



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA  
CAMPUS DOM PEDRITO  
CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS DA NATUREZA**

**ADRIANA MARTINS GONÇALVES**

**SOMATIZAÇÃO E AS DORES QUE REFLETEM NO CORPO**

Dom Pedrito  
2024

**ADRIANA MARTINS GONÇALVES**

**SOMATIZAÇÃO E AS DORES QUE REFLETEM NO CORPO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Ciências da Natureza da Universidade Federal do Pampa – Campus Dom Pedrito, como requisito para obtenção do título de licenciada.

Orientadora: Profa. Dra. Aline Neutzling Brum

Dom Pedrito  
2024

**ADRIANA MARTINS GONÇALVES**

**SOMATIZAÇÃO E AS DORES QUE REFLETEM NO CORPO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Ciências da Natureza da Universidade Federal do Pampa – Campus Dom Pedrito, como requisito para obtenção do título de licenciada.

Trabalho de Conclusão de Curso defendido e aprovado em: 19/12/2024

Banca examinadora:

---

Profa. Dra. Aline Neutzling Brum  
Universidade Federal do Pampa – Campus Dom Pedrito

---

Profa. Dra. Maria Silvana Aranda Moraes  
Universidade Federal do Pampa – Campus Dom Pedrito

---

Prof. Dra Sandra Maders  
Universidade Federal do Pampa – Campus Dom Pedrito

Ficha catalográfica elaborada automaticamente com os dados fornecidos  
pelo(a) autor(a) através do Módulo de Biblioteca do  
Sistema GURI (Gestão Unificada de Recursos Institucionais).

G243s Gonçalves, Adriana Martins  
Somatização e as dores que refletem no corpo /  
Adriana Martins Gonçalves.  
34 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)--  
Universidade Federal do Pampa, CIÊNCIAS DA NATUREZA,  
2024.  
"Orientação: Aline Neutzling Brum".

1. Emoções. 2. Doenças Psicossomáticas. 3. Saúde.

## RESUMO

A pesquisa de abordagem qualitativa, com caráter exploratório e documental, foi realizada através de uma investigação bibliográfica. A somatização e as dores que refletem no corpo são emoções não resolvidas. Dessa forma, é importante fazer atividades de acompanhamento aos indivíduos com doença psicossomática. Este trabalho de Conclusão de Curso, realizado no âmbito da Licenciatura em Ciências da Natureza, da Universidade Federal do Pampa, *campus* Dom Pedrito, mapeou produções científicas no Google acadêmico, no período de 2020 a 2024, que identificassem as origens e causas das doenças psicossomáticas, buscando entender como as dores físicas provenientes de emoções podem atingir indivíduos de diferentes idades, impossibilitando por vezes o desempenho de tarefas diárias e afetando sua qualidade de vida. Os resultados percebidos foram que as terapias alternativas, bem como apoio não só a pessoa com doença psicossomática, mas também as suas famílias são importantes, bem como que as pesquisas sobre o tema indicam a necessidade do autoconhecimento. A pesquisa concluiu que o desenvolvimento deste trabalho é de suma importância, uma vez que busca esclarecer dúvidas referentes à doença e ao tratamento, mostrando possibilidades para aqueles que até então não tinham o conhecimento sobre este tema ou que acreditam ser desnecessário falar ou procurar apoio.

Palavras-Chave: Emoções; Doenças Psicossomáticas; Saúde.

## **ABSTRACT**

Somatization and the pains that reflect on the body are unresolved emotions. Thus, it is important to carry out follow-up activities for individuals with psychosomatic illness. This Course Completion work, carried out within the scope of the Degree in Natural Sciences, at the Federal University of Pampa, Dom Pedrito campus, mapped scientific productions on google scholar, in the period from 2020 to 2024, which identified the origins and causes of psychosomatic diseases, seeking to understand how physical pain from emotions can affect individuals of different ages, sometimes making it impossible to perform daily tasks and affecting their quality of life. The results perceived were that alternative therapies as well as support not only the person with psychosomatic illness, but also their families is important, as well as that research on the subject indicates the need for self-knowledge. The research concluded that the development of this work is of paramount importance since it seeks to clarify doubts regarding the disease and treatment, showing possibilities for those who until then did not have knowledge about this topic or who believe it is unnecessary to talk or seek support.

Keywords: Emotions; Diseases; Health.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b>	<b>6</b>
<b>1.1 Justificativa</b>	<b>8</b>
<b>1.2 Objetivos</b>	<b>12</b>
<b>1.2.1 Objetivo geral</b>	<b>12</b>
<b>1.2.2 Objetivos específicos</b>	<b>12</b>
<b>2 METODOLOGIA</b>	<b>13</b>
<b>2.1 Amostragem</b>	<b>14</b>
<b>3 RESULTADOS</b>	<b>22</b>
<b>3.1 Categorização da amostragem quanto a metodologia</b>	<b>22</b>
<b>3.2 Artigos que tratam de intervenções exitosas nas doenças psicossomáticas</b>	<b>22</b>
<b>3.3 Alternativas para o tratamento das doenças psicossomáticas</b>	<b>24</b>
<b>3.4 Discussão</b>	<b>25</b>
<b>4 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>30</b>
<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>31</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Somatização é o tipo de doença causada pela desordem dos sentimentos causando desequilíbrio físico e podendo ocasionar o aparecimento das doenças, já sinalizadas através das diversas dores recorrentes. As doenças psicossomáticas são aquelas que fazem a interligação entre sintomas físicos e emocionais em diversas patologias (Mônica, 2019).

Entende-se por patologias alterações no sistema morfológico e fisiológico do corpo humano ou de outros animais. Quando o corpo não consegue se restabelecer, pode-se afirmar que existe uma doença. Entende-se por saúde o equilíbrio existente entre corpo e mente (IPTSP, 2023).

As emoções se alternam sendo necessário atenção em determinados comportamentos. Do ponto de vista fisiológico, as emoções se expressam de forma rápida como por meio de expressão facial, voz ou tônus muscular (Vaz Serra, 1999 *apud* Martins; Melo, 2008).

Acredita-se que os transtornos psicossomáticos como dores musculares, arritmias cardíacas, alguns tipos de hipertensão arterial, doenças digestivas, entre outras são respostas fisiológicas dos órgãos ou sistema que sofre a lesão ou disfunção (cardiovascular, respiratório, urinário e outros). Segundo o autor, os órgãos afetados trabalham em excesso por muito tempo, indo da emoção à lesão (Silva, 2000 *apud* Martins; Melo, 2008).

Nos dias de hoje, falar sobre bem-estar físico e mental, parece difícil, já que a correria do dia a dia faz com que muitas pessoas não se permitam ter tempo para o tão importante lazer. Hoje, cada vez mais sente-se a necessidade de realizar mais tarefas, sobrecarregando os dias e dando a sensação de que não há tempo suficiente para tudo que é necessário. Tal atitude causa o esgotamento mental que leva ao adoecimento. Por vezes não se percebe o adoecimento, embora o corpo já esteja apresentando sinais. Na maioria das vezes, os sinais do corpo fadigado são ignorados, diversos motivos justificam este ato, mas nenhum desses motivos serão suficientes ou mais importantes do que a própria saúde.

O indivíduo deve olhar com respeito e carinho para si, da mesma forma que o conhecimento do corpo e de seus sinais possibilitam as intervenções necessárias de tratamento. Saúde não se reduz à ausência de doença, sabe-se que saúde é um estado completo de bem-estar físico e mental.

Percebe-se que não existe uma população específica acometida por doenças psicossomáticas, pertencem a sociedade de forma geral, sem distinção de sexo, cor, idade ou padrões sociais. Grande parte da sociedade está afetada por uma doença ainda não conhecida, com quadros crônicos e agudos muitas vezes pela falta de conhecimento.

É importante salientar que pessoas com familiares com doenças psicossomáticas terão maior probabilidade de desenvolver a doença. A partir desta informação, as pessoas que se encaixam nesse contexto deveriam realizar um acompanhamento médico mais específico, para que aos primeiros indícios possam receber o acompanhamento necessário para desenvolver o melhor tratamento. O tratamento das doenças psicossomáticas proporciona alívio aos sintomas físicos, gera bem-estar e qualidade de vida ao ser humano que é vítima desta patologia.

O excesso de dores e mal-estar, os quais por vezes impossibilitam a execução de atividades simples diárias, e o convívio com o sofrimento não configura uma condição saudável. Sendo assim, deve-se cada vez mais buscar por informações das quais possibilitem compreender a relação entre corpo e mente e o caminho adequado para realização de um tratamento adequado.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS 2019), o percentual é de 86% de brasileiros com transtornos mentais. Os transtornos mentais mais comuns são depressão e ansiedade. Apesar de serem problemas de saúde mental altamente divulgados, muitas pessoas ainda não entendem completamente os sintomas e as manifestações que caracterizam cada um deles.

De acordo com o Ministério da Saúde (2020), a depressão é caracterizada por sintomas como: tristeza profunda, falta de ânimo, pessimismo e baixa autoestima. De uma maneira geral, pode ser definida como um processo que se caracteriza por lentificação dos processos psíquicos, humor depressivo e/ou irritável (associado à ansiedade e à angústia), redução de energia (desânimo, cansaço fácil), incapacidade

parcial ou total de sentir alegria e/ou prazer (anedonia), desinteresse, lentificação, apatia ou agitação psicomotora, dificuldade de concentração e pensamentos de cunho negativo, com perda da capacidade de planejar o futuro e alteração do juízo de realidade (Canale; Furlan, 2006; Prado, 2020).

Já o transtorno de ansiedade é caracterizado por preocupações ou medos exagerados, o que impede a pessoa de relaxar, provocando sensação constante de que algo ruim vai acontecer. O problema traz muitas manifestações físicas, incluindo sudorese, palpitação, insônia, tremores, boca seca, dor de cabeça e tontura (Mônica, 2019).

As doenças psicossomáticas são o acúmulo das dores emocionais não trabalhadas que refletem no corpo, desencadeando vários desconfortos diários, agravando-se com o tempo pela falta de tratamento. O tratamento envolve intervenções terapêuticas que buscam ajudar a pessoa a lidar com as emoções e os pensamentos que possam estar afetando a saúde física, promovendo um equilíbrio entre o corpo e mente. Em algumas situações a intervenção realizada com medicamentos torna-se necessária, cada caso deve ser avaliado e atendido da melhor forma (Martins, 2008).

Após esta introdução, são apresentadas a justificativa e os objetivos.

## **1.1 Justificativa**

O tema escolhido tem como finalidade proporcionar o conhecimento de causas e sintomas das doenças psicossomáticas, uma vez que os dados indicam aumento expressivo nas doenças psicossomáticas e muitas vezes pacientes sofrem por anos com este transtorno sem ter um diagnóstico.

À vista disso, a dificuldade em falar sobre os sentimentos, já que até bem pouco tempo nossos sentimentos e emoções eram vistos como algo a ser reprimido mostra a relevância do tema. Sabemos hoje que nossas emoções são muito importantes e precisam estar em harmonia para que nosso corpo também tenha um bom desempenho biológico, por isso a necessidade de entendermos os sinais que o nosso corpo dá mediante aos acontecimentos de sua vida. A medicina foca em tratar as

doenças orgânicas e esquece que as doenças emocionais também causam sofrimento e não só isso, agrava quadros de doenças já existentes, é preciso investigar não só através de exames clínicos, mas também naquela conversa informal realizada antes dos pedidos de exames, essa atitude fará a diferença (Martins; Melo, 2008).

Segundo Martins e Melo (2008), as emoções são reações psicofisiológicas de caráter universal e consistem em respostas adaptativas. Contudo, caso exista algum desajuste prolongado na frequência, intensidade ou adequação ao contexto, as emoções podem tornar-se patológicas, o que terá impacto no indivíduo (Rodríguez *et al.*, 2009). As emoções negativas levam a uma elevada ativação fisiológica e, segundo um estudo de revisão de Rodríguez *et al.* (2009), existem dados suficientes para afirmar que tem um efeito negativo na saúde, por exemplo, em períodos de grande stress, quando as pessoas desenvolvem muitas reações emocionais negativas é mais provável que surjam certas doenças relacionadas com o sistema imunológico como, por exemplo, a gripe, herpes, diarreias, ou outras infecções ocasionadas por vírus oportunistas. Em contrapartida, o bom humor, o riso, a felicidade, ajudam a manter e/ou recuperar a saúde (Averill, 1996).

Existem estudos que comprovam que são inúmeras as doenças que afligem o indivíduo desencadeadas ou não pelo seu emocional, onde pessoas mais fechadas, mais tensas e chegadas ao isolamento, tendem mais a desenvolverem quadros de tristezas, depressões e pessimismos. Vejamos: quando ficamos com raiva, nosso organismo fica pronto ou para “fugir” ou para “lutar”, quando temos raiva, contraímos; nossos músculos ficam tensos, enquanto quando sentimos alegria, tranquilidade, ocorre um abrandar dessas energias (Averill, 1996).

Os corpos humanos “sabem” o que as emoções lhes pedem e respondem com “obediência”, dando como resposta, quem sabe, uma dor de cabeça, uma doença do coração (Soares, 2006).

Existem alguns questionamentos sobre o surgimento de um câncer estar ou não relacionado a questões afetivas emocionais. Sabemos que os sentimentos, afetos e emoções tem sim ligação com as células do nosso corpo, por isso a necessidade de equilíbrio emocional é de extrema relevância.

Estudos comprovam que células defeituosas sofrem um controle contínuo por nosso Sistema de Defesa Imunológico, que tem como finalidade impedir uma produção desordenada de células anormais. Todos os componentes do nosso Sistema de Defesa Imunológico, ao que parece, estão ligados às emoções e sentimentos.

Um câncer não acontece de um dia para o outro, muitas vezes seu desenvolvimento e evolução tiveram início há vários meses ou até mesmo anos. A falta de carinho, afetos ou quem sabe a raiva incubada ao longo de uma vida ocasionam a proliferação desordenada das células, uma vez que o sistema imunológico não manda mensagem correta as células, o organismo também se desestabiliza provocando desequilíbrio na saúde (Soares, 2006).

Em se tratando de coração, a questão parece mais clara. Não há quem deixe de perceber que seu coração acelera diante de determinadas situações emocionais, bem como de atribuir alguma representação simbólica a ele, investindo-o, pois, de um significado subjetivo. Não obstante, os caminhos e a maneira através dos quais as emoções repercutem no coração. Situações de ansiedade estimulam através do hipotálamo a liberação de catecolaminas e corticosteroides, seja por ação direta do sistema simpático, seja por ação indireta sobre as suprarrenais. Algumas dessas substâncias repercutem sobre o aparelho cardiovascular e podem provocar elevação de frequência cardíaca, da pressão arterial, vasoconstrição periférica e outras reações (Soares, 2006).

A pele é um órgão particularmente fascinante, e as doenças de pele podem se enquadrar entre as biopatias do sistema nervoso, pois o sistema nervoso origina-se no ectoderma do embrião. Ela é ao mesmo tempo intimamente privada e notavelmente pública, é a interface final entre o eu e o outro – o nosso mundo interior e o mundo externo. Acaba sendo o portal através do qual sentimos o mundo e pelas quais nossas primeiras sensações aconteceram – o toque– ao nascermos (Soares, 2006). Os estudiosos tendem a afirmar que alguns problemas são causados por estresse, conflitos de sentimentos e impulsos hostis– agressivos. Como as miopatias primárias e que tendem a ter forte componente emocional, essas são: eczema, psoríase, dermatite, alopecia entre outros.

Existem dois tipos principais de tratamentos para os transtornos que envolvem as doenças psicossomáticas, os psicoterapêuticos, que são tratamentos não medicamentosos feitos por psicólogos e psiquiatras que incluem terapias individuais ou em grupos e psicoterapias, e os somáticos, que são os medicamentosos. Geralmente, usam-se os tratamentos psicoterapêuticos e somáticos juntos para ter um melhor controle do transtorno. No entanto, pode-se utilizar um único tipo, dependendo do tipo de transtorno (Sadock; Sadock; Sussman, 2014 *apud* Santos, 2019).

A psicoterapia é a terapia desenvolvida através do diálogo entre terapeuta e paciente, onde se tenta encontrar a origem do problema e ajudar a corrigir a forma de pensar do paciente, o tratamento pode ser individual, com casais ou em grupos com o mesmo problema (Rosenthal, 2008).

Os tratamentos somáticos são aqueles que utilizam elementos que estimulam o cérebro, como medicamentos psicotrópicos (Dalgalarrodo, 2018 *apud* Santos, 2019). O tratamento medicamentoso é o mais usado para tratar os transtornos mentais e muitas vezes pode ser utilizado no tratamento das doenças psicossomáticas, na maioria das vezes é utilizado com algum tipo de psicoterapia, para a obtenção de melhores resultados. Com o avanço da tecnologia e a descoberta de novos fármacos, os medicamentos psicoativos, tem se mostrado cada vez mais eficaz e seguros para diferentes tipos de transtornos. Entretanto, muitos deles causam dependência e muitos efeitos adversos, o que dificulta a adesão ao tratamento (Videbeck, 2016 *apud* Santos, 2019).

Os grupos de sala de espera fazem adequação ao que é preconizado em termos de intervenções psicológicas grupais no apoio ao paciente somático, portador de doença crônica ou psicossomático. Os grupos de espera oferecem apoio emocional e esclarecem algumas questões médicas e outras diversas vivenciadas pelos pacientes. São espaços de conversação, reflexão e troca de experiências entre os pacientes (Moreira Júnior, 2001 *apud* Veríssimo; Vale, 2005) e destaca-se o ato de “conversar junto” enquanto processo potencialmente fértil para construções sobre os temas em saúde. Trata-se de favorecer o encontro entre pessoas vivenciando conflitos e ansiedades semelhantes mediado por profissionais da área da saúde, para, assim,

puderem pensar formas de se viver melhor uma determinada situação (Domingues, 1992 *apud* Veríssimo; Vale, 2005).

Outro tratamento utilizado para doenças psicossomáticas é a massoterapia que pode também acrescentar em uma melhor qualidade de vida e auxílio às terapias corporais, se ambas trabalharem juntas, (psicoterapeuta e massoterapeuta). Através da troca dos diagnósticos, ambos podem trabalhar na flexibilização das couraças, psíquica e muscular, não exatamente quebrando-as, mas sim dando flexibilidade as mesmas, contribuindo com um trabalho de dentro para fora e de fora para dentro. Estas terapias, que são complementares, visam mostrar ao sujeito que ele pode voltar a ter prazer na vida e ser alguém mais saudável em nível físico e mental e mais consciente na sua vida (Seubert; Veronese, 2008).

## **1.2 Objetivos**

### **1.2.1 Objetivo geral**

Mapear as produções científicas do Google acadêmico, no período de 2020 a 2024, que evidenciem a importância de ações sociais que proporcionem atividades de acolhimento e acompanhamento às pessoas com doenças psicossomáticas.

### **1.2.2 Objetivos específicos**

- a) Investigar fatores que possam amenizar os estigmas da doença psicossomática;
- b) Alertar as pessoas com doenças psicossomáticas sobre a importância de buscar ajuda quando necessário;
- c) Indicar às alternativas de tratamento, convívio e alívio dos sintomas relacionados a doenças psicossomáticas.

## 2 METODOLOGIA

A pesquisa de abordagem qualitativa, com caráter exploratório e documental, foi realizada através de uma investigação bibliográfica. O método de pesquisa bibliográfica escolhido refere-se a uma revisão de literatura. Revisão de literatura é de maneira geral a revisão de pesquisas, das discussões e do material bibliográfico produzido por outros autores sobre o tema da investigação (Gonçalves, 2019).

A revisão de literatura utilizada neste trabalho busca descrever e discutir o estado da arte de um determinado tema proposto em publicações, artigos e demais materiais bibliográficos, essa ação possibilita então uma visão ampliada sobre o assunto (Rotter, 2007). A escolha pelo método acontece tendo em vista a abrangência do tema e a dificuldade de formular uma questão de pesquisa.

A busca pela literatura foi realizada no período de 01/02/2024 a 30/04/2024. As palavras-chave utilizadas na busca foram: saúde; doenças; somatização e tratamentos, na plataforma Google Acadêmico.

Os critérios de inclusão selecionaram artigos escritos em português, publicados nos últimos cinco anos e que contemplem o interesse da busca, relacionados diretamente com o objetivo da pesquisa. Após leitura dos títulos e dos resumos dos artigos, foram selecionados os artigos que atenderem aos critérios de inclusão. Os critérios de exclusão referem-se a todas as situações em que os critérios de inclusão não foram completamente atendidos.

Para análise dos dados coletados na revisão foi realizada a síntese integradora que permitiu a reflexão a partir dos dados já apresentados no referencial teórico, buscando uma interpretação crítica sobre o assunto a fim de solucionar o problema de pesquisa apresentado e os objetivos propostos (Lima; Miotto, 2007). Para Salvador (1978), a síntese integradora visa organizar, integrar e coordenar os itens apresentados no trabalho, possibilitando a reformulação de ideias. A leitura dos títulos e resumos dos artigos e o processo de seleção dos mesmos será realizado concomitantemente por dois pesquisadores.

## 2.1 Amostragem

Quadro 1 - Amostragem da pesquisa

(continua)

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Conclusão</b>
DE FREITAS, Adriane Cristine Cosmo <i>et al.</i>	Histeria, somatização, conversão e Dissociação	2020	Conscientizar as pessoas sobre os sintomas que podem surgir diante de estresse ou dificuldades que não foram sanadas.	Pesquisa bibliográfica.	As mulheres possuem maior probabilidade de desenvolverem sintomas somáticos ou dissociativos, porém, os homens também podem desenvolver os distúrbios também.
DE ANDRADE, Patrícia Marques	Depressão: Um novo olhar sobre a dor e a emoção	2020	Identificar, analisando com muita sensibilidade os conteúdos da emoção contida neste sofrimento. Pois só quem sente, sofre é que pode ressignificar com muita resiliência esse medo.	A revisão da doença por um viés analítico.	Pode-se concluir que o fator emocional é extremamente relevante para uma completa saúde mental e da vida, o corpo emite sinais de saúde e adocimento, pois buscamos sempre emoção em todos os aspectos fisiológicos e sentimentais.

Quadro 1 - Amostragem da pesquisa

(continua)

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Conclusão</b>
ALMEIDA, Ana Mafalda Vergueiro de	Psicossomática e Fibromialgia: Relação Corpo-Mente revisitada Neuroticismo, Alexitimia, Vinculação e Somatização em pessoas com Fibromialgia.	2020	Aprofundar a compreensão da relação entre as variáveis supra indicadas e a somatização.	Trata-se uma análise quantitativa.	Este estudo vem também evidenciar que psique e soma deverão ser considerados de uma forma holística, como um sistema indissociável em que o indivíduo deverá, acima de tudo, ser considerado na sua experiência subjetiva e idiossincrática. No final, não é a “doença” que determina o quadro patológico, mas a pessoa e as suas múltiplas intersubjetividades.
GONÇALVES, Daniella <i>et al.</i>	Sintomas áticos, sintomatologia depressiva e ansiógena em pessoas idosas	2020	Analisar a associação entre sintomatologia depressiva, ansiedade e sintomas somáticos.	Trata-se de um estudo quantitativo e transversal.	Os resultados enfatizam a importância de, na avaliação e compreensão das queixas somáticas de idosos, se considerarem sintomas psicológicos, nomeadamente, a sintomatologia depressiva.

Quadro 1 - Amostragem da pesquisa

(continua)

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Conclusão</b>
SILVA, Jeferson Barbosa	Yoga como intervenção de cuidado em saúde mental: ensaio clínico randomizado com mulheres privadas de liberdade	2020	Identificar a prevalência de sofrimento psíquico e dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em mulheres privadas de liberdade.	Tratou-se de um estudo de desenho transversal e ensaio clínico randomizado.	Conclusão: níveis alarmantes de problemas mentais foram encontrados nas mulheres estudadas, sendo a prática do yoga uma possibilidade de cuidado para essa população, uma vez que esta mostrou-se ser efetiva na redução sintomatologia do sofrimento psíquico, depressão ansiedade e estresse em mulheres privadas de liberdade no contexto brasileiro.
BRASILEIRO- UNIBRA, CENTRO UNIVERSITÁRIO <i>et al.</i>	Acupuntura e sua influência enquanto terapia integrativa complementar nas doenças psicossomáticas.	2022	Apresentar um estudo teórico que visa comprovar a eficiência da acupuntura como terapia integrativa complementar para auxiliar no tratamento de sintomas de somatização da mente, causados pela ansiedade, estresse e a depressão.	Pesquisa bibliográfica.	Foi notado que a acupuntura é tão eficiente quanto os fármacos e os ansiolíticos, porém sem efeitos colaterais negativos.

Quadro 1 - Amostragem da pesquisa

(continua)

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Conclusão</b>
ZANUZO, Bianca Silveira; MENEGAT, Carla de Barros.	Para onde vão às emoções? O fenômeno psicossomático a partir do viés psicanalítico: um estudo de caso.	2022	Descrever as manifestações psicossomáticas observadas na prática clínica do estágio em psicologia, bem como relacioná-la com um aporte teórico da psicanálise.	Estudo de caso realizado em uma clínica de saúde mental.	Podemos perceber que este ainda é um assunto de difícil compreensão para a população geral, sendo necessário disseminar esse conhecimento para todos os públicos.
MONTEIRO, Emyli Gomes <i>et al.</i>	A ação do estresse comofator desencadeante e agravante do vitiligo	2022	Estabelecer a conexão entre a psicologia e as questões dermatológicas fundamentadas na biologia da doença.	Levantamento Bibliográfico de abordagem qualitativa por meio das plataformas de pesquisa SciELO e LILACS.	Constatou-se, então a íntima relação da patologia com o estresse como um fator de risco a ser criteriosamente averiguado pela clínica.

Quadro 1 - Amostragem da pesquisa

(continua)

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Conclusão</b>
ZANUZO, Bianca Silveira; MENEGAT, Carla de Barros.	Psicossomática sob o olhar psicanalítico: relato de experiência	2023	Descrever as manifestações psicossomáticas observadas na prática clínica do estágio em psicologia, bem como relacioná-la com um aporte teórico da psicanálise, tratando-se de um relato de experiência.	Estudo qualitativo desenvolvido a partir de um relato de experiência realizado em uma clínica de saúde mental na região metropolitana de POA.	O relato de experiência descrito no estudo reforça a importância de discussões e reflexões sobre a importância do manejo adequado do terapeuta com pacientes somatizantes.
DOS REIS, Deisy Pereira.	Compreendendo adoecimento através de um diálogo entre psicossomática e Gestalt-terapia.	2023	Evidenciar que todos nós podemos nos conhecer melhor tendo um autocuidado e que compreendamos que quando nós deixamos de falar algo que nos afeta trazemos em evidência nossas fragilidades e disfuncionalidades; e que, esse processo reverbera em nosso organismo acarretando a psicossomática.	Revisão bibliográfica em caráter exploratório.	A pesquisa permitiu um entendimento diferenciado acerca do processo de adoecimento através da psicossomática; conduzindo, assim, uma contribuição dessa abordagem para uma melhor compreensão do adoecimento mental mediante um diálogo com a psicossomática.

Quadro 1 - Amostragem da pesquisa

(conclusão)

<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Conclusão</b>
DE OLIVEIRA, Luísa Barcelos <i>et al.</i>	O Tratamento Psicoterápico Fenomenológico em Pacientes Psicossomáticos: Uma Revisão Integrativa	2024	Investigar as contribuições sobre a prática da abordagem Fenomenológica a Existencial Humanista em casos de pacientes Psicossomático.	Trata-se de uma revisão sistemática.	Considera-se relevante o aprimoramento dos estudos sobre a relação entre a Psicologia e a Fenomenologia, bem como a forma de utilizá-los como método de intervenção em Psicoterapia.
QUARESMA, Victor Diogo da Silva <i>et al.</i>	Manifestações de distúrbios temporomandibular em decorrência de stress	2024	Orientar as propostas terapêuticas do profissional a situações sintomáticas relacionadas às DTM.	Dados coletados através artigos científicos, o qual será fundamentado em pesquisas bibliográficas.	Os aspectos psicossociais envolvem sintomas ligada ao stress, este estudo pode contribuir para o desenvolvimento de estratégias preventivas.
ROZEIRA, Carlos Henrique Barbosa <i>et al.</i>	Quando os nervos gritam: Uma abordagem neurobiológica da dor	2024	Aprofundar a compreensão da natureza múltipla da dor, abarcando seus aspectos sensoriais e emocionais.	A revisão bibliográfica foi conduzida em plataformas acadêmicas e científicas.	A compreensão dos circuitos neuroquímicos e elétricos subjacentes à transmissão da dor torna-se crucial para o desenvolvimento de estratégias de tratamento mais eficazes e personalizadas.

Fonte: Elaborado pelos autores com base no Google Acadêmico (2024).

O Quadro 1 apresenta os 13 artigos selecionados na revisão de literatura, respeitando o recorte temporal da busca que comporta os anos de 2020, 2021, 2022, 2023 e 2024.

Observa-se que no ano de 2020 foram selecionados 05 artigos (Histeria, somatização, conversão e dissociação, Doenças psicossomáticas e manifestações no trabalho, Yoga como intervenção de cuidado em saúde mental: ensaio clínico randomizado com mulheres privadas de liberdade, Depressão: um novo olhar sobre a dor e a emoção e Psicossomática e fibromialgia: relação corpo-mente revisitada neuroticismo, alexitimia, vinculação e somatização em pessoas com fibromialgia.).

Percebendo o ano de 2022, estão presentes no Quadro 1 os 03 artigos: Acupuntura e sua influência enquanto terapia interrogativa complementar nas doenças psicossomáticas; para onde vão às emoções? e A ação do stress como fator desencadeante e agravante do vitiligo.

Em 2023, foram selecionados 02 artigos (Psicossomática sob o olhar psicanalítico: relato de experiência e compreendendo o adoecimento através de um diálogo entre psicossomática e Gestalt-terapia).

No ano de finalização da busca de artigos deste estudo, 2024, apresentam-se 03 artigos no Quadro 1: O tratamento psicoterápico fenomenológico em pacientes psicossomáticos; Manifestações de distúrbios temporomandibular em decorrências de stress e quando os nervos gritam: uma abordagem neurobiológica da dor.

Quanto aos locais onde as pesquisas dos artigos selecionados foram realizadas, foram predominantemente o Brasil sendo 01 artigo selecionado de Portugal. No estado do Rio Grande do Sul 01 artigo foi selecionado (Psicossomática sob o olhar psicanalítico: relato de experiência), assim como no estado de São Paulo (Compreendendo o adoecimento através de um diálogo entre psicossomática e Gestalt-terapia), no estado da Bahia (A ação do estresse como fator desencadeante e agravante do vitiligo), no Distrito Federal (Para onde vão às emoções? O fenômeno psicossomático a partir do viés psicanalítico: um estudo de caso), no estado de Minas Gerais (Acupuntura e sua influência enquanto terapia integrativa complementar nas doenças psicossomáticas) e em Portugal (Sintomas somáticos, sintomatologia depressiva e ansiógena em pessoas idosas). Ainda, 02 artigos selecionados,

representam pesquisas do estado do Amapá (Quando os nervos gritam: Uma abordagem neurobiológica da dor) e (Manifestações de distúrbios temporomandibular em decorrências de stress). Os demais artigos, não evidenciam em seu texto o local do estudo. Entende-se que as pesquisas bibliográficas não expressam o local de estudo por ausência de pesquisa *in loco*.

### **3 RESULTADOS**

#### **3.1 Categorização da amostragem quanto a metodologia**

Em se tratando dos estudos com metodologia qualitativa destacam-se os artigos: Psicossomática sob o olhar psicanalítico: relato de experiência e Para onde vão às emoções? Assim o total de pesquisas realizadas de forma qualitativa corresponde a 02 artigos nesta pesquisa.

Os trabalhos que envolveram pesquisas quantitativas também foram encontrados nesta revisão, totalizando 03 publicações. Encontram-se, portanto os artigos: Yoga como intervenção de cuidado em saúde mental, Sintomas somáticos, sintomatologia depressiva e ansiógena em pessoas idosas e Psicossomática e fibromialgia: relação corpo-mente revisitada neuroticismo, alexitimia, vinculação e somatização em pessoas com fibromialgia.

No que se refere às pesquisas bibliográficas, esta busca encontrou 08 trabalhos. Os artigos encontrados que desenvolveram revisões bibliográficas foram: Quando os nervos gritam: Uma abordagem neurobiológica da dor, Manifestações de distúrbios temporomandibular em decorrências de stress, O tratamento psicoterápico fenomenológico em pacientes psicossomáticos, Compreendendo adoecimento através de um diálogo entre psicossomática e Gestalt-terapia, A ação do estresse como fator desencadeante e agravante do vitiligo, Acupuntura e sua influência enquanto terapia integrativa complementar nas doenças psicossomáticas, Depressão: um novo olhar sobre a dor e a emoção e Histeria, somatização, conversão e dissociação.

#### **3.2 Artigos que tratam de intervenções exitosas nas doenças psicossomáticas**

Yoga como intervenção de cuidado em saúde mental: A prática da Yoga em populações privadas de liberdade se mostrou associada a reduções significativas de transtornos traumáticos; melhora na flexibilidade, relaxamento e redução de dores

corporais e no comportamento com uma elevação no autocontrole e reduções no comportamento antissocial.

O artigo Acupuntura e sua influência enquanto Terapia Integrativa Complementar nas 12 doenças Psicossomáticas apresenta através de pesquisa bibliográfica comprovar a eficiência da Acupuntura como comprovação de eficiência como terapia integrativa complementar para auxiliar o tratamento de sintomas de somatização, cujas conclusões indicam que acupuntura é tão eficiente quanto os fármacos e os ansiolíticos porém sem efeitos colaterais negativos.

Ação do estresse como fator desencadeante e agravante do Vitiligo: Levantamento bibliográfico de abordagem qualitativa, constatou íntima relação da patologia com o estresse como um fator de risco a ser criteriosamente averiguado pelas clínicas estabelecendo desta forma uma relação entre psicologia e as questões dermatológicas fundamentadas na biologia da doença.

O Tratamento Psicoterápico Fenomenológico em pacientes Psicossomáticos, considerou relevante o aprimoramento dos estudos sobre a relação entre Psicologia e a Fenomenologia bem como a forma de utilizá-los como métodos de intervenção em Psicoterapia.

O artigo Manifestações de Distúrbios Temporomandibular em decorrências de Stress: Recomenda-se orientar propostas terapêuticas do profissional a situações sintomáticas relacionadas à DTM. Os aspectos psicossociais envolvem sintomas ligados ao stresse.

Histeria, Somatização, Conversão e Dissociação, destacou a importância de conscientizar as pessoas sobre os sintomas que podem surgir diante de estresse ou dificuldades que não foram sanadas.

Já o artigo Depressão: um novo olhar sobre a dor e a emoção identificou e analisou com muita sensibilidade os conteúdos da emoção contida neste sofrimento. Pois só quem sente, sofre é que pode ressignificar com muita resiliência esse medo.

Psicossomática e Fibromialgia é um estudo que evidenciou a relação entre psique e soma, aprofundando a compreensão da relação entre as variáveis supra indicadas e a somatização.

Doenças psicossomáticas e manifestações no trabalho, apresentou a manifestação dos sintomas psicossomáticos de modo que as empresas responsáveis se pré-disponham a ajudar na diminuição de ocorrência de stress.

O artigo, Para onde vão às emoções? Trata o fenômeno psicossomático a partir do viés psicanalítico e descreve as manifestações psicossomáticas observadas na prática clínica do estágio em psicologia, bem como relacioná-la com um aporte teórico da psicanálise.

Psicossomática sob o olhar psicanalítico, descreve as manifestações psicossomáticas observadas na prática clínica do estágio em psicologia, bem como as relaciona com um aporte teórico da psicanálise, tratando-se de um relato de experiência.

O artigo compreendendo o adoecimento através de um diálogo entre psicossomática e gestalt-terapia, evidencia que todos nós passamos a nos conhecer melhor tendo autocuidado e que é necessário compreendermos que quando deixamos de falar algo que nos afeta, trazemos em evidência nossas fragilidades e disfuncionalidades; e que, esse processo reverbera em nosso organismo acarretando a psicossomática.

Quando os nervos gritam: Uma abordagem neurobiológica da dor, aprofunda a compreensão da natureza múltipla da dor, abarcando seus aspectos sensoriais e emocionais.

### **3.3 Alternativas para o tratamento das doenças psicossomáticas**

O artigo encontrado nesta revisão denominado: O Tratamento psicoterápico fenomenológico em pacientes psicossomáticos: uma revisão integrativa investiga as contribuições sobre a prática da abordagem fenomenológica a existência humanista em casos de pacientes psicossomáticos, destacando a relevância do aprimoramento dos estudos sobre a relação entre a psicologia e a fenomenologia, bem como a forma de utilizá-los como método de intervenção em psicoterapia.

As Manifestações de distúrbios temporomandibular em decorrências de stress, tema de artigo selecionado neste estudo, verifica que tais distúrbios apresentam

significativa contribuição do stress pelo acúmulo dos aspectos psicossociais. Dessa forma, orienta que as propostas terapêuticas do profissional de saúde frente a situações sintomáticas relacionadas aos distúrbios temporomandibular considerem os aspectos psicossociais já que estes envolvem sintomas ligados ao stress. Esta orientação pode contribuir para o desenvolvimento de estratégias preventivas no tratamento da comorbidade em questão.

Pensando no artigo Acupuntura e sua influência enquanto terapia integrativa complementar nas doenças psicossomáticas, foi observado que o estudo teórico que visa comprovar a eficiência da acupuntura como terapia integrativa complementar para auxiliar no tratamento de sintomas de somatização, mostrou que a acupuntura é tão eficiente quanto os fármacos e os ansiolíticos no tratamento de comorbidades, porém sem efeitos colaterais negativos.

O estudo Yoga como intervenção de cuidado em saúde mental: ensaio clínico randomizado com mulheres privadas de liberdade, analisou a produção científica publicada acerca dos efeitos da prática do Yoga na população privada de liberdade. Foi importante comprovar que a prática do Yoga em populações privadas de liberdade se mostrou associada a reduções significativas de transtornos mentais comuns como depressão, estresse e transtornos traumáticos. A comprovação sugere que a Yoga pode também ser positiva junto a população em liberdade.

### **3.4 Discussão**

Ao observar os resultados obtidos no trabalho, inicialmente pode chamar atenção que o maior número de estudos encontrados é de data recente. A questão chama atenção uma vez que, por exemplo, no Brasil, estão sendo ampliadas pesquisas que buscam o desenvolvimento conceitual da psiconeuroimunologia sob o paradigma da integração desde 1998. Considerando que esta ciência, foi desenvolvida nos EUA por Robert Ader, na década de setenta e busca estudar, dentro do paradigma de integração, a relação existente entre os sistemas psíquico, neurológico, imunológico e, mais recentemente, endócrino (Vasconcellos, 1998).

Ainda sobre as discussões referentes ao stress, as mesmas tornam-se intensas no início dos anos 2000. As pesquisas iniciais consideravam que o stress por um lado poderia ser o estímulo para buscar novas conquistas e, por outro, o resultado de um esforço exagerado que leva ao adoecimento. Nesse momento era compreendido que, as respostas ao stress mobilizam o organismo a encontrar recursos para enfrentar as situações que lhe exigem adaptação, e a maneira como esses esforços são direcionados e a identificação das suas consequências é que ajudam a ter êxito ou não com a saúde (Andrews, 2003).

É o caso das repercussões do stress em inúmeras dermatoses, que são também geradoras de stress. O prurido, consequência de diversas dermatoses, sofre ampla variação de intensidade, tendo como forte fator contribuinte o stress. Entre as doenças de pele citadas na literatura que demonstram a influência do stress, também chamadas de psicodermatoses, estão a dermatite atópica, a desidrose, o líquen simples crônico ou neurodermite, a dermatite seborréica, a psoríase, a acne vulgar, a rosácea, a alopecia areata, a hiperidrose, a urticária, o herpes simples e o vitiligo (Amorin-Gaudêncio; Roustan; Sirgo, 2004; Koo; Do; Lee, 2000; Steiner; Perfeito, 2003).

O que precisa ficar claro ao finalizar este trabalho, é que a medicina psicossomática é apontada como vanguarda do pensar e do fazer na área da saúde. No entanto é importante lembrar que essa abordagem possui 2.500 anos de construção, tendo seus primórdios no surgimento da medicina com os aforismos de Hipócrates (séc. VI a.C.), considerado o pai da medicina. Ele definiu o homem como um sistema integrado constando de corpo, alma (psiquismo) e ambiente, portanto estruturou seus pensamentos sobre essa base (Silva; Muller, 2007).

Para entender os resultados desse artigo que se referem ao aparecimento de artigos sobre o tema pesquisado nos mais diversos estados do país é importante conhecer um pouco da história da psicossomática. A medicina psicossomática tem suas raízes históricas na década de 1930, nos EUA, em um movimento que enfocava as causalidades psíquicas do adoecimento. A difusão dessa nova perspectiva se deu graças aos trabalhos realizados no Instituto Psicanalítico de Chicago. No final da década de cinquenta, houve maior interesse dessa proposta, sobretudo por conta da

repercussão dos trabalhos de um médico e psicanalista húngaro que vivia no Reino Unido. Esses trabalhos visavam modificar a relação médico-paciente, dando uma conotação mais humanizada, de onde surgiu um campo ainda hoje difuso, 'ora denominado "medicina psicossomática", ora "psicologia médica"'. Nesse mesmo período, surgiu no Brasil um movimento que tinha como protagonista Danilo Perestrello (1916-1989), psiquiatra e psicanalista formado em 1939 pela Faculdade de Medicina da Universidade do Brasil. Esse autor formulou as bases da medicina psicossomática no contexto brasileiro (Guedes *et al.*, 2020).

Para além, a prática da psicossomática encontra-se ao SUS, percorrendo todo o Brasil desde o ano 2000 junto a Política Nacional de Humanização. Para compreender a relação dessa política com a o cuidado psicossomático, Duval e Oliveira (2010) explicam que a medicina psicossomática, dentre suas teorias, possibilita ferramentas no processo de cuidar através do olhar e da escuta para além do sintoma físico, possibilitando o despertar do sujeito, para um estado de mudança e transformação de seu sofrimento. Assim como encontramos no HumanizaSus princípios de atuação e relação entre gerir e cuidar, corroborando para o protagonismo do sujeito na coletividade. O exercício do cuidar passa pelo exercício do existir inserido no coletivo, o referencial da psicossomática pode contribuir na humanização da saúde, visando um cuidado mais efetivo nas diferentes manifestações do processo saúde-doença na contemporaneidade.

Uma grande constatação nos resultados deste trabalho foi de que as pesquisas sobre doenças psicossomáticas acontecem basicamente em revisões de literatura. Para compreender melhor fato, recorreremos a autores que trabalham com este tema e que de alguma forma explicam o fato, seguem as observações.

As doenças psicossomáticas são frequentemente estudadas em revisões de bibliografia mais do que em pesquisas experimentais por várias razões, inicialmente porque as doenças psicossomáticas envolvem uma interação complexa entre fatores psicológicos e físicos, fator que dificulta a delimitação da pesquisa. Essa complexidade entre físico e psicológico ainda torna difícil isolar variáveis específicas em estudos experimentais controlados. Da mesma forma que existem dificuldades de medição e controle nas pesquisas controladas. Os fatores aqui relatados exigem maior

equipe, logística e recursos para realização destas pesquisas, o que justifica a redução no aparecimento das mesmas (Campus; Del Prette; Del Prette, 2014).

Assim as revisões de literatura podem sintetizar dados de estudos existentes, oferecendo uma visão geral sobre diferentes aspectos dessas condições sem a necessidade de isolar variáveis de forma tão rígida. O achado merece maior aprofundamento e seguramente um estudo que descubra alternativas para o fato. Não é possível justificar ausência de pesquisas controladas em uma temática de tamanha importância. Se existir uma sequência na produção de estudos de revisão de literatura e a redução das pesquisas controladas corre-se o risco de esgotamento dos dados.

Sobre os resultados desta revisão é importante destacar que as doenças psicossomáticas têm de fato as mesmas consequências das doenças físicas no corpo humano e merecem a mesma atenção e cuidado. Campos e Rodriguez (2005), nos deixa claro que a somatização ou transtorno somatoforme, as doenças psicossomáticas, são desordens emocionais ou psiquiátricas que afetam também o funcionamento dos órgãos do corpo. Esses desajustes provocam múltiplas queixas físicas, e que podem surgir em diferentes partes do corpo, como dores musculares, dores abdominais entre outros.

Spinelli (2010) salienta que o termos doença orgânica e doença psicológica estão ficando defasados, pois, toda doença deve ser considerada psicossomática, seja qual for a causa. No caso do câncer, por exemplo, em decorrência de sua importância e de seus agravamentos, o campo da psicoimunologia foi um dos que mais progrediu nos últimos anos. Com isso, diversos trabalhos foram feitos e publicados demonstrando a relação entre sentimentos ocasionados devido à perda significativa, luto, vergonha e desesperança ao surgimento de linfomas, leucemia e outros tipos de câncer. Assim como, a dificuldade de expressar sentimentos hostis, tensões com familiares e solidão estão regularmente associados ao aparecimento da doença, pois essa interiorização de emoções negativas e fortes predispõe uma alteração do desempenho do sistema imunológico, levando o organismo a se tornar mais vulnerável à formação de tumores malignos (Gadelha *et al.*, 2001).

Ao finalizar a discussão dos resultados desse artigo, reafirma-se o ponto de que a temática eleita para estudo deva ser mais aprofundada. Entende-se que as doenças

psicossomáticas precisam ser mais estudadas devido à sua complexidade, impacto na saúde pública e nas pessoas afetadas, e ao crescente reconhecimento da interação entre o corpo e a mente (Vasconcelos; Faria, 2008).

Também, as doenças psicossomáticas são extremamente prevalentes na sociedade moderna, afetando uma proporção significativa da população mundial. Elas incluem uma ampla gama de condições em fatores psicológicos, como estresse, ansiedade, depressão e traumas emocionais, desempenham um papel importante no desenvolvimento e na perpetuação de doenças físicas. Essas condições podem afetar qualquer sistema do corpo, desde problemas gastrointestinais até doenças cardíacas, e impactar diretamente a qualidade de vida dos indivíduos. No entanto, muitos casos podem ser subdiagnosticados ou mal interpretados, o que torna essencial um maior entendimento para diagnosticar e tratar adequadamente (Dias et al., 2007). Entendendo sempre que existe no aprofundamento do tema a necessidade de uma abordagem mais holística no tratamento de doenças, confirmando que a saúde mental e física estão interligadas, o que leva a uma abordagem interdisciplinar que inclui psicólogos, médicos, psiquiatras e terapeutas trabalhando juntos para tratar as doenças psicossomáticas de forma mais eficaz (Facci; Marino Filho; Da Silva, 2024).

Espera-se também que as informações sobre diagnóstico e tratamento fiquem claras de modo que as pessoas que se encontram sofrendo com a doença psicossomática procurem formas de tratamento adequado para uma melhor qualidade de vida, buscando sempre o equilíbrio entre mente e corpo, pois sabemos que o funcionamento adequado do nosso corpo depende do equilíbrio de nossas emoções.

## **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com base na análise dos artigos selecionados e discutidos ao longo deste trabalho, pode-se afirmar que os objetivos propostos foram amplamente atendidos. Os artigos revisados forneceram uma compreensão sólida sobre o tema em questão, abordando as principais questões e oferecendo diversas perspectivas relevantes.

Primeiramente, o objetivo principal de identificar as doenças psicossomáticas foi atendido, uma vez que os resultados obtidos através de uma análise dos dados permitiram concluir a importância da busca pelo autoconhecimento proporcionando com que haja qualidade de vida.

Aprofundar a Pesquisa Interdisciplinar devido à complexidade das doenças psicossomáticas, é essencial que os estudos integrem diferentes áreas do conhecimento, como psicologia, psiquiatria, neurologia, medicina e outras ciências da saúde. A colaboração entre profissionais dessas áreas pode proporcionar uma compreensão mais completa das interações entre mente e corpo.

A partir da minha formação como futura docente do curso de Licenciatura de Ciências da Natureza terei a oportunidade de divulgar mais sobre este conteúdo pesquisado no qual tem como finalidade esclarecer dúvidas e ajudar na busca de futuros tratamentos.

## REFERÊNCIAS

Andrews, 2003 Google Acadêmico(<https://escola.google.com.br>): A INFLUÊNCIA DO ESTRESSE NO DESENCADEAMENTO E EVOLUÇÃO DA PSORÍASE

Amorim-Gaudêncio, Roustán & Sirgo, 2004 Google Acadêmico(<https://escola.google.com.br>):

AVERILL, J.R. **Intellectual Emotions** – in *The Emotions – Social, Cultural and Biological Dimensions*, R. Harré e W. G. Parrot (ed.) – London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage Publications. 1996 in Martins Melo 2008.

BALTRUSCH, H.J.; STANGEL, W, Titze | Stress, cancer and immunity. **New developments in biopsychosocial and psychoneuroimmunology research**. *Acta Neurol – Napoli* - Aug, 1996. 13:4, 315-27.

CANALE, Aláise; FURLAN, Maria Montserrat Diaz Pedrosa. **Depressão**. *Arquivos do MUDI*, v. 10, n. 2, p. 23-31, 2006.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais**. 3. ed. Brasil: Artmed, 2018. 520 p. In SANTOS, Rejane Alexandre dos. A atenção farmacêutica no tratamento das doenças mentais. 2019. 35f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Faculdade Anhanguera de Guarulhos, Guarulhos, 2019. Disponível em: <[https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE\\_SANTOS\\_ATIVIDADE\\_2\\_3.pdf](https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE_SANTOS_ATIVIDADE_2_3.pdf)> Acesso em: 15 nov. 2023.

DOMINGUES, J. M. Aspectos da intervenção de terapia ocupacional no ambulatório de ginecologia de adolescentes. *Revista de Terapia Ocupacional USP*, v. 3, n. 1/2, p. 65-71, 1992. In VERÍSSIMO, Danilo Saretta; VALLE, Elizabeth Ranier Martins do. Grupos de sala de espera en el apoyo al paciente somático Waiting room groups to support somatic patients. *Rev. SPAGESP*. v.6 n.2 Ribeirão Preto dez. 2005. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702005000200004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702005000200004)>. Acesso em: 20 nov. 2023.

GADELHA, M. E. C. Arruda, M. L. B. Rocha, M. Carero, A. (2001). Câncer e Psicossomática. Disponível em: <http://www.psicologiapsicossomatica.com.br/acrobat/tcc-cancer-e-psicossomatica.pdf>

GONÇALVES, Gesianni *et al.* **O corpo como superfície de inscrição do sintoma e do acontecimento de corpo**. 2019.

GONÇALVES, J. R. Como Escrever um Artigo de Revisão de Literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**. Brasil, São Paulo, v. 2, n. 5, p. 29–55, 2019. DOI:

10.5281/zenodo.4319105. Disponível em:

<<https://www.revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/122>>. Acesso em: 29 nov. 2023.

Guedes CR, Rangel VM, Camargo Jr. K. O movimento da medicina psicossomática no Brasil: a trajetória teórica e institucional de Danilo Perestrello. *Hist cienc*

*saudeManguinhos* [Internet]. 2020Jul;27(3):803–17. Available from:

<https://doi.org/10.1590/S0104-59702020000400006>

Duval, Melissa Rossatti; Oliveira, Silene de Lima. *Mundo saúde* (1995) ; 34(4): 451456, out./dez. 2010.

Habilidades sociais e depressão na adolescência: CAMPOS, Josiane Rosa; DEL

IPTSP. Instituto de Patologia Tropical e Saúde Pública. **O que é patologia**. 2023.

Disponível em: <<https://patologia.iptsp.ufg.br/n/4886-o-que-e>

[patologia#:~:text=A%20Patologia%20%C3%A9%20o%20ramo,%22logia%22%20%3D%20estudo](https://patologia.iptsp.ufg.br/n/4886-o-que-e)>. Acesso em: 20 nov. 2023

Koo, Do & Lee, 2000Google Acadêmico(<https://escola.goog.com.br>):

Steiner e Perfeito, 2003Google Acadêmico(<https://escola.goog.com.br>):

LIMA, T. C. S., MIOTO, R. C. T. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica [**Versão Eletrônica**]. *Katálysis*, 10, 2007. 37-45.

MARTINS, Maria da Conceição; MELO, Jorge Manuel Melo. **Emoção**: emoções que implicações para a saúde e qualidade de vida? *Millenium*. 2008, 125-148.

Mecanismo de formação dos sintomas em psicossomática.CAMPOS, Elisa Maria Parahyba; RODRIGUES, Avelino Luiz.Mudanças–Psicologia da Saúde, v. 13, n. 2, p. 271-471, 2005.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. SAUDE DE A A Z. **Depressão**. 2020. Disponível em:

<<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>>. Acesso em: 20 nov. 2023.

MÔNICA, H. S. Entenda o que são doenças psicossomáticas: qual a origem, sintomas e tratamentos [Internet]. **Hospital Santa Mônica**, 2019.

MOREIRA JUNIOR. C. S. **Grupo de sala de espera em ambulatório de geriatria**:

a produção de sentidos sobre o envelhecimento humano. Dissertação (Mestrado em Filosofia), Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2001. In VERÍSSIMO, Danilo Saretta; VALLE,

Elizabeth Ranier Martins do. Grupos de sala de espera en el apoyo al paciente somático

Waiting room groups to support somatic patients. *Rev. SPAGESP*. v.6 n.2

Ribeirão Preto dez. 2005. Disponível em:

<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-29702005000200004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702005000200004)>. Acesso em: 20 nov. 2023.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Glossário de Promoção a Saúde**. Genebra: OMS, 1998.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Revisão Mundial sobre Saúde Mental**. Genebra: OMS, 2019.

Pesquisas e Práticas Sobre o Sofrimento e o Adoecimento Com Fundamentos na Psicologia Histórico-Cultural.FACCI, Marilda Gonçalves Dias; MARINO FILHO, Armando; DA SILVA, Fabiola Batista Gomes. Editora Appris, 2024.

PRADO, Amanda Dornelas *et al.* A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 46, p. e4128-e4128, 2020.

PRETTE, Almir; DEL PRETTE, Zilda Aparecida Pereira Revista Latina de Análisis de Comportamiento, v. 22, n. 4, p. 469-482, 2014.

Relações visíveis entre pele e psiquismo:DIAS, Hericka Zogbi J. *et al.* Psicologia clinica, v. 19, p. 23-34, 2007.

RODRÍGUEZ, J. A. P. *et al.* **O. Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. Suma psicológica**, 16(2), 85–112. 2009. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1342/134213131007>>. Acesso em: 20 nov. 2023

ROSENTHAL, R. J. Psicoterapia psicodinâmica e o tratamento do jogo patológico. Brazilian Journal of Psychiatry, v. 30, p. S41–S50, maio 2008. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbp/a/bTCWS7cTtQ945BQpPmLrtJL/?lang=pt&stop=next&format=html#>>. Acesso em: 20 nov. 2023.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.20, n. 31, 2007.

SADOCK, Benjamin; SADOCK, Virginia; SUSSMAN, Norman. **Manual De Farmacologia Psiquiátrica De Kaplan & Sadock**. 6. ed. Brasil: Artmed, 2014. 344 p in SANTOS, Rejane Alexandre dos. A atenção farmacêutica no tratamento das doenças mentais. 2019. 35f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Faculdade Anhanguera de Guarulhos, Guarulhos, 2019. Disponível em: <[https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE\\_SANTOS\\_ATIVIDADE\\_2\\_3.pdf](https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE_SANTOS_ATIVIDADE_2_3.pdf)>. Acesso em: 15 nov. 2023.

SALVADOR, A. D. **Métodos e técnicas de pesquisa bibliográfica**. Porto Alegre: Sulina. 1978.

SEUBERT, Fabiano; VERONESE, Liane. **A massagem terapêutica auxiliando na prevenção e tratamento das doenças físicas e psicológicas**. In: Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil/Latino-América, XIII, VIII, II. 2008.

SILVA, Marco A. D. **Quem Ama Não Adoece** – O papel das emoções na prevenção e cura das doenças. Lisboa: Editora pergaminho. 2000. In Martins e Melo 2008.  
SILVA, J.; MULLER, M. Uma integração teórica entre psicossomática, stress e doenças crônicas de pele. Estudos de Psicologia. Campinas, 2007.

SOARES, Luise de Souza Cozzolino. **Doenças Psicossomáticas, uma linguagem corporal**. IGT na Rede ISSN 1807-2526, v. 3, n. 4, 2006.

SPINELLI, M.R. (2010). Introdução à Psicossomática. São Paulo: Atheneu.  
Saúde mental no trabalho: VASCONCELOS, Amanda de; FARIA, José Henrique De Psicologia & Sociedade, v. 20, p. 453-464, 2008.

VAZ SERRA, Adriano. **O stress na vida de todos os dias**. Coimbra: Gráfica de Coimbra Lda. 1999. In Martins e Melo 2008.

VERÍSSIMO, Danilo Saretta; VALLE, Elizabeth Ranier Martins do. Grupos de sala de espera en el apoyo al paciente somático. Waiting room groups to support somatic patients. **Rev. SPAGESP**. v.6 n.2 Ribeirão Preto dez. 2005. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-2970200500020004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-2970200500020004)>. Acesso em: 20 nov. 2023.

VIDEBECK, Sheila L. **Enfermagem em Saúde Mental e Psiquiatria**. 5. ed. Brasil: Artmed, 2016. 531 p. in SANTOS, Rejane Alexandre dos. A atenção farmacêutica no tratamento das doenças mentais. 2019. 35f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Faculdade Anhanguera de Guarulhos, Guarulhos, 2019. Disponível em: <[https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE\\_SANTOS\\_ATIVIDADE\\_2\\_3.pdf](https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE_SANTOS_ATIVIDADE_2_3.pdf)>. Acesso em: 15 nov. 2023.

VIDEIRA, Bárbara Maria Peres. **Emoções e Doenças Orgânicas**. 2020. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Faculdade Cidade: 2020.

Vasconcellos, 1998 FATORES EMOCIONAIS NAS DOENÇAS CRÔNICAS DE PELE. Google Acadêmico(<https://escola.goog.com.br>).