



## **Terapia Cognitivo Comportamental para Transtorno de Estresse pós-Traumático em Casos de Violência Sexual contra a Mulher**

*Tamires Stasevskas Castilho<sup>1</sup>; Marianne Farina<sup>2</sup>*

**Resumo:** Fica evidente diante dessa pesquisa que a mulher vítima de abuso sexual tem prejuízos cognitivos e comportamentais, além de desenvolver transtornos psicológicos em grande escala, sendo expressivo o número de mulheres vítimas com transtorno de estresse pós-traumático. Dentro de um contexto histórico social, percebe-se que o sistema patriarcal tem grande influência sobre esse modelo de violência que aparece até mesmo dentro da história da legislação Brasileira, como exemplificado por Colling (2020), com o código civil de 1916 que permitia o marido devolver a esposa ao pai em um prazo de 10 dias caso ela não fosse virgem e que permaneceu em vigor até o ano de 2002, reforçando e objetivando os papéis da mulher em questões de gênero e sexualidade (COLLING, 2020). Dentro desse contexto de papéis de gênero e poder se criam mitos e crenças que normalizam a violência contra a mulher.

**Palavras-chave:** Terapia Cognitivo Comportamental; Estresse pós-Traumático; Violência Sexual contra a Mulher.

## **Cognitive Behavioral Therapy for Post-Traumatic Stress Disorder in Cases of Sexual Violence against Women**

**Abstract:** It is evident from this research that women victims of sexual abuse have cognitive and behavioral impairments, in addition to developing large-scale psychological disorders, with a significant number of women victims suffering from post-traumatic stress disorder. Within a social historical context, it is clear that the patriarchal system has a great influence on this model of violence that appears even within the history of Brazilian legislation, as exemplified by Colling (2020), with the 1916 civil code that allowed the husband to return his wife to her father within a period of time of 10 days if she was not a virgin and which remained in force until 2002, reinforcing and objectifying women's roles in matters of gender and sexuality (COLLING, 2020). Within this context of gender roles and power, myths are created and beliefs that normalize violence against women.

**Keywords:** Cognitive behavioral therapy; Post-Traumatic Stress; Sexual Violence against Women.

<sup>1</sup> Psicóloga pela Estácio de Santa Catarina. Especialista em terapia cognitivo comportamental pela Pontifícia Universidade Católica – Rio Grande do Sul. Pós-graduanda em Neurociência, comportamento e psicopatologia pela Pontifícia Universidade Católica - Paraná. Autor correspondente: stasevskastamires@gmail.com;

<sup>2</sup> Graduada em psicologia pela Pontifícia Universidade Católica – Rio Grande do Sul. Mestre, doutora e pós-doutora pela Pontifícia Universidade Católica – Rio Grande do Sul. E-mail: mariannefarina@yahoo.com.br.

## Introdução

Entende-se como violência sexual qualquer ato ou tentativa de obter ou expor a vítima a estímulos sexuais não consensuais para satisfazer-se sexualmente. De acordo com a Organização Mundial da Saúde a violência pode ser definida como; “uso intencional da força ou poder em uma forma de ameaça ou efetivamente, contra si mesmo, outra pessoa ou grupo ou comunidade, que ocasiona ou tem grandes probabilidades de ocasionar lesão, morte, dano psíquico, alterações do desenvolvimento ou privações” (OMS, 2002).

Passarela et al. (2010) citam que entre 40% e 50% das crianças e adolescentes que passam por abuso sexual desenvolvem transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), sendo a maior parte dos abusos na população do sexo feminino.

Soares et al. (2021) enfatizam que o transtorno de estresse pós-traumático está diretamente atribuído a um indivíduo ser exposto a eventos estressores, trazendo prejuízos nas funções cognitivas e principalmente nas funções executivas.

Como citado por Chagas et al. (2022), a cada três mulheres, uma foi vítima de violência sexual ou agressão física em algum momento da vida. Chagas et al. (2022) também apontam o sentimento de impotência dos profissionais de saúde com a complexidade dos casos, muitas vezes se limitando ao cuidado apenas das sequelas físicas.

Já Lucânia et al. (2009) pontuam que a violência sexual é um problema de saúde pública grave por atingir as populações independente de classes sociais, etnias ou religiões, porém também reforçam que em maior abrangência na população do sexo feminino. Lucânia et al. (2009) também apontam que durante a pesquisa foi possível observar que além da presença do transtorno de estresse pós-traumático muitas vítimas de abuso sexual apresentam também transtorno depressivo maior, transtorno de ansiedade generalizada e outros transtornos em menor escala.

Conforme pontuado por Passarela et al. (2010) é comum pessoas vítimas de abuso sexual terem crenças e sentimento de culpa relacionados ao abuso.

De acordo com Beck (2013), a terapia cognitivo comportamental (TCC) tem como direcionamento a solução de problemas atuais por meio de sessões de psicoterapia estruturadas para modificar pensamentos e comportamentos disfuncionais que são comuns a todos os transtornos psicológicos.

Para pesquisadores como Soares et al. (2021), a terapia cognitivo comportamental se destaca entre as abordagens de psicoterapia para tratamento de transtorno de estresse pós-traumático por ter eficácia comprovada, assim como por trabalhar os pensamentos disfuncionais que assim resultam em uma melhora comportamental.

## **Justificativa**

Nos últimos anos a presente autora atendeu diversos casos clínicos de mulheres vítimas de violência sexual, tendo percebido uma grande demanda para atendimentos de mulheres com transtorno de estresse pós-traumático devido aos abusos sofridos e uma enorme necessidade de aprofundar na temática.

Essa pesquisa visa contribuir no campo da Psicologia Clínica, para que o profissional de saúde mental possa ter uma maior compreensão dos aspectos cognitivos comportamentais de mulheres vítimas de abuso sexual e assim uma abordagem mais assertiva.

Devido aos grandes índices de vítimas é recorrente os casos clínicos com essa temática, sendo de grande valia o impacto de estudos que possam minimizar o sofrimento psíquico e trazer elementos de saúde para uma melhor qualidade de vida dessas vítimas.

O objetivo desse artigo foi sintetizar a terapia cognitivo comportamental no contexto do transtorno de estresse pós-traumático de mulheres vítimas de abuso sexual. Mais especificamente, refletir o papel da mulher em um contexto histórico; compreender os prejuízos e sequelas de mulheres vítimas de abuso sexual e sintetizar a eficácia e intervenções da terapia cognitivo comportamental em um contexto de estresse pós-traumático de mulheres vítimas de abuso sexual.

## **Metodologia**

O presente artigo constitui em uma revisão de literatura de caráter qualitativo, na qual a revisão é feita a partir da fundamentação de outros artigos utilizados. Esse também é um artigo de caráter descritivo e foi realizado à partir de coleta, análise, registro e interpretação de outros trabalhos de acordo com os objetivos de sintetizar, identificar e compreender as mulheres vítimas de violência sexual que sofrem de transtorno de estresse pós-traumático e as intervenções clínicas da terapia cognitivo comportamental dentro desse contexto.

Para o presente artigo foram considerados trabalhos a partir do ano 2003, até o ano 2022, sendo um terço dos artigos sido publicado nos últimos cinco anos, tendo como fatores excludentes os artigos que não fossem na língua portuguesa e não citassem a mulher em um contexto abusivo, práticas da terapia cognitivo comportamental ou o transtorno de estresse pós-traumático.

## **Temas Revisados**

Colling (2020) nos traz que o patriarcado é um sistema no qual o gênero masculino e a heterossexualidade exercem o poder sobre os demais. Ainda de acordo com Colling (2020) a palavra patriarcado tem origem grega e significa a junção de pai (pater) e comando (arkhe), reforçando mais uma vez a construção do poder do gênero masculino.

Pesquisadores como Narvaz e Koller (2006) apontam que dentro da família Brasileira existem as divisões de tarefas que são estereotipadas na qual a mulher exerce funções domésticas, enquanto o homem, além de provedor exerce funções disciplinares e é uma figura de autoridade.

Ainda de acordo com Narvaz e Koller (2006), o patriarcado sustenta mitos como o que a mulher só alcança a completude através da maternidade. Uma vez que essa mulher não consiga exercer de forma normativa esse papel, seja por não possuir um cônjuge ou por precisar trabalhar, a leva a um sentimento de falha pessoal e culpa, isso também faz com que muitas mulheres permaneçam em relações abusivas (NARVAZ E KOLLER 2006).

Fernandes e Natividade (2020), apontam sobre a naturalização da violência contra a mulher dentro de um contexto histórico, no qual a mulher do passado era propriedade do pai que o passava a um marido sem que ela possuísse direitos. As autoras ainda citam que essa violência tem uma origem proveniente de um sistema de dominação que acredita erroneamente que existem determinações biológicas que diferem homens e mulheres nas formas de sentirem, pensarem e perceberem o mundo (FERNANDES E NATIVIDADE, 2020).

Conforme citado por Colling (2020), no código civil de 1916, do homem era cobrado caráter e da mulher era cobrado a virgindade, dando ao marido o direito a um prazo de dez dias para devolver a mulher aos pais caso não cumprisse com esse requisito. Ainda como trazido pela autora, apenas em 2006 a lei Maria da Penha entrou em vigor, permitindo que agressores fossem presos em flagrante (COLLING, 2020).

Como relatado por Drezett (2003), a violência sexual contra a mulher constitui um dos mais antigos e cruéis atos de violência de gênero e a maior parte dos casos não são denunciados por medo de constrangimentos e humilhações. Segundo o autor, mesmo sem essas denúncias as evidências apontam que a maior parte dos abusadores são pessoas conhecidas ou próximas da vítima (DREZETT, 2003).

De acordo com as pesquisas de Paz e Araújo (2022) o transtorno de estresse pós-traumático é um dos diagnósticos mais frequentes em vítimas de violência sexual e os principais sintomas envolvidos são dor, pavor, medo e terror; ainda segundo as autoras a vítima revive a situação traumática por meio de sonhos, lembranças e reações dissociativas.

Emygdio et al. (2019) sintetizam que os sujeitos com transtorno de estresse pós-traumático com frequência apresentam crenças negativas sobre si e os outros, além de um estado de humor negativo de forma persistente.

Para Passarela et al. (2010) as crenças e sentimento de culpa por conta de situações de abuso sexual são comuns as vítimas e familiares, fornecer informações, assim como um espaço seguro para elaborar essas questões contribui para a redução desse sofrimento.

De acordo com a pesquisa de Soares et al. (2021), indivíduos com TEPT apresentam alterações no volume das amígdalas cerebrais assim como uma hiperatividade dela, o que evidencia o porquê de uma constante sensação de ameaça, apontando para uma necessidade de se trabalhar intervenções que visam regulação emocional.

Como citado por Paz e Araújo (2022), a terapia cognitivo comportamental para pacientes vítimas de abuso sexual busca uma redução do sofrimento, dos pensamentos, emoções e comportamentos disfuncionais através de uma reestruturação cognitiva assim como uma reestruturação da memória traumática. Também enfatizado por Paz e Araújo (2022), para uma melhora duradoura a terapia visa o trabalho de reestruturar as crenças disfuncionais nucleares.

Como orientado na pesquisa de Habigzang et al. (2008), o primeiro contato do psicólogo com a vítima de violência sexual deve ser por meio de uma entrevista semiestruturada que tem como principal objetivo trabalhar um vínculo seguro e um espaço de confiança, assim que esse vínculo é estabelecido é necessário investigar o relato da paciente com relação aos abusos, assim como a dinâmica e a frequência que ocorriam.

Soares et al. (2021), apontam que as primeiras intervenções da terapia cognitivo comportamental para transtorno de estresse pós-traumático devem ser direcionadas a uma

psicoeducação para que o paciente tenha informações sobre o transtorno e o tratamento que será realizado e participe de forma ativa de todo o processo.

Podemos ver nas pesquisas de Fava e Pacheco (2012) que dentro da terapia cognitivo comportamental para transtorno de estresse pós-traumático em vítimas de violência sexual também é trabalhado identificação dos pensamentos e sentimentos disfuncionais, manejo comportamental, assim como exercícios de relaxamento.

Como citado por Soares et al. (2021), uma etapa fundamental dentro da terapia cognitivo comportamental é detectar esses pensamentos distorcidos que vem das crenças centrais, para que o paciente e terapeuta trabalhem uma reestruturação cognitiva.

Habigzang et al. (2008), apontam que a psicologia tem feito muitas contribuições para casos de abusos sexuais e a terapia cognitivo comportamental desde suas primeiras formulações tem apontado eficácia de técnicas na reestruturação de memórias traumáticas, assim como redução nos sintomas e sofrimentos causados pelos abusos.

Como exemplificado por Lucânia et al. (2009) em um estudo de caso de uma paciente vítima de abuso sexual com características de transtorno de estresse pós-traumático, depressão, problemas acadêmicos e comportamentais, as intervenções cognitivo comportamentais possibilitaram autoconhecimento, um repertório cognitivo e comportamental mais funcional e possibilitaram uma reestruturação de crenças nucleares.

Soares et al. (2021) observa em sua pesquisa que existe um consenso entre diversos estudos que a terapia cognitivo comportamental é a melhor opção de tratamento para transtorno de estresse pós-traumático, em contrapartida, aponta que ainda faltam estudos específicos sobre intervenções específicas para TEPT, para que assim os profissionais de saúde se sintam mais preparados para conduzirem esses casos.

Para os pesquisadores Habigzang et al. (2008) fica evidente em sua pesquisa que a terapia cognitivo comportamental contribui para um desenvolvimento de resiliência e melhoria na qualidade de vida que impactam não só na vida das vítimas de violência sexual com transtorno de estresse pós-traumático, mas também em suas famílias.

## **Considerações Finais**

Fica evidente diante dessa pesquisa que a mulher vítima de abuso sexual tem prejuízos cognitivos e comportamentais, além de desenvolver transtornos psicológicos em grande escala, sendo expressivo o número de mulheres vítimas com transtorno de estresse pós-traumático.

Dentro de um contexto histórico social, percebe-se que o sistema patriarcal tem grande influência sobre esse modelo de violência que aparece até mesmo dentro da história da legislação Brasileira, como exemplificado por Colling (2020), com o código civil de 1916 que permitia o marido devolver a esposa ao pai em um prazo de 10 dias caso ela não fosse virgem e que permaneceu em vigor até o ano de 2002, reforçando e objetificando os papéis da mulher em questões de gênero e sexualidade (COLLING, 2020).

Dentro desse contexto de papéis de gênero e poder se criam mitos e crenças que normalizam a violência contra a mulher.

Diante das pesquisas sintetizadas fica evidente que em todos os artigos bibliográficos aqui revisados a terapia cognitivo comportamental contribuiu para uma melhora no quadro de transtorno de estresse pós-traumático para mulheres vítimas de violência sexual.

Ao analisar o alto índice de mulheres vítimas de abusos sexuais, existem poucas pesquisas que contribuem acerca de intervenções e resultados para transtorno de estresse pós-traumático para mulheres vítimas e suas famílias, sendo as pesquisas muito genéricas para contextos complexos e com muitas diferenças relacionadas a frequência, intensidade e prejuízos desses abusos.

Para trabalhos futuros percebe-se uma lacuna em pesquisas mais específicas voltadas a violência sexual para outros públicos, como para a população masculina, assim como pesquisas voltadas para terapia cognitivo comportamental para a população infantojuvenil de vítimas de violência sexual.

Esse trabalho visa contribuir a partir de uma revisão de literatura para que profissionais de saúde possam refletir sobre as especificidades de pacientes vítimas de violência sexual mulheres e na eficácia e intervenções voltadas para TEPT, a partir da abordagem da terapia cognitivo comportamental.

Fava e Pacheco (2012), citam que existem diversos estudos internacionais que apontam trabalhos de estruturação e validação das terapias cognitivo comportamentais para transtorno de estresse pós-traumático, porém ao realizar essa pesquisa fica evidente a importância de mais pesquisas com essa temática em um contexto voltado ao abuso sexual que atinge uma parcela tão significativa das mulheres no Brasil.

## Referências

- BECK, Judith S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 2 Porto Alegre: **Artmed**, 2013. P.22.
- CHAGAS, Elisângela R.; OLIVEIRA, Fernando V. A.; MACENA, Raimunda H. M. Mortalidade por violência contra mulheres antes e durante a pandemia de COVID-19. Ceará 2014 a 2020. **Saúde debate** 46. Ceará, 2022.
- COLLING, Ana M. Violência contra as mulheres- herança cruel do patriarcado. **Revista diversidade e educação**. Dourados, 2020.
- DREZETT, Jefferson. Violência sexual contra a mulher e impacto sobre a saúde sexual e reprodutiva. **Revista de psicologia da UNESP**. São Paulo, 2003.
- EMYGDIO, Nathalia B.; FUSO, Simone F.; MOZZAMBANI, Adriane C.F.; ACEDO, Natalia A.; RODRIGUES, Camila C.; MELLO, Marcelo F. Efeitos do transtorno de estresse pós-traumático na memória. **Psicologia: ciência e profissão**. São Paulo, 2019.
- FAVA, Débora C.; PACHECO, Janaina T. B. Transtorno de estresse pós-traumático e terapia cognitivo comportamental na infância. **Revistas Brasileiras de terapias cognitivas**. Rio de Janeiro, 2012.
- FERNANDES, Nathaly C.; NATIVIDADE, Carolina S.J. A naturalização da violência contra a mulher. **Brazilian journal of development**. Maringá, 2020.
- HABIGZANG, Luisa F.; HATZENBERGER, Roberta; CORTE, Fabiana D.; STROEHER, Fernanda; KOLLER, Silvia. Avaliação de um modelo de intervenção psicológica para meninas vítimas de abuso sexual. **Psicologia teoria e pesquisa**. Porto Alegre, 2008.
- LUCÂNIA, Eliane R.; VALÉRIO, Nelson I.; BARISON, Sueli Z. P.; MIYAZAKI, Maria C.D.O.S. Intervenção cognitivo comportamental em violência sexual: estudo de caso. **Relatos de experiência- Psicologia Estud**. São Jose do Rio Preto, 2009.
- NARVAZ, Martha G.; KOLLER, Silvia H. Família e patriarcado: da prescrição normativa a subversão criativa. **Psicologia e Sociedade**. Porto Alegre, 2006.
- Organização Mundial da Saúde. Informe mundial sobre la violencia y salud. Genebra (SWZ): **OMS**; 2002.
- PASSARELA, Cristiano M.; MENDES, Deise D.; MARI, Jair J. Revisão Sistemática para estudar a eficácia da terapia cognitivo comportamental para crianças e adolescentes abusadas sexualmente com transtorno de estresse pós-traumático. **Clin. Psychiatry**. São Paulo, 2010.
- SOARES, Daniele C.; SANTOS, Luis A.; DONADON, Mariana F. Transtorno de estresse pós-traumático e prejuízos cognitivos, intervenções e tratamentos: uma revisão de literatura. **Revista Eixo**. Brasília, 2021. ●

Como citar este artigo (Formato ABNT):

CASTILHO, Tamires Stasevskas; FARINA, Marianne. Terapia Cognitivo Comportamental para transtorno de estresse pós-traumático em casos de violência sexual contra a mulher. **Id on Line Rev. Psic.**, Dezembro/2023, vol.17, n.69, p.117-124, ISSN: 1981-1179.

Recebido: 22/06/2023; Aceito 28/11/2023; Publicado em: 30/12/2023.