

# Trauma: Estudo Comparativo de Sessão Única entre Psicoterapia da Fala e EMDR

**Maria Aparecida Junqueira Zampieri** - Psicóloga, Facilitadora e Supervisora em EMDR, Doutoranda (FAMERP), Terapeuta de Família, Terapeuta de Brainspotting, Didata-Supervisora em Psicodrama.

**Colaboradores:** Alexandre Junqueira Zampieri - Psicólogo, Psicodramatista, Terapeuta de EMDR, Sexólogo em formação (FAMERP), Ciclo de Mutação. Marina Junqueira Zampieri – Psicóloga, Psicodramatista, Terapeuta de EMDR e Brainspotting, Ciclo de Mutação. Moacir F. Godoy - Livre-docente em Cardiologia, Diretor-Adjunto de Ensino da FAMERP.

**Introdução:** Flashback, sono e autoestima perturbados, reatividade e agressividade, são efeitos de traumas. Prejudicam a vida pessoal e social. Dilatam a demanda em psicoterapia desafiando a rede pública de saúde. Novas saídas fazem-se urgentes, que antecipem e melhorem efeitos curativos. Desde 87 na Califórnia, Francine Shapiro criou a Eye Movement Desensitization and Reprocessing, ou simplesmente Psicoterapia por Reprocessamento de Informações, inspirada nos movimentos oculares típicos do sono REM.

**Método:** Estudo comparativo entre efeitos de psicoterapia com ou sem recursos do EMDR, aplicando as escalas Beck para ansiedade, depressão e desesperança, e uma escala de impacto de eventos, antes e após uma sessão. Aos sujeitos do grupo experimental foi aplicado o protocolo padrão de EMDR e para os do grupo controle, o método da psicoterapia da fala.

**Resultados:** A análise estatística demonstrou que, embora o estado inicial dos sujeitos de ambos os grupos fosse o mesmo, houve diferença significativa nos resultados, na comparação pós-intervenção, para todos os itens pesquisados. O grupo de sujeitos atendidos em psicoterapia por EMDR apresentou pontuação final muito abaixo da inicial para ansiedade ( $p < 0,0001$ ), depressão ( $p < 0,0001$ ), desesperança ( $p = 0,0001$ ) e impacto de eventos ( $p = 0,0083$ ), em relação àqueles atendidos pela terapia da fala.

**Conclusão:** A psicoterapia com EMDR é adequada para tratamento de situações traumáticas, e apresenta resultados expressivos desde a primeira sessão sobre o impacto do evento e sintomas de ansiedade, depressão, desesperança. Pelos resultados e agilidade deve ser cogitada para grandes demandas tais como na rede pública de saúde.

**Palavras-chave:** trauma; EMDR; psicoterapia da Fala; estudo comparativo; sessão única; inventário Beck.