



**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**

## DESENVOLVIMENTO DE UMA TECNOLOGIA DIGITAL DE APOIO À TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Autores Júlio Gonçalves <sup>1</sup>, Andriel Ferreira <sup>1</sup>, Adriana Gomes Alves <sup>1</sup>

Instituição <sup>1</sup> UNIVALI - Universidade do Vale do Itajaí (Rua Uruguaí, 480, Itajaí, Centro, Santa Catarina)

### Resumo

#### Introdução

Nos últimos anos, aplicações tecnológicas para promoção da saúde têm sido cada vez mais comuns, de modo que avaliações e/ou intervenções por meio de celulares e aplicativos digitais são alternativas acessíveis e menos onerosas de serem implementadas nos serviços e profissionais da saúde, inclusive de psicoterapeutas cognitivo-comportamentais. Apesar dos resultados promissores, a proporção de tecnologias aplicadas à saúde aumentou de forma desenfreada, culminando em outro problema: a reduzida base empírica no desenvolvimento destas aplicações tecnológicas.

#### Objetivos

Assim, o objetivo do presente trabalho é o de apresentar o projeto-piloto do desenvolvimento de uma ferramenta, com componentes *mobile* e *web*, de apoio ao tratamento psicológico via Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC).

#### Métodos

A pesquisa, de cunho qualitativo, adotou a abordagem do *Design Science Research*, que prevê a criação de artefatos para a solução de determinados problemas. Serão utilizadas as seguintes etapas: (1) identificação do problema; (2) conscientização do problema; (3) identificação das etapas e configuração das classes do problema; (4) projeto do artefato; (5) desenvolvimento do artefato; e, (6) avaliação do artefato.

#### Resultados

Como resultado, na etapa um (01) e dois (02), uma revisão narrativa permitiu a definição de problemas na prática em TCC: baixa adesão ao tratamento entre as sessões e desenvolvimento de uma Formulação de Caso. Nas etapas três (03), quatro (04) e cinco (05) obteve-se uma solução tecnológica centralizada e eficaz, por meio de um *Software as a Service* (SAAS), composto por um *sistema web* que permite ao psicoterapeuta gerenciar o tratamento psicológico via TCC e um aplicativo móvel que possibilita ao paciente o registro do funcionamento cognitivo-comportamental diário, frequência de sintomas, atividades gamificadas, e exercícios de manejo. Por se tratar de um projeto-piloto, a etapa seis (06) de avaliação do artefato, foi realizada pela equipe por meio de personas, os quais possuem traços, comportamentos, história, entre outras características, baseadas em casos clínicos do DSM-5.

#### Discussão

O uso das tecnologias digitais da informação e comunicação vem se ampliando na área da saúde, e a seriedade com que o tema deve ser tratado é alvo de investigações as quais buscou-se atender no desenvolvimento do projeto-piloto. Salienta-se esse aspecto porque se observam soluções que vão ao encontro de autoajuda, ou autotratamento, por meio de *softwares* sem o cuidado da intervenção de um profissional capacitado, o que pode gerar uma situação de risco à pessoa que já se encontra em sofrimento psíquico.

**Palavras-chaves:** Tecnologia Digital, Terapia Cognitivo-Comportamental, Psicologia Clínica, Aplicativo, Sistema Web