

## **TRANSTORNO DO ESTRESSE PÓS-TRAUMÁTICO: COMPREENSÃO, IMPACTOS E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO EM PERSPECTIVA ACADÊMICA E COMUNITÁRIA.**

FELIPE VIEIRA BARBOSA<sup>1</sup>; MARINA SIAS LEAL<sup>2</sup>; ROSANE PINHEIRO KRÜGER FEIJÓ<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Católica de Pelotas – [felipe.barbosa@sou.ucpel.edu.br](mailto:felipe.barbosa@sou.ucpel.edu.br)

<sup>2</sup>Universidade Católica de Pelotas – [marina.leal@sou.ucpel.edu.br](mailto:marina.leal@sou.ucpel.edu.br)

<sup>3</sup>Universidade Católica de Pelotas – [rosane.feijo@ucpel.edu.br](mailto:rosane.feijo@ucpel.edu.br)

### **1. INTRODUÇÃO**

O Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) é uma condição psicológica relacionada à exposição a eventos traumáticos que provoca alterações cognitivas, emocionais e comportamentais persistentes, comprometendo a qualidade de vida dos indivíduos. O trauma já era estudado desde os tempos da Grécia Antiga e, ao longo dos séculos, diversas explicações e epistemologias foram sugeridas. O conceito atual, atrelado principalmente ao emocional e a memória só passou a ser considerado por pensadores do século XX. Reconhecido oficialmente no DSM-III em 1980 e atualizado em edições subsequentes, o TEPT é atualmente classificado entre os transtornos relacionados a trauma e estressores (APA, 2022). Ao longo dos anos, passou por revisões significativas em seus critérios diagnósticos, refletindo avanços na compreensão da doença e suas manifestações clínicas. Estudos apontam prevalências mais elevadas em mulheres, em sobreviventes de violência sexual, de guerra e em profissionais de resgate (SBARDELLOTO; SCHAEFER; JUSTO; KRISTENSEN, 2011). Pesquisas em neuropsicologia destacam que o TEPT não apenas altera respostas emocionais, mas também interfere nos processos de consolidação da memória, potencializando a lembrança intrusiva de eventos traumáticos e comprometendo funções cognitivas como atenção e memória de trabalho. Essas alterações neurobiológicas têm implicações diretas na reabilitação e no desenvolvimento de intervenções terapêuticas mais eficazes (SBARDELLOTO; SCHAEFER; JUSTO; KRISTENSEN, 2011). A discussão sobre o tema é fundamental não apenas para a prática clínica, mas também para o desenvolvimento de políticas públicas e estratégias de cuidado em saúde mental. Este trabalho teve como objetivo investigar o TEPT a partir de revisão bibliográfica e cultural, explorar a evolução dos critérios diagnósticos ao longo das edições do DSM, analisar sua prevalência em diferentes contextos e discutir as implicações dessas mudanças para a prática clínica e para políticas de saúde mental, unindo fundamentos teóricos, produções artísticas e práticas extensionistas, visando disseminar conhecimento sobre o transtorno dentro e fora da universidade.

### **2. METODOLOGIA**

O estudo foi desenvolvido no âmbito da Liga Acadêmica de Psicologia e Saúde (LAPS) da Universidade Católica de Pelotas. Utilizou-se como base teórica o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5-TR), artigos científicos

nacionais e internacionais, materiais audiovisuais (filmes e vídeos online) e o livro “O corpo guarda as marcas (VAN DER KOLK, 2021)”. O processo envolveu: (1) estudo prévio dos referenciais; (2) realização de um seminário oral expositivo para os integrantes da liga; (3) discussão dialógica entre os participantes; e (4) ação extensionista com a produção e distribuição de pôsteres informativos junto à comunidade do bairro Laranjal, na Unidade Básica de Saúde local.

### **3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS**

A atividade permitiu a compreensão aprofundada dos critérios diagnósticos, sintomas, prevalência e intervenções terapêuticas para o TEPT. O uso de obras cinematográficas possibilitou exemplificar de maneira acessível os impactos do trauma na vida cotidiana, enquanto a discussão coletiva gerou reflexões críticas entre os participantes da liga. A ação comunitária no bairro Laranjal demonstrou impacto social ao aproximar o conhecimento acadêmico da população, promovendo conscientização sobre saúde mental, acolhimento e possibilidades de cuidado. Para os estudantes envolvidos, a experiência contribuiu significativamente para a formação acadêmica, fortalecendo habilidades de pesquisa, exposição oral, trabalho em equipe e desmistificando conceitos anteriormente estabelecidos sobre o transtorno.

### **4. CONSIDERAÇÕES**

O TEPT é um transtorno profundamente marcado na psiquê daqueles que o vivenciam. O número de tragédias de escala global que ocorrem frequentemente, aumenta o risco do desenvolvimento da doença tanto para quem é atingido por elas, como para os profissionais de emergência que atuam nos locais afetados. O trabalho atingiu seu objetivo de articular teoria, prática e extensão universitária no estudo do TEPT. A experiência mostrou-se relevante tanto para a formação dos acadêmicos quanto para a comunidade, destacando a importância da disseminação de informações qualificadas sobre saúde mental em espaços urbanos e com linguagem acessível. Evidencia-se, portanto, que iniciativas interdisciplinares e extensionistas favorecem a construção de pontes entre a universidade e a sociedade, além de ampliar a compreensão coletiva acerca do impacto dos traumas, suas manifestações e as estratégias de enfrentamento disponíveis.

### **5. REFERÊNCIAS**

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-5-TR: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2022.

SBARDELLOTO, Gabriela; SCHAEFER, Luiziana Souto; JUSTO, Alice Reuwsaat; KRISTENSEN, Christian Haag. Transtorno de estresse pós-traumático: evolução dos critérios diagnósticos e prevalência. *Psico-USF*, Itatiba, v. 16, n. 1, p. 67–73, jan./abr. 2011.

VAN DER KOLK, Bessel. O corpo guarda as marcas: cérebro, mente e corpo na cura do trauma. 2. ed. São Paulo: Arqueiro, 2021.

LOPES, Hávila Leão et al. Como o trauma contribui para o desenvolvimento do transtorno de estresse pós-traumático. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n. 11, 2024.

**Gomes, R. M.** *Mulheres vítimas de violência doméstica e transtorno de estresse pós-traumático: um enfoque cognitivo comportamental*. *Revista de Psicologia da IMED*, v. 4, n. 2, p. 672–680, 2012.

NERIA, Y.; DIGRANDE, L.; ADAMS, B. G. Posttraumatic stress disorder following the September 11, 2001, terrorist attacks: A review of the literature among highly exposed populations. *American Psychologist*, Washington, v.66, n.6, p.429-446, 2011.

MESHULAM-WEREBE, D.; ANDRADE, M. G. O.; DELOUYA, D. Transtorno de estresse pós-traumático: o enfoque psicanalítico. *Brazilian Journal of Psychiatry*, São Paulo, v.25, supl.1, p.46-50, 2003.

REDE D'OR SÃO LUIZ. Tratamento do Estresse Pós-Traumático (TEPT): o que é, sintomas, tratamentos e causas. *Rede D'Or*, São Paulo, [s.d.]. Acessado em 15 ago. 2025. Online. Disponível em: <https://www.rededorsaoluiz.com.br/doencas/tratamento-do-estresse-pos-traumatico>