

TERAPIA ESPECIALIZADA EM TRÂNSITO RECUPERA QUEM TEM MEDO DE DIRIGIR

Tratamento desenvolve os sentimentos e muda o comportamento, devolvendo autonomia, confiança e autoestima

Fim de férias, retomada a rotina, volta às aulas e o trânsito caótico novamente. Ruim para todos, mas especialmente pior para aquelas pessoas que entram em pânico só de pensar em pegar o volante para ir trabalhar, ir ao mercado, ao médico... O que parece simples e automático para a maioria, não é para 6% dos motoristas habilitados do Brasil que sofrem de uma doença chamada de amaxofobia, ou seja, medo irracional que toma conta na hora de dirigir.

As sensações que os portadores desta fobia sentem vão desde medo, tremor nas pernas, suor excessivo, dor de cabeça, boca seca, taquicardia, dor de barriga até o sentimento de que vão perder o controle do carro, bater ou atropelar alguém. Esses sentimentos e sensações fazem com que elas fiquem dependentes de familiares, amigos, ônibus, taxi e percam a autonomia, confiança, independência, liberdade e a autoestima.

Baseada em dados estatísticos que demonstram que um grande número da população sofre deste mal, e na maioria 80% das mulheres entre 30 e 60 anos, a psicóloga especialista em trânsito e em terapia cognitiva Salete Coelho Martins fundou há quatro anos a Clínica-Escola Psicotran, que trata exclusivamente de casos de medo de dirigir.

Ela explica que a metodologia exclusiva utilizada na clínica trabalha na reestruturação dos pensamentos e provoca uma mudança de comportamento. "O objetivo principal é aumentar a autoestima, devolver a autonomia e confiança para que o paciente possa não apenas dirigir seu veículo, mas também sua vida", ressalta.

Fabiola Quadros, advogada de 36 anos foi uma das beneficiadas do tratamento. Com carteira de motorista há 11 anos, carro novo na garagem e uma filha pequena, era refém do medo insuportável que sentia de dirigir. "Era lamentável o pânico que eu sentia, o medo do carro, das ruas", conta ela. Fabiola dependia dos amigos e do ex-marido para poder se locomover. "Quando me separei e vi que não tinha mais meu marido para me levar, resolvi procurar ajuda". O tratamento de Fabiola durou cerca de 6 meses e hoje ela comemora: "me sinto vitoriosa. Faço tudo sozinha. Recuperei minha independência. Estou curada", comemora.

O tratamento conta com duas etapas: a do consultório e a do veículo. Na parte prática a psicóloga acompanha o cliente no seu próprio veículo fazendo os percursos mais comuns do seu dia a dia como ir ao supermercado, buscar o filho no colégio e ir ao trabalho. "A pessoa aprende a lidar com o que a apavora de forma gradativa e pode voltar a dirigir em até dois meses", garante Salete.

Valdinéia Ramos, 28 anos, tem duas filhas e tirou carteira de motorista em 2004. Até então não pegava no volante. As sensações eram mal estar, tremor nas pernas, dor de barriga e muita insegurança. "Eu pedia sempre para alguém me dar carona. As crianças eu levo para o colégio a pé, mas é muito desgastante. Hoje, estou em tratamento e me sinto muito melhor. Consigo dirigir, mas com alguém por perto. Tenho certeza que logo vou estar dirigindo totalmente sozinha", avalia.