



Obsessão pelo Trabalho e Medicamentos, Confesso, RTP Informação

Caso Clínico - Luís

Luís teve uma infância marcada pela ausência de afetos e tentou compensar o seu sentimento de vazio através do consumo de drogas. Aos 12 anos começou a consumir substâncias lícitas (álcool e medicamentos) e ilícitas (haxixe e heroína), sendo um caso de policonsumo de drogas. Numa primeira fase da sua vida consumia medicamentos por divertimento, mas posteriormente estes passaram a ser um recurso para tentar deixar as drogas ilícitas e controlar a ansiedade que sentia. Chegou a ter uma “overdose de medicação”. Viveu anos viciado em todo o tipo de medicamentos.

Por outro lado, viveu a maior parte da sua vida obcecado pelo trabalho.

Aos 39 anos começou a ter a consciência de que não conseguia ter controlo das suas adições, que já não havia divertimento mas apenas obsessão por consumir diferentes substâncias. No entanto, apenas aos 44 anos decide entrar em Villa Ramadas. Está há 7 anos em recuperação.

Obsessão pelo Trabalho e Medicamentos

O vício pelo trabalho é um conceito relativamente novo, tendo começado a ser referido apenas nas décadas de 60 e 70, mas com grandes contradições. Por um lado, considerava-se que ser viciado em trabalho era um aspeto positivo na sociedade, uma vez que aumentava a produtividade organizacional. Contudo, houve quem começasse a considerar esta relação obsessiva pelo trabalho como patológica.

Workaholismo é uma dependência comportamental em que o indivíduo dedica tempo excessivo ao trabalho. Contudo, não há adição sem danos e uma pessoa obcecada pelo trabalho pode ter consequências negativas ao nível do domínio familiar, social e individual.

O modelo proposto por Sorensen & Feldman (2007) para explicar o workaholismo como dependência, apresenta três dimensões principais, entre as quais a afetiva, cognitiva e comportamental. De uma forma geral, o sentimento de prazer pelo trabalho ou pelo contrário, o sentimento de culpa quando não se está a trabalhar (domínio afetivo) pode gerar obsessão pelo trabalho (domínio cognitivo) e a perda de controlo leva a que determinado indivíduo trabalhe excessivamente (domínio comportamental).

Qualquer tipo de adição é um hábito forte que se torna num padrão e o workaholismo não é exceção! Da mesma forma, uma vez que é uma resposta geralmente condicionada por reforços positivos tende a aumentar com o tempo.

Curiosidades:

Os dados da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) mostram que em Portugal os homens trabalham mais 18% e as mulheres mais 9% além das 45 horas semanais.

Os analgésicos e as benzodiazepinas são os medicamentos mais consumidos em todo o mundo, podendo ter o mesmo efeito que as drogas ilegais.

Suspeita-se que Michael Jackson tenha morrido devido a uma overdose provocada pelo abuso excessivo de medicamentos.

A motivação excessiva para o trabalho envolve na maior parte das vezes fatores contextuais, como no presente caso clínico. Para o Luís, as atividades laborais serviram para desviar a atenção do seu sofrimento interior, da mesma forma que as drogas foram para si uma forma de acalmar toda a vertente emocional e de compensar o sentimento de vazio.

O uso prolongado de medicamentos também pode criar dependência. Existem consequências nefastas associadas à obsessão por medicamentos, nomeadamente os prejuízos cognitivos. A memória pode ser uma das áreas afetadas!

A intervenção psicoterapêutica através do **Modelo Change & Grow** tem em linha de conta a quadridimensionalidade do Ser, através da relação entre o domínio afetivo, cognitivo, comportamental e espiritual. Este modelo baseia-se numa abordagem centrada no paciente e no presente (aqui e agora) de forma a que este possa desenvolver estratégias que tenham por base o seu crescimento pessoal.

A entrevista motivacional é uma das técnicas utilizadas neste modelo, no sentido de motivar o paciente para a mudança, mantendo-o envolvido em todo este processo.

A gestão de contingências também é essencial em situações de dependência, na medida em que permite primeiramente que o indivíduo identifique padrões de pensamento disfuncionais e consequentes comportamentos desadaptativos e os substitua por outros mais ajustados. Neste sentido, através de um treino comportamental o indivíduo começa gradualmente a reforçar comportamentos considerados como desejados e a punir os não desejados. Os objetivos terapêuticos subjacentes a esta técnica não têm de ser necessariamente exclusivos da dependência em tratamento, podendo estes irem mais além e serem estendidos para outras áreas da vida.



Reportagem realizada com a RTP Informação em colaboração com Villa Ramadas


Vídeo - <https://www.youtube.com/watch?v=xZiy-4jun9Q>

Referências

American Psychiatric Association (APA). (2014). Manual de diagnóstico e estatística das perturbações mentais - DSM-5 (5ª ed.). Lisboa, Portugal: Climepsi Editores.

Gheorghita, N. (2014). Workaholism: A new challenge for organisation management. Elsevier, 109, pp. 295-300. doi:10.1016/j.sbspro.2013.12.460

Literatura Villa Ramadas



Abril, 2016
Autores: Eduardo Ramadas da Silva;
Rita Morais e Tânia Caetano
Revisto por: Villa Ramadas Research
Mais informações:
research@villaramadas.com