

Causas da ansiedade combinam genética e experiências vivenciadas

Primeiro, era uma ansiedade sem mal aparente. “Ficava ansiosa só de esperar por alguém”, lembra a universitária Paula Jeunon Dutra, de 28 anos. O que era um sentimento até então considerado normal e comum passou a se tornar patológico e perigoso: “Os sintomas foram evoluindo. Passei a ter crises agudas. Era uma palpitação no peito e uma sensação iminente de morte”, conta Paula, diagnosticada com síndrome do pânico. A universitária, hoje em tratamento, integra o percentual de 20% da população brasileira que sofre com um dos tipos de transtorno de ansiedade.

O problema faz parte das reações de defesa das pessoas. Segundo a psiquiatra, psicanalista e professora de residência de psiquiatria do Instituto de Previdência dos Servidores de Minas Gerais Gilda Paoliello, é um sentimento normal, inclusive com função protetora. “É uma sensação sinalizadora de algo que está acontecendo. Existe uma ansiedade boa, que é aquela da expectativa de quando esperamos por algo. O problema está quando essa ânsia se torna patológica e começa a limitar a vida da pessoa”, diferencia. Por causa dessa sensação, a pessoa passa a evitar coisas específicas e a ter um medo vago. “Ela sente-se desamparada, tem tonturas e passa a ter sintomas físicos, como taquicardia. É um momento de crise de ansiedade”, define.

Fonte: Correio Braziliense, por Luciane Evans.