

Psico-Neuro-Imunologia

Área de interesse em Psicologia da Saúde

JOSÉ A. CARVALHO TEIXEIRA (*)

Tem sido grande a evolução dos conhecimentos das relações entre factores psicológicos, neuro-endócrinos e imunológicos desde que Solomon (1964) publicou o artigo intitulado *Emotions, Immunity, and Disease: A Speculative Theoretical Integration* no qual introduziu o termo psico-imunologia. Mais tarde, publicou a propósito dos efeitos supressores da imunidade relacionados com o stress (Solomon, 1969) e surgiu um outro trabalho significativo na história da psico-neuro-imunologia que introduziu a possibilidade de condicionamento das respostas imunológicas, na sequência das investigações clássicas de Ader e Cohen (1975). Na década de 70 surgiu um conjunto numeroso de trabalhos nesta área, particularmente focalizados na possibilidade de acontecimentos indutores de stress poderem ter repercussões sobre o funcionamento imunológico e centrando-se, por exemplo, no luto por viuvez, nas missões espaciais de astronautas e na incorporação militar, entre outros. A investigação nesta área foi também acompanhando a par e passo os próprios progressos dos conhecimentos imunológicos (descoberta dos anticorpos monoclonais, por exemplo) e os desenvolvimentos dos últimos dez a quinze anos permitiram afirmar com segurança que factores psicoló-

gicos podem modular as respostas imunológicas e, ao mesmo tempo, permitiram questionar quais as consequências disso para a saúde e para a doença.

A investigação fundamental realizada nesta área revelou que o sistema imunológico controla funções nervosas superiores e que o sistema nervoso central controla o sistema imunológico (Maier, Watkins, & Fleshner, 1994), o que permitiu introduzir o papel dos processos psicológicos. Na medida em que o sistema nervoso central controla, regula e modula as respostas imunológicas, então é plausível que factores psicológicos possam influenciar a imunidade, quer negativa quer positivamente. Por outro lado, se os processos imunológicos podem ter efeitos sobre as funções nervosas superiores, então também é plausível que, potencialmente, possam ter impacto sobre o comportamento. A investigação nesta área interdisciplinar tem-se tornado cada vez mais sofisticada, e têm sido consideradas variáveis psicopatológicas, psicológicas e psicossociais.

Os conhecimentos adquiridos mais relevantes para a *Psicologia da Saúde* são os que resultaram dos trabalhos de Kiecolt-Glaser, & Glaser sobre os efeitos de certas *situações indutoras de stress* no sistema imunológico: divórcio, realização de exames, cuidar de pessoas demenciadas. Estão em curso projectos de investigação a longo prazo com a finalidade principal de investigar eventuais influências do stress crónico, suporte

(*) Psiquiatra. Assistente, ISPA. Coordenador do Núcleo de Investigação em Psicologia da Saúde.

social e estilo de *coping* sobre a imunidade, na saúde e na doença.

Aspectos essenciais destes estudos mais recentes: carácter prospectivo, definição precisa de variáveis psicológicas e avaliação mais adequada do funcionamento imunológico.

Importante o trabalho de Cohen (1991) sobre a influência do stress na susceptibilidade à simples constipação. Neste estudo, a avaliação do stress envolveu *acontecimentos de vida, stress percebido e afecto negativo*. Verificou-se a existência de correlação positiva entre constipação e stress, não dependente da idade, sexo, escolaridade, estado alérgico e estação do ano, entre outros factores. Concluiu-se que aquela associação relaciona-se com aumento da vulnerabilidade.

Situações indutoras de stress, factores psicopatológicos (com destaque para depressão), stress crónico, suporte social e outras variáveis psicossociais em sujeitos com doenças cancerosas são alguns dos aspectos mais importantes que têm sido estudados e que, como é evidente, ultrapassam largamente o campo restrito e limitado da Psicossomática para adquirirem relevância significativa em *Psicologia da Saúde*, na medida que o que está em causa não é essencialmente a doença mas, pelo contrário, a promoção e a manutenção da saúde.

As correlações entre variáveis psicológicas e imunológicas foram inicialmente postas em evidência em diversas *doenças físicas* (infecciosas, proliferativas, alérgicas e auto-imunes), bem como em *estados depressivos e psicóticos*. Ou seja: num primeiro momento predominou o paradigma da doença e rapidamente se verificou a necessidade de fazer estudos sistemáticos, se possível prospectivos, em *sujeitos normais*. Assim, só num segundo momento do desenvolvimento da psico-neuro-imunologia começaram a aparecer estudos de correlação entre variáveis psicológicas e imunológicas numa perspectiva efectivamente psicológica, abrindo-se linhas de investigação associadas ao *stress, dor crónica, experiência precoce, estilo de coping, suporte social* e, ainda, sobre a influência de *técnicas de intervenção psicológica* sobre a imunidade. O contexto teórico mais prometededor parece ser o que operacionaliza as diferentes variáveis no âmbito do modelo biopsicossocial da saúde e

considera as interações entre o sujeito, a família, os cuidados de saúde e o meio social.

De grande actualidade no campo psico-neuro-imunológico são os *aspectos relacionados com a infecção pelo VIH e a SIDA*. Resultados de vários trabalhos apontaram 2 aspectos essenciais (Kiecolt-Glaser, & Glaser, 1988): factores psicológicos e psicossociais podem ser co-factores de vulnerabilidade para a infecção pelo VIH e, também, de progressão para a imunodeficiência em sujeitos seropositivos assintomáticos; intervenções psicológicas poderão eventualmente retardar a incompetência imunológica ou, pelo menos, minimizar os efeitos negativos do stress sobre a imunidade em sujeitos infectados.

Assim, tem-se procurado investigar se existem ou não modalidades de funcionamento psicológico que facilitem a seroconversão por se associarem mais facilmente a comportamentos de risco para o VIH, com destaque particular para a alexitimia, estratégias de *coping* e patologia do agir. Ao mesmo tempo, tem-se procurado identificar factores associados à seropositividade para o VIH que pudessem facilitar a passagem para a imunodeficiência, designadamente stress e depressão. Repare-se que, se a vulnerabilidade imunológica à infecção for significativamente influenciada por factores psicológicos e/ou psicossociais, a probabilidade do sujeito infectar-se poderá relacionar-se com o contexto psicológico e relacional em que ocorrem os comportamentos de risco (sexual ou não sexual).

A psico-neuro-imunologia tornou-se, hoje em dia, uma área interdisciplinar da maior importância para a *Psicologia da Saúde*, trazendo conhecimentos relevantes para a promoção da saúde e prevenção da doença. Torna-se necessário que cada vez mais psicólogos se interessem por esta área bem como psiquiatras e outros médicos, para o que é necessário desenvolver equipas multidisciplinares e ter acesso a recursos materiais significativos, uma vez que a investigação nesta área é quase sempre muito dispendiosa. Seja como for, muitas áreas relacionadas com a saúde estão abertas ao desenvolvimento de investigação psico-neuro-imunológica: stress, saúde e doença; variáveis de personalidade e sua influência na manutenção da saúde e/ou no

aparecimento da doença; gravidez e maternidade; procedimentos médicos de diagnóstico e de tratamento indutores de stress e sua influência na imunidade; potencialidades das intervenções psicológicas (técnicas comportamentais, aconselhamento de saúde, etc.) para otimizarem as respostas imunológicas de sujeitos saudáveis ou doentes e características da adaptação psicológica à doença e imunidade, entre outras.

BIBLIOGRAFIA

- Ader, R., & Cohen, N. (1975). Behaviorally conditioned immunosuppression. *Psychosomatic Medicine*, 37, 333-340.
- Ader, R., & Cohen, N. (1993). Psychoneuroimmunology: Conditioning and stress. *Annual Review of Psychology*, 44, 53 - 85.
- Consoli, S. M. (1992). Pourquoi les gens tombent malades? ou La psychoneuro-immunologie a l'épreuve de la clinique. *Revue Internationale de Psychopathologie*, 8, 541-544.
- Dantzer, R. (1992). Psychosomatique et maladie: L'apport de la psychoneuro-immunologie. *Revue Internationale de Psychopathologie*, 8, 513-528.
- Johnston, M. (1994). Current trends. *The Psychologist (Health Special)*, March, 114 - 118.
- Kiecolt-Graser, J. K., & Glaser, R. (1988). Psychological Influences on Immunity (Implications for AIDS). *American Psychologist*, 43 (11), 892-898.
- Kiecolt-Glaser, J. K., & Glaser, R. (1989). Psychoneuroimmunology: Past, present, and future. *Health Psychology*, 8 (6), 677-682.
- Maier, S. F., Watkins, L. R., & Leshner, M. (1994). Psychoneuroimmunology (The interface between behavior, brain and immunity). *American Psychologist*, 49 (12), 1004-1017.
- Solomon, G. F. (1969). Stress and antibody response in rats. *International Archives Allergy*, 35, 97-104.
- Solomon, G. F., & Moos, R. H. (1964). Emotions, Immunity, and disease: A speculative theoretical integration. *Archives of General Psychiatry*, 11, 657-674.
- Teixeira, J. A. (1991). Psico-imunologia – Alguns pontos de vista psicológicos e psicopatológicos. *Análise Psicológica*, 9 (2), 239 - 242.
- Teixeira, J. A., & Trindade, I. (1992). Alguns aspectos psicoimunológicos associados à infecção pelo VIH. *Análise Psicológica*, 10 (4), 555-559.
- Villemain, F. (1989). *Stress et immunologie*. Paris: Presses Universitaires de France.

RESUMO

A psiconeuro-imunologia estuda a interface entre comportamento, cérebro e imunidade. Nesta nota didáctica o Autor discute alguns aspectos psiconeuro-imunológicos relevantes para a Psicologia da Saúde, especialmente relacionados com promoção da saúde e prevenção da doença.

ABSTRACT

Psychoneuroimmunology is related to the interface between behavior, brain and immunity. The Author discuss some psychoneuroimmunological aspects as applied to health psychology, specifically on health promotion and illness prevention.