



☐ DOENÇA de quem acha que está DOENTE

Aprender a lidar com os sentimentos conflitantes é o primeiro passo para vencer a hipocondria

POR MARIANA VIKTOR

FOTOS FERNANDO GARDINALI

Independentemente da idade, quem tem predisposição a se tornar hipocondríaco é justamente aquele com maior dificuldade em lidar com as incertezas, perdas e tristezas da vida. Às vezes, esse mal fica seriíssimo: "Atendi uma criança que não conseguia mais andar por problemas emocionais", conta a psiquiatra Maria Cristina Ferrari. Uma questão que atinge níveis perigosos. Para ela, "quem consegue trabalhar bem as próprias emoções dificilmente desenvolverá um quadro como esse".

Um estudo da Universidade de Cornell, nos Estados Unidos, liderado pelo psiquiatra Stephen Josephen, concluiu que 30% dos hipocondríacos apresentam também sintomas de outros dois distúrbios: depressão e ansiedade. Os três teriam um ponto em comum: a presença reduzida de serotonina (neurotransmissor responsável pelo humor e sensação de bem-estar, entre outras coisas) no cérebro dos pacientes. "O depressivo sente dor nas pernas, sensação de peso na nuca, aperto no coração e na garganta, falta de ar, taquicardia, compressão na boca do estômago. A partir destes sinais, cada um reage de um jeito diferente. Pode chegar a ter síndrome do pânico, transtorno obsessivo-compulsivo ou outras fobias. Se não buscar tratamento, é possível vir a apresentar um quadro de hipocondria", explica Maria Cristina Ferrari.

A enfermidade em diferentes níveis

Existe a hipocondria momentânea, leve, que qualquer um está sujeito a desenvolver em um ou outro estágio da vida e que tende a desaparecer assim que o obstáculo emocional que a desencadeou seja superado. "É mais um quadro de somatização do que propriamente hipocondria", diz Renato Del Sant. Uma mulher que vive um casamento infeliz, por exemplo, mas tem medo de se separar, pode somatizar na forma de dor lombar - e com isso ela fica 'dispensada' de se relacionar sexualmente com o marido. "Nenhum médico vai conseguir curar essa queixa, que está servindo para evitar o contato com aquele que lhe causa tristeza. Se ela tiver coragem para romper a união, porém, a dor desaparece como num passe de mágica".

Há também a hipocondria severa, aquela em que a pessoa fica 24 horas por dia preocupada com a doença que acredita ter. "Ela dificilmente consegue controlar os pensamentos mórbidos e superar a enfermidade sem ajuda profissional", esclarece Renato Del Sant. Sem tratamento, a vida dela vira um inferno, não só pelo medo constante de ficar doente, mas pela angústia e depressão provocadas por esse pânico. "Com o tempo, a própria instabilidade emocional que acompanha a hipocondria enfraquece o sistema imunológico e predispõe o organismo a doenças reais", adverte Maria Cristina Lombardo Ferrari. Isso, claro, sem falar nos perigos da automedicação, pois há aqueles que saem dos consultórios sem receita e acabam tomando dezenas de remédios por conta própria. Um perigo.