

PRISCILA GABOS¹, DANIELLE Watanabe¹, LUIZ Bortolotto¹

¹Instituto do Coração – InCor HCFMUSP, Brasil

Introdução

A obesidade é considerada uma condição multifatorial responsável por importantes impactos na saúde física e emocional dos pacientes. A maioria sofre de hipertensão e também de outras condições clínicas. Portanto, torna-se necessário o desenvolvimento de programas que visem novas formas de tratamento não só para a redução das consequências físicas negativas na população com obesidade, mas também na busca de cuidados para o sofrimento psíquico. Com base na Comportamental Clínica e na Psicoterapia Breve, foi elaborado um grupo psicoterápico breve para obesos cardiopatas em um hospital de cardiologia do estado de São Paulo.

Objetivos

1. Avaliar os efeitos do grupo psicoterapêutico breve com pacientes obesos de um Ambulatório de Psicologia sobre indicadores clínicos.
2. Avaliar a viabilidade e eficácia de um programa breve de psicoterapia de grupo para pacientes obesos no que diz respeito ao aprendizado de novas respostas de enfrentamento às situações de estresse cotidiano.

Metodologia

A variável independente foi o grupo psicoterápico com sessão de 12 semanas conduzida por psicóloga. As variáveis dependentes foram: peso e IMC, pressão arterial e glicose, colesterol e triglicerídeos; estratégias de enfrentamento medidas pelo Brief-COPE. Todos os dados foram coletados antes e após a intervenção. Para comparação das variáveis, foram utilizados os testes T-Student e Wilcoxon.

Resultados

19 pacientes com idade média de 57±11 anos participaram em 3 grupos.

Pacientes desenvolveram melhora no desenvolvimento de recursos de enfrentamento: coping ativo, planejamento, reinterpretação positiva e aceitação até o fim dos grupos.

Demonstraram satisfação e expectativas atingidas, tornando-se mais conscientes de suas escolhas e saúde, com melhora no autocuidado.

Relataram sentimentos positivos de alegria e capacidade de controlar vontade de comer.

Data	Antes	Depois	p
IMC (kg/m ²)	39±6	34±7	0,001
Peso (kg)	102±22	91±24	0,001
PAS (mmHg)	149±24	132±13	0,001
PAD (mmHg)	88±14	83±11	0,1
Glicose (mg/dl)	123±39	118±52	0,2
Colesterol LDL (mg/dl)	134±44	90±22	0,12

IMC= índice de massa corporal; PAS = pressão arterial sistólica; PAD= pressão arterial diastólica; média ± DP

Conclusão

O grupo psicoterapêutico breve foi eficaz para melhora do IMC, peso e pressão arterial, bem como no desenvolvimento de novas estratégias de enfrentamento para os pacientes, facilitando o autocuidado e a adesão ao tratamento. Os pacientes trouxeram satisfação com os resultados da psicoterapia.