

RELATO DE CASO CLÍNICO: Quando o Cuidado com o Outro Ultrapassa o Cuidado Consigo Mesmo

Ana Laura Pinho de Oliveira¹
Lana Vitória Gonçalves dos Santos²
Analucy Aury Vieira³

RESUMO

O presente relato é sobre o caso clínico desenvolvido na Casa de Eurípedes, envolvendo a paciente A.F., de 53 anos, diagnosticada previamente com Transtorno Bipolar, Episódios Depressivos e Transtornos de Pânico. Ao longo da avaliação, identificou-se que a paciente apresentava um histórico significativo de sobrecarga laboral e familiar, mantendo um padrão de funcionamento baseado na negação do próprio sofrimento e na crença disfuncional de que deveria “dar conta de tudo sozinha”. Essa postura reforçava o isolamento emocional e dificultava o reconhecimento da necessidade de apoio, contribuindo para a manutenção do quadro sintomático. O principal objetivo do trabalho foi compreender as crenças centrais e os pensamentos automáticos disfuncionais que sustentavam o sofrimento emocional da paciente, bem como sua resistência em aceitar ajuda. A intervenção fundamentou-se nos princípios da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), sendo utilizadas entrevistas clínicas, observação e técnicas de roleplay como instrumentos de avaliação e intervenção. Durante a aplicação do roleplay, a paciente foi convidada a vivenciar uma situação em que precisava solicitar ajuda a um familiar, o que favoreceu a emergência de emoções e reflexões importantes sobre seus padrões de comportamento. Essa experiência promoveu uma ampliação de consciência sobre a importância de reconhecer limites pessoais, validar suas próprias necessidades e permitir-se receber cuidado. Conclui-se que o caso reforça a relevância do acolhimento empático, da escuta sensível e da atuação interdisciplinar como elementos fundamentais na reestruturação cognitiva, na redução da autocrítica e no fortalecimento do autocuidado.

Palavras- chave: Terapia Cognitivo-Comportamental; Avaliação Psicológica; Transtorno Bipolar; Autocuidado.

¹ Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

² Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

³ Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.