



**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**

# TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL DOS PESADELOS EM PACIENTES VÍTIMAS DE ABUSO SEXUAL COM TRANSTORNO DE ESTRESSE PÓS-TRAUMÁTICO – REVISÃO DE LITERATURA

**Autores** Philipe Fecho <sup>1</sup>, Thiago Pacheco de Almeida Sampaio <sup>1</sup>

**Instituição** <sup>1</sup> AMBAN-IPq-HC-FM-USP - Ambulatório de Ansiedade do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo (R. Dr. Ovídio Pires de Campos, 785 - Cerqueira César, São Paulo - SP, 05403-903)

## Resumo

### Introdução

O presente trabalho é uma revisão de literatura que apresenta as compreensões e intervenções da Terapia Cognitivo Comportamental sobre o tratamento de pesadelos em pacientes vítimas de abuso sexual com transtorno de estresse pós-traumático.

### Objetivos

O objetivo dessa revisão de literatura é apresentar um levantamento do conhecimento em Psicologia Baseada em Evidências a respeito do fenômeno dos pesadelos pacientes vítimas de abuso sexual com transtorno de estresse pós-traumático, buscando responder a pergunta: para esta problemática, quais as intervenções em psicoterapia cognitivo-comportamental conhecidas e seu nível de evidência? Dessa forma é possível contribuir para a pesquisa e prática, apontando soluções e lacunas.

### Métodos

A elaboração do problema de pesquisa foi baseada na estratégia Scoping Review (Avaliação de Escopo). O desenvolvimento do trabalho seguiu as propostas da “Prisma-Statement – Transparent Reporting of Systematic reviews and Meta-Analysis” (Declaração Prisma - Relatório Transparente de Revisões Sistemáticas e Meta-Análise). Em 15 de agosto de 2021 foram consultadas as bases de dados PubMed com os descritores ((dreams) AND (Cognitive Behavioral Therapy) AND (Post-Traumatic)) e a BVS com os descritores ((sonhos) AND (terapia cognitivo-comportamental) AND (Transtornos de Estresse Pós-Traumáticos)) sem limitação de data de publicação.

### Resultados

Em ambas as bases de dados não foram encontradas Revisões Sistemáticas com estes descritores. A busca na PubMed retornou 22 resultados de ensaios clínicos, dos quais aplicando-se critérios de seleção pertinentes ao problema de pesquisa permaneceram 10 ensaios clínicos. A busca na BVS retornou os mesmos estudos da PubMed e mais uma revisão não-sistemática da Lilacs. Nenhum dos estudos está disponível em português.

### Discussão

Todos os estudos selecionados para essa revisão apontam que para esses pacientes o tratamento focado em TEPT produz melhora no sono, mas essa melhora não é sustentável a longo prazo. Já os tratamentos focados nos distúrbios de sono são mais eficazes na melhora dos distúrbios do sono e contribuem ao tratamento de TEPT como um todo. São eles: Terapia de Ensaio de Imagens, Tratamento de Sonhos Lúcidos, Terapia de Exposição, Relaxamento e Reescrita, Terapia de Processamento Cognitivo, Exposição Prolongada, Terapia Cognitiva para Transtorno de Estresse Pós-traumático. Ainda não há ensaios clínicos em quantidade e qualidade suficiente para metanálise para a pergunta de pesquisa, dessa forma, percebe-se a importância do investimento na pesquisa sobre o tema.

**Palavras-chaves:** Sonhos, Terapia Cognitivo-Comportamental, Transtornos de Estresse pós-Traumáticos, Trauma sexual