



### O TRANSTORNO DE ESTRESSE PÓS-TRAUMÁTICO E A TERAPIA DE EMDR

Eliana dos Santos Schefer<sup>1</sup>  
Liliane Oliveira Cunha<sup>2</sup>  
Edimari Kravicz<sup>3</sup>  
Jeferson Quimelli<sup>4</sup>  
Orientadora: Valéria Rossi Sagaz<sup>5</sup>

**Resumo:** O objetivo deste estudo é discorrer sobre o conceito de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e a Terapia de EMDR. Esta pesquisa se classifica como qualitativa, exploratória e bibliográfica. Os resultados indicam que o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) se caracteriza por sintomas persistentes de revivência, evitação e entorpecimento, e excitabilidade aumentada, após a exposição a um evento traumático. Atualmente, de acordo com o DSM-5-TR (2022), o TEPT é caracterizado por quatro grupos de sintomas: sintomas de intrusão, evitação, alterações negativas na cognição e humor, e alterações no despertar e na reatividade. Entre os tratamentos para o TEPT, destaca-se a Terapia de EMDR, que em português significa Dessensibilização e Reprocessamento através do Movimento dos Olhos, sendo um protocolo de tratamento desenvolvido em 1987 e publicado em 1989 pela pesquisadora norte-americana Francine Shapiro, a partir de uma descoberta acidental. Após a experiência ser processada com sucesso, é armazenada de forma adaptativa, integrando-se a outras experiências semelhantes do próprio indivíduo, ela não será esquecida e sim neutralizada. O protocolo padrão de aplicação do EMDR é composto por oito fases sendo: anamnese e planejamento do tratamento, a preparação, avaliação da memória alvo, a dessensibilização em si, a instalação da cognição positiva, a sondagem corporal, o fechamento, e a reavaliação. Por fim, atualmente os estudos com EMDR estão sendo ampliados considerando que diversos estudos de casos apresentam novas aplicações e contextos do uso da técnica, além disso, os estudos já realizados demonstram resultados promissores, abrindo espaço para novas pesquisas.

**Palavras-chave:** Trauma. TEPT. Tratamento. Terapia de EMDR.

---

<sup>1</sup> Psicologia, 8º período, Instituição de Ensino Superior Sant'Ana, elianaschefer@hotmail.com

<sup>2</sup> Psicologia, 8º período, Instituição de Ensino Superior Sant'Ana, liliane30cunha@hotmail.com

<sup>3</sup> Psicologia, 8º período, Instituição de Ensino Superior Sant'Ana, kraviczedimari@gmail.com

<sup>4</sup> Psicologia, 8º período, Instituição de Ensino Superior Sant'Ana, jquimelli@gmail.com

<sup>5</sup> Psicóloga, Docente do curso de Psicologia Faculdade Sant'Ana (IESSA), Mestre em Educação, valeria.rsagaz@gmail.com