

# TRANSTORNO OBSESSIVO-COMPULSIVO

O TRANSTORNO OBSESSIVO-COMPULSIVO (TOC) É CARACTERIZADO POR CICLOS DE OBSESSÕES, COMPULSÕES E ANSIEDADE.



**OBSESSÃO**  
Pensamentos angustiantes indesejados, impulsos, imagens mentais e dúvidas.

**ANSIEDADE**  
Angústia, medo, preocupação ou nojo. É um falso alarme. Sente a necessidade de fazer algo.

**CICLO TOC**

**ALÍVIO**  
É apenas temporário. As obsessões voltam em pouco tempo.

**COMPULSÃO**  
Qualquer comportamento realizado para ajudar a diminuir a ansiedade.

## COMO OCORRE?



A pessoa com TOC tem **obsessões**, pensamentos, imagens ou impulsos que ocorrem frequentemente, mesmo que ela não queira. Essas obsessões surgem mesmo quando a pessoa está a pensar e a realizar outras atividades. Além disso, as obsessões normalmente causam grande **angústia e ansiedade**.

O TOC é mais frequente em **mulheres** do que em homens e afeta entre 1% a 2% da população mundial. Normalmente, os sintomas aparecem entre os 19 e 20 anos de idade, no entanto, mais de 25% dos casos começam antes dos 14 anos.

CERCA DE

**30%** dos doentes TOC têm, ou já tiveram, um transtorno de tique (movimento ou vocalização involuntário, súbito e repetitivo)



## SINTOMAS:



### DIAGNÓSTICO

O diagnóstico é **clínico**, baseado nas obsessões e compulsões sentidas pelo doente. As obsessões ou compulsões devem ser demoradas ou causar sofrimento ou comprometimento funcional importante.

CERCA DE

**3 em 4**

DOENTES TOC POSSUEM TAMBÉM UM DIAGNÓSTICO VITALÍCIO DE TRANSTORNO DE ANSIEDADE



### OBSESSÕES

As principais **obsessões** incluem:

- Preocupação com contaminação
- Dúvidas (como supor que a porta de casa não ficou trancada)
- Preocupação com objetos que não estão perfeitamente alinhados ou uniformes



As obsessões não são agradáveis por isso os pacientes tendem a ignorar e/ou suprimir os pensamentos e impulsos. Este comportamento causa **ansiedade**, levando à **compulsão**.



### COMPULSÕES

As compulsões são a forma que o doente tem de responder às suas obsessões, sentindo vontade de fazer algo repetitivo, propositado e intencional.

As principais **compulsões** são:

- Lavar ou limpar algo para evitar contaminação
- Verificar algo para eliminar dúvidas (como verificar muitas vezes que uma porta está trancada)
- Contar (repetir uma ação um determinado número de vezes)
- Ordenar (arrumar talheres ou objetos num padrão específico)



## SABIAS QUE...

**85%**

dos doentes com transtorno obsessivo-compulsivo que procuram ajuda médica conseguem obter uma **melhoria da sua condição!**



## Causas

Acredita-se que a causa do TOC é **multifatorial**: de natureza biológica envolvendo a **predisposição genética**, alterações funcionais e da neuroquímica cerebrais, e **fatores psicológicos** como aprendizagens de formas erradas de lidar com medos e ansiedades.

## Tratamento

### → Terapia de exposição e de prevenção de rituais

Consiste na **exposição gradual e repetida** do doente àquilo que desencadeia as obsessões, sem permitir que ele realize o ritual compulsivo. A ansiedade tende a diminuir gradualmente durante a exposição repetida e permite uma melhoria persistente e prolongada.

### → Antidepressivos (clomipramina)

A maioria dos especialistas prescreve **uma associação** entre a terapia de exposição e de prevenção de rituais e a farmacoterapia para um melhor **outcome**.



Em **Portugal**, o transtorno obsessivo-compulsivo, aparece como a **quarta doença mental** com o maior número de doentes diagnosticados, logo após a depressão, o abuso de álcool e drogas e a doença bipolar.



Sabe mais sobre TOC com este vídeo!

U. PORTO

FC FACULDADE DE CIÊNCIAS UNIVERSIDADE DO PORTO

Luís Dias (200701713) - Neurociências e Cognição

Mestrado em Ensino de Biologia e de Geologia no 3ºCiclo do Ensino Básico e no Ensino Secundário