

SOMATIZAÇÃO E AS DORES QUE REFLETEM NO CORPO

 <https://doi.org/10.56238/arev6n3-121>

Data de submissão: 12/10/2024

Data de publicação: 12/11/2024

Adriana Martins Gonçalves

Graduando do curso de Licenciatura em Ciências da Natureza na UNIPAMPA – Campus Dom Pedrito

Tiago Souza Brandão

Graduando do curso de Licenciatura em Ciências da Natureza na UNIPAMPA – Campus Dom Pedrito

Luciane Ritta Marques

Graduando do curso de Licenciatura em Ciências da Natureza na UNIPAMPA – Campus Dom Pedrito

Tamara Rayelle Feitosa Almeida

Graduando do curso de Licenciatura em Ciências da Natureza na UNIPAMPA – Campus Dom Pedrito

Algacir Rigon

Professor do curso de Licenciatura em Ciências da Natureza na UNIPAMPA – Campus Dom Pedrito

Nádia Fátima dos Santos Bucco

Professora do curso de Licenciatura em Ciências da Natureza na UNIPAMPA – Campus Dom Pedrito

Alexandre Antunes Brum

Professor do curso de Licenciatura em Ciências da Natureza na UNIPAMPA – Campus Dom Pedrito

Aline Neutzling Brum

Professora do curso de Licenciatura em Ciências da Natureza na UNIPAMPA – Campus Dom Pedrito

E-mail: alinebrum@unipampa.edu.br

RESUMO

A somatização e as dores que refletem no corpo são emoções não resolvidas. Dessa forma, é importante fazer atividades de acompanhamento a esse indivíduo portador de doença psicossomática. Este trabalho realizou a leitura de artigos para coleta de dados dos quais identificassem as origens e causas do tema proposto, possibilitando uma visão abrangente, buscando o entendimento das dores físicas provenientes de emoções atingindo indivíduos de diferentes idades, impossibilitando por vezes o desempenho de tarefas diárias, afetando sua qualidade de vida. A pesquisa concluiu que o aprofundamento deste tema é de suma importância, uma vez que busca ajudar a esclarecer dúvidas referentes à doença e tratamento. Sendo de extrema importância apresentar possibilidades para aqueles que até então não tinham o conhecimento sobre este tema ou que acreditam ser desnecessário falar ou procurar apoio.

Palavras-chave: Emoções. Doenças. Saúde.

1 INTRODUÇÃO

Somatização é o tipo de doença causada pela desordem dos sentimentos causando desequilíbrio físico onde ocorre o aparecimento das doenças, já sinalizadas através das diversas dores recorrentes. As doenças psicossomáticas são aquelas que fazem a interligação entre sintomas físicos e emocionais em diversas patologias (Mônica, 2019).

Entende-se por patologias alterações no sistema morfológico e fisiológico do corpo humano ou de outros animais. Quando o corpo não consegue se restabelecer, pode-se afirmar que existe uma doença. Entende-se por saúde o equilíbrio existente entre corpo e mente (IPTSP, 2023).

As emoções se alternam sendo necessário atenção em determinados comportamentos. Do ponto de vista fisiológico, as emoções são expressas de forma rápida como por meio de expressão facial, voz ou tônus muscular (Vaz Serra, 1999 *apud* Martins e Melo, 2008).

Acredita-se que os transtornos psicossomáticos como dores musculares, arritmias cardíacas, alguns tipos de hipertensão arterial, doenças digestivas, entre outras, são respostas fisiológicas dos órgãos ou sistema que sofre a lesão ou disfunção (cardiovascular, respiratório, urinário e outros). É imprescindível compreender que os órgãos afetados trabalham em excesso por muito tempo, indo da emoção à lesão (Silva, 2000 *apud* Martins e Melo, 2008).

Atualmente, falar sobre bem estar físico e mental parece difícil já que a correria do dia a dia faz com que não o tempo para o tão importante lazer. Hoje, cada vez mais sente-se a necessidade da realização de mais tarefas, sobrecarregando os dias e dando a sensação de que não há tempo suficiente para tudo que é necessário. Tal atitude, causa o esgotamento mental que leva ao adoecimento. Por vezes não se percebe o adoecimento, embora o corpo já esteja apresentando sinais. Na maioria das vezes, os sinais do corpo fadigado são ignorados, diversos motivos justificam este ato, mas nenhum desses motivos serão suficientes ou mais importante do que a própria saúde. O indivíduo deve olhar com respeito e carinho para si, da mesma forma que conhecimento do corpo e de seus sinais possibilita as intervenções necessárias de tratamento. Saúde não se reduz à ausência de doença, sabe-se que saúde é um estado completo de bem estar físico e mental, conforme explicito pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

A partir da leitura de alguns artigos citados neste trabalho, foi possível constatar que não existe uma população específica acometida por doenças psicossomáticas. Essas doenças pertencem à sociedade de forma geral sem distinção de sexo, cor, idade ou padrões sociais. Grande parte da sociedade está afetada por uma doença ainda não conhecida com a devida clareza, assim as doenças psicossomáticas passam a desenvolver quadros crônicos e agudos muitas vezes pela falta de conhecimento.

É importante salientar que pessoas com familiares portadores de doenças psicossomáticas terão maior probabilidade de desenvolver a doença. A partir desta informação, as pessoas que se encaixam nesse contexto deveriam realizar um acompanhamento médico mais específico, para que aos primeiros indícios de doenças psicossomáticas possam receber o acompanhamento necessário para desenvolver o melhor tratamento. O tratamento das doenças psicossomáticas proporciona alívio aos sintomas físicos, gera maior bem estar e qualidade de vida ao ser humano que é vítima desta patologia.

O excesso de dores e mal estar, os quais por vezes impossibilitam a execução de atividades simples diárias, e o convívio com o sofrimento não configura uma condição saudável. Sendo assim, deve-se cada vez mais buscar por informações das quais possibilitem compreender a relação entre corpo e mente e o caminho adequado para realização de um tratamento adequado.

Segundo a OMS (2019), o percentual é de 86% de brasileiros com transtornos mentais. Os transtornos mentais mais comuns são depressão e ansiedade. Apesar de serem problemas de saúde mental altamente divulgados, muitas pessoas ainda não entendem completamente os sintomas e as manifestações que caracterizam cada um deles.

De acordo com o Ministério da Saúde (2020), a depressão é caracterizada por sintomas como: tristeza profunda, falta de ânimo, pessimismo e baixa autoestima. De uma maneira geral, a depressão pode ser definida como um processo que se caracteriza por lentificação dos processos psíquicos, humor depressivo e/ou irritável (associado à ansiedade e à angústia), redução de energia (desânimo, cansaço fácil), incapacidade parcial ou total de sentir alegria e/ou prazer (anedonia), desinteresse, lentificação, apatia ou agitação psicomotora, dificuldade de concentração e pensamentos de cunho negativo, com perda da capacidade de planejar o futuro e alteração do juízo de realidade (Canale; Furlan, 2006, Prado, 2020).

Já o transtorno de ansiedade é caracterizado por preocupações ou medos exagerados, o que impede a pessoa de relaxar, provocando sensação constante de que algo ruim vai acontecer. O problema traz muitas manifestações físicas, incluindo sudorese, palpitação, insônia, tremores, boca seca, dor de cabeça e tontura (Mônica, 2019).

As doenças psicossomáticas são o acúmulo das dores emocionais não trabalhadas que refletem no corpo, desencadeando vários desconfortos diários, agravando-se com o tempo pela falta de tratamento. O tratamento para as doenças psicossomáticas pode envolver intervenções terapêuticas que buscam ajudar a pessoa a lidar com as emoções e os pensamentos que possam estar afetando a saúde física, promovendo um equilíbrio entre o corpo e mente. Em algumas situações a intervenção realizada com medicamentos torna-se necessária, cada caso deve ser avaliado e atendido da melhor forma (Martins, 2008).

Desta forma, este trabalho apresenta como finalidade a evidência e importância de ações sociais que proporcionem atividades de acolhimento e acompanhamento aos portadores de doenças psicossomáticas.

2 METODOLOGIA

A pesquisa de abordagem qualitativa, com caráter exploratório e documental, será realizada através de uma investigação bibliográfica. O método de pesquisa bibliográfica escolhido refere-se a uma revisão de literatura. Revisão de literatura é de maneira geral a revisão de pesquisas, das discussões e do material bibliográfico produzido por outros autores sobre o tema da investigação (Gonçalves, 2019).

A revisão de literatura utilizada neste trabalho refere-se ao tipo narrativa, que busca descrever e discutir o estado da arte de um determinado tema proposto em publicações, artigos e demais materiais bibliográficos, essa ação possibilita então uma visão ampliada sobre o assunto (Rotter, 2007). A escolha pelo método acontece tendo em vista a abrangência do tema e a dificuldade de formular uma questão de pesquisa.

A busca pela literatura foi realizada no período de 01/02/2024 a 30/04/2024. As palavras chaves utilizadas na busca foram: saúde; doenças; somatização e tratamentos. Para obtenção do referencial bibliográfico, serão consultadas as plataformas Google Acadêmico, Pergamum e Scielo.

Os critérios de inclusão selecionaram artigos escritos em português, sem marco temporal e que contemplem o interesse da busca, relacionados diretamente com o objetivo da pesquisa. Após leitura dos títulos e dos resumos dos artigos, foram selecionados todos os artigos que atenderem aos critérios de inclusão. Os critérios de exclusão referem-se a todas as situações em que os critérios de inclusão não foram completamente atendidos. A leitura dos títulos e resumos dos artigos e o processo de seleção dos mesmos foram realizados concomitantemente por dois pesquisadores.

3 RESULTADOS

Existe uma considerada dificuldade em falar sobre os sentimentos, já que até bem pouco tempo nossos sentimentos e emoções eram vistos como algo a ser reprimido. Sabemos hoje que nossas emoções são muito importantes e precisam estar em harmonia para que nosso corpo também tenha um bom desempenho biológico, por isso a necessidade de entendermos os sinais que nosso corpo dá mediante aos acontecimentos de sua vida. A medicina foca em tratar as doenças orgânicas e esquece que as doenças emocionais também causam sofrimento e não só isso, agrava quadros de doenças já

existentes, é preciso investigar não só através de exames clínicos, mas também naquela conversa informal realizada antes dos pedidos de exames, essa atitude fará a diferença (Martins; Melo, 2008).

Segundo Martins e Melo (2008), as emoções são reações psicofisiológicas de caráter universal e consistem em respostas adaptativas. Contudo, caso exista algum desajuste prolongado na frequência, intensidade ou adequação ao contexto, as emoções podem tornar-se patológicas, o que terá impacto no indivíduo (Rodríguez *et al.*, 2009). As emoções negativas levam a uma elevada ativação fisiológica e, segundo um estudo de revisão de Rodríguez *et al.*, (2009), existem dados suficientes para afirmar que tem um efeito negativo na saúde, por exemplo, em períodos de grande stress, quando as pessoas desenvolvem muitas reações emocionais negativas é mais provável que surjam certas doenças relacionadas com o sistema imunológico como, por exemplo, a gripe, herpes, diarreias, ou outras infecções ocasionadas por vírus oportunistas. Em contrapartida, o bom humor, o riso, a felicidade, ajudam a manter e/ou recuperar a saúde (Averill, 1996).

Existem estudos que comprovam que são inúmeras as doenças que afligem o indivíduo desencadeadas ou não pelo seu emocional, onde pessoas mais fechadas, mais tensas e chegadas ao isolamento, tendem mais a desenvolverem quadros de tristezas, depressões e pessimismos. Vejamos: quando ficamos com raiva, nosso organismo fica pronto ou para “fugir” ou para “lutar”, quando temos raiva, contraímos; nossos músculos ficam tensos, enquanto quando sentimos alegria, tranquilidade, ocorre um abrandar dessas energias (Averill, 1996).

Os corpos humanos “sabem” o que as emoções lhes pedem e respondem com “obediência”, dando como resposta, quem sabe, uma dor de cabeça, uma doença do coração (Soares, 2006).

Existem alguns questionamentos sobre o surgimento de um câncer estar ou não relacionado a questões afetivas emocionais. Sabemos que os sentimentos, afetos e emoções tem sim ligação com as células do nosso corpo, por isso a necessidade de equilíbrio emocional sendo de extrema relevância.

Estudos comprovam que células defeituosas sofrem um controle contínuo por nosso Sistema de Defesa Imunológico, que tem como finalidade impedir uma produção desordenada de células anormais. Todos os componentes do nosso Sistema de Defesa Imunológico, ao que parece, estão ligados às emoções e sentimentos.

Um câncer não acontece de um dia para o outro, muitas vezes seu desenvolvimento e evolução tiveram início há vários meses ou até mesmo anos. A falta de carinho, afetos ou quem sabe a raiva incubada ao longo de uma vida ocasionam a proliferação desordenada das células, uma vez que o sistema imunológico não manda mensagem correta as células, o organismo também se desestabiliza provocando desequilíbrio na saúde (Soares, 2006).

Em se tratando de coração, a questão parece mais clara. Não há quem deixe de perceber que seu coração acelera diante de determinadas situações emocionais, bem como de atribuir alguma representação simbólica a ele, investindo-o, pois, de um significado subjetivo. Não obstante, os caminhos e a maneira através dos quais as emoções repercutem no coração. Situações de ansiedade estimulam através do hipotálamo a liberação de catecolaminas e corticosteróides, seja por ação direta do sistema simpático, seja por ação indireta sobre as supra-renais. Algumas dessas substâncias repercutem sobre o aparelho cardiovascular e podem provocar elevação de frequência cardíaca, da pressão arterial, vasoconstrição periférica e outras reações. (Soares, 2006).

A pele é um órgão particularmente fascinante, e as doenças de pele podem se enquadrar entre as biopatias do sistema nervoso, pois o sistema nervoso origina-se no ectoderma do embrião. Ela é ao mesmo tempo intimamente privada e notavelmente pública, é a interface final entre o eu e o outro – o nosso mundo interior e o mundo externo. Acaba sendo o portal através do qual sentimos o mundo e pelas quais nossas primeiras sensações aconteceram – o toque– ao nascermos (Soares, 2006). Os estudiosos tendem a afirmar que alguns problemas são causados por estresse, conflitos de sentimentos e impulsos hostis– agressivos. Como as miopatias primárias e que tendem a ter forte componente emocional, essas são: eczema, psoríase, dermatite, alopecia entre outros.

Existem dois tipos principais de tratamentos para os transtornos que envolvem as doenças psicossomáticas, os psicoterapêuticos, que são tratamentos não medicamentosos feitos por psicólogos e psiquiatras que incluem terapias individuais ou em grupos e psicoterapias, e os somáticos, que são os medicamentosos, Geralmente, usam-se os tratamentos psicoterapêuticos e somáticos juntos para ter um melhor controle do transtorno. No entanto, pode-se utilizar um único tipo, dependendo do tipo de transtorno (Sadock; Sadock; Sussman, 2014 *apud* Santos, 2019).

A psicoterapia é a terapia desenvolvida através do diálogo entre terapeuta e paciente, onde se tenta encontrar a origem do problema e ajudar a corrigir a forma de pensar do paciente, o tratamento pode ser individual, com casais ou em grupos com o mesmo problema, (Rosenthal, 2008).

Os tratamentos somáticos são aqueles que utilizam elementos que estimulam o cérebro, como medicamentos psicotrópicos, (Dalgalarondo, 2018 *apud* Santos, 2019). O tratamento medicamentoso é o mais usado para tratar os transtornos mentais e muitas vezes pode ser utilizado no tratamento das doenças psicossomáticas, na maioria das vezes é utilizado com algum tipo de psicoterapia, para a obtenção de melhores resultados. Com o avanço da tecnologia e a descoberta de novos fármacos, os medicamentos psicoativos, tem se mostrado cada vez mais eficaz e seguros para diferentes tipos de transtornos. Entretanto, muitos deles causam dependência e muitos efeitos adversos, o que dificulta a adesão ao tratamento (Videbeck, 2016 *apud* Santos, 2019).

Os grupos de sala de espera fazem adequação ao que é preconizado em termos de intervenções psicológicas grupais no apoio ao paciente somático, portador de doença crônica ou psicossomático. Os grupos de espera oferecem apoio emocional e esclarecem algumas questões médicas e outras diversas vivenciadas pelos pacientes. São espaços de conversação, reflexão e troca de experiências entre os pacientes (Moreira Júnior, 2001 *apud* Veríssimo e Vale, 2005) e destaca-se o ato de “conversar junto” enquanto processo potencialmente fértil para construções sobre os temas em saúde. Trata-se de favorecer o encontro entre pessoas vivenciando conflitos e ansiedades semelhantes mediado por profissionais da área da saúde, para, assim, puderem pensar formas de se viver melhor uma determinada situação (Domingues, 1992 *apud* Veríssimo e Vale, 2005).

Outro tratamento utilizado para doenças psicossomáticas é a massoterapia que pode também acrescentar em uma melhor qualidade de vida e auxílio às terapias corporais, se ambas trabalharem juntas, (psicoterapeuta e massoterapeuta). Através da troca dos diagnósticos, ambos podem trabalhar na flexibilização das coraças, psíquica e muscular, não exatamente quebrando-as, mas sim dando flexibilidade as mesmas, contribuindo com um trabalho de dentro para fora e de fora para dentro. Estas terapias, que são complementares, visam mostrar ao sujeito que ele pode voltar a ter prazer na vida e ser alguém mais saudável em nível físico e mental e mais consciente na sua vida (Seubert; Veronese, 2008).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa permitiu melhorar a compreensão sobre as dores psicossomáticas expondo com clareza as possíveis causas e reconhecendo a doença psicossomática como um mal que aflige a maior parte da população através do emocional, refletindo no físico.

Destacou também que as informações sobre diagnóstico e tratamento fiquem claras de modo que as pessoas que se encontram sofrendo com a doença psicossomática busquem formas de tratamento adequado para uma melhor qualidade de vida, buscando sempre o equilíbrio entre mente e corpo, pois sabemos que o funcionamento adequado do nosso corpo depende do equilíbrio de nossas emoções.

REFERÊNCIAS

- AVERILL, J.R. Intellectual Emotions – in *The Emotions – Social, Cultural and Biological Dimensions*, R. Harré e W. G. Parrot (ed.) – London, Thousand Oaks, New Delhi: Sage Publications. 1996 in Martins Melo 2008.
- BALTRUSCH, H.J.; STANGEL, W, Titze I Stress, cancer and immunity. New developments in biopsychosocial and psychoneuroimmunology research. *Acta Neurol – Napoli* - Aug, 1996. 13:4, 315-27.
- CANALE, Aláise; FURLAN, Maria Montserrat Diaz Pedrosa. Depressão. *Arquivos do MUDI*, v. 10, n. 2, p. 23-31, 2006.
- DALGALARRONDO, Paulo. *Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais*. 3. ed. Brasil: Artmed, 2018. 520 p. In SANTOS, Rejane Alexandre dos. *A atenção farmacêutica no tratamento das doenças mentais*. 2019. 35f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Faculdade Anhanguera de Guarulhos, Guarulhos, 2019. Disponível em: <https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE_SANTOS_ATIVIDADE_2_3.pdf> Acesso em: 15 nov. 2023.
- DOMINGUES, J. M. Aspectos da intervenção de terapia ocupacional no ambulatório de ginecologia de adolescentes. *Revista de Terapia Ocupacional USP*, v. 3, n. 1/2, p. 65-71, 1992. In VERÍSSIMO, Danilo Saretta; VALLE, Elizabeth Ranier Martins do. Grupos de sala de espera en el apoyo al paciente somático *Waiting room groups to support somatic patients*. *Rev. SPAGESP*. v.6 n.2 Ribeirão Preto dez. 2005. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702005000200004>. Acesso em: 20 nov. 2023.
- GONÇALVES, Gesianni *et al.* O corpo como superfície de inscrição do sintoma e do acontecimento de corpo. 2019.
- GONÇALVES, J. R. Como Escrever um Artigo de Revisão de Literatura. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*. Brasil, São Paulo, v. 2, n. 5, p. 29–55, 2019. DOI: 10.5281/zenodo.4319105. Disponível em: <<https://www.revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/122>>. Acesso em: 29 nov. 2023.
- IPTSP. Instituto de Patologia Tropical e Saúde Pública. O que é patologia. 2023. Disponível em: <<https://patologia.iptsp.ufg.br/n/4886-o-que-e-patologia#:~:text=A%20Patologia%20%C3%A9%20o%20ramo,%22logia%22%20%3D%20estudo>>. Acesso em: 20 nov. 2023
- LIMA, T. C. S., MIOTO, R. C. T. Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: a pesquisa bibliográfica [Versão Eletrônica]. *Katálysis*, 10, 2007. 37-45.
- MARTINS, Maria da Conceição; MELO, Jorge Manuel Melo. Emoção: emoções que implicações para a saúde e qualidade de vida? *Millenium*. 2008, 125-148.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. SAUDE DE A A Z. Depressão. 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>>. Acesso em: 20 nov. 2023.

MÔNICA, H. S. Entenda o que são doenças psicossomáticas: qual a origem, sintomas e tratamentos [Internet]. Hospital Santa Mônica, 2019.

MOREIRA JUNIOR, C. S. Grupo de sala de espera em ambulatório de geriatria: a produção de sentidos sobre o envelhecimento humano. Dissertação (Mestrado em Filosofia), Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2001. In VERÍSSIMO, Danilo Saretta; VALLE, Elizabeth Ranier Martins do. Grupos de sala de espera en el apoyo al paciente somático Waiting room groups to support somatic patients. Rev. SPAGESP. v.6 n.2 Ribeirão Preto dez. 2005. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702005000200004>. Acesso em: 20 nov. 2023.

OMS. Organização Mundial da Saúde. Glossário de Promoção a Saúde. Genebra: OMS, 1998.

OMS. Organização Mundial da Saúde. Revisão Mundial sobre Saúde Mental. Genebra: OMS, 2019.

PRADO, Amanda Dornelas *et al.* A saúde mental dos profissionais de saúde frente à pandemia do COVID-19: uma revisão integrativa. Revista Eletrônica Acervo Saúde, n. 46, p. e4128-e4128, 2020.

RODRÍGUEZ, J. A. P. *et al.* O. Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. Suma psicológica, 16(2), 85–112. 2009. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1342/134213131007>>. Acesso em: 20 nov. 2023

ROSENTHAL, R. J. Psicoterapia psicodinâmica e o tratamento do jogo patológico. Brazilian Journal of Psychiatry, v. 30, p. S41–S50, maio 2008. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbp/a/bTCWS7cTtQ945BQpPmLrtJL/?lang=pt&stop=next&format=html#>>. Acesso em: 20 nov. 2023.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática X revisão narrativa. Acta Paulista de Enfermagem, v.20, n. 31, 2007.

SADOCK, Benjamin; SADOCK, Virginia; SUSSMAN, Norman. Manual De Farmacologia Psiquiátrica De Kaplan & Sadock. 6. ed. Brasil: Artmed, 2014. 344 p in SANTOS, Rejane Alexandre dos. A atenção farmacêutica no tratamento das doenças mentais. 2019. 35f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Faculdade Anhanguera de Guarulhos, Guarulhos, 2019. Disponível em: <https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE_SANTOS_ATIVIDADE_2_3.pdf>. Acesso em: 15 nov. 2023.

SALVADOR, A. D. Métodos e técnicas de pesquisa bibliográfica. Porto Alegre: Sulina. 1978.

SEUBERT, Fabiano; VERONESE, Liane. A massagem terapêutica auxiliando na prevenção e tratamento das doenças físicas e psicológicas. In: Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil/Latino-América, XIII, VIII, II. 2008.

SILVA, Marco A. D. Quem Ama Não Adoece – O papel das emoções na prevenção e cura das doenças. Lisboa: Editora pergaminho. 2000. In Martins e Melo 2008.

SOARES, Luise de Souza Cozzolino. Doenças Psicossomáticas, uma linguagem corporal. IGT na Rede ISSN 1807-2526, v. 3, n. 4, 2006.

VAZ SERRA, Adriano. O stress na vida de todos os dias. Coimbra: Gráfica de Coimbra Lda. 1999. In Martins e Melo 2008.

VERÍSSIMO, Danilo Saretta; VALLE, Elizabeth Ranier Martins do. Grupos de sala de espera en el apoyo al paciente somático / Waiting room groups to support somatic patients. Rev. SPAGESP. v.6 n.2 Ribeirão Preto dez. 2005. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702005000200004>. Acesso em: 20 nov. 2023.

VIDEBECK, Sheila L. Enfermagem em Saúde Mental e Psiquiatria. 5. ed. Brasil: Artmed, 2016. 531 p. in SANTOS, Rejane Alexandre dos. A atenção farmacêutica no tratamento das doenças mentais. 2019. 35f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Faculdade Anhanguera de Guarulhos, Guarulhos, 2019. Disponível em: <https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/27629/1/REJANE_SANTOS_ATIVIDADE_2_3.pdf>. Acesso em: 15 nov. 2023.

VIDEIRA, Bárbara Maria Peres. Emoções e Doenças Orgânicas. 2020. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Faculdade Cidade: 2020.