

Fibromialgia e EMDR: Estudo de Série de Casos com Seguimento

Marina Junqueira Zampieri - Psicóloga, Psicodramatista, Terapeuta de EMDR e Brainspotting, da Ciclo de Mutação. Maria Aparecida Junqueira Zampieri - Psicóloga, Facilitadora e Supervisora em EMDR, Mestra e Doutoranda em Ciências da Saúde (FAMERP), Terapeuta de Casal e Família, Terapeuta de Brainspotting, Didata-Supervisora em Psicodrama.

Introdução: A fibromialgia caracteriza-se por dores frequentes, intensas e limitantes, interferindo em diferentes aspectos da vida, associando-se a baixa autoestima, e, muitas vezes à depressão. O diagnóstico e o tratamento da fibromialgia ainda constituem um desafio na área da saúde, muitas vezes redundando em frequentes frustrações. Por outro lado, o EMDR criado por Shapiro tem sido alvo de muitas pesquisas sobre tratamento de dor crônica. Nesse estudo objetivou-se averiguar a eficácia do EMDR como coadjuvante no tratamento da fibromialgia. **Método:** Estudo de seguimento de uma série de dois casos com diagnóstico de fibromialgia já em tratamento médico, a partir da inclusão do EMDR. As pacientes foram submetidas aos inventários de Beck e Escala de Impacto de Eventos, além de levantamento gráfico subjetivo de dor. Além disso, a cada encontro levantou-se os remédios prescritos pelo médico. O seguimento por 9 meses incluiu avaliações antes, intermeio, final e após a psicoterapia.

Resultados: Os resultados mostraram-se satisfatórios, com declínio da dor e alteração significativa nos itens averiguados.

Conclusão: A psicoterapia com EMDR é um recurso valioso para o tratamento da fibromialgia, e apresenta resultados expressivos tanto sobre a dor como em aspectos comórbidos, tais como a depressão, ansiedade e desesperança, ampliando os recursos internos com repercussão positiva no enfrentamento diminuindo o impacto de eventos nos sujeitos estudados. Deve ser cogitado como coadjuvantes no tratamento da fibromialgia.

Palavras-chave: fibromialgia, EMDR, série de casos, seguimento, inventários de Beck.