

ANSIEDADE DIANTE DA MORTE EM PACIENTES EM CUIDADOS PALIATIVOS: UMA REFLEXÃO

Mariana Damasceno de Faria
mariana.faria@aluno.fpp.edu.br
Leandro Rozin

Introdução: O tratamento paliativo visa melhorar a qualidade de vida de pacientes que já não têm possibilidade de cura. Nesses indivíduos, a ansiedade e/ou depressão, ocorrem justamente por estarem no limite de suas existências. A angústia do desconhecido, somada ao sofrimento físico e transtornos psiquiátricos anteriormente citados, tornam o momento ainda mais difícil e doloroso. O processo é ainda mais complicado quando estes distúrbios são diagnosticados incorretamente ou negligenciados. Levando ao constrangimento do paciente, quando na verdade, os cuidados paliativos visam satisfazer variadas e complexas demandas. **Objetivo:** Refletir sobre a ansiedade diante da morte vivenciada por pacientes em cuidados paliativos. **Método:** Trata-se de um estudo reflexivo de cunho descritivo. **Resultados:** O tratamento paliativo visa melhorar a qualidade de vida de pacientes que já não têm possibilidade de cura e nesses indivíduos, a ansiedade e/ou depressão ocorrem justamente por estarem no limite de suas existências. A angústia do desconhecido somadas ao sofrimento físico e transtornos anteriormente citados tornam o momento ainda mais difícil e doloroso. O processo fica mais complicado quando esses distúrbios são diagnosticados incorretamente ou negligenciados. Levando ao constrangimento do paciente, quando na verdade, os cuidados paliativos visam satisfazer variadas e complexas demandas. Transtornos de ansiedade são doenças psiquiátricas marcadas por medo, preocupação antecipada e excessiva sobre futuras ameaças. Ocorrem por desequilíbrios neurológicos derivados de disfunções físicas, psíquicas, traumas, estresse, genética ou pela união de alguns desses fatores. Este distúrbio afeta esses pacientes devido a preocupação com as consequências financeiras, sociais e familiares, mudanças em sua identidade e imagem pessoal, autoestima e independência, acentuação de comorbidades preexistentes, bem como efeitos diretos ou indiretos da doença e do tratamento ou falta deste. No paciente paliativo esse desarranjo não implica apenas nas tensões psicológicas e desordens físicas, mas também no aumento da dor, diminuição ou não adesão terapêutica, dificuldade em lidar com a evolução da doença e em sua qualidade de vida. Representando um grande fator de risco para suicídio. A utilização de hormônios, corticosteroides, agentes antineoplásicos e outros medicamentos utilizados em pacientes terminais tendem a agravar o quadro; bem como a súbita retirada de álcool, tabaco, sedativos e opioides. Em geral, não há preparo psicológico para melhor aceitação do fim, ficando este associado a sentimentos como dor, sofrimento e solidão. Nesses casos, a tanatofobia, que é o medo excessivo da morte, estaria justificada, principalmente, pelo medo relacionado ao sofrimento de familiares e amigos. A tanatofobia pode apresentar sintomas físicos, mentais e emocionais; dentre eles: taquipneia, hiperventilação, tensão muscular, medo, apreensão, nervosismo, inquietação, insônia, irritabilidade, dificuldade de concentração, náusea, anorexia e suor excessivo. Podendo ser um transtorno mental isolado, sintoma de outro transtorno ou reação psicológica natural às mudanças. O correto diagnóstico médico classificará em: transtorno de ansiedade generalizada, caracterizado por tensão motora, hipervigilância e hiperatividade autonômica; transtorno de pânico, caracterizado por episódios recorrentes de ataques de pânico relativo à morte; e fobia social, caracterizada pela ansiedade excessiva em situações de exposição pessoal. Cada tipo exige abordagem específica, farmacológica,

ou não, como fisioterapia, musicoterapia, acupuntura, massoterapia e cromoterapia. Diante disso, fica evidente a necessidade de apoio psicológico especializado, desempenhando importante papel na realização das ações paliativas, conscientizando sobre a morte e acolhendo demais queixas. Desta forma, promovendo melhor experiência paliativa e um processo de morte mais digno, reduzindo a ansiedade nesse momento tão difícil. Dentre algumas formas de auxiliar a compreensão e aceitação, estão questões referentes à religiosidade e espiritualidade, uma vez que muitas pessoas encontram em suas crenças ajuda para enfrentar e ressignificar o sofrimento, pois elas tendem a atenuar a inquietação quanto a existência e finitude. Sendo assim, para além do tratamento da doença, os pacientes devem receber intervenções para controle dos sintomas de sofrimento emocional, físico, espiritual, familiar e qualquer outro presente. Por meio de comunicação efetiva e empática, ouvindo e acolhendo queixas e dúvidas do paciente, tratando-o integralmente em conjunto com a equipe multidisciplinar. Focando o cuidado paliativo no alívio do sofrimento e melhora da qualidade de vida. Diminuindo também o estresse pós-traumático dos familiares.

Conclusão: Sendo assim, para além do tratamento da doença, os pacientes devem receber intervenções para controle dos sintomas de sofrimento emocional, físico, espiritual, familiar e qualquer outro presente. Por meio de comunicação efetiva e empática, ouvindo e acolhendo queixas e dúvidas do paciente, tratando-o integralmente em conjunto com a equipe multidisciplinar. Focando o cuidado paliativo no alívio do sofrimento e melhora da qualidade de vida. Diminuindo também o estresse pós-traumático dos familiares.

Palavras-chave: Ansiedade. Cuidados Paliativos. Atitude Frente a Morte.

Referências:

- ARAÚJO, Monica Martins Trovo; SILVA, Maria Julia Paes. **O conhecimento de estratégias de comunicação no atendimento à dimensão emocional em cuidados paliativos.** Florianópolis: Scielo, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/tce/v21n1/a14v21n1>. Acesso em 24 de agosto de 2022.
- FERREIRA, Gabriel Drumond; MENDONÇA, Gabriela Nóbrega. **Cuidados Paliativos: Guia de Bolso.** São Paulo: ANCP, 2017. Disponível em https://5c9c40b3-e3fb-4828-b295-217bf3a54e79.filesusr.com/ugd/f59eea_0d17e53c81144d069f00e16d53137731.pdf. Acesso 24 de agosto de 2022.
- RIBEIRO, Tiago Gonçalo da Rocha. **Ansiedade e depressão em doentes em cuidados paliativos, num centro hospitalar da região norte.** Portugal: FMUP, 2020. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/131078/2/434093.pdf>. Acesso em 24 de agosto de 2022.