade de engolir, de falar por muito tempo, sensibilidade a luz, vermelhidão nos olhos. O tratamento pode ser realizado com colírios, lubrificantes, medicamentos anti-inflamatórios e imunossupressores.

8. Diabetes tipo 1: acomete as células imunológicas as células pancreáticas responsáveis pela produção de insulina, não conseguindo dosar a quantidade de glicose no sangue. Os principais sintomas são vontade constante de urinar, excessiva sede e fome, bem como perda de peso aparente. O tratamento é realizado por médico endocrinologista, que avalia a necessidade do uso e controle da insulina.

9. Doenças Celíaca: caracterizada como intolerância ao glúten dos alimentos, o organismo não produz quantidade de enzimas suficientes levando a inflamação e lesões no intestino. Os sintomas são identificados através da alimentação ocasionando vômitos, barriga inchada, emagrecimento, diarreia, fezes muito volumosas, pálidas e com mau cheiro. O tratamento é realizado com médico e nutricionista realizando controle dos alimentos que contem glúten, bem como o uso de suplementos alimentares caso necessário.

2.3 FORMAS DE TRATAMENTO DE DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS AUTOIMUNES

A Psicoterapia Psicanalítica pode fornecer alternativas com resultados positivos no tratamento desses indivíduos, visto que o psicoterapeuta por meio do domínio de sua técnica, da escuta qualificada, da compreensão do discurso do paciente, e em associação com a interpretação, pode ajudar o paciente a pensar questionamentos que o levem a entender o funcionamento de sua mente e como ela pode prejudicar no funcionamento do corpo e mente, seu desenvolvimento narcísico e a sua relação na maneira em que adoecem (Abreu; Godoy, 2023).

O artigo de Ribeiro *et al.* (2023), “Aspectos emocionais do paciente portador de lúpus eritematoso sistêmico”, observou-se que o aparecimento do Lúpus Eritematoso Sistêmico acontece de forma psicossomática produzindo alterações emocionais. Notou-se que a psicoterapia ajuda o paciente e seus familiares a lidar com as características emocionais que circundam a vivência do tratamento desses pacientes, desta forma a atuação dos profissionais da área médica, tanto no campo da psiquiatria quanto o psicólogo são importantes para a melhora e tratamento desses pacientes. Além disso, medicamentos como anti-inflamatórios não esteroides e anti-reumáticos, assim, como os chamados biológicos como fitoterapia e suplementação, com o intuito de prevenção da doença (Paiva, *et al.*, 2024).

A abordagem psicossomática favorece o doente, e não a doença, e tenta entender seu significado. Comparar um sintoma físico a um problema emocional exige cuidado, paciência e dificilmente se consegue numa primeira consulta. Logo, é necessário levantar uma história minuciosa, ressaltando a investigação no paciente, e não em seus sintomas, e dar-lhe chance de expor seus sentimentos. A doença, muitas vezes, é uma escapatória de uma situação de conflito ou aparece pela necessidade de atenção e carinho, necessidade de ser cuidado. Infelizmente, alguns profissionais de saúde, quando identificam que a origem dos sintomas do paciente não está numa patologia orgânica, tendem a classificar a doença como psicológica e desvalorizá-la, não dando a devida atenção ao sofrimento do paciente. É necessário lembrar de que, mesmo não tendo um substrato anatômico que justifique o sintoma, o paciente o sente, e precisa da mesma forma, de ajuda para se livrar dela. (Taquette, 2006).

DISCUSSÃO

Durante o desenvolvimento desta pesquisa que tem como foco as doenças psicossomáticas/autoimunes. Durante a pesquisa nos três bancos de dados selecionados, seguindo os critérios de exclusão e inclusão, além de retirar as pesquisas que estavam incompletas ou que não estavam de acordo com o tema, o que resultou em 10 artigos científicos; 5 livros, 1 sites; 3 monografia, 1 tese, 1 manual estatístico da saúde e 1 repositório.

Pode-se dizer que a psicossomática diz respeito a doenças que aparecem no corpo, mas cujas causas são desconhecidas pela medicina moderna, portanto, não há causa que possa ser verificada ou atribuída a tal distúrbio orgânico. Neste caso é atribuída uma influência dos afetos ou do âmbito emocional como forma de explicar uma possível causa para fenômenos somáticos (Scarano, 2022).

Para Maia (2024), a insegurança trazida pela doença, colabora para que os indivíduos entrem constantemente em contato com o medo e ansiedades quanto a um futuro incerto, neste contexto o indivíduo é compreendido psicossomaticamente na perspectiva

do psiquismo e do corpo orgânico, no caso das doenças entre elas as crônicas cada fator é determinante nas suas emoções e consequentemente no seu bem-estar. Isto porque, em muitos casos, os indivíduos com doenças crônicas, autoimunes são discriminados devido à situação de dependência a longo prazo e são propensos a serem passivos, frágeis e vulneráveis.

As doenças autoimunes são condições complexas que resultam da interação de múltiplos fatores. Esses fatores podem incluir predisposições genéticas, as doenças autoimunes afetam muitas pessoas e tornam alguns indivíduos mais suscetíveis a doença psicossomática, de acordo com Rolim *et al.*, (2022), existem um elo entre as doenças autoimunes e fatores psicossociais, neste contexto a psicologia possuem um papel essencial no tratamento dessas doenças.

Machado (2022) salienta que os indivíduos acometidos por doenças autoimunes convivem diariamente com sofrimento, sentimento, e são limitados nas atividades que desempenhavam anteriormente, porque vivem das dores causadas pela própria doença ou mesmo por reações adversas a medicamentos.

Existem várias doenças psicossomática e autoimunes, entre as doenças autoimunes encontra-se o Lúpus Eritematoso Sistemático, que ataca as células de defesa do organismo, causando inflamações nas articulações, rins, olhos e pele, Artrite Reumatoide, causa inflamação e inchaço nas articulações devido a ação do sistema imune contra o próprio organismo, Anemia hemolítica, doença que atua distribuindo as hemácias do sangue, causando anemia, Vitiligo, doença que destrói os melanócitos, entre outras doenças autoimunes (Bezerra, 2024).

As doenças autoimunes necessitam ser acompanhadas, pois podem se transformar em doenças psicossomáticas, passando a afetar não apenas a saúde física, mas também o psicológico do paciente, portando, além do tratamento médico especializado, é importante a intervenção psicológica, para que o paciente consiga lidar com o impacto emocional da doença autoimune, e assim consiga gerenciar o estresse, ansiedade e outras questões emocionais que podem surgir com a doença, colaborando com a eficácia e melhor qualidade de vida para o paciente (Abreu; Godoy, 2023).

Pensando na vulnerabilidade do paciente ao ser diagnosticado com uma doença autoimune, Ribeiro *et al.*, (2023) cita que a inclusão do psicólogo na equipe multidisciplinar é de extrema relevância, especialmente no contexto de doenças autoimunes, que podem se transformar em condições psicossomáticas, desta forma o papel do psicólogo vai além do suporte emocional, auxiliando o paciente a enfrentar as adversidades associadas à doença.

Dessa forma, a integração do psicólogo é fundamental para melhorar a qualidade de vida do paciente e promover uma abordagem mais equilibrada e eficaz para a gestão da doença, neste contexto Paiva *et al.*, (2024) destacam a importância de se explorar novas terapias no tratamento e manejo clínico da doença e o seu impacto na qualidade de vida dos pacientes.

Lemos, Chatelard e Tarouquella (2021) ressaltam a importância de investigar os fatores desencadeantes dos transtornos psicossomáticos, com especial atenção para os traumas que podem surgir durante o desenvolvimento dos sintomas. Esses traumas podem levar a um impacto profundo no psiquismo do indivíduo, prejudicando a construção de uma saúde mental equilibrada, afetando diretamente o bem-estar físico e psicológico do paciente.

Reis e Souza (2023) salientam que todas as doenças são psicossomáticas, logo não se pode separar mente e corpo, porque eles atuam de maneira conjunta no ser humano. Os pacientes somáticos têm dificuldade na verbalização de seus sentimentos, portanto os sintomas que se apresentam no corpo são a única maneira de aliviar o sofrimento que está no inconsciente.

Para aliviar o sofrimento que está no inconsciente, a presença do psicólogo é fundamental, para fornecer estratégias para o cuidado do estresse, fornecendo suporte para que os pacientes desenvolvam a resiliência emocional e compreendam a importância de lidar com as limitações de suas condições de saúde, restaurando pensamentos negativos, melhorando a autoestima e aprendendo a lidar com os desafios do dia a dia, facilitando assim o tratamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo estruturou-se em uma proposta de descrever os caminhos que levam as doenças psicossomáticas/autoimunes, apresentar algumas doenças classificadas como psicossomáticas/autoimunes e descrever os tratamentos das doenças psicossomáticas/autoimunes.

A partir da revisão da literatura pode-se observar que as doenças psicossomáticas surgem da influência do psiquismo sobre o corpo. Apesar da maioria dos doentes procurarem origens orgânicas para elas, procurando muitas vezes sem sucesso os tratamentos medicamentosos, estes acabam apenas por aliviarem as dores. Além disso, as doenças psicossomáticas estão muito ligadas às doenças autoimunes, dentro do qual o sistema imunológico do corpo ataca de forma errada o próprio tecido, tendo como início da doença, gatilhos emocionais como seu surgimento.

Apesar de muitos indivíduos não saberem muito sobre essas doenças, elas são muito mais comuns do que parecem, existindo inúmeras comorbidades que se originam do psicossomático e autoimune como, por exemplo, Lúpus Eritematoso Sistemático, que ataca as células de defesa do organismo, causando inflamações nas articulações, rins, olhos e pele, Artrite Reumatoide, causa inflamação e inchaço nas articulações devido a ação do sistema imune contra o próprio organismo, Anemia hemolítica, doença que atua distribuindo as hemácias do sangue, causando anemia, Vitiligo, doença que destrói os melanócitos, doenças celíacas, diabetes dentre outras doenças autoimunes.

As formas de tratamento podem ser as psicoterapias, nas quais, vão trabalhar os traumas, os pensamentos negativos, as depressões, situações que desencadeiam essas doenças, e também, os tratamentos medicamentosos que aliviam as dores e melhoram a qualidade de vida, principalmente nas doenças mais graves, como, lúpus, artrites reumatóides, doenças celíacas etc.

Portanto, existe uma importância significativa para estudar este tema, que muitos indivíduos só dão conta a partir do surgimento em si próprio ou em algum ente querido, sendo que, essas doenças poderiam ser evitadas com uma boa qualidade de vida, com exercícios, psicoterapias, pensamentos positivos dentre outros.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - DSM-5: **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. 5.ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BEZERRA, C. **Nove doenças autoimunes: principais sintomas e tratamento**. 2024. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/doencas-autoimunes/>. Acesso em: 19 ago. 2024.

BOTELHO, L. L. R., ALMEIDA CUNHA, C. C.; MACEDO, M. O método da

revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Revista Gestão e sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121- 136, 2011. Disponível em: <http://www.spell.org.br/documentos/ver/10515/o-metodo-da-revisao-integrativa-nos-estudos-organizacionais>. /acesso em: 10 mai. 2023.

CARDOZO, M. A. V. **Dualidade Pulsional e Doenças Autoimunes**: reflexões de vida e morte. 2022. 184 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Estadual Paulista (UNESP), Faculdade de Ciências e Letras, Assis, 2022. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/478c563f-e39b-4756-b8dc-a9fa35cb2e08/content> Acesso em: 30 mai. 2024.

COSTA, L. P.; FERREIRA, M. A. A (in)visibilidade da fibromialgia por seus sintomas e os desafios do seu diagnóstico e terapêutica. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 77, n. 2, p. 1-10, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/9tzNFgTLsVWQJMdCMn8h35c/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 02 jul. 2024.

CROSSETTI, M. D. G. O. Revisão integrativa de pesquisa na enfermagem o rigor científico que lhe é exigido. **Revista gaúcha de enfermagem**. Porto Alegre, v. 33, n. 2, p. 8-9, 2012. Disponível em: www.scielo.br/j/rgenf/a/9TrSVHTDtDGhcP5pLvGnt5n/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 10 jul. 2023.

DEJOURS, C. **Psicossomática e teoria do corpo**. São Paulo: Blucher, 2019.

FERRO, A. **Fatores de doença, fatores de cura**: Gênese do sofrimento e da cura psicanalítica. São Paulo: Blucher, 2021.

FREUD, S. Estudos sobre a Histeria. In S. **Freud, Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud** (J. Salomão, trad., Vol. 2, pp. 39-328). Rio Janeiro, RJ: Imago, 1996. (Originais publicados em 1893-1895).

GONÇALVES, E. S.; COSTA, M. H. P. **Relação entre doenças psicossomáticas e disfunções dermatológicas**. 2023. 40f. TCC (Trabalho de conclusão de curso em Ciências Biológicas) Universidade Católica de Goiás. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/7130/1/TCC%20FINAL%20RELA%c3%87%c3%83O%20ENTRE%20DOEN%c3%87AS%20PSICOSSOM%c3%81TICAS%20E%20DISFUN%c3%87%c3%95ES%202023.pdf>. Acesso em: 12 abr. 2024.

LEMOS, S. C. A.; CHATELARD, D. S.; TAROUQUELLA, K. C. Psicossomática e trauma: o sujeito frente ao irrepresentável. **Revista Estilos da Clínica**, São Paulo, v. 26, n. 3, p. 584-595, 2021. Disponível em: http://icts.unb.br/jspui/bitstream/10482/45230/1/ARTIGO_PsicossomaticaTraumaSujeito.pdf. Acesso em: 14 de abr. 2024.

MAIA, A. S. A manifestação do crônico: interlocução entre psicossomática e doenças crônicas. **Revista Conversas em Psicologia**, v. 5, n. 1, p. 1-13, 2024. Disponível em: <https://revista.unifatecie.edu.br/index.php/conversas/article/view/281/203>. Acesso em: 18 abr. 2024.

MACHADO, Q. G. D. L. Doenças Autoimunes pela Ótica Psicanalítica. **Repositório Institucional Unicampury**. v.1. n. 1. 2022. Disponível em: <https://www.revistaleiacampury.com.br/index.php/repositorio/issue/view/6> Acesso em: 29 mai. 2024.

MELLO FILHO, J. **Psicossomática hoje**. 2. ed. Porto Alegre, RS: Artmed, 2010.

REIS, J. M. S.; SOUSA, V. X. G. **Aspectos fisiopatológicos, psicossociais e epidemiológicos da doença de Crohn-uma revisão sistemática**. 2023. 33f. TCC (Trabalho de Conclusão de Curso em Biomedicina). Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/6652/1/Jana%c3%adna%20e%20Vanessa%20-%20Aspectos%20fisiopatol%c3%b3gicos%2c%20psicossociais%20e%20epidemiol%c3%b3gicos%20da%20doen%c3%a7a%20de%20Crohn%20-%20uma%20revis%c3%a3o%20sistem%c3%a1tica.pdf>. Acesso em: 24 abr. 2024.

RIBEIRO, P. V.; COSTA, M. G.; SOUSA, N. C. M.; ALVES, I. D. O. L. Aspectos emocionais do paciente portador de lúpus eritematoso sistêmico. **Revista Científica Mais Pontal**, v. 2, n. 2, p. 37-55, 2023. Disponível em: <https://revistas.facmais.edu.br/index.php/maispontal/article/view/102>. Acesso em: 27 abr. 2024.

ROLIM, A. L.; SOUSA, C. M.; FARIAS, A. C.; BARBOSA, C. L.; FARIAS, M. Avaliação epidemiológica de doenças autoimunes diagnosticada e tratadas no ambulatório da Policlínica Oswaldo Cruz, Município de Porto Velho, RO. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.8, n.11, p. 74474-74489, nov., 2022. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/54540> Acesso em: 30 mai. 2024.

SOARES, A. C.; LOUREIRO, R. S.; MACAÉ, F. C. S. Diabetes Mellitus e sua relação com a psicossomática e o fenômeno psicossomático à luz da psicanálise. **Revista Visões**, v. 11, n. 1, p. 86-10, 2023. Disponível em: https://www.fsma.edu.br/visoes/edicoes-anteriores/docs/12/Edicao_12_artigo_6.pdf. acesso em: 10 abr. 2024.

SOUZA ,M. T. D., SILVA, M. D. D., & CARVALHO, R. D.. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Revista Einstein**, v. 9, n. 1, p. 102-106, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqWcTrTT34cXLjtBx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 5 abr. 2024.

TAQUETTE, S. R. Doenças Psicossomáticas na adolescência. **Revista Adolescência & Saúde**, v. 3 n. 1, p. 22-26, 2006. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/abr-212>. Acesso em: 19 ago. 2024.

ZIMERMAN, D. E. **Manual de Técnica Psicanalítica: uma revisão**. Porto Alegre: Artmed, 2008.