



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

TROTTA, Ernani Eduardo. Reprocessamento de traumas e "episódios-síntese" pelo método EMDR em protocolo simplificado. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

REPROCESSAMENTO DE TRAUMAS E "EPISÓDIOS-SÍNTESE" PELO MÉTODO EMDR EM PROTOCOLO SIMPLIFICADO

Ernani Eduardo Trotta

RESUMO

O método EMDR (Eye Movement for Desensitization and Reprocessing) foi desenvolvido por Francine Shapiro e aplicado mais sistematicamente no tratamento de traumas, mais especificamente no Transtorno de estresse pós-traumático, embora sua utilidade terapêutica em outras condições tenha sido também reconhecida. Observamos em nossa prática clínica que muitas situações de sofrimento afetivo crônico e conflitos emocionais estruturais costumam ficar fortemente simbolizados psiquicamente em memórias de episódios que exemplificam e resumem a situação conflitiva e que frequentemente assumem para o paciente o status equivalente ao de um evento traumático. Estes episódios, que aqui denominamos "episódios síntese" funcionam como uma espécie de ícone da situação conflitiva e se forem reprocessados pelo método EMDR, tal como se fossem um trauma real, respondem favoravelmente. Apresentamos também um protocolo simplificado de aplicação do método, que essencialmente prescinde da utilização dos critérios de quantificação denominados SUD (subjective unit of distress) e VOC (validity of cognition).

Palavras-chave: EMDR. Psicoterapia Corporal. Transtorno de Estresse Pós-Traumático. Trauma.

O método EMDR ("Eye movement desensitization and reprocessing"), que significa dessensibilização e reprocessamento através do movimento ocular, foi criado em 1987 por Francine Shapiro (Shapiro e Forrest, 1997).. Consiste em associar certas técnicas de estimulação corporal bilateral, particularmente a movimentação lateral dos olhos, a um conjunto de intervenções verbais conduzidas pelo terapeuta segundo um roteiro detalhado e protocolado pela autora. Baseia-se no fato de que as desordens pós-traumáticas e sintomas psicopatológicos em geral agregam imagens, sentimentos e cognições negativas que não puderam ser devidamente processados devido a desequilíbrios bioquímicos e elétricos resultantes do stress que acompanham o evento traumático, permanecendo como que "congelados" no cérebro em sua forma original.

As descobertas de Lê Doux (1998), Henry (1994), VanderKolk (1994) e Bergmann (1996) indicam que as desordens de stress pós-traumático devem--



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

2

TROTTA, Ernani Eduardo. Reprocessamento de traumas e “episódios-síntese” pelo método EMDR em protocolo simplificado. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

se a alterações funcionais em algumas estruturas do sistema límbico e do córtex cerebral. A ativação da amígdala e a liberação de noradrenalina e outros neuro-hormônios durante o stress, inibem o hipocampo e os neurônios GTF (Giganrocellular Tegmental Field) do lócus coeruleus e da formação reticular da ponte, e entorpecem certas áreas do córtex pré-frontal, prejudicando a interpretação cognitiva do evento traumático. As memórias são guardadas sob forma de sensações, imagens visuais e padrões motores ficando prejudicada sua representação semântica. Isto gera desajustes comportamentais e emocionais. O indivíduo perde a capacidade de diferenciar, por exemplo, entre o perigo que representa um leão solto no quintal de casa ou um leão na jaula do zoológico.

A intervenção rítmica do EMDR promoveria uma reconexão funcional entre as diferentes áreas dos dois hemisférios cerebrais, permitindo que estas informações sejam reprocessadas e integradas. Foi evidenciado por tomografia PET que após o tratamento com o método ocorre uma ativação de diversas áreas cerebrais, incluindo o hipocampo, a área de Broca, o córtex pré-frontal e um aumento da atividade de fibras do corpo caloso, que comunicam os dois hemisférios cerebrais.

A utilização de intervenções verbais associadas a técnicas de intervenção corporal, como a movimentação dos olhos, não é em si uma novidade, pois isso já é utilizado há mais de 30 anos na abordagem reichiana (Reich, 1972,1981). Porém, o que o método EMDR traz de novo é a sistematização destas intervenções verbais, agregando memórias visuais, afetivas e cognitivas, e o fato de conduzi-las em seqüência rápida de forma simultânea ou alternada com as intervenções corporais.

Embora a história da criação deste método não tenha qualquer relação com a orgonoterapia, a sua similaridade com a abordagem psico-corporal reichiana permite associá-lo a algumas de suas técnicas corporais, principalmente à técnica de foto-estimulação ocular com a luz em movimento criada por Barbara Goldenberg Koopman, discípula de Reich (1981) e de Baker (1980). Esta técnica consiste em propor ao paciente que acompanhe com os olhos a luz de uma pequena lanterna que o terapeuta movimenta em trajetórias



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

3

TROTTA, Ernani Eduardo. Reprocessamento de traumas e “episódios-síntese” pelo método EMDR em protocolo simplificado. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

e ritmos específicos, permitindo que a luz incida sobre os olhos em diferentes pontos do campo visual. Um grande número de evidências clínicas e experimentais sugere que os efeitos desta foto-estimulação apresente várias semelhanças com as técnicas de estimulação do método EMDR, podendo em alguns casos ser uma estimulação mais eficaz que a simples movimentação lateral dos olhos acompanhando o dedo do terapeuta (Trotta, 1998).

O método EMDR tem sido aplicado mais sistematicamente no tratamento de traumas, mais especificamente no Transtorno de estresse pós-traumático (Trotta, 2007), embora sua utilidade terapêutica em outras condições tenha sido também reconhecida. Observamos em nossa prática clínica que muitas situações de sofrimento afetivo crônico e conflitos emocionais estruturais costumam ficar fortemente simbolizados psiquicamente em memórias de episódios que exemplificam e resumem a situação conflitiva e que frequentemente assumem para o paciente o status equivalente ao de um evento traumático. Estes episódios, que aqui denominamos “episódios síntese” funcionam como uma espécie de ícone da situação conflitiva e se forem reprocessados pelo método EMDR, tal como se fossem um trauma real, respondem favoravelmente.

Apresentamos também um protocolo simplificado de aplicação do método, que essencialmente prescinde da utilização dos critérios de quantificação denominados SUD (subjective unit of distress) e VOC (validity of cognition).

REFERÊNCIAS

BAKER, E. **O Labirinto Humano**. São Paulo: Summus, 1980.

BERGMANN, U. Further thoughts on the neurophysiology of EMDR'. In: **EMDRIA Newsletter** nº1, 5-9, 1996.

HENRY, S. HOW does EMDR work, anyway? In: **EMDR Network Newsletter** nº 1,4 (1994).

LÊ DOUX, J. **O Cérebro Emocional**. Rio de Janeiro, Ed. Objetiva, 1998.

_____ Emotion, memory and the brain. **Scientific American** 270, 50-57 (1994).



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

4

TROTTA, Ernani Eduardo. Reprocessamento de traumas e “episódios-síntese” pelo método EMDR em protocolo simplificado. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XIV, IX, 2009. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2009. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-16-3]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

REICH, W. **A Função do Orgasmo**. São Paulo, Brasiliense, 1981.

————— **Character Analysis**. New York, Farrar, Strauss & Giroux, 1972.

SHAPIRO, F. & FORREST, M. S. **E.M.D.R. Eye Movement Desensitization and Reprocessing**. New York, Basic Books, 1997.

TROTTA, E. E. Bases neurofisiológicas dos procedimentos clínicos de estimulação ocular com luzes coloridas. **Revista da Sociedade Wilhelm Reich/RS**, nº 2, pp. 37-49, 1998.

————— CID-10 e as concepções psicopatológicas reichianas atuais: coexistência de núcleos neuróticos e psicóticos. In: **Pensamento Reichiano em Revista**, n. 1, 7-26, 2006.

VANDERKOLK, B. The body keeps the score: memory and the evolving psychobiology of post-traumatic stress'. In: **Harvard Review of Psychiatry** nº 1, 253-67, 1994.

AUTOR

Ernani Eduardo Trotta/RJ – Coordenador do Núcleo de Psicoterapia Reichiana/RJ (www.nucleopsic.org.br), Professor do Departamento de Neurobiologia da UFF/RJ, Doutorado pela UFRJ, Pós-doutorado pelo Instituto de Psiquiatria de Londres, psicoterapeuta corporal e terapeuta de EMDR e Constelações familiares.

E-mail: eduardotrotta@terra.com.br

