

Viva Bem

INFORMAÇÃO

Página do Conselho Regional de Psicologia de São Paulo na internet tem mais informações sobre o acúmulo compulsivo

<http://bit.ly/2F2sGWB>

SERVIÇO

Cartilha da PUC detalha a doença compulsiva em idosos

<http://bit.ly/2F44XFf>

Acumular coisas em casa pode ser sinal de doença mais grave

Quem não consegue se desfazer de objetos deve procurar médico. Mau hábito pode ser sintoma de depressão

EMERSON VICENTE

É cada vez mais comum encontrar quem não consegue se desfazer das coisas. Garrafas de plástico, papelão, jornais, revistas, livros, ferramentas, objetos colecionáveis, entre outros, acabam sendo acumulados dentro de casa e, sem que a pessoa tenha noção, esses materiais já tomam conta dos espaços de circulação das pessoas.

Existem até casos em que o acúmulo é de animais, como

cães e gatos, que acabam não recebendo o carinho e o tratamento adequados.

Na medicina, isso é encarado como disosofobia, ou o acúmulo compulsivo. É uma doença que pode desencadear outras mais graves, como a depressão.

“Em geral, são dois motivos que fazem a pessoa não se desfazer daquilo que acumula. Ou ela acha que um dia vai precisar daquilo, ou tem medo de se desfazer e ocorrer algo, algum dano”, explica Yuri Busin, doutor em neurociência do comportamento pela Universidade Presbiteriana Mackenzie.

Esse acúmulo pode deixar a pessoa exposta, pois, quanto maior a quantidade de objetos no ambiente,

maior o risco de queda, ou acúmulo de sujeira e insetos.

“O acúmulo, quando é grande, vai inviabilizando a vida da pessoa, modifica o espaço”, diz a psicóloga Ana Gabriela Andriani, mestre e doutora pela **Unicamp**.

No tratamento, o primeiro passo é procurar saber quais são os motivos que levaram a pessoa a se tornar um acumulador. O mal pode ser sinal de algo maior e desencadear outras doenças.

“Se a gente parte do princípio que esse acúmulo deixa a pessoa vulnerável, esses sentimentos são precursoros de outras questões emocionais, como síndrome do pânico, depressão. Esse acúmulo pode ser o primeiro sinal”, diz Ana Gabriela.

Parentes têm papel fundamental

Pessoas próximas àqueles que têm mania de acumular coisas, como familiares, companheiros e amigos, também acabam sendo atingidos pelo comportamento.

E eles têm um papel fundamental no tratamento da doença, além do tratamento psicológico do paciente.

“Não adianta bater de frente com a pessoa. A ideia

é conversar com ela e entender o porquê do acúmulo. Se pegar e jogar as coisas fora de uma vez pode desencadear um problema maior”, diz o psicólogo Yuri Busin. (EV)

Entenda o distúrbio

Disposofobia

Distúrbio de comportamento que envolve o desejo compulsivo de acumular coisas

Sinais

- Acúmulo sem organização e utilidade
- Incapacidade de jogar objetos fora
- Ter muitos animais de estimação, mas não ter o cuidado devido com eles
- Viver em condições insalubres
- Resistência para aceitar que o acúmulo seja um problema
- Isolamento



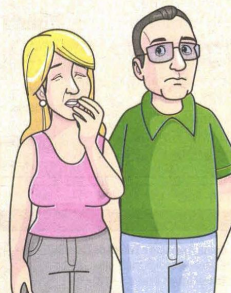
Riscos

- Doenças respiratórias
- Depressão
- Ansiedade
- Deficit de atenção
- Alcoolismo
- Esquizofrenia
- Demência
- Transtorno compulsivo
- Transtornos de personalidade

Tratamento

- Psicoterapia
- Medicação, como antidepressivos

Como se relacionar com um acumulador



- Seja paciente
- Não jogue suas coisas fora de uma vez
- Aborde o assunto, mas não seja crítico
- Converse com ele e, aos poucos, mostre que ele pode se desfazer de alguns objetos
- Peça permissão para ajudá-lo
- Procure entender quais os motivos que o levam a acumular objetos ou animais
- Mantenha uma proximidade, procurando saber como ele está
- Aconselhe a procurar ajuda profissional

Onde procurar ajuda gratuita

- Especialista: psicólogo
- Unidades de saúde da Prefeitura de São Paulo: <http://migre.me/kusvM>
- Unidades de saúde do Estado de São Paulo: <http://migre.me/kusy9>