

PSICOTERAPIA EMDR

Processamento de informação



O cérebro e a cocada

Dra. Maria Ap. J. Zampieri



Sumário

Programas da clínica Ciclo de Mutação: Psicoterapia & Pesquisa	1
Nossa Missão.....	2
Psicoterapia e/ou orientação.....	2
O que o trauma pode gerar	2
O cérebro e a cocada.....	3
EMDR	4
Psicoterapia e pesquisa.....	5
Como tratar.....	8

Psicólogos – abordagem EMDR (psicoterapia por reprocessamento com estimulação cerebral bilateral – recomendada pela OMS para TEPT e outros transtornos associados a trauma psicológico)

Dra. Maria Aparecida Junqueira (Dra. Tina) Zampieri

Psicol. Marina Junqueira Zampieri

Psicol. Alexandre Junqueira Zampieri



Visão geral dos programas

Psicoterapia presencial e online



Estamos à disposição para o seu tratamento onde você estiver.

Atendemos em psicoterapia presencial regular ou intensiva, ou até “do outro lado do mundo”, na modalidade online, em português, inglês, italiano.

Realizamos pesquisas sobre a abordagem EMDR



Pesquisas aprovadas por Comitê de Ética em Pesquisa.

Você pode inscrever-se, caso queira.

Informe-se via WhatsApp 17-98125 0435

Supervisão clínica e cursos



Para profissionais, individual ou em grupo, na modalidade online.

Cursos online. Informe-se pelo site ciclomuta.com.br



Psicoterapia ou orientação?

Nem sempre você necessita fazer uma psicoterapia. Uma avaliação profissional pode te ajudar. Às vezes é suficiente uma orientação profissional.

Nossa missão é contribuir para a saúde emocional, conscientes de sua repercussão na saúde física, profissional e social.

Por que fazer psicoterapia?

Memórias impactantes podem não ser bem digeridas, e nesse caso, tendem a gerar sintomas, tais como:

- Desconforto sem explicação médica/laboratorial
- Insônia, Ansiedade, Depressão
- Transtornos psiquiátricos
- Dificuldades relacionais
- Dificuldades sexuais
- Dor crônica e dor de membro fantasma

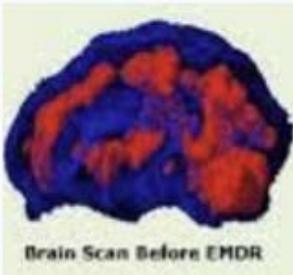
Nem todo desconforto psicológico perfaz os critérios para um transtorno psiquiátrico. Mesmo assim merece atenção, por sua repercussão negativa em várias áreas da vida. **Todos merecemos viver melhor.**



Processamento de memórias e a história da cocada

Nossa tendência natural é a saúde

Toda informação em nosso dia a dia é processada, organizada e integrada em nosso cérebro, e é armazenada como aprendizado. Porém, quando impactante, permanece em estado bruto e gera sintomas. Quando algo atual “esbarra” nisso reagimos ao gatilho, seja agredindo, deprimindo ou sentindo desconforto físico, emocional ou comportamental. A psicoterapia EMDR ajuda a reprocessar essas memórias e os sintomas melhoram ou desaparecem.



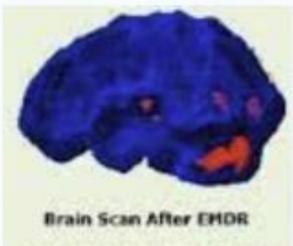
Brain Scan Before EMDR

Cérebro antes do EMDR

Ao explicar para uma criança de 7 anos sobre isso, ela me disse: “Dra. Tina, é igual a cocada!!!”
Pedi que me explicasse:
“Minha mãe sabe fazer cocada. Ela tira a água e quebra o coco. Então corta e põe no processador. Mas as vezes ela corta pedaços muito grandes e o processador emperra!!!”

Respondi: “Perfeito, é isso!” E ela completou:

“O EMDR ajuda desemperrar e então ele funciona”



Brain Scan After EMDR

Cérebro após o EMDR

Estudos científicos com Tomografia por Emissão de Pósitron (*PET scan*) mostram o cérebro antes e após 4 sessões de 90 minutos com EMDR.

(<https://www.amenclinics.com>)



EMDR (Eye movement dessentization and reprocessing)

É uma abordagem de psicoterapia por reprocessamento de informação.

“Informações da vida diária são naturalmente processadas e organizadas nas redes de memória. Fortalecem nossa experiência e aprendizado.”
Francine Shapiro

No entanto, informações associadas a situações mais impactantes não são bem digeridas, processadas. São armazenadas de modo disfuncional e geram ou agravam sintomas físicos e emocionais. São guardadas em estado bruto e “sem data” e interferem em nossa vida presente.

Quando uma situação atual tem qualquer semelhança, ativa aquelas memórias fisiológicas e nosso sistema natural de avaliação de risco fica confuso: é como se o passado ruim estivesse acontecendo agora, e gera uma reatividade sensorial, comportamental e de emoções. É o passado “assombrando” o presente, mesmo que inconscientemente.

Não basta tomar consciência disso, o material do passado precisa ser devidamente processado e então armazenado de modo adequado.

Com a abordagem EMDR fazemos o processamento dessas informações, por estimulação cerebral bilateral.



Toda doença vem dos traumas?

Não. No entanto, há doenças altamente estressoras, que podem gerar traumas.

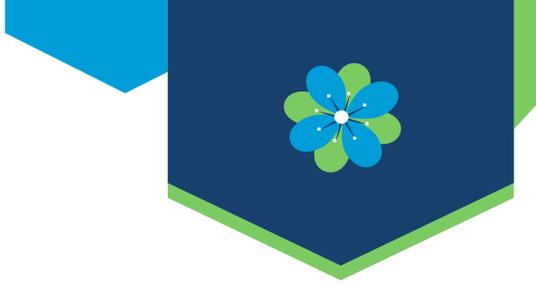
“Traumas não são situações. São o resultado de memórias de situações que o organismo não conseguiu digerir e foram armazenadas de modo inadequado” Francine Shapiro

Por exemplo, um episódio depressivo não é necessariamente disparado por um acontecimento. No entanto, viver os sintomas da depressão pode ser impactante: a falta de ânimo, humor deprimido e perda do interesse e prazer e outros; e a desesperança, que faz parecer que nunca isso irá mudar. Além disso, a perda de oportunidades por estar nessa condição, tudo isso pode ser difícil ser absorvido e constituir-se em aprendizado.

Assim também a ansiedade, os transtornos dissociativos, borderline e outros. A dor crônica, doenças autoimunes, e tantas outras, mesmo se não tiverem origem traumática, podem, por si, tornar-se memórias mal processadas e agravadoras de sintomas.

Um dos sintomas é a intensificação da dor. Outro, muito comum, é a dificuldade de aderir ao tratamento medicamentoso quando necessário.

A terapia EMDR ajuda o organismo processar memórias maladaptativas e há declínio ou extinção de sintomas.



Função vagal e autorregulação

Já na 16ª. semana de gestação as acelerações e desacelerações da frequência cardíaca fetal estão presentes. O desenvolvimento do sistema vagal irá colaborar na autorregulação proporcionando condições de enfrentar, acalmar e socializar.

***O desenvolvimento cerebral requer estímulos constantes desde o feto, providas da infindável dinâmica do ambiente.
A diferença está na qualidade dos estímulos.***

Altos níveis de estresse durante a gravidez prejudicaram a bioquímica cerebral do bebê e o crescimento do hipocampo – a área do cérebro envolvida na formação de novas memórias, que também está associada ao aprendizado e às emoções.

A capacidade de regular o nível de ativação fisiológica emocional pode ser prejudicada em sua formação de base, se o clima emocional for frequentemente desfavorável. Também pode perder a elasticidade se a pessoa estiver exposta a estresse constante, ou passar por graves situações de ameaça prolongada, mesmo quando adulta.

Um tratamento adequado pode restabelecer as condições básicas de funcionamento, uma percepção atualizada e condições de resposta proporcional aos acontecimentos do presente.

Com a abordagem EMDR fazemos o processamento adaptativo das informações associadas aos sintomas.

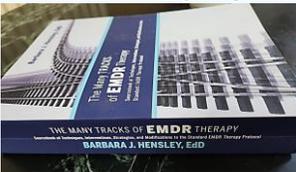


EMDR pode melhorar dificuldades de relacionamento?

Relacionamentos “pedem” comunicação e segurança

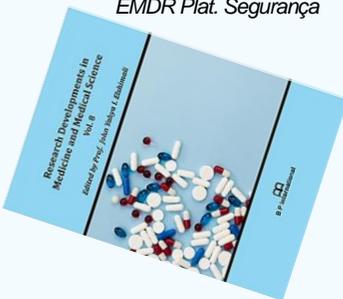
Nosso sistema nervoso autônomo é capaz de detectar riscos e prontamente prepara nosso corpo para lutar ou fugir. Ou, “desligar”, se o risco for extremo. Se o ambiente detectado é de segurança, ele nos mantém tranquilos e conseguimos nos relacionar, trocar ideias, amar, discutir para chegar a um acordo. Se esse sistema estiver contaminado por memórias estressoras, ele pode detectar risco ao menor sinal de alarme e nos colocar reativos, alarmados, mesmo quando não há risco.

*Livro c/ Artigo Dra. Tina
Tratamento de TOC com
EMDR Plat. Segurança*

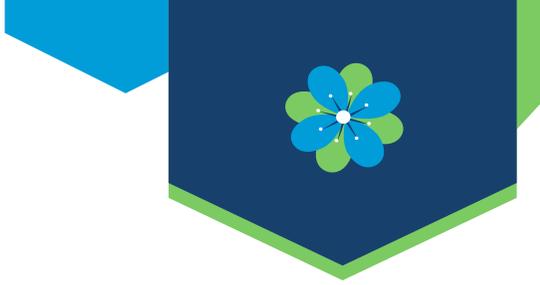


Esse não é um estado compatível com a objetividade nas escolhas e nas experiências diárias de um relacionamento. Nosso cérebro frequentemente ativado por memórias estressoras não funciona como deveria, “enxergamos” erroneamente. Corremos o risco de explodir, ou, ter dificuldade em dizer “não”, mesmo sem querer.

*Livro c/ Artigo Dra. Tina
Tratamento de TOC com
EMDR Plat. Segurança*



EMDR restabelece a ativação normal e compatível com as demandas. Com o tratamento nossas percepções ficam mais claras e realistas, nossas experiências e até mesmo os erros, mais bem aproveitados como aprendizado e abertura para novas amizades, amor, desafios e maior resiliência.



Como tratar

Há muitas abordagens diferentes de psicoterapia.

“O passado não pode ser alterado nem apagado, mas definitivamente é possível deixar de sofrer por ele.”

Jaques Roques

Na Ciclo de Mutação os tratamentos têm base nas abordagens EMDR, sistêmica para Casal e Família e Orientação Vocacional.

O tratamento é personalizado, definido conforme haja ou não necessidade.

Conforme o caso, encaminhamentos paralelos são orientados, para uma melhor produtividade.

Respeitamos os preceitos éticos humanos, do exercício da profissão e da pesquisa.

Fique à vontade para agendar um horário. Pergunte o que precisar.



Nossos Produtos & Serviços

Psicoterapia EMDR



Depressão, Ansiedade

TOC, TAG, TEPT, TEPT complexo

Transtornos Dissociativos, Dor Crônica

Outros Transtornos associados a trauma psicológico

Orientação a Pais e Profissionais



Dúvidas são naturais e esperadas. Fazem parte da vida familiar e profissional.

Orientação a pais

Supervisão Clínica, cursos avançados EMDR

Pesquisa científica

Psicoterapia não tem idade



Crianças

Adolescentes

Adultos



Quem somos

- Clínica Ciclo de Mutação: Psicoterapia & Pesquisa
- Tratamento de trauma psicológico e transtornos psiquiátricos
- Orientação para pais
- Supervisão clínica e cursos para médicos e psicólogos em EMDR

Fale conosco

Sua presença física ou online é sempre bem-vinda!

Rua Orsini Dias de Aguiar, 511, São José do Rio Preto, SP

Email: ciclo@ciclomuta.com.br

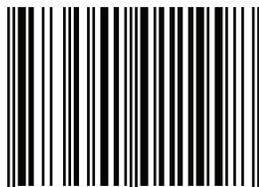


(17) 98125 0435



(17) 3222 4226

ISBN: 978-65-01-01199-8



9 786501 011998

www.ciclomuta.com.br

CSL