



FEDERAÇÃO BRASILEIRA DE TERAPIAS COGNITIVAS – FBTC
ANAIS DO XV CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIAS COGNITIVAS

Wilson Vieira Melo
Presidente do XV CBTC

Marcele Regine de Carvalho
Coordenadora Científica do XV CBTC

Salvador

2023

EFICÁCIA DA TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL (TCC) NO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE (TDAH) EM ADULTOS

Autores Josiane Albanás de Moura ¹, Roberto Moraes Cruz ¹

Instituição ¹ UFSC - Universidade Federal de Santa Catarina (FLORIANÓPOLIS)

Resumo

Introdução

O TDAH é descrito como um conjunto de sinais e sintomas relacionados ao neurodesenvolvimento e do comportamento e caracterizado, principalmente, por um padrão persistente de desatenção e/ou hiperatividade e impulsividade, em frequência e intensidade maior do que o equivalente ao nível de desenvolvimento esperado. Sua etiologia é multifatorial, com uma combinação de fatores genéticos e ambientais, os quais podem se manifestar nos períodos pré, peri ou pós-natais. Em termos de prevalência de TDAH em adultos há uma estimativa de 2,8% na população mundial, com médias ainda maiores para países de alta renda. Muitas pessoas com TDAH passam longos períodos de suas vidas sem receber diagnóstico e tratamento apropriados e, muitos desses, seguem sem tratamento ao longo da vida. A TCC é uma abordagem psicoterapêutica baseada em evidências que compreende uma série de características básicas, incluindo psicoeducação, reestruturação cognitiva e treinamento de habilidades, com o objetivo de mudar cognições e comportamentos, reduzindo o sofrimento psicológico. É uma abordagem amplamente utilizada no tratamento do TDAH.

Objetivos

O objetivo deste trabalho é discutir a eficácia das estratégias promovidas pela TCC no tratamento de adultos com TDAH.

Métodos

Foi realizada uma revisão de escopo nas bases de dados da Scopus e PsicNet dos últimos dez anos (2012-2021), com os descritores combinados “Cognitive Behavioral Therapy”, “efficacy”, “ADHD” e “Adults”.

Resultados

Há diferentes tipos de estudos sobre a eficácia da TCC para TDAH em adultos, em termos de delineamento e controle de variáveis. Dentre os mais frequentes, encontram-se estudos de caso, individual e em grupo, com sessões de TCC combinadas ou não com outros tipos de tratamento, tais como, farmacológico e técnicas de relaxamento. Ensaios clínicos randomizados (ECRs), em diferentes grupos populacionais começaram a reunir evidências sobre a eficácia das estratégias utilizadas pela TCC no controle de sintomas do TDAH, especialmente quando combinada com tratamento farmacológico.

Discussão

Independente do uso de medicação, sintomas que prejudicam o funcionamento global do adulto com TDAH podem ser objeto de intervenção da TCC, especialmente para a aprendizagem de estratégias de resoluções de problemas, no controle de respostas impulsivas e da atenção, na modificação de padrões disfuncionais de comportamento, na

aderência a tratamentos medicamentosos e na melhoria de habilidades (meta) cognitivas para lidar com situações do cotidiano. Há, contudo, a necessidade de avaliação da qualidade científica e técnica dos estudos sobre a eficácia da TDAH em adultos, incluindo os efeitos do tratamento ao longo do tempo, relativos aos tamanhos amostrais e aos estudos combinados.

Palavras-chaves: TCC, TDAH, Eficácia