Centro de Estudos da

Clínica Jorge Jaber

PREVENÇÃO À RECAÍDA

Terapeuta: Marcos Vinicius Rodrigues

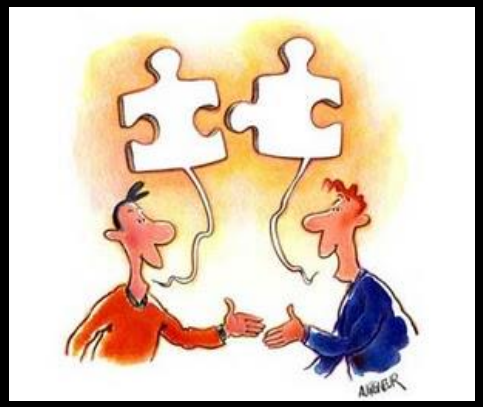
PREVENÇÃO DE RECAÍDA (PR)

O principal objetivo da PR é tratar o problema da recaída e gerar técnicas para prevenir ou manejar sua ocorrência.

PREVENÇÃO DE RECAÍDA (PR)

A PR busca identificar **situações de alto risco**, em que o indivíduo é **vulnerável à recaída**, e usar **estratégias de enfrentamento cognitivas e comportamentais** para prevenir futuras recaídas em situações similares.

Abordagem cognitivo-comportamental



Identificar e prevenir situações de alto risco

Usar estratégias de enfrentamento para prevenir futuras recaídas

PREVENÇÃO DE RECAÍDA (PR)

A PR combina o treinamento de habilidades comportamentais com intervenções cognitivas destinadas a prevenir ou limitar a ocorrência de episódios de recaídas.

PREVENÇÃO DE RECAÍDA (PR)

O tratamento de PR começa com a avaliação dos potenciais riscos interpessoais, intrapessoais, ambientais e fisiológicos de recaída e os fatores ou situações que podem precipitá-la.

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

DOIS OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1º) Prevenir um **LAPSO** inicial e manter abstinência ou as metas de tratamento de redução de dano

CLÍNICA JORGE JABER

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

2º) Proporcionar o manejo do **LAPSO**, quando de sua ocorrência, a fim de prevenir uma recaída completa, independentemente da situação ou dos fatores de risco iminentes.

CLÍNICA JORGE JABER

O QUE É LAPSO?

É **UM BREVE MOMENTO DE RETORNO** AO COMPORTAMENTO **DISFUNCIONAL** ANTERIOR.

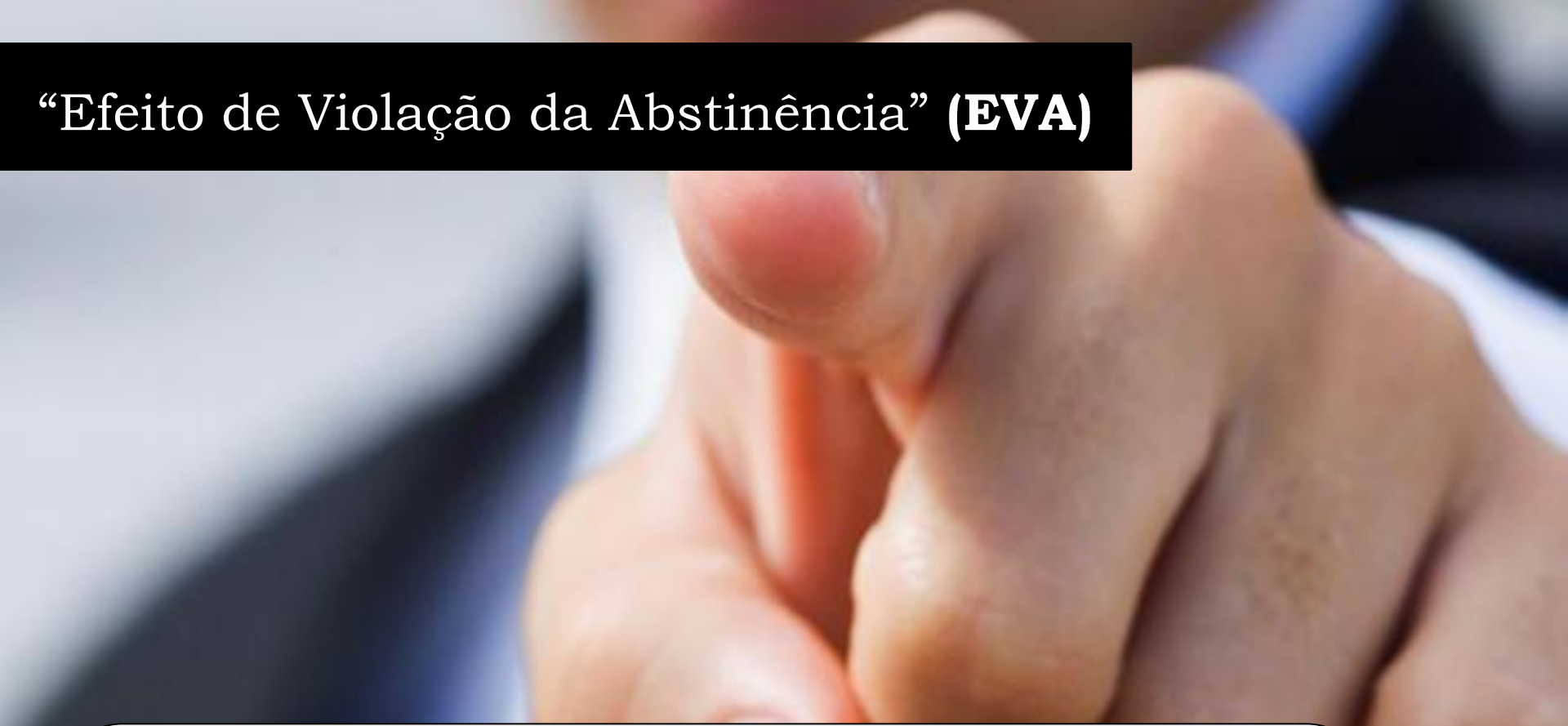
CLÍNICA JORGE JABER

LAPSO X RECAÍDA

A maioria dos indivíduos que faz uma tentativa de mudar o próprio comportamento em um determinado objetivo experimenta **LAPSOS** que frequentemente conduzem à **recaída.**

CLÍNICA JORGE JABER

“Efeito de Violação da Abstinência” **(EVA)**



Os indivíduos que optam por ceder podem ser vulneráveis ao **“ Efeito de Violação da Abstinência” (EVA),** que é a auto responsabilização, a culpa e a percepção da perda de controle muitas vezes vivenciada pelos indivíduos após a violação de regras auto impostas.

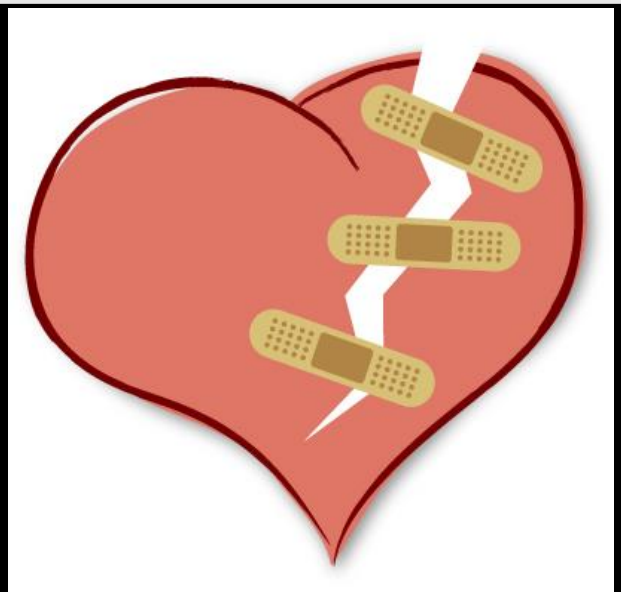
Clínica Jorge Jaber

“Efeito de Violação da Abstinência” **(EVA)**

O **EVA** contém um componente afetivo e um componente cognitivo.

O componente afetivo está relacionado a sentimentos de culpa, vergonha e a desesperança.

O componente cognitivo supõe que se o indivíduo atribui um **LAPSO** a fatores internos, globais e incontroláveis, aumenta o risco de recaída.



CLÍNICA JORGE JABER

MAPA DA RECAÍDA

PARA **MELHORAR** A AUTO-EFICÁCIA DO PACIENTE E **PREVENIR** A INCIDÊNCIA DE UM LAPSO

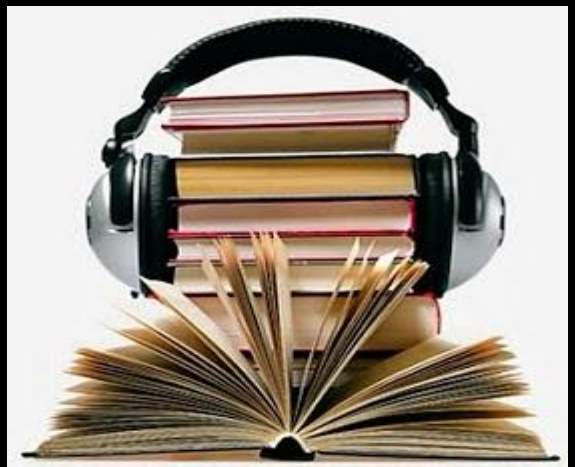
- **AUXILIAR OS PACIENTES A LIDAR COM AS SITUAÇÕES**
- **USAR RESPOSTAS DE ENFRENTAMENTO APROPRIADAS**
- **ANALISAR RESULTADOS ASSOCIADOS A DIFERENTES ESCOLHAS**

CLÍNICA JORGE JABER

MAPA DA RECAÍDA

RESPOSTAS POSITIVAS DE ENFRENTAMENTO

- OUVIR MÚSICA
- BRINCAR COM ANINAL DE ESTIMAÇÃO
- RIR OU CHORAR
- ESCRITA, PINTURA
- PRECE OU MEDITAÇÃO
- DISCUTIR AS SITUAÇÕES COM UM AMIGO
- PRATICAR RESPIRAÇÃO PROFUNDA

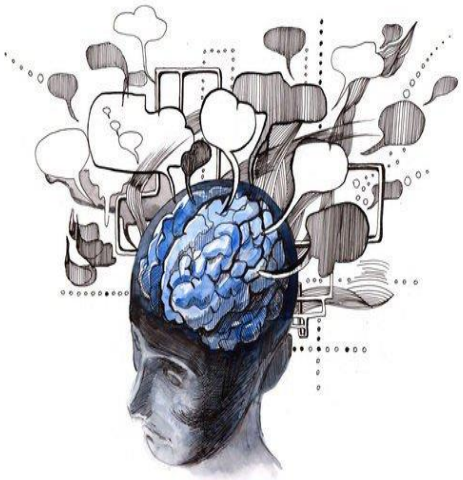


CLÍNICA JORGE JABER

MAPA DA RECAÍDA

RESPOSTAS NEGATIVAS DE ENFRENTAMENTO

- CRITICAR A SI MESMO DEMASIADAMENTE
- DIRIGIR RÁPIDO
- ROER AS UNHAS
- TORNAR-SE AGRESSIVO OU
- COMER DEMAIS OU MUITO POUCO
- BEBER MUITO CAFÉ
- EVITAR O CONTATO SOCIAL



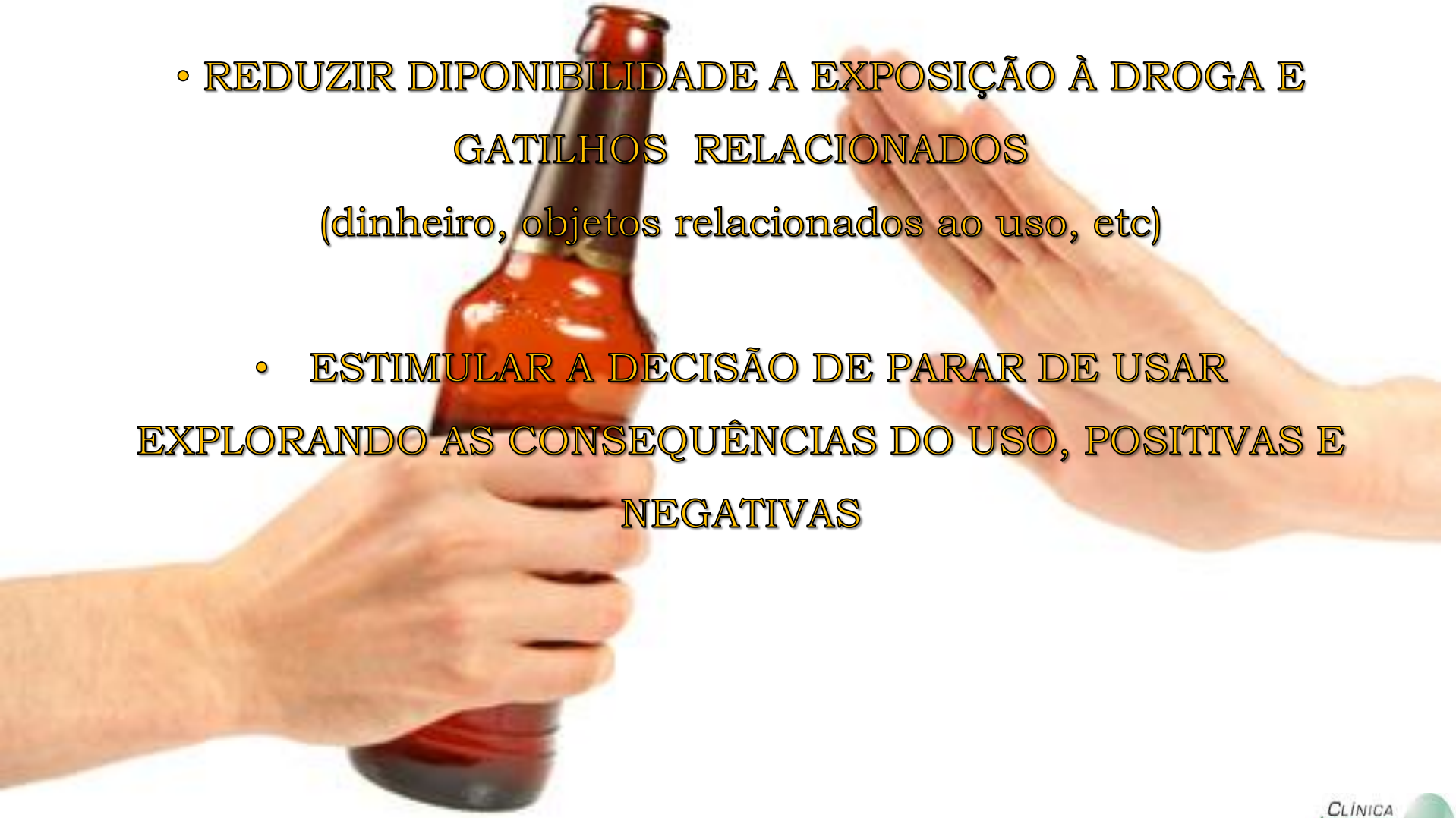
CLÍNICA JORGE JABER

DETERMINANDES DO LAPSO E DA RECAÍDA

- AUTO-EFICÁCIA
- EXPECTATIVAS DE RESULTADO
- MOTIVAÇÃO
- ENFRENTAMENTO
- ESTADOS EMOCIONAIS
- FISSURA
- APOIO SOCIAL

CLÍNICA JORGE JABER

PRINCIPAIS TÉCNICAS E INTERVENÇÕES



- REDUZIR DIPONIBILIDADE A EXPOSIÇÃO À DROGA E GATILHOS RELACIONADOS

(dinheiro, objetos relacionados ao uso, etc)

- ESTIMULAR A DECISÃO DE PARAR DE USAR EXPLORANDO AS CONSEQUÊNCIAS DO USO, POSITIVAS E NEGATIVAS

CLÍNICA JORGE JABER

PRINCIPAIS TÉCNICAS E INTERVENÇÕES

•AUTOMONITORAMENTO E IDENTIFICAÇÃO, CONDUZINDO ANÁLISES FUNCIONAIS DO USO DE SUBSTÂNCIAS.

• RECONHECER A FISSURA CONDICIONADA E DESENVOLVER ESTRATÉGIAS PARA ENFRENTÁ-LAS.

PRINCIPAIS TÉCNICAS E INTERVENÇÕES

• IDENTIFICAR DECISÕES APARENTEMENTE IRRELAVANTES QUE PODEM CULMINAR EM SITUAÇÕES DE RISCO

• PREPARAR PARA EMERGÊNCIAS E ENFRENTAMENTO DA RECAÍDA NO USO DE SUBSTÂNCIAS

Clínica Jorge Jaber

PRINCIPAIS TÉCNICAS E INTERVENÇÕES

- DESENVOLVER HABILIDADES DE RECUSA DA DROGA

- IDENTIFICAR E CONFRONTAR PENSAMENTOS SOBRE DROGA

CLÍNICA JORGE JABER

Centro de Estudos da

CLÍNICA JORGE JABER

OBRIGADO!

www.clinicajorgejaber.com.br

Instagram: Clínica Jorge Jaber