



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

POR QUE VOCÊ DEVE CONHECER A POR QUE VOCÊ DEVE CONHECER A TERAPIA COGNITIVA PROCESSUAL? EVOLUÇÃO DA ABORDAGEM COMO PSICOTERAPIA EMPIRICAMENTE SUSTENTADA.? EVOLUÇÃO DA ABORDAGEM COMO PSICOTERAPIA EMPIRICAMENTE SUSTENTADA.

Autores Tamara Melnik ^{1,2}, IRISMAR Reis de Oliveira ^{1,2}, CURT HERMANNY ^{1,2}
Instituição ¹ Unifesp - Universidade Federal de São Paulo (R Botucatu 150), ² UFBA -
Universidade Federal da Bahia (Rua Basílio da Gama, 06, Canela,)

Resumo

Introdução

A Terapia Cognitiva Processual (TCP) é um modelo terapêutico desenvolvido nos últimos 15 anos. Suas técnicas inovadoras são descritas passo a passo. Embora haja técnicas para modificação dos três tipos de cognições [pensamentos automáticos (PA), pressupostos subjacentes (PS) e crenças nucleares (CN)], seu foco está na modificação destas últimas, através do Registro de Pensamento Baseado no Processo ou "Processo I". Esta técnica visa a solicitar ao paciente que assuma diferentes papéis em um processo judicial: réu, promotor, advogado de defesa e jurado. Também é solicitado que o paciente utilize cadeiras diferentes para representar os diferentes papéis. Essa estratégia explora as distorções e evidências que ajudam na ativação de CN positivas funcionais. A TCP foi testada em vários estudos para diferentes condições clínicas e situações: depressão, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), fobia social (FS), pacientes HIV-positivos, tartamudez e estudantes de medicina do ensino médio, mostrando-se superior a ausência de tratamento ou equivalente a outras intervenções já testadas. A evolução da TCP possibilitou o desenvolvimento de uma revisão sistemática e metanálise, apresentadas neste simpósio.

Objetivos

Os participantes desse simpósio serão capazes de compreender as principais estratégias da TCP, para quais pacientes ela é utilizada e sua eficácia na redução de sintomas depressivos e ansiosos.

Métodos

Revisões sistemáticas (RS) sintetizam a melhor evidência disponível para avaliar a efetividade, a eficácia e a segurança de Tecnologias na Saúde, dentre elas diversas modalidades de psicoterapias, e são utilizadas para dar suporte às tomadas de decisões clínicas e nas políticas na Saúde Mental. A RS consiste em uma síntese crítica e reprodutível das melhores evidências disponíveis sobre uma questão específica, além de identificar lacunas sobre as perguntas de interesse que ainda precisam de respostas, como também identificar perguntas adicionais que possam surgir ao longo do desenvolvimento da RS.

Resultados

A TCP apresenta características distintivas no manejo clínico de PA, PS e CN, o que possibilita sua utilização de forma transdiagnóstica. Com base na pergunta "A TCP é efetiva na redução de sintomas depressivos e ansiosos em nível transdiagnóstico comparada a controles?", nosso estudo mostrará os resultados de uma metanálise sobre a eficácia da TCP na redução desses sintomas, comparada ao tratamento usual e outros tipos de psicoterapias.

Discussão

A TCP é um dos mais recentes modelos de psicoterapia pertencentes às TCC. O objetivo desta apresentação é demonstrar aos participantes como a TCP, ao facilitar mudanças importantes nos diferentes níveis cognitivos (PA, PS e CN), o faz através de estratégias próprias ou naquelas inspiradas na literatura (p.ex., o Processo de Kafka) e em diferentes modelos teóricos, a exemplo da terapia da Gestalt e de abordagens ditas de terceira onda.

Palavras-chaves: Terapia Cognitiva Processual, Revisão Sistemática, Psicologia Baseada em Evidências