

# A INFLUÊNCIA DAS EMOÇÕES SOBRE O SISTEMA IMUNOLÓGICO: VISÃO PSICOSSOMÁTICA

Joyce Elisama de Lima Silva de Gusmão<sup>1</sup>

Júlia Wanderley Vieira<sup>2</sup>

Mirna Gabrielle Chaves Ernesto Bezerra<sup>3</sup>

Yakira Simões de Azevedo Costa<sup>4</sup>

José Rodrigues Rocha Junior<sup>5</sup>

**RESUMO:** A perspectiva psicossomática compreende as condições psicossociais envolvidas na gênese, manutenção e evolução da patologia, sendo conhecida por uma visão holística. A presente pesquisa é de cunho qualitativo, e ocorreu por meio de revisões bibliográficas acerca do tema proposto. No presente estudo foram levantadas questões referentes às emoções, como importante meio de comunicação para a sobrevivência do ser, a imunidade, como uma resposta fisiológica adaptativa a agentes externos que podem agredir o corpo, e de como ambas podem estar presentes no adoecer. Entende-se que os indivíduos manifestam suas emoções por meio de atos e expressões significativas para o sujeito, e que se não forem interpretadas de forma adequada, poderão ser convertidas em somatizações, que afetam o físico do mesmo. Desse modo, é importante que os indivíduos conheçam a etiologia da doença e como isso os afeta, a fim de obter uma compreensão holística do adoecer. A percepção dos sujeitos sobre a doença irá proporcionar o surgimento do seu real significado, fazendo com que o mesmo tenha condições para um enfrentamento da patologia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Psicossomática, emoções, sistema imunológico.

## 1. INTRODUÇÃO

Este artigo propõe um estudo referente a relação das emoções no sistema imunológico tomando como base de compreensão a psicossomática. Para tanto, foi realizada uma pesquisa bibliográfica com os temas: emoções, sistema imunológico e psicossomática que resultaram na elaboração deste artigo e de um vídeo explicativo. Este estudo está dividido em três tópicos, visando uma

melhor compreensão sobre a temática. O primeiro tópico apresenta as emoções como fonte de expressão do indivíduo, em seguida é abordado a atuação do sistema imunológico e por fim a visão da psicossomática a respeito das emoções sobre o sistema imunológico.

O objetivo desse estudo foi de conscientizar os profissionais da saúde da necessidade de se compreender o indivíduo em sua totalidade a partir da visão holística defendida pela psicossomática, pois a

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br

compreensão de saúde do indivíduo contempla uma esfera além do biológico que deve ser observada.

As emoções estão presentes na vida do ser humano de forma inata e são movidas por causas externas que promovem reações emocionais que podem ser observadas por expressões corporais. Já o sistema imunológico, mais conhecido como o sistema de defesa do corpo humano, tem como função proteger o nosso meio interno da invasão de corpos estranhos e eliminar os invasores.

A psicossomática pode ser observada nessa relação, pois o sistema imunológico é visto para Filho (2009) como um elo de ligação nas interações psicológicas e sociais em que são presentes diversas patologias humanas. Diversas doenças podem aparecer, portanto, dessa interação entre o sistema imunológico e as emoções, como por exemplo o lúpus, herpes genital, tuberculose entre outros. Pode-se frisar as doenças autoimunes que, segundo Ballone (2007), as células do sistema imunológico podem reagir contra proteínas do próprio organismo e assim provocar uma reação contra os próprios tecidos, acarretando na destruição dos mesmos.

A saúde coletiva, de acordo com Barros (2015,) é apresentada em um

sentido grupal, em que a responsabilidade não está centralizada no governo, mas também dos profissionais da saúde e de toda a sociedade. Assim, a saúde coletiva, tem como papel prevenir, prolongar a vida através da promoção de saúde, “diante da eficácia física e mental resultante dos esforços coletivos de toda uma sociedade.” (BARROS, 2015, p. 27).

Na VIII conferência Nacional de Saúde do Brasil o conceito de saúde foi ampliado, onde o indivíduo passou a ser compreendido de acordo com as suas condições de alimentação, habitação, educação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse de terra e acesso aos serviços de saúde. Portanto, para compreender a etiologia da doença é preciso também ter conhecimento da história do paciente, pois, de acordo com esses estudos, esses fatores são primordiais para a saúde do indivíduo. Essa visão ressalta a importância do trabalho multidisciplinar e de uma visão holística, em que observa e compreende a pessoa em sua totalidade.

## 2. METODOLOGIA

Este estudo inicialmente teve o propósito avaliativo na disciplina de Psicossomática do curso de Psicologia, e

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br

como parte integrante deste a construção de um vídeo abordando a temática. O mesmo foi apresentado em sala de aula para turma, visando à obtenção do conhecimento de forma criativa.

Para a concretização da pesquisa foi realizada uma revisão bibliográfica por meio de artigos científicos e livros. Em nossas buscas foram utilizados os seguintes descritores: Psicossomática, emoções e sistema imunológico. Após a construção do corpo teórico foi elaborada a apresentação.

Para a produção do vídeo foi realizado um apanhado da pesquisa teórica, selecionando os pontos principais que seriam ressaltados no mesmo. Em seguida, idealizamos o referido através de um esboço, onde representamos, através de desenhos, o assunto proposto. Após, fizemos um vídeo piloto, no qual colocamos em prática as ideias pioneiras e, para finalizar, produzimos efetivamente o vídeo final de acordo com todas as ideias levantadas.

O presente trabalho consiste em conscientizar os profissionais de saúde e os usuários desse serviço acerca da abordagem referenciada, para que, após a exibição do vídeo, houvesse uma reflexão sobre o mesmo, com o objetivo de compreender o processo de adoecimento

também está atrelado a um fator emocional, o que afeta diretamente o sistema imunológico. Sendo assim, a partir do conhecimento a cerca do assunto, os profissionais de saúde poderão compreender o processo de adoecimento do paciente para um diagnóstico e tratamento diferenciado e eficaz.

Buscamos atingir a conscientização do nosso público de forma lúdica e compreensível, para que qualquer espectador pudesse alcançar a compreensão do conteúdo do vídeo, contribuindo para que coloquem em prática os conhecimentos adquiridos por meio do mesmo.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As emoções, segundo Davidoff (2001), significam estados interiores determinados por sensações, pensamentos, comportamentos expressivos característicos e reações fisiológicas. As mesmas surgem subitamente e são, aparentemente, difíceis de controlar.

Para Bock, Furtado e Teixeira (2008), elas se tratam de uma forma de comunicação pelo qual os indivíduos expressam suas percepções internas, e sensações que aparecem decorrentes a fatores, comumente, externos. Ela define-os como forte, passageiras e intensas, mas

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br

que não são imutáveis, ou seja, dependendo do tempo em que vivenciamos determinada situação, nossa emoção atribuída a ela pode não ser a mesma.

De acordo com Sperling e Martin (2003), acredita-se que quando há algum tipo de sentimento ou de emoção envolvido em determinadas relações e ocasiões não é possível realizar algum tipo de testemunho mútuo. Um marido ou uma esposa não podem ser persuadidos a testemunhar um contra o outro pelo fato de que existir um envolvimento emocional, e isso conseqüentemente torna impossível a eles dar um testemunho de confiança, por exemplo.

Para Atkinson et al (2002), as emoções possuem a capacidade de conduzir as condutas e comportamentos motivados, por exemplo: o sexo, que consiste em ser não somente um motivo veemente, mas também como um meio de potencializar a alegria.

Esses autores afirmam também que “apesar de suas semelhanças, é preciso distinguir motivos de emoções. Uma diferença é que as emoções são desencadeadas do exterior, ao passo que os motivos são ativados do interior.” (p. 410). As emoções frequentemente são ativadas por situações externas, e as reações emocionais são conduzidas a estas

situações, já os motivos, em grande diferença, na maioria das vezes são aguçados por eventos internos e assim, são espontaneamente norteados a determinados objetos do ambiente.

De acordo com Atkinson et al (2002) “o componente que reconhecemos com mais frequência é a experiência subjetiva da emoção – o estado afetivo ou os sentimentos associados à emoção.” (p. 411). Quando vivenciamos uma determinada situação que nos deixa estressado ou até mesmo irritado, podemos tremer ou até mesmo amplificar o tom de voz, ainda que essa não tenha sido a real intenção. Já quando estamos felizes é natural que nosso pensamento nos leve a pensar em fatos e coisas que associem a felicidade de fato, associando ao dia em que concretizou seu sonho e se formou, por exemplo.

Em situações de reações negativas as pessoas tendem a visualizar o mundo de forma negativa, pessimista e escura. E quando nos referimos às ações associadas à emoção estamos falando sobre o modo de agir associando-se a uma determinada ação vinda anteriormente, a ira nos conduz à agressão, por exemplo.

Para Feldman (2007), as emoções possuem três funções principais, a primeira é de preparar o indivíduo para a ação,

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br

como a fuga de um cachorro que estivesse atacando, por exemplo. A segunda função é de moldar o comportamento futuro, pois os sujeitos tendem a evitar situações que suscitaram emoções desagradáveis e perpetuar aquelas que foram positivas. A terceira é de auxiliar o homem a interagir com maior eficácia com outros por meio da decodificação do que expressamos.

Davidoff (2001) afirma que, do mesmo modo que as emoções possuem um valor de sobrevivência para o sujeito, assim também tem a compreensão das emoções de terceiros. Desta forma, se uma pessoa aparenta estar bem em determinada situação, o indivíduo também interpreta o mesmo como seguro e, assim, pode chegar a entrar em contato com o mesmo, caso contrário, se a pessoa aparenta não estar bem, o indivíduo pode evitar o envolvimento nessa situação.

De acordo com Imbeloni (1987) a imunidade consiste na habilidade de reconhecer e defender o corpo de material desconhecido (antígeno), e é composto de dois mecanismos obrigatórios: um sistema imunológico não-específico e o outro específico, sendo essas intimamente interrelacionadas. Martínez e Alvarez-mon (1999) afirmam que esse sistema é formado por uma complicada rede de células e moléculas espalhadas por todo o

organismo e que, frente ao antígeno, é produzido uma resposta que o destruirá ou o inativará. Representa, então, um sistema eficiente contra microrganismos que adentrem o organismo, ou contra a conversão maligna de células que atuará no desenvolvimento de infecções e tumores.

Martínez e Alvarez-mon (1999) afirmam que diferentes variáveis são capazes de alterar o comportamento desse sistema, tomando como exemplo a idade, anatômicos, nutricionais, fatores genéticos, microbiológicos, metabólicos, fisiológicos e ambientais. Indivíduos mais jovens e idosos são mais suscetíveis às infecções, visto que a eficácia imunológica encontra-se mais limitada. O ápice funcional da imunidade ocorre após o nascimento no decorrer de uma etapa mais ou menos longa de vida. O envelhecimento, todavia, ocasiona em alterações estruturais e funcionais em vários sistemas celulares, inclusive no imunológico.

Cruvinel et al. (2010) alegam que a função imunológica dividem-se em imunidade inata e imunidade adaptativa. A primeira desempenha uma resposta ágil e estereotipada a um número limitado e grande de estímulos e apresenta-se como barreiras físicas, químicas e biológicas e como células especializadas e moléculas

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, [joyce.gusmao@hotmail.com](mailto:joyce.gusmao@hotmail.com)

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, [jwanderleyvieira@gmail.com](mailto:jwanderleyvieira@gmail.com)

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, [mirnagabriellec@gmail.com](mailto:mirnagabriellec@gmail.com)

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, [yakiracosta@gmail.com](mailto:yakiracosta@gmail.com)

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, [rochajr65@yahoo.com.br](mailto:rochajr65@yahoo.com.br)

solúveis, existente em todos os sujeitos, independente de haver contato anterior com imunógenos ou agentes estressores. Esse tipo de imunidade não se modifica qualitativa ou quantitativamente depois do contato.

Já o segundo tipo de imunidade, a adaptativa, submete-se ao despertar de células especializadas, de moléculas solúveis produzidas por eles e dos linfócitos. Elas se caracterizam pela especificidade e diversidade de reconhecimento, especialização de respostas, memória, tolerância a componentes do próprio organismo e autolimitação. Mesmo que a célula protagonista desse processo seja o linfócito, células que apresentam antígenos executam papel de fundamental importância na sua ativação, por meio de antígenos ligados a moléculas do complexo de histocompatibilidade principal para os linfócitos.

Para Martínez e Alvarez-mon (1999), os fatores genéticos são fundamentais na eficiência da resposta imunológica e são relacionados em certos níveis de sensibilidade a certas infecções na população. Há também outros fatores metabólicos que auxiliam na depressão de certos sistemas hormonais e acarretam uma maior vulnerabilidade a infecções, como os

níveis baixos de secreção hormonal tireoidiana, pancreática e supra-renal.

Martínez e Alvarez-mon (1999) afirmam também que elementos nutricionais encontram-se vinculados com possíveis reduções na capacidade imunológica. As consequências danosas de déficits dietéticos específicos, de minerais, aminoácidos e vitaminas do complexo B estão associados ao crescimento da imunidade adquirida, tanto celular quanto humoral.

Segundo Monteiro (2000), o aperfeiçoamento da definição de psicossomática contribuiu para ultrapassar a concepção de doença psicossomática, cuja terminologia designava as doenças desencadeadas por conflitos psicológicos. Atualmente há uma perspectiva psicossomática em relação às doenças, uma abordagem holística que reconhece as condições psicossociais envolvidas na gênese, manutenção e evolução da mesma.

Filho (2009) com base em seus estudos, afirma que vários trabalhos comprovam que o processo imunológico é regulado pelo sistema nervoso central e endócrino e Stein (1969), citado por Filho (2009), que é principalmente no hipotálamo em que são mediadas as influências nervosas, ele também observou que “as ações hipotalâmicas alteram a

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br

reatividade do organismo à histamina e modificam as descargas simpáticas e parassimpáticas” (p. 74).

O autor considera que “o sistema imunológico é o grande elo que explica interações entre fenômenos psicossociais e importantíssimos terrenos da patologia humana” (p. 75), ele cita como exemplo as doenças de hipersensibilidade, autoimunes, infecciosas e neoplásicas.

Filho (2009) acrescenta que no ponto de vista clínico, a tuberculose foi uma das primeiras doenças em que houve o reconhecimento da influência psíquica em sua gênese e evolução. Observa-se uma maior ocorrência atualmente de estados infecciosos em pacientes que estão enfrentando dificuldades, em estados depressivos. O autor observa que no caso do herpes simples já é bem conhecido a interferência de tensões emocionais em seu desencadeamento. Filho relata que o herpes genital pode estar vinculado a conflitos ligados a relações extraconjugais por ocasionar o sentimento de culpa. Ele afirma “que os aspectos psicológicos da vida do paciente são de grande significação na evolução, exacerbações e destino final da moléstia” (p. 79).

Solomon (1970) apud Filho (2009) fala a respeito das doenças auto-imunes que para elas que sejam desencadeadas,

deve ocorrer a ação de fatores estressógenos ao indivíduo e a falha nos mecanismos psicológicos adaptativos nos indivíduos que possuam distúrbios imunológicos e a possibilidade de alterações prévias na personalidade.

Balint (1975) citado por Filho (2009) fala sobre doentes que ao não encontrarem uma solução para as suas problemáticas “somatizam” de variadas formas, o que ocasiona uma diversificação de passagens por especialidades médicas, em que o paciente desenvolve a doença de forma cada vez mais grave.

A colite ulcerativa, segundo Filho, (2009) é uma das mais estudadas no campo da psicossomática, algo em comum a outros autores que também desenvolvem esse estudo é o da gravidade presente na estrutura psíquica prévia dos pacientes portadores dessa doença. Ele afirma que pela gravidade da estrutura psicopatológica apresentada pelos pacientes ocasionada pela severidade que acompanha a doença, os pacientes “para não entrarem em contato com suas difíceis realidades existenciais, usam frequentemente mecanismos maníacos” (p. 82).

Segundo os estudos de Ballone (2007) é a partir do sistema límbico que ocorrem as interações entre os sistemas nervoso, endócrino e imune e que esses

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br



promovem a interação das percepções córtico-cerebrais com o hipotálamo. Essa interação se dá muitas vezes a partir do estresse, que seja ele de natureza física, psicológica ou social, promove uma reação fisiológica, que quando acontecem de forma intensa e com longa duração, causam desequilíbrio no organismo. Logo, o autor dá ênfase nos fatores emocionais relacionados a imunidade do ser humano.

Selye (1936) apud Ballone (2007) concluiu que o estresse como síndrome geral de adaptação, que ocorre em três fases sucessivas: alarme, resistência e esgotamento. Após a última fase, observou o surgimento de algumas doenças, como a hipertensão arterial, artrites e lesões miocárdicas. O pesquisador afirma que cada pessoa possui em particular uma sensibilidade afetiva e que é essa sensibilidade que determina reações específicas, como por exemplo, como cada pessoa reage e lida com os acontecimentos.

Foram entre os anos de 1970 e 1990 que os experimentos se tornaram expressivos segundo Ballone (2007), na busca de comprovar a relação entre o sistema nervoso central e o sistema imunológico. Foi constatado nesses estudos que lesões destrutivas no hipotálamo dorsal levavam à supressão da resposta de anticorpos, com isso, Moreira e

Melo Filho (1992) citado por Ballone (2007) sugeria que o hipotálamo seria uma espécie de base de integração entre os sistemas nervoso e imune na resposta ao estresse.

De acordo com os estudos, passaram a serem observadas as relações do estresse com o sistema imune, e uma alteração que se observa durante o estresse é o aumento dos níveis dos hormônios corticoesteróides (cortisona) que são secretados pelas supra-renais. Outros hormônios que afetam as reações imunes são as catecolaminas que são a adrenalina e a noradrenalina, em que o aumento desses hormônios inibe as respostas de anticorpos. Segundo Ballone (2007) as catecolaminas também podem ter sua liberação condicionada a fatores neuropsicológicos.

Com o que foi relatado acima, as células do sistema imune encontram-se sob uma complexa rede de influência dos sistemas nervoso e endócrino, segundo Ballone (2007), “seus mediadores (neurotransmissores e hormônios diversos) atuam sinergicamente com outros produtos linfocitários de macrófagos e moléculas de produtos inflamatórios na regulação de suas ações” (p. 204).

Após vários estudos e observações de experiência dessa natureza, o autor afirma que surgiu uma grande variedade de

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br



hipóteses sobre a influência das emoções na imunidade. Como por exemplo, na crença no remédio tão importante quanto o próprio remédio, justificando o efeito dos placebos e da medicina alternativa.

De acordo com o autor citado, outra reação do organismo que está relacionada ao sistema imune são as alergias, que tratam de uma reação anormal a um ou mais elementos aparentemente inócuos que, quando apreendidos pelo organismo, seja através do contato com a pele, ingeridos ou inalados, causam uma reação aversiva. Ballone (2007) postula que a alergia é uma intolerância a alguma circunstância. Existem inúmeras manifestações clínicas da alergia, desde um simples lacrimejamento ou coceiras, até doenças autoimunes graves, como o lúpus. Apesar do fenômeno alérgico, afetar qualquer órgão humano, e apesar de os fatores psicológicos estarem fortemente associados às alergias, o autor afirma que esses fenômenos não costumam ser estudados com o merecido entusiasmo e frequência.

Ainda segundo Ballone (2007), dentre as doenças alérgicas, a asma brônquica é uma das mais frequentemente relacionadas com a ansiedade e a depressão. O autor afirma que a relação psicossomática entre a asma e a ansiedade

se deve ao fato dos estados de mobilização emocional ou de estresse acentuarem significativamente os sintomas da asma. Isso significa dizer que a asma não é um transtorno de ansiedade, mas é desencadeada e agravada por ela.

Para o referido autor, o desenvolvimento da asma brônquica vem da necessidade da presença de fatores constitucionais, de ordem psicológica, no caso, a ansiedade, e biológica, a sensibilidade alérgica, juntamente com circunstâncias ocasionais. Estimulando assim, a possibilidade de hipersensibilidade de ser tanto física quanto afetiva. De acordo com Vamos (1999) citado por Ballone (2007), a ansiedade tem sido apontada como um fator muito presente entre os asmáticos, e os testes de avaliação (escalas) de ansiedade de fato demonstram níveis bem mais altos de ansiedade nos asmáticos.

Ballone (2007) afirma que as células do sistema imune podem, dependendo das circunstâncias, reagir contra proteínas do próprio organismo e assim provocar uma reação contra os próprios tecidos, assim, as doenças autoimunes são aquelas causadas por uma resposta inadequada do sistema imune, o qual reage contra órgão, tecidos ou células do próprio organismo, provocando a

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br

destruição dos mesmos. Raison (2001), citado por Ballone (2007), afirma que fatores mentais como o estresse, a ansiedade e a depressão foram reconhecidos como capazes de afetar o sistema imune. Com isso através dos seus estudos, Raison pode reconhecer as sólidas relações da imunidade com o estresse e a depressão.

O lúpus, segundo Ballone (2007), é uma doença autoimune crônica, que causa inflamações em várias partes do corpo, especialmente na pele, nas juntas, no sangue e nos rins. Pode ser encontrada tanto no sexo masculino, quanto no sexo feminino, porém costuma ocorrer com mais frequência nas mulheres e que possivelmente o fator hormonal seja o responsável pela maior incidência. As causas do lúpus não são totalmente conhecidas, mas sabe-se que os fatores ambientais e genéticos estão envolvidos.

De acordo com o autor, há uma visão clínica de que a depressão está presente nas pessoas com lúpus, porém, o que não se sabe ao certo é se a depressão ocorre devido ao estresse decorrente dos sacrifícios impostos pela doença, ou se é ela que agrava e desencadeia os sintomas e as crises agudas.

O presente projeto é resultado de um estudo em sala de aula que ocorreu durante

a disciplina de Psicossomática, desencadeando em uma apresentação acerca do tema estudado. Os resultados apresentados são referentes ao impacto causado pela exposição do vídeo na turma que o assistiu.

Após exibição do trabalho, através de relatórios, os alunos da turma expuseram suas impressões a respeito do conteúdo, manifestando se o mesmo foi esclarecedor e/ou contribuiu para a sua formação. Com isso, esses relatórios foram analisados e categorizados a fim de comprovar se o propósito da apresentação havia sido alcançado.

A proposta do vídeo era que o mesmo apresentasse o conteúdo de maneira criativa e científica, e que pudesse ser compreendido por profissionais da saúde, não somente de Psicologia, com um tempo máximo de 10 minutos.

Os relatos dos alunos constaram a importância de um material criativo, lúdico e áudio visual como uma ferramenta de aprendizagem e que apesar da complexidade do tema, o vídeo foi esclarecedor e compreensivo, enfatizando a importância de apresentar este trabalho para demais profissionais.

*“Pela expressão artística apresentaram conceitos, definições, relações e os pressupostos científicos da relação das*

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br

*emoções com a imunidade”.*

*“A equipe elaborou um vídeo bastante criativo e interativo, passou o conteúdo de forma bem compreensiva, avalio o conteúdo exposto como muito completo”.*

*“O assunto foi passado perfeitamente e de forma bastante inovadora, de modo que deixou mais dinâmico a forma de compreender a relação das emoções com o sistema imunológico”.*

A partir do relato dos alunos foi possível perceber que a finalidade do trabalho foi alcançada, destacando a importância do mesmo em seu processo de conhecimento.

#### **4. CONCLUSÃO**

Diante do que foi apresentado nesse trabalho, pode-se inferir que as emoções são essenciais para a adaptação e a sobrevivência do indivíduo ao meio e que, portanto, deve cumprir sua função de forma satisfatória. Desse modo, as tensões emocionais são importantes desencadeadores no processo de doença se não forem expressas corretamente.

A psicossomática compreende o homem numa visão biopsicossocioespiritoambiental, isto é, holisticamente, em que cada fator é determinante nas suas emoções e, conseqüentemente, no seu bem-estar. Na relação saúde e doença, a mente e o corpo

estão interligados de forma interdependentes. Por isso que conflitos de etiologia emocional provocam inúmeras reações ao indivíduo, sendo uma delas o aumento dos hormônios adrenalina e noradrenalina que afetam diretamente o sistema imunológico, levando ao surgimento de doenças e vice-versa.

Para tanto, é necessário que os indivíduos conheçam a etiologia da doença e como isso os afeta, a fim de compreender o seu processo de adoecer holisticamente, pois a percepção do mesmo sobre a doença e a saúde irá mostrar o seu possível significado para enfrentamento e cura. A partir da significação é possível o paciente tratar seus conflitos de ordem emocional, garantindo o seu bem-estar completo. A construção de novas pesquisas que se aprofundem em cada enfermidade específica é essencial no amadurecimento das ideias psicossomáticas.

Também é necessário que os profissionais de saúde compreendam essa visão afim de exercitarem na prática o modelo holístico, garantindo que os usuários sejam atendidos de acordo com toda a sua integralidade e individualidade, assegurando-os de que, efetivamente, se encontre uma cura ou solução para a sua enfermidade.

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br

## 5. REFERÊNCIAS:

ATKISON L. R. et. al. Emoção. In: **Introdução à Psicologia de Hilgard**. 13 ed. Porto Alegre: Artmed, 2002. pp. 410-439.

BALLONE, G. J; Imunidade e emoções. In: **Da emoção à lesão: um guia de medicina psicossomática**. 2ª ed. rev. e ampl. São Paulo: Manole, 2007. pp. 201-222.

BARROS, L. D. M. **Saúde Coletiva**. Aracaju: UNIT, 2015. p. 9-36.

BOCK, A. M. B; FURTADO, O; TEIXEIRA, M. L. T. Psicologia da vida afetiva. In: **Psicologias**. São Paulo: Saraiva, 2008. p. 162 – 175.

CRUVINEL, W. M. et al. Sistema imunitário: Parte I. Fundamentos da imunidade inata com ênfase nos mecanismos moleculares e celulares da resposta inflamatória. **Rev. bras. reumatol**, v. 50, n. 4, pp. 434-447, 2010.

DAVIDOFF, L. L. Emoção e ajustamento. In: **Introdução à psicologia**. 2001. p. 368 – 413.

FELDMAN, R. S. A compreensão das experiências emocionais. In: **Introdução à psicologia**. AMGH Editora, 2007. p. 314 – 323.

FILHO, J. M. A Psicoimunologia. In: **Concepção Psicossomática**. Visão Atual. 11 ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

IMBELONI, L. E. Anestesia e o sistema imunológico. **Rev. bras. anesthesiol**, v. 37, n. 2, pp. 119-26, 1987.

MARTÍNEZ, A. C.; ALVAREZ-MON, M. O sistema imunológico (I): conceitos gerais, adaptação ao exercício físico e implicações clínicas. **Revista Brasileira**

**de Medicina do Esporte**, v. 5, n. 3, pp. 120-125, 1999.

MONTEIRO, L. Consulta de Psicossomática em Reumatologia Uma Experiência de Ligação no Instituto Português de Reumatologia. **Revista Portuguesa de Psicossomática**, v. 2, n. 1, p. 41-48, 2000.

SPERLING, A; MARTIN, K. Percepção e sentimentos, atitudes e motivos pessoais. In: **Introdução à Psicologia**. São Paulo: Pioneira T Homson Learning, 2003. pp. 35-46.

---

<sup>1</sup>Centro Universitário Tiradentes, joyce.gusmao@hotmail.com

<sup>2</sup>Centro Universitário Tiradentes, jwanderleyvieira@gmail.com

<sup>3</sup>Centro Universitário Tiradentes, mirnagabriellec@gmail.com

<sup>4</sup>Centro Universitário Tiradentes, yakiracosta@gmail.com

<sup>5</sup>Centro Universitário Tiradentes, rochajr65@yahoo.com.br