

PSICOTERAPIA E A PRÁTICA BASEADA EM EVIDÊNCIAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

¹ Vitória Ferreira de Azevedo

¹ Graduanda em Psicologia, pela Universidade Federal do Ceará, campus Sobral.

Área Temática: Inovações em Psicologia, Psicoterapia e Saúde Mental

Modalidade: Pôster interativo

E-mail do autor: vitoriafdeazevedo@gmail.com

RESUMO

Introdução: A Prática Baseada em Evidências em Psicologia (PBEP) é um processo de tomada de decisão clínica, que ocorre por meio da integração da melhor evidência disponível com a perícia clínica do psicoterapeuta, no contexto das características, cultura e preferências do paciente, o qual é urgente investigar e aplicar na clínica psicoterápica. **Objetivos:** sintetizar as publicações realizadas nos últimos dez anos, no território latino-americano, sobre a PBEP. **Métodos:** Trata-se de uma revisão da literatura do tipo integrativa, de natureza exploratória e descritiva, com abordagem qualitativa, realizada no mês de junho de 2022. As plataformas científicas escolhidas para a pesquisa foram: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), selecionando as bases de dados Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), no Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e PubMed. Foram utilizados os descritores em ciências da saúde (DeCS) “Prática Clínica Baseada em Evidências” e “Psicoterapia”, separados pelo operador booleano “AND”. **Resultados e discussão:** Foram encontrados 12 artigos, dos quais foram selecionados 9 para leitura na íntegra e apenas 5 foram considerados relevantes. As principais informações obtidas nos artigos lidos foram sobre aspectos históricos do desenvolvimento da PBEP, sua importância, conflitos entre fatores comuns e fatores específicos, críticas e limites apontados. **Conclusão:** Apesar das limitações, o estudo poderá orientar futuras revisões com metodologia sistemática e enriquecer a literatura sobre Psicologia Baseada em Evidências no território latino-americano.

Palavras-chave: Psicologia Baseada em Evidências; Psicologia; Psicoterapia.

1 INTRODUÇÃO

A Psicologia Baseada em Evidências é definida pela *American Psychological Association* (2005) como um processo de tomada de decisão clínica, que ocorre por meio da integração da melhor evidência disponível com a perícia clínica do psicoterapeuta, no contexto das características, cultura e preferências do paciente, sendo que os três componentes da definição possuem o mesmo grau de importância na decisão clínica.

A busca por evidências empíricas da eficácia das psicoterapias foi fomentada após a publicação de um estudo feito por Eysenck (1959), que concluiu que nenhuma abordagem de psicoterapia realizada à época facilitava a melhora dos pacientes neuróticos. Outros pesquisadores tentaram demonstrar empiricamente a eficácia das psicoterapias. Luborsky *et al.* (1975 apud LEONARDI; MEYER, 2015) e Smith *et al.* (1980 apud LEONARDI; MEYER, 2015) chegaram à conclusão de que todas as psicoterapias produziram efeito similar de melhora nos pacientes submetidos a elas. Assim, em um tratamento psicoterápico

(1) há um comportamento-alvo, queixa ou transtorno a ser tratado (e.g., fobia de barata); (2) há uma explicação teórica sobre a origem do problema (e.g., condicionamento respondente); (3) há mecanismos de mudança consistentes com determinada abordagem teórica (e.g., extinção respondente); (4) esses mecanismos de mudança indicam uma terapêutica a ser empregada (e.g., dessensibilização sistemática); (5) os resultados (e.g., cura da fobia) são atribuídos à terapêutica empregada, ou seja, a um fator específico da intervenção. (LEONARDI E MEYER, 2015, p. 1143).

O objetivo geral deste trabalho é verificar quais publicações foram feitas, nos últimos dez anos, por autores latino-americanos, sobre o tema Prática Baseada em Evidências e Psicoterapia. A relevância deste trabalho é justificada pela urgência em se investigar e aplicar a prática baseada em evidências na clínica psicoterápica, visto que, segundo Monteleone e Witter (2017) é um dos temas que mais têm produzido discussão na literatura de Psicologia, principalmente internacional. As hipóteses prévias à revisão é de que existe um baixo volume de publicações sobre o tema nos países latino-americanos e que os estudos realizados são majoritariamente teóricos.

2 MÉTODOS

Trata-se de uma revisão da literatura do tipo integrativa, de natureza exploratória e descritiva, com abordagem qualitativa, realizada no mês de junho de 2022. Esta modalidade de revisão tem como finalidade sintetizar a literatura teórica ou experimental de um fenômeno em específico. Ademais, as revisões integrativas auxiliam no desenvolvimento e ampliação de teorias, as quais serão fundamentais para a aplicação da ciência (WHITTEMORE; KNAFL, 2005).

O estudo se configura como exploratório visto que a pesquisa se situa em uma fase preliminar e, além disso, tem como principal objetivo fornecer mais informações sobre o tema em questão, proporcionando definições e delineamentos gerais. (PRONADOV e FREITAS, 2013). Foram escolhidas as plataformas científicas para a pesquisa, a saber: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), selecionando as bases de dados Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), no *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), Scientific

Electronic Library Online (SCIELO) e PubMed. Foram utilizados os descritores em ciências da saúde (DeCS) “Prática Clínica Baseada em Evidências” e “Psicoterapia”, separados pelo operador booleano “AND”.

Constituíram os critérios de inclusão: 1. publicações que discutem a temática investigada; 2. materiais de produção latino-americana; 3. publicações dos últimos 10 anos. Quanto aos critérios de exclusão, adotou-se: 1. publicações que discutem temáticas que não são a investigada; 2. artigos indisponíveis na íntegra; 3. materiais em formato de livros, capítulos de livros ou revistas; 4. publicações em línguas que não sejam produção latino-americana.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 12 artigos no total, sendo 10 na Scielo, 2 na BVS (MEDLINE e LILACS) e 0 na PubMed. Após a análise pelo título e resumo, somente 9 foram eleitos para leitura íntegra. Após essa etapa, 7 foram excluídos, sendo 3 por repetição. Ao final da análise, somente 5 artigos foram considerados relevantes, sendo todos de produção nacional, a saber: 2 do Distrito Federal, 2 de São Paulo e 1 do Rio de Janeiro. Os principais resultados estão elencados na tabela a seguir, assim como também informações sobre autores, data, periódico, local de publicação e metodologia adotada.

Os aspectos históricos do desenvolvimento da Prática Baseada em Evidências em Psicologia (PBEP) são apresentados a partir de referências e marcos comuns, como as conclusões de Eysenck (1952) sobre a semelhança de resultados produzidos pelas diversas modalidades psicoterápicas e pela passagem do tempo na melhora dos pacientes.

Tabela 1: Compilação dos estudos classificados como relevantes após análise. Sobral, Ceará, Brasil, 2022. (continua)

Autor(es) e ano de publicação	Título do artigo	Periódico e Local	Desenho metodológico	Principais resultados
Leonardi e Meyer (2015)	Prática Baseada em Evidências em Psicologia e a História da Busca pelas Provas Empíricas da Eficácia das Psicoterapias.	Psicologia: Ciência e Profissão, Brasília - DF.	Pesquisa bibliográfica	O estudo apresenta a história da PBEP e o papel da APA, a qual desenvolveu forças-tarefa a fim de elaborar um modelo representativo da PBEP.

Stenzel (2022)	Habilidades terapêuticas interpessoais: a retomada de Carl Rogers na prática da psicologia baseada em evidências	Psicologia Clínica, Rio de Janeiro - RJ.	Pesquisa bibliográfica	Demonstrou-se convergência entre os fatores relacionais baseados em evidências e atitudes do terapeuta facilitadoras da mudança em psicoterapia, propostas por Carl Rogers.
Monteleone e Witter (2017)	Prática Baseada em Evidências em Psicologia e Idosos: conceitos, estudos e perspectivas.	Psicologia: Ciência e Profissão, Brasília - DF.	Pesquisa bibliográfica	Os critérios de busca por evidências de resultado de intervenções psicoterápicas para a população idosa são discutíveis e não claramente definidos.
Sampaio e Neto (2021)	O lugar dos ensaios clínicos aleatorizados na pesquisa em psicoterapia: uma crítica epistemológica.	Psicologia USP, São Paulo - SP.	Pesquisa bibliográfica	Na perspectiva pragmática os ensaios clínicos aleatorizados são uma ferramenta útil para verificar a eficácia das terapias, em determinadas populações clínicas, definidas a partir de uma perspectiva nosológica particular.
Leonardi e Meyer (2016)	Evidências de eficácia e o excesso de confiança translacional da análise do comportamento clínica.	Temas em Psicologia, Ribeirão Preto - SP.	Pesquisa bibliográfica	Demonstrou que, com exceção para a DBT e BA, não há evidências empíricas rigorosas da eficácia da FAP, ACT e TAC.

Fonte: elaborada pela autora.
(continuação)

Os estudos de Luborsky *et al.* (1975) e Smith *et al.* (1977, 1980), posteriormente, apontam para a eficácia de todas as modalidades de psicoterapia, sem diferença significativa entre os resultados produzidos por elas (LEONARDI; MEYER, 2015; MONTELEONE; WITTER, 2017). A Divisão 12 da *American Psychological Association* (APA) instaurou forças-tarefas, desde 1993 a fim de elaborar critérios para sustentarem a PBEP (LEONARDI; MEYER, 2015; MONTELEONE; WITTER, 2017; STENZEL, 2021).

É indicada a importância dos 3 componentes da PBEP, definidos pela APA, a saber: melhor pesquisa disponível, perícia clínica e características, cultura e preferências do paciente (MONTELEONE; WITTER, 2017). A previsão e o controle dos fenômenos naturais possibilitada pelos ensaios clínicos aleatorizados, metodologia cara à Prática Clínica Baseada em Evidências, pode ser um objetivo importante de ser alcançado para que sejam desenvolvidas resoluções de problemas relevantes (SAMPAIO; NETO, 2021).

Os fatores comuns estão presentes nos processos terapêuticos de diferentes modalidades de psicoterapia e consistem em propriedades do terapeuta, por exemplo, acolhimento, empatia e

aceitação, e do paciente, como expectativa e busca pela melhora, já os fatores **específicos consistem** em estratégias, procedimentos e técnicas específicos de cada modalidade (MONTELEONE; WITTER, 2017). Stenzel (2021) considera priorizar aspectos da relação terapêutica, fatores comuns das psicoterapias, em vez de habilidades técnicas do terapeuta, isto é, fatores específicos.

Algumas críticas ao modelo da PBEP foram feitas ao longo de seu desenvolvimento, as quais relacionavam-se às áreas de diagnóstico, utilização de manuais e metodologia utilizada nas pesquisas (MONTELEONE; WITTER, 2017; LEONARDI; MEYER, 2015). Sobre a utilização de ensaios clínicos aleatorizados como método de busca por evidências, existe a crítica de que a Prática Baseada em Evidências desqualifica outras práticas e propostas metodológicas de investigação, o que a caracterizaria como mecanismo de dominação ideológica (SAMPAIO; NETO, 2021).

Os limites da PBEP são que a maioria das publicações focam no seu modelo conceitual, em detrimento do ensino de habilidades necessárias para sua aplicação (MONTELEONE; WITTER, 2017; LEONARDI; MEYER, 2015). Acrescenta-se os artigos encontrados neste estudo apresentaram falhas metodológicas, fato este que produziu dúvidas sobre como classificá-los metodologicamente e provocou a reflexão de que mesmo os autores que escrevem sobre PBEP, os quais enfatizam o uso de métodos adequados para atender aos objetivos da pesquisa, deixaram a desejar na construção de suas metodologias.

4 CONCLUSÃO

Este estudo sintetizou as publicações realizadas nos últimos dez anos, no território latino-americano, sobre a Prática Baseada em Evidências em Psicologia. Em totalidade, os artigos selecionados são de natureza teórica e pode-se considerar que foi encontrado um baixo volume de publicações, o que confirma as hipóteses prévias da autora.

Inicialmente, foi estabelecido como critério de inclusão artigos latino-americanos. Entretanto, foram encontrados somente materiais nacionais e isso, possivelmente, se deve às limitações do estudo, a exemplo da pequena quantidade de bases de dados escolhidas e pelo cruzamento dos descritores com apenas um operador booleano, e do número reduzido de descritores. Ademais, apesar das limitações, os resultados deste trabalho podem ser utilizados para orientar futuras revisões com metodologia sistemática e enriquecer a literatura sobre Psicologia Baseada em Evidências no território latino-americano.

5 REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. **Report of the 2005 Presidential Task Force on Evidence-Based Practice**, 2005.

COCHRANE BRAZIL. **Saúde Baseada em Evidências**. Disponível em:
<https://brazil.cochrane.org/sa%C3%BAde-baseada-em-evid%C3%AAncias>. Acesso em: 07 jul. 2022.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar um projeto de pesquisa**. 5ed. São Paulo: Atlas, 2010.

LEONARDI, Jan Luiz; MEYER, Sonia Beatriz. **Evidências de eficácia e o excesso de confiança translacional da análise do comportamento clínica**. Temas em Psicologia, [S.L.], v. 24, n. 4, p. 1465-1477, 2016. Associação Brasileira de Psicologia. <http://dx.doi.org/10.9788/tp2016.4-15pt>. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413389X2016000400015. Acesso em: 26 jun. 2022.

LEONARDI, Jan Luiz; MEYER, Sonia Beatriz. Prática Baseada em Evidências em Psicologia e a História da Busca pelas Provas Empíricas da Eficácia das Psicoterapias. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [S.L.], v. 35, n. 4, p. 1139-1156, dez. 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001552014>.

MONTELEONE, Thiago Vinicius; WITTER, Carla. Prática Baseada em Evidências em Psicologia e Idosos: conceitos, estudos e perspectivas. **Psicologia: Ciência e Profissão**, [S.L.], v. 37, n. 1, p. 48-61, jan. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703003962015>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pcp/a/7kfdXmcqnXkY7gtKnhX5VZS/?lang=pt>. Acesso em: 20 jun. 2022.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do Trabalho Científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. Novo Hamburgo: Feevale, 2009.

SAMPAIO, Thiago Pacheco de Almeida; NETO, Francisco Lotufo. **O lugar dos ensaios clínicos aleatorizados na pesquisa em psicoterapia: uma crítica epistemológica**. Psicologia USP, [S.L.], v. 32, p. 1-9, 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0103-6564e200015>. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/psp/a/zFFQ4bJzQSZFW4YwxC3CMjb/?lang=pt>.

STENZEL, Lucia Marques. Habilidades terapêuticas interpessoais: a retomada de Carl Rogers na prática da psicologia baseada em evidências. **Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 3, p. 557-576, set./dez. 2021. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010356652021000300010. Acesso em: 19 jun. 2022.

WHITTEMORE R., KNAFL. **The integrative review: update methodology**. J Adv Nurs. 2005; 52(5):546-53.