

Terapias Contextuais: Revisão do Estado da Arte

Contextual Therapies: State of the Art Review

Carolina Silva Vieira^a, Barbara Cristina Niero^b

a: Graduada do Curso de Psicologia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas/FMU, Brasil

b: Mestre em Psicologia do Desenvolvimento e Processos Educativos da UEM/Brasil, Doutoranda em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem do IP-USP/Brasil, Coordenadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas/FMU, Brasil

RESUMO

As terapias contextuais ou, alternativamente, terapias cognitivo-comportamentais de terceira geração, têm ganhado destaque na área da psicologia nos últimos anos e vêm sendo adotadas cada vez mais por psicoterapeutas no ambiente clínico. A busca por métodos e ferramentas com validade e evidência científica elevaram o interesse dos profissionais da área nas terapias comportamentais e esse interesse vem aumentando de maneira exponencial nos últimos anos. Assim, este estudo teve como objetivo investigar junto ao Banco de Teses e Dissertações da Biblioteca Nacional, bem como, nas bases de dados da Scielo e Pubmed quais são, e como estão sendo abordados os estudos que falam sobre terapias contextuais no Brasil. A metodologia utilizada foi a exploratória, investigativa por meio da investigação do Estado da Arte. Resultados: As buscas rastream 6.738 estudos e após utilização de critérios de inclusão e exclusão, apenas 20 estudos foram considerados para a revisão do estado da arte. Principais conclusões: pode-se observar que apesar do crescente interesse nas terapias contextuais entre profissionais da área da saúde, o número de pesquisas e artigos sobre o assunto diminuiu no país. Observou-se que muitas pesquisas não conseguiram comprovar amplamente os resultados, devido a períodos curtos de avaliação e amostragens pequena. Para validar as terapias de terceira geração no contexto Brasil, é essencial aumentar estudos, publicações e amostras, a fim de consolidar estratégias terapêuticas baseadas em evidências. Apesar de promissoras globalmente, mais pesquisas são necessárias para estabelecer as abordagens contextuais como padrão ouro de tratamento para transtornos mentais no Brasil.

Descritores: terapias contextuais, terapia de aceitação e compromisso, terapia comportamental dialética.

ABSTRACT

Contextual therapies, or alternatively, third-generation cognitive-behavioral therapies, have gained prominence in the field of psychology in recent years and are increasingly being adopted by psychotherapists in the clinical setting. The search for methods and tools with validity and scientific evidence has heightened the interest of professionals in the field of behavioral therapies, and this interest has been growing exponentially in recent years. Thus, this study aimed to investigate, using the National Library's Thesis and Dissertation Database, as well as the Scielo and PubMed databases, what studies are discussing contextual therapies in Brazil and how they are being addressed. The methodology used was exploratory and investigative through a state of the art investigation. Results: The searches traced 6,738 studies, and after applying inclusion and exclusion criteria, only 20 studies were considered for the state-of-the-art review. Main conclusions: it can be observed that despite the growing interest in contextual therapies among healthcare professionals, the number of research and articles on the subject has decreased in the country. It was noted that many studies failed to widely prove the results due to short evaluation periods and small sample sizes. To validate third-generation therapies in the Brazilian context, it is essential to increase studies, publications, and samples to consolidate evidence-based therapeutic strategies. Although

promising globally, more research is needed to establish contextual approaches as the gold standard for the treatment of mental disorders in Brazil.

Descriptors: contextual therapies, acceptance and commitment therapy, dialectical behavioral therapy

INTRODUÇÃO

O termo “terapias contextuais” pode ser considerado relativamente recente. Hayes ¹ foi o primeiro autor a sugerir a divisão da terapia comportamental em três ondas ou três gerações. As terapias contextuais, segundo Hayes¹, viriam para reformular e corrigir erros das ondas anteriores, sendo baseadas em uma abordagem empírica e focadas no contexto e nas funções dos fenômenos psicológicos.

Para Hayes¹, as principais razões que suportariam uma nova onda das terapias comportamentais seriam: a ênfase diminuída da segunda onda no papel contextual; questionamentos relacionados à eficácia das estratégias cognitivas e a classificação do cognitivo como uma categoria à parte.

É importante destacar que o termo "terapias contextuais" engloba não apenas uma única abordagem, mas sim um conjunto diversificado de terapias fundamentadas em uma premissa comum em seu desenvolvimento. As terapias de terceira onda sustentam a premissa central de que o contexto desempenha um papel preponderante para se decifrar a natureza dos comportamentos observados. Por essa razão, são denominadas terapias contextuais, uma vez que a análise do ambiente em que os comportamentos se manifestam é essencial para a compreensão desses comportamentos.²

Neste amplo cenário de abordagens contextuais, surge a variedade de práticas que se enquadram nesse paradigma. Ao explorar algumas das terapias mais reconhecidas, como a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), a Terapia Cognitivo-Comportamental Baseada em Mindfulness (MBCT), a Terapia Comportamental Dialética (DBT), a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP), a Terapia Focada na Compaixão (CFT) e a Terapia Comportamental Integrativa de Casais (IBCT), ² torna-se evidente que, embora sejam distintas em suas práticas e técnicas, todas convergem no princípio essencial de que a compreensão do contexto é a chave para decifrar a complexidade dos comportamentos e instigar mudanças significativas.

Conforme apontado por Lucena-Santos, Pinto-Gouveia e Oliveira², as chamadas terapias comportamentais abrangem uma gama de técnicas que podem ser empregadas para o tratamento de demandas psicológicas, além de se referir à análise do comportamento e a combinação desta análise com técnicas e práticas clínicas. Assim, as chamadas terapias de

terceira onda ou contextuais se referem a um movimento de um grupo de estratégias terapêuticas que compartilham elementos em comum, a partir da análise das práticas terapêuticas anteriores e na busca de melhorias em seus resultados.

A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), para Saban² tem como base filosófica o Contextualismo Funcional, que consiste em um olhar para os fenômenos que os considera pertencentes a um contexto e não de forma isolada. O sofrimento psicológico, na perspectiva da ACT, é advindo da inflexibilidade psicológica, que por vezes leva um indivíduo a generalizar suas experiências de forma indiscriminada e assim restringem seu repertório.

Com o repertório restrito e comportamentos evitativos, além da racionalização de seus próprios comportamentos – localizando nos sentimentos e pensamentos as "causas" dos comportamentos, por exemplo – o sofrimento psicológico se estabelece. Assim, a ACT busca intervenções que se baseiam no treino de algumas habilidades (ficar no momento presente, aceitação, valores, ações com compromisso) que permitem a quebra das generalizações errôneas de comportamentos restritivos, ampliando o repertório do indivíduo e propiciando autonomia na busca de valores e experiências.²

Já a Terapia Baseada em Mindfulness (MBCT), na perspectiva de Demarzo, Barros e Oliveira² se caracteriza por um programa estruturado e aplicado à grupos específicos, de pacientes com depressão maior, buscando a prevenção de possíveis recaídas. É uma estratégia terapêutica que se baseia nas práticas de mindfulness, além de psicoeducação e aprendizagem de estratégias que possam proporcionar o autoconhecimento e desenvolvimento de estratégias de manejos em situações de recaídas ou recorrências do quadro depressivo.

O programa de MBCT engloba oito sessões por semana com a duração de 2 horas, e os pacientes são instruídos com materiais específicos e vídeos que auxiliam na prática do mindfulness. Cada semana do programa tem objetivos diferentes, e ao fim das oito semanas, a perspectiva é que os participantes consigam compreender os conhecimentos adquiridos e planejar a sua aplicação futura em contextos diversos, evitando as recaídas e permanência de sintomas da depressão maior².

A Terapia Comportamental Dialética (DBT), por sua vez, se caracteriza como um tratamento compreensivo que inclui elementos de diversas intervenções cognitivo comportamentais baseadas em evidências. Inicialmente foi desenvolvida pensando no tratamento de mulheres com transtorno depressivo bipolar, mas, em pesquisas posteriores, sua aplicação demonstrou resultados promissores para outras demandas clínicas³.

O programa de tratamento da DBT, de acordo com Chapman³, consiste em terapia individual, terapia em grupo e a consultoria terapêutica. A DBT busca cumprir cinco funções de tratamento, a saber: aumento de capacidades (envolvendo habilidades de controle emocional e tolerar estresse, por exemplo); generalização de capacidades (a transferência dos aprendizados no contexto terapêutico para a vida cotidiana); melhora na motivação e diminuição de comportamentos disfuncionais (aspecto especialmente trabalhado na terapia individual); aumento e manutenção das capacidades dos terapeutas (treinamento adequado e encorajamento dos terapeutas) e estruturação do ambiente (o terapeuta individual se coloca no comando dos elementos da terapia, buscando garantir sua efetividade).

Kohlenberg e Tsai⁴ apresentam os princípios da Terapia Analítico Funcional (FAP) com base na Teoria das Molduras Relacionais e princípios base da Análise do Comportamento, como o reforçamento e a generalização. A FAP privilegia a análise de comportamentos verbais controlados por eventos diretamente observados, e assume que mesmo o comportamento verbal privado tem sua origem no ambiente.

A FAP se constitui numa abordagem terapêutica que identifica Comportamentos Clinicamente Relevantes (CRBs) que consideram que os comportamentos considerados relacionados à queixa clínica se manifestam também no contexto clínico. Os CRB1 são os problemas do cliente que ocorrem durante a sessão; os CRB2 são progressos do cliente que ocorrem em sessão - que devem ser reforçados nesse mesmo contexto, para posterior generalização - e os CRB3 são interpretações do cliente sobre seu próprio comportamento. Assim, Kohlenberg e Tsai⁴ consideram que a FAP precisa que sua estrutura siga algumas regras para sua efetividade: observar os CRBs, evocar os CRBs, reforçar os CRB2s, observar os efeitos que podem ser reforçadores no comportamento do terapeuta em relação aos CRBs de seu cliente e fornecer interpretações das variáveis que podem afetar o comportamento do cliente.

A Terapia Comportamental Integrativa de Casais (IBCT), para Perissuti e Barraca⁵, tem como fundamento o conceito da aceitação, que inclui a compreensão de que os casais têm suas diferenças que são manejadas por comportamentos com funções evitativas e que acabam sendo prejudiciais para o relacionamento. Assim, a IBCT trabalha com o princípio de que cada parceiro deve agir como a pessoa que deseja ser naquela relação, agindo de forma alinhada com os seus valores.

Com o crescente interesse e com a adesão cada vez maior por parte dos profissionais da área da saúde nas terapias contextuais, este estudo teve como objetivo geral, investigar como os estudos têm abordado as terapias contextuais no Brasil, através da metodologia de análise do estado da arte.

As pesquisas sobre estado da arte intuem o levantamento, mapeamento e análise do que se produz cientificamente sobre um determinado tema, considerando um período cronológico, formas e condições de produção.⁶Neste sentido, buscou-se explorar o produzido sobre psicoterapias de terceira onda e verificar quais aspectos sobre as psicoterapias contextuais permanecem pouco explorados ou descritos na literatura.

MÉTODO

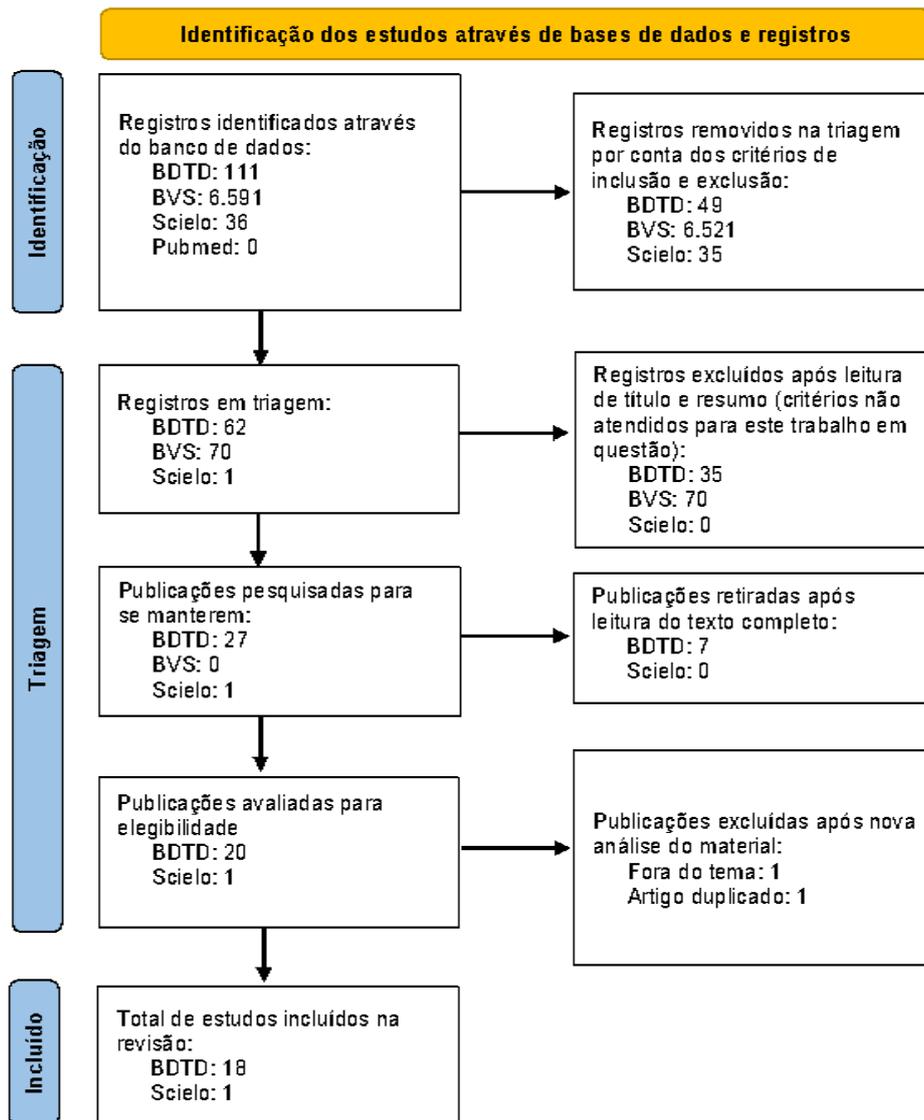
Trata-se de uma revisão de literatura na investigação de estudos que têm abordado as terapias contextuais no Brasil por meio da metodologia de análise do estado da arte. Para este tipo de estudo não foi preciso a submissão em comitê de ética.

No mês de agosto de 2023, foram realizadas pesquisas com os descritores “Terapia de Aceitação e Compromisso”, “Terapia Comportamental Dialética” e “Terapia Contextual”, nas bases de dados da biblioteca nacional, na Biblioteca Virtual em Saúde, na Pubmed e na base de dados da Scielo. Para esta pesquisa considerou-se, como critério de inclusão: estudos realizados nos últimos cinco anos, entre teses de mestrado e doutorado e artigos publicados em revistas pertinentes. Como critério de inclusão, considerou-se também, estudos desenvolvidos e publicados no Brasil e que trouxessem a abordagem direta dentro das terapias contextuais. Em um primeiro momento, as buscas rastream 6.738 estudos e após utilização de critérios de inclusão e exclusão, apenas 20 estudos foram considerados para a revisão do estado da arte.

É importante destacar que, após a seleção dos trabalhos conforme procedimento apresentado, os artigos localizados nas bases da Biblioteca Virtual em Saúde e na Pubmed não foram considerados para esta revisão do estado da arte, por não atenderem aos critérios e elegibilidade. Desta forma, após análise do material coletado, foram considerados 19 estudos, sendo 18 teses de pós-graduação, entre doutorado e mestrado, na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde e 1 artigo científico retirado da base de dados da Scielo. Um dos estudos foi descartado por estar em duplicidade.

Na figura 1, é possível observar as etapas de exclusão dos trabalhos previamente encontrados nas bases de dados, incluindo as etapas de identificação, triagem e seleção final.

Figura 1: Fluxograma PRISMA 2020 para apresentação do processo de seleção dos estudos ao longo de uma revisão sistemática



Fonte: adaptado e traduzido de PRISMA⁷

RESULTADOS

Após a leitura dos trabalhos, os 19 estudos previamente selecionados foram mantidos na revisão do estado da arte. Todos os estudos selecionados, podem ser verificados abaixo, conforme tabela 1 abaixo. Na tabela 1, é possível observar o objetivo, método e resultado de todos os trabalhos considerados neste estudo.

Tabela 1: Lista de materiais selecionados

Autor/Ano/IES	Título	Técnica	ABORDAGEM: Objetivos, Metodologia e principais resultados
<p>Roberta Kovac</p> <p>2018</p> <p>USP - Instituto de Psicologia</p> <p>Tese de Doutorado</p>	<p>Efeitos de Intervenções da Terapia de Aceitação e compromisso na transformação de função de estímulos arbitrariamente relacionados</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: Ampliar os achados de estudos anteriores e medir a transformação de função de estímulos após a realização de exercícios típicos de ACT.</p> <p>Metodologia: Dois estudos foram realizados. O estudo 1 teve como objetivo, medir a transformação de função de estímulos após a realização da metáfora "Folhas na Correnteza", um exercício da ACT. Participaram 19 adultos, em um delineamento experimental pré e pós testes de grupo único. O procedimento foi realizado em 6 fases. O estudo 2, buscou ampliar os achados do estudo anterior, modificando componentes da metáfora e introduzindo a comparação com um grupo de controle, com vistas a avaliar a transformação de função produzida por uma intervenção de desfusão cognitiva utilizada na ACT, adaptada para a situação experimental chamada a metáfora "Álbum de fotografias". Participaram desse estudo 78 adultos em um delineamento experimental misto com comparações entre grupos de sujeitos (pré e pós-intervenção com participantes randomizados entre grupo experimental e grupo controle). O procedimento foi similar ao do estudo 1, em seis fases, com uma nova escala inserida da última fase, de avaliação de execução do exercício de mediação.</p> <p>Resultados: No estudo 1, a comparação dos resultados pré e pós-intervenção indicam mudanças sutis nas medidas de relato verbal sobre aversidade dos estímulos. Não houve efeito sobre a resposta de esquiva. No estudo 2, os resultados obtidos indicam a manutenção para a maioria dos participantes das funções adquiridas diretamente na tarefa de</p>

			pareamento e indiretamente, em decorrência da relação de equivalência entre estímulos da mesma classe. As intervenções metafóricas não alteraram significativamente as funções construídas pré-intervenção.
<p>Mara Regina Soares Wanderley Lins</p> <p>2019</p> <p>Universidade do Vale do Rio dos Sinos</p> <p>Tese de Doutorado</p>	<p>Avaliação de Processo e Resultados na Terapia Comportamental Integrativa de Casal (Integrative Behavioral Couple Therapy – IBCT)</p>	<p>IBCT</p>	<p>Objetivo: realizar uma investigação do processo terapêutico com três casais em atendimento na abordagem IBCT</p> <p>Metodologia: comparando dados pré e pós-intervenção, e adesão do terapeuta ao modelo proposto para identificação de possíveis mecanismos mediadores e moderadores dos resultados. Foi, ainda, realizada uma avaliação de processo terapêutico, cujo objetivo foi compreender como ou porque certos tratamentos funcionam e quais aspectos do tratamento tendem a facilitar ou inibir a mudança terapêutica. Por fim, um estudo de casos contrastantes focou na avaliação de fatores comuns à terapia de casal e fatores específicos desta abordagem, revelando estratégias e técnicas que possam ser mais ou menos efetivas.</p> <p>Resultados: Resultados do presente estudo evidenciaram mudança clínica confiável em dois casos, um com melhora significativa e um com piora significativa. O terceiro caso não apresentou mudança clínica confiável na comparação pré e pós-teste. Conclui-se que houve aspectos do casal, da terapeuta e do contexto em que estavam inseridos que parecem ter contribuído para os diferentes desfechos. Por exemplo, no que se refere aos casais, fatores que podem interferir é uma psicopatologia num dos membros. Em relação aos terapeutas, a importância do treinamento e supervisão na abordagem de trabalho visto que as estratégias de aceitação mais efetivas foram o Distanciamento Unificado seguido da União Empática. Quanto ao contexto, muitas mudanças significativas podem influenciar de forma negativa na relação conjugal, como, por exemplo, o casal AC que passou a trabalhar juntos e ela engravidou num período em que a relação estava instável. As limitações deste estudo se referem a não aplicação de medidas de dimensão individual, sendo a satisfação conjugal a única variável de controle. Considerando o número de casos analisados, não se pode pensar em termos de generalização dos achados, mas os resultados permitem avaliar fatores característicos dos casos e da adesão dos terapeutas que podem ter contribuído para os diferentes resultados dos tratamentos. Sugere-se que estudos futuros se dediquem a analisar os</p>

			processos terapêuticos de casais para auxiliar na compilação de informações consistentes e revelar novos fatores que possam contribuir para o sucesso das intervenções terapêuticas.
<p>Matheus Henrique de Souza Mello</p> <p>2022</p> <p>Pontifícia Universidade Católica de São Paulo</p> <p>Tese de Mestrado</p>	<p>Efeito do controle contextual da transformação de função sobre uma resposta de esquiva derivada: um análogo experimental de desfusão cognitiva</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo da presente pesquisa foi construir um análogo experimental do procedimento de desfusão cognitiva, uma técnica terapêutica utilizada na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT). O estudo buscou estabelecer variáveis que tivessem um efeito de controle contextual sobre a ocorrência e não ocorrência da transformação de funções de estímulos, que é uma relação funcional subjacente a essa intervenção terapêutica.</p> <p>Metodologia: Para alcançar o objetivo proposto, o estudo estabeleceu três classes de equivalência: A1B1C1D1, A2B2C2D2 e A3B3C3D3. Uma resposta de esquiva foi estabelecida sob controle da função aversiva de D3. Além disso, dois contextos diferentes foram criados: um contexto amarelo foi associado ao reforçamento positivo de respostas a C1 e C2 que eram coerentes com suas funções derivadas (Contexto Fusão), enquanto um contexto roxo foi associado ao reforçamento positivo de uma resposta a C1 e C2 que eram alternativas às suas funções derivadas (Contexto Desfusão). O análogo experimental de desfusão cognitiva consistiu em verificar como a apresentação e a retirada dos Contextos Fusão e Desfusão influenciavam a ocorrência da esquiva derivada ao estímulo D3.</p> <p>Principais Resultados: Dois experimentos foram conduzidos como parte do estudo, e em cada um deles, apenas um participante apresentou o padrão de comportamento hipotetizado. Embora os resultados específicos dos experimentos não tenham sido detalhados no trecho fornecido, os autores discutiram as implicações conceituais desses resultados, as possíveis aplicações clínicas desses achados e direções futuras de investigações. Portanto, o estudo buscou construir um cenário experimental que simula o processo de desfusão cognitiva e analisou como a manipulação de contextos poderia afetar a ocorrência de respostas específicas, contribuindo para o entendimento teórico e prático dessa técnica terapêutica na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT).</p>

<p>Gustavo Matheus Rahal</p> <p>2019</p> <p>Universidade Estadual de Londrina</p> <p>Tese de Mestrado</p>	<p>Valores de Vida na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT)</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: A primeira parte deste trabalho apresenta e discute valores de vida no contexto da ACT. Inicia expondo o modelo da Flexibilidade Psicológica que guia o processo terapêutico ACT, bem como o papel que valores de vida desempenham nele. Apresenta o entendimento de valores enquanto “motivação” verbalmente estabelecida para o agir e discute algumas das variáveis contextuais na clínica analítico-comportamental que o influenciam. Na sequência, aponta o diálogo clínico sobre valores de vida enquanto uma manipulação das redes de relações de estímulos arbitrários, mostrando alguns dados de pesquisa que exemplificam esta dinâmica. Ao final, a importância deste tema é ilustrada por meio de intervenções com pacientes de dor crônica. A segunda parte apresenta uma revisão sistemática de intervenções ACT que se utilizam e avaliam o efeito de valores de vida.</p> <p>Metodologia: Foram identificados 17 estudos que abrangem uma diversidade de métodos, populações e contextos de intervenção.</p> <p>Resultados: O resultado indica que o trabalho com valores afeta na direção almejada as variáveis dependentes analisadas por cada estudo. As discussões e resultados apresentados, tanto das pesquisas de intervenção quanto as laboratoriais, podem informar os profissionais do campo aplicado sobre as potencialidades e limitações do emprego de valores de vida.</p> <p>Atualmente a ACT apresenta um extenso histórico de pesquisas empíricas (Hooper & Larsson, 2015). Neste conjunto destacam-se pesquisas que avaliam não só a intervenção como um todo, mas também cada um dos componentes da Flexibilidade Psicológica (e.g. Levin, Hildebrandt, Lillis, & Hayes, 2012). No caso de intervenções com pacientes de dor crônica, as pesquisas apontam um efeito aditivo de valores de vida na melhora da incapacitação funcional e diminuição do sofrimento. Trabalhos empíricos que investigam o efeito dos valores em diversas populações e desenhos metodológicos, indicam que este componente afeta o resultado (variável dependente) na direção almejada (ver segunda parte desta dissertação).</p> <p>Sugere-se que trabalhos futuros explorem com mais profundidade a sinergia entre ACT e RFT a fim de melhorar a descrição das relações funcionais de valores de vida e em consequência aumentar a eficácia das intervenções. Os resultados já obtidos em pesquisas de intervenção e laboratorial, apresentados neste trabalho e na revisão sistemática na</p>
--	--	------------	---

			segunda parte desta dissertação, podem informar os profissionais do campo aplicado sobre as potencialidades e limitações do emprego de valores de vida.
<p>Gabriela Silveira de Paula-Ravagnani</p> <p>2019</p> <p>Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo</p> <p>Tese de Doutorado</p>	A integração de teorias e técnicas na prática clínica em terapia familiar	TF	<p>Objetivo: O objetivo deste estudo qualitativo é compreender como terapeutas familiares integram teorias e técnicas em seu cotidiano de atendimentos clínicos. Especificamente, buscamos descrever os recursos utilizados por terapeutas em atendimentos e dar visibilidade às suas justificativas teóricas, articulando-as com a literatura. O delineamento teórico-metodológico é baseado na pesquisa-ação colaborativa, e tem como referência os pressupostos do construcionismo social.</p> <p>Metodologia: O estudo envolveu duas terapeutas familiares e seus clientes que estavam passando por terapia de família ou casal. As sessões foram audiogravadas e transcritas para análise posterior. As sessões terapêuticas ocorreram no consultório das terapeutas, onde os atendimentos foram realizados. As principais fontes de dados foram as gravações das sessões terapêuticas e interações posteriores realizadas com cada participante após as sessões. Isso permitiu que os pesquisadores obtivessem insights tanto das sessões em si quanto das reflexões posteriores. A construção e análise dos dados foram baseadas em ciclos de ação e reflexão. A pesquisadora e cada terapeuta trabalharam em co-terapia, atendendo uma família ou casal. Eles registraram sistematicamente informações de 10 sessões. Após o término das sessões, as terapeutas tiveram acesso à análise das sessões e participaram de interlocuções nas quais discutiram suas ações e tomadas de decisão. Essas interlocuções foram transcritas e analisadas.</p> <p>Resultados: A análise dos dados gerou cinco categorias principais que descrevem as ações das terapeutas durante as sessões terapêuticas. Essas categorias foram: Ações exploratórias, Ações de construção de visões relacionais, Ações de construção da comunicação em contexto e</p>

			<p>ações de orientação familiar. Exemplos de cada ação foram ilustrados com trechos das sessões, e os recursos teóricos e técnicos que embasaram essas ações foram destacados.</p> <p>A análise também revelou três dimensões que descrevem a prática clínica das terapeutas: Sensível ao contexto e às pessoas, engajada em produzir conhecimento com as pessoas e autorreflexiva.</p> <p>O estudo apontou que a integração de recursos não é uma posição pré-determinada, mas acontece de maneira relacional e responsiva às pessoas e contextos específicos das sessões. Isso envolve uma abertura para a imprevisibilidade e complexidade das interações humanas.</p> <p>O estudo oferece contribuições para o campo profissional, como debates sobre coerência, consistência e rigor na prática clínica e oferece modelos de investigações que podem ser realizadas tanto em contextos acadêmicos quanto em institutos de formação.</p> <p>Em resumo, o artigo explora como as terapeutas familiares integraram diferentes recursos e abordagens em sua prática clínica, destacando a importância da sensibilidade ao contexto e da abertura para a complexidade das interações humanas. As dimensões da prática clínica delineadas sugerem que a flexibilidade na integração de recursos pode ser benéfica para a construção de mudança e conexão com os clientes.</p>
<p>Gabriela Bandeira Santos</p> <p>2018</p> <p>Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro</p> <p>Tese de Mestrado</p>	<p>Mindfulness: seu histórico e a percepção de estudantes universitários a uma adaptação de protocolo</p>	<p>Mindfulness</p>	<p>Objetivo: A dissertação de mestrado teve como objetivo investigar as práticas de mindfulness e aprofundar o entendimento teórico sobre o assunto. Especificamente, o estudo buscou examinar a percepção de estudantes universitários em relação a uma adaptação de protocolo de mindfulness e contextualizar a prática de mindfulness dentro da história da meditação e da psicologia.</p> <p>Metodologia: A dissertação foi organizada em dois artigos. O primeiro artigo adotou uma abordagem de estudo de campo qualitativo, no qual relatos de estudantes universitários da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro foram coletados e avaliados em relação à sua percepção sobre um protocolo de mindfulness adaptado. O segundo artigo foi uma pesquisa bibliográfica que traçou o histórico da meditação, sua relação com a psicologia e a integração da prática de mindfulness nesse contexto.</p>

			<p>Resultados: No primeiro artigo, os resultados mostraram que os estudantes universitários tiveram experiências positivas em relação ao protocolo de mindfulness adaptado. Eles reconheceram a utilidade desse formato de prática e indicaram a necessidade de sua aplicação para lidar com os desafios enfrentados durante a vida universitária.</p> <p>No segundo artigo, a pesquisa bibliográfica permitiu concluir que compreender tanto os efeitos da prática de mindfulness quanto suas origens e inserção na história da meditação e da psicologia é crucial. O estudo indicou que contextualizar o desenvolvimento temporal das práticas de meditação na psicologia e no mindfulness enriquece o conhecimento e a reflexão sobre como essas práticas podem ser eficazes no contexto do estudante universitário. Isso é particularmente relevante dado que a experiência universitária é conhecida por ser propensa a gerar ansiedade e estresse.</p> <p>Em resumo, a dissertação investigou a percepção de estudantes universitários em relação a um protocolo de mindfulness adaptado e contextualizou a prática de mindfulness no contexto da história da meditação e da psicologia. Os resultados apontaram para experiências positivas dos estudantes com a prática adaptada e destacaram a importância de entender a origem e aplicação do mindfulness para lidar com os desafios enfrentados na vida universitária.</p>
<p>Jaluza Aimée Schneider</p> <p>2021</p> <p>Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande Do Sul</p> <p>Tese de Doutorado</p>	<p>Avaliação da Viabilidade de uma Intervenção Adaptada do Treinamento de Habilidades em Regulação Emocional da Terapia Comportamental Dialética para Usuários de Crack</p>	<p>Dialética</p>	<p>CONFORME SOLICITAÇÃO DO AUTOR, ESTE TRABALHO POSSUI CONFIDENCIALIDADE ATÉ 24/06/2026</p>

<p>Renata Klein Zancan</p> <p>2021</p> <p>Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul</p> <p>Tese de Doutorado</p>	<p>Viabilidade e Efeitos de uma Intervenção Baseada na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) Para Redução Do Estresse em Universitários</p>	<p>ACT</p>	<p>CONFORME SOLICITAÇÃO DO AUTOR, ESTE TRABALHO POSSUI CONFIDENCIALIDADE ATÉ 21/05/2026</p>
<p>Rafael T. da Costa Marcele R. de Carvalho Antonio E. Nardi</p> <p>2023</p> <p>Universidade Federal do Rio de Janeiro</p> <p>Artigo Científico</p>	<p>Revisão sistemática sobre resolução de problema e mediação de conflito pela terapia cognitivo-comportamental</p>	<p>Várias</p>	<p>Objetivo: Na prática clínica, é importante diferenciar problema e conflito, porque os passos sugeridos na técnica de resolução de problemas costumam não ser suficientes para auxiliar o cliente a lidar com conflitos. Esta revisão sistemática teve como objetivos: investigar como a terapia cognitivo-comportamental (TCC) pode auxiliar na resolução de problemas e na mediação de conflito; sugerir uma estratégia que favoreça a melhor capacidade de mediar conflitos (QPD).</p> <p>Métodos: Foi realizada uma busca nas bases de dados: PubMed, PsycINFO, Web of Science (ISI) e Scopus. O método prisma foi utilizado, e foram selecionados para leitura na íntegra artigos experimentais.</p> <p>Resultados: Trezentos e sessenta e quatro ensaios clínicos aplicaram a resolução de problemas, apontando a eficácia dessa técnica juntamente com outras estratégias/intervenções da TCC. Livros-guias de TCC: não diferenciam problema e conflito; descrevem detalhadamente passos para resolução de problemas, focando na perspectiva do cliente, no momento presente e no uso da razão lógica; não abordam a mediação de conflitos pela TCC. Sugerimos uma estratégia que pode ajudar na mediação de conflitos: auxiliando na coleta/organização de informações; melhorando a comunicação – empática e assertiva; favorecendo escolhas com o intuito de causar o menor dano possível a todas as partes envolvidas no conflito.</p> <p>Conclusões: Para treinar terapeutas para aplicarem a resolução de problemas, há descrição detalhada dos passos a serem seguidos. Entretanto, para capacitar os terapeutas para mediar conflitos, práticas clínicas que têm sido frequentemente descritas/utilizadas nas terapias cognitivas contextuais podem ser necessárias: aceitação psicológica, mindfulness, entender valores individuais,</p>

			vivenciar/considerar a emoção em tomadas de decisão, ativar a compaixão/autocompaixão
<p>Daniel Afonso Assaz</p> <p>2019</p> <p>Universidade de São Paulo</p> <p>Tese de Doutorado</p>	<p>Desfusão cognitiva na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT): O processo de mudança clínica</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo deste trabalho é aumentar o valor pragmático do conceito de "desfusão cognitiva" na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) por meio da clarificação do elo entre esse termo intermediário e processos comportamentais básicos. Além disso, busca facilitar a implementação desse conceito em sessões de terapia por meio de diretrizes de tomada de decisão clínica individualizada e analítico-funcional durante a interação terapeuta-cliente.</p> <p>Metodologia: O trabalho é composto por quatro estudos: Pesquisa Bibliográfica Exploratória e Análise Conceitual (Estudo I): Foi realizada uma pesquisa na literatura da ACT para explorar o conceito de "desfusão cognitiva" e, em seguida, houve uma análise crítica desses resultados à luz do corpo de conhecimento da Análise do Comportamento. Essa análise levou a uma nova proposta de conceituação do termo. Estudo Análogo Experimental (Estudo II): Este estudo comparou os efeitos de dois exercícios para promover desfusão cognitiva em medidas de dor e fuga durante uma tarefa de conflito de aproximação-fuga. Descrição da Implementação em Sessão (Estudo III): A metodologia da análise de tarefas foi usada para descrever como os terapeutas ACT promovem a desfusão cognitiva em sessões. Foi construído um modelo racional de como os clínicos realizam a desfusão cognitiva em sessões e um sistema de categorização para analisar quantitativamente as interações terapeuta-cliente. Estudo Clínico (Estudo IV): Sessões de terapia com o objetivo de promover desfusão cognitiva foram gravadas, transcritas e categorizadas. A análise quantitativa e qualitativa dos dados refinou o modelo teórico com base nas práticas reais dos terapeutas.</p> <p>Principais Resultados: Os resultados desses quatro estudos contribuíram para uma melhor compreensão da desfusão cognitiva na ACT: O Estudo I propôs uma nova conceituação do termo, alinhando-o com princípios da Análise do Comportamento. O Estudo II comparou os efeitos de diferentes exercícios de desfusão</p>

			<p>cognitiva em medidas de dor e fuga. O Estudo III descreveu o processo de implementação da desfusão cognitiva em sessões por meio de um modelo racional e sistema de categorização. O Estudo IV refinou o modelo teórico com base em dados reais de sessões de terapia. No geral, esses estudos buscaram trazer mais clareza e utilidade prática ao conceito de desfusão cognitiva na Terapia de Aceitação e Compromisso.</p>
<p>Gabriela Jacques de Moraes Dalgalarro 2022 Universidade de São Paulo Tese de Mestrado</p>	<p>Self-como-contexto: Categorização do uso do termo na literatura da Acceptance and Commitment Therapy (ACT) e da Relational Frame Theory (RFT)</p>	<p>ACT e RFT</p>	<p>Objetivo: O objetivo do artigo é realizar uma análise teórico-conceitual do termo "Self-como-contexto" na literatura da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e da Teoria das Molduras Relacionais (RFT). O artigo busca classificar os usos desse termo em diferentes categorias (processo, procedimento e estado) e clarificar os processos básicos subjacentes aos fenômenos abordados por esse termo intermediário.</p> <p>Metodologia: A pesquisa utiliza a metodologia de revisão integrativa para analisar o uso do termo "Self-como-contexto" na literatura científica relacionada à ACT e RFT. Os usos do termo são categorizados em três categorias: processo, procedimento e estado. A revisão integrativa é uma abordagem de pesquisa que busca sintetizar resultados de diferentes estudos e categorizá-los para obter uma visão mais completa e abrangente do tema.</p> <p>Resultados: Foram encontrados os seguintes resultados na análise dos usos do termo "Self-como-contexto" na literatura: 16% (n=4) dos trabalhos analisados utilizam o termo para descrever um processo. 20% (n=5) utilizam o termo como um procedimento. 64% (n=16) se referem a um estado ao usar o termo. Além disso, foi observado que em 54,5% (n=12) dos trabalhos analisados, não foi fornecida uma definição explícita do termo "Self-como-contexto". Com base nas análises realizadas, o artigo propõe uma definição para o termo "Self-como-contexto" e sugere direcionamentos para futuras pesquisas que possam promover uma maior precisão teórica e clareza na aplicação eficaz desse conceito.</p>

<p>Vinicius Santos Ferreira</p> <p>2021</p> <p>Pontifícia Universidade Católica de São Paulo</p> <p>Tese de Doutorado</p>	<p>Terapia Analítico-Comportamental, Terapia de Aceitação e Compromisso e Análise do Comportamento: uma análise filosófica e conceitual de suas compatibilidades</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo deste trabalho foi analisar a compatibilidade entre a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), representante do movimento de terceira onda da Análise do Comportamento nos Estados Unidos, e a Terapia Analítico-Comportamental (TAC), representante brasileira da Análise do Comportamento. O estudo procurou caracterizar essas psicoterapias nos níveis filosófico e conceitual, identificar as convergências e divergências entre elas e verificar sua compatibilidade com a Análise do Comportamento e o behaviorismo radical.</p> <p>Metodologia: Para atingir o objetivo proposto, o trabalho analisou os níveis filosófico e conceitual da ACT e da TAC. Foram selecionados para análise o primeiro manual publicado da ACT e um conjunto de textos da TAC escritos por Banaco, Meyer e Zamignani. Os trechos significativos desses textos foram selecionados com base em uma estrutura analítica que envolveu diferentes variáveis em cada nível de análise (filosófico e conceitual). A análise das variáveis foi orientada por perguntas-chave relacionadas a essas variáveis.</p> <p>Resultados: As conclusões do estudo foram apresentadas para cada uma das cinco variáveis analisadas: base filosófica e científica, modelo explicativo, critério de verdade, posicionamento sobre a questão mente e corpo, e terminologia.</p> <p>TAC: A TAC foi considerada compatível com a Análise do Comportamento em relação ao modelo explicativo e ao posicionamento sobre a questão mente e corpo. No entanto, houve ausência de posicionamento claro em relação ao critério de verdade e à terminologia.</p> <p>ACT: A ACT mostrou-se compatível com a Análise do Comportamento em relação ao modelo explicativo e à postura monista (visão que mente e corpo estão interligados). No entanto, ela foi considerada incompatível em relação ao posicionamento a-ontológico (negação de ontologia específica), critério de verdade e terminologia.</p> <p>As considerações finais do estudo argumentaram que a integração entre ACT e TAC poderia resultar em ecletismo teórico ao sobrepor sistemas filosóficos e conceituais distintos.</p>
--	--	------------	--

<p>Amanda R. Ferreira</p> <p>2021</p> <p>Universidade de São Paulo</p> <p>Tese de Doutorado</p>	<p>Impactos de Intervenções Experienciais e Analíticas na Qualidade de Vida, Ações Valorosas e Sintomas (TAG)</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo desta pesquisa foi investigar os impactos de tratamentos predominantemente experienciais e analíticos em indivíduos com Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) em relação aos sintomas de ansiedade, ações valorosas e qualidade de vida. Além disso, a pesquisa buscou explorar a eficácia de intervenções experienciais e analíticas na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e avaliar como essas intervenções influenciam os resultados clínicos.</p> <p>Metodologia: O estudo utilizou um delineamento de caso único com reversão e sonda, com quatro fases experimentais: linha de base (A), intervenção analítica (B1), intervenção experiencial (C1) e uma segunda intervenção analítica (B2). Foram selecionados quatro participantes com Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) para o estudo. Durante as diferentes fases, os participantes foram submetidos a tratamentos predominantemente experiencial e analítico.</p> <p>Resultados: Os resultados da pesquisa não demonstraram um controle experimental claro das variáveis independentes (VI) sobre as variáveis dependentes (VD), uma vez que não foram observadas reversões nos dados com a troca de fase. No entanto, ao longo da terapia, houve uma melhora gradual nas medidas de resultado (sintomas de ansiedade, ações valorosas e qualidade de vida) em alguns casos, começando na linha de base e mantendo-se durante o seguimento. Concluiu-se que a melhora clínica observada pode ter ocorrido como um efeito cumulativo da psicoterapia ou devido a fatores não específicos. Além disso, a pesquisa defendeu a importância de uma abordagem terapêutica tecnicamente flexível, baseada em avaliação funcional e na sensibilidade do terapeuta aos comportamentos do cliente em sessão. Isso sugere que a eficácia da terapia pode depender da adaptação das intervenções aos padrões e necessidades individuais do cliente.</p>
<p>Valentina Ferreira Santos De Almada Lima</p> <p>2019</p> <p>Universidade Federal</p>	<p>Os efeitos da Terapia de Aceitação e Compromisso Sobre Respostas Presentes nos quadros de Pânico e Agorafobia</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo desta pesquisa foi investigar os efeitos da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) sobre respostas presentes nos quadros de Pânico em indivíduos que não responderam de forma satisfatória a intervenções anteriores. O estudo também teve o objetivo de avaliar os efeitos específicos da ACT em relação a diferentes aspectos, incluindo nível de flexibilidade psicológica, nível de atenção plena, frequência, intensidade e duração dos episódios de Pânico, bem como respostas de evitação de situações relacionadas aos episódios de Pânico.</p>

<p>do Maranhão</p> <p>Tese de Mestrado</p>			<p>Metodologia: A pesquisa adotou um delineamento experimental de sujeito único com linha de base múltipla. Três participantes diagnosticados com Pânico, com ou sem Agorafobia, que não haviam respondido satisfatoriamente a intervenções anteriores, foram submetidos a oito sessões de intervenção ACT, seguidas de uma sessão de follow-up um mês após o término da intervenção. Os instrumentos utilizados incluíram o Questionário de Aceitação e Ação – II, o Inventário de Mindfulness de Freiburg e a Escala para Pânico e Agorafobia. Esses instrumentos foram aplicados em várias fases experimentais: linha de base, quarta sessão de intervenção, última sessão de intervenção e follow-up.</p> <p>Resultados: Os resultados da pesquisa indicaram que a ACT teve efeitos positivos nos três participantes: Aumento do nível de flexibilidade psicológica. Aumento do nível de atenção plena. Redução da frequência, intensidade e duração dos episódios de Pânico. Diminuição das respostas de evitação de situações relacionadas aos episódios de Pânico. Diminuição da gravidade do quadro de Pânico. Além dos resultados esperados, a ACT também contribuiu para a redução da gravidade de alguns sintomas presentes no quadro. A pesquisa concluiu que a ACT não apenas desenvolveu as habilidades propostas, como flexibilidade psicológica e atenção plena, mas também contribuiu para a redução dos sintomas e melhorias gerais na saúde mental dos participantes. Isso sugere que a ACT pode ser uma alternativa eficaz para indivíduos com Pânico que não responderam a intervenções anteriores e contribui para o movimento de busca por evidências empíricas de eficácia das psicoterapias.</p>
<p>Mariana Fonseca Carvalho Maia</p> <p>2020</p> <p>Universidade Federal de Juiz de Fora</p>	<p>Estigma internalizado em usuários de drogas: Avaliação de processo de uma estratégia de redução de estigma internalizado baseada na Terapia de Aceitação e Compromisso</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo desta dissertação foi investigar o potencial da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) como abordagem para a redução do estigma internalizado e para a diminuição da gravidade da dependência em indivíduos com transtorno por uso de substâncias. O trabalho foi dividido em dois estudos: o primeiro se concentrou em uma revisão sistemática da literatura sobre a relação entre ACT e transtorno por uso de substâncias, enquanto o segundo teve como foco a aplicação de um protocolo baseado em ACT adaptado para o contexto brasileiro.</p>

Tese de Mestrado

Metodologia: No Estudo I, foi realizada uma revisão sistemática da literatura, seguindo as recomendações do guia PRISMA, com o intuito de analisar a produção nacional e internacional sobre a utilização da ACT no tratamento do transtorno por uso de substâncias. A pesquisa foi conduzida em várias bases de dados e foram analisados estudos que aplicaram intervenções baseadas em ACT em contextos grupais e individuais, tanto presenciais quanto à distância.

No Estudo II, foi aplicado um protocolo baseado em ACT adaptado para o contexto brasileiro em um Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas (CAPSad). A amostra foi composta por nove participantes, e a intervenção consistiu em seis encontros conduzidos por uma dupla de terapeutas treinada. Foram utilizados questionários sociodemográficos, escalas de avaliação de ambivalência em psicoterapia, estigma internalizado e severidade da dependência para avaliar o impacto da intervenção.

Resultados: O Estudo I revelou que a ACT pode ser eficaz na redução do estigma internalizado e na diminuição da gravidade da dependência em usuários de substâncias. As intervenções baseadas em ACT demonstraram efeitos positivos na redução do estigma e da gravidade da dependência, assim como em sintomas comórbidos.

O Estudo II demonstrou a viabilidade e a fidelidade do protocolo baseado em ACT adaptado para o contexto brasileiro. A intervenção manteve alta fidelidade ao modelo original, preservando seus componentes-chave e alcançando os objetivos propostos para cada sessão. Os resultados indicaram que a ACT pode ser eficaz tanto na redução do estigma quanto na diminuição da gravidade da dependência, e o protocolo adaptado mostrou ser viável e eficaz no contexto brasileiro.

Conclui-se que a ACT tem o potencial de ser uma abordagem útil para a redução do estigma e para o tratamento do transtorno por uso de substâncias, contribuindo para a inovação dos tratamentos existentes.

<p>Eduardo Santos Miyazaki</p> <p>2018</p> <p>Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto</p> <p>Tese de Doutorado</p>	<p>Terapia de Aceitação e Compromisso em Grupo Para Pacientes com Dor Crônica</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos de uma intervenção em grupo baseada na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) em pacientes com dor crônica. Os principais aspectos avaliados incluíram a inflexibilidade psicológica, intensidade da dor, qualidade de vida, sintomas de ansiedade e depressão, autoeficácia e suporte social.</p> <p>Metodologia: O estudo foi conduzido como um estudo quase-experimental com pré e pós-teste. Participantes triados para a Clínica de Dor em 2017 foram convidados a participar. Dos 16 que aceitaram e cumpriram os critérios de inclusão, seis participaram da intervenção. A intervenção consistiu em oito sessões de 90 minutos de ACT em grupo, com uma sessão por semana. Avaliações pré e pós-intervenção foram realizadas com uma série de instrumentos, incluindo o Questionário de Aceitação e Ação II (AAQ-II), Escala Visual Analógica de Dor (EVA), Inventário de Qualidade de Vida SF-36, Escalas de Ansiedade (BAI) e Depressão (BDI) de Beck, Escala de Autoeficácia para Dor Crônica (CPSS) e Escala de Suporte Social (MOS).</p> <p>Resultados: Após a intervenção, os seguintes resultados foram observados: Houve uma redução na inflexibilidade psicológica, embora não tenha alcançado significância estatística. No entanto, quatro pacientes tiveram pontuações que os colocaram fora dos escores típicos de populações clínicas. Houve uma redução significativa na intensidade da dor. Houve melhorias significativas na qualidade de vida, especificamente nos domínios de Capacidade Funcional, Dor, Vitalidade, Aspecto Social, Aspecto Emocional e Saúde Mental. Os sintomas de ansiedade e depressão também diminuíram significativamente. Os escores de autoeficácia aumentaram, incluindo a autoeficácia para controle da dor, funcionalidade e enfrentamento de outros sintomas. Os escores de suporte social aumentaram, embora sem atingir significância estatística. Correlações inversas foram observadas entre qualidade de vida e sintomas de depressão, assim como entre domínios da qualidade de vida e inflexibilidade psicológica. Não foram observadas correlações significativas entre dor, ansiedade e depressão.</p>
--	---	------------	---

			<p>Conclusão: Os resultados sugerem que a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) em grupo é uma intervenção promissora para ser integrada em abordagens interdisciplinares no tratamento de pacientes com dor crônica na Clínica de Dor. A intervenção mostrou impactos positivos na redução da intensidade da dor, sintomas de ansiedade e depressão, e na melhora da qualidade de vida e autoeficácia.</p>
<p>José Luiz Dias Siqueira</p> <p>2018</p> <p>Universidade Federal de São Paulo – Escola Paulista de Medicina</p> <p>Tese de Mestrado</p>	<p>Adaptação Brasileira de um programa Interdisciplinar de Reabilitação em dor baseado em ACT (Terapia de Aceitação e Compromisso)</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo do estudo foi investigar a eficácia da adaptação de um programa interdisciplinar de reabilitação em dor crônica baseado na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT). O estudo procurou examinar se o programa terapêutico tinha impacto positivo em diversos aspectos relacionados à dor crônica e qualidade de vida dos participantes.</p> <p>Metodologia: O estudo utilizou um desenho de pesquisa quase-experimental. Participaram do estudo um total de 43 pessoas com dor crônica. O programa de reabilitação consistiu em 10 sessões semanais, cada uma com duração de 4 horas. Todos os profissionais envolvidos no programa receberam treinamento prévio nos fundamentos da Terapia de Aceitação e Compromisso.</p> <p>Resultados: As análises realizadas revelaram diferenças significativas nos testes físicos e nos questionários relativos à aceitação da dor, ansiedade, depressão, intensidade e interferência da dor, bem como aspectos funcionais e qualidade de vida. Os resultados indicaram que o programa de reabilitação baseado na ACT teve um impacto positivo nos participantes, demonstrando melhorias em várias áreas relacionadas à dor crônica e qualidade de vida.</p> <p>Conclusões: Os resultados obtidos neste estudo estão alinhados com estudos similares realizados em outros países, sugerindo o potencial do programa de reabilitação baseado na ACT para tratar pessoas com dor crônica. No entanto, os autores ressaltam a necessidade de estudos posteriores para aprofundar a análise inicial e entender melhor os efeitos a longo prazo desse tipo de intervenção terapêutica. Em resumo, o estudo buscou avaliar a eficácia de um programa de reabilitação em dor crônica com base na Terapia de Aceitação e</p>

			Compromisso, observando melhorias significativas em diversos aspectos relacionados à dor, qualidade de vida, ansiedade e depressão nos participantes do programa.
<p>Zelma Freitas Soares</p> <p>2019</p> <p>Universidade Federal da Bahia</p> <p>Tese de Mestrado</p>	<p>Adaptação de uma intervenção breve sobre a responsividade de mães de bebês hospitalizados</p>	<p>ACT</p>	<p>Objetivo: O objetivo do estudo foi adaptar uma intervenção breve sobre a responsividade materna para implementação com mães de recém-nascidos hospitalizados para tratamento de sífilis congênita, provenientes de contexto de vulnerabilidade social. Além disso, o estudo buscou avaliar preliminarmente os efeitos dessa intervenção sobre os comportamentos maternos responsivos.</p> <p>Metodologia: O estudo utilizou um delineamento pré-experimental somente com pós-teste e foi realizado em um hospital-maternidade na cidade de Salvador, Bahia. Participaram 20 díades, divididas em grupos de intervenção e comparação. A avaliação pré-intervenção incluiu preenchimento de fichas de dados sociodemográficos e informações clínicas do bebê, além da avaliação da saúde mental materna usando o SRQ-20. A avaliação da responsividade materna ocorreu por meio da observação da interação mãe-bebê e também foi avaliada a satisfação das participantes do grupo de intervenção com o programa.</p> <p>Intervenção: O programa de responsividade materna foi adaptado para o contexto hospitalar, consistindo em seis sessões. As duas primeiras sessões incluíram técnicas da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) para intervir sobre as emoções e preocupações das mães em relação à doença e hospitalização do bebê. Nas sessões subsequentes, foram trabalhados temas relacionados à responsividade materna, como o potencial interativo do recém-nascido, a importância da contingência social para o desenvolvimento e os riscos da intrusividade para o desenvolvimento. A última sessão envolveu a revisão dos temas trabalhados nas sessões anteriores.</p> <p>Resultados: Os resultados indicaram que a intervenção teve um efeito positivo sobre uma dimensão da responsividade materna, especificamente na capacidade das mães interpretarem o comportamento do recém-nascido. As mães do grupo de intervenção apresentaram uma frequência mais alta de respostas interpretativas ao</p>

		<p>comportamento do bebê durante a interação livre em comparação com o grupo de comparação. No entanto, outros aspectos da responsividade materna não mostraram diferenças significativas entre os grupos. O estudo concluiu que a intervenção adaptada baseada na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) teve um efeito positivo na capacidade das mães interpretarem os comportamentos de seus recém-nascidos hospitalizados. Os resultados destacam a importância desse comportamento responsivo para o desenvolvimento infantil e interação mãe-bebê. No entanto, os autores enfatizam a necessidade de continuar a pesquisa para alcançar resultados mais expressivos sobre a responsividade materna em contexto hospitalar.</p>
<p>Guilherme Moritz 2019 Universidade Federal do Rio Grande do Sul Tese de Mestrado</p>	<p>Ensaio Clínico Randomizado com o uso do grupo de treinamento de Habilidades da Terapia Dialético Comportamental como Tratamento Complementar a Medicação em Adultos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade</p>	<p>Dialética</p> <p>Objetivo: O objetivo do estudo foi explorar a viabilidade da DBT-ST em um novo contexto cultural (Latino-Americano) e avaliar sua efetividade como tratamento complementar à medicação para o TDAH em adultos.</p> <p>Metodologia: A pesquisa envolveu adultos diagnosticados com TDAH que já estavam em medicação, mas apresentavam sintomas residuais. Um total de 31 participantes foram aleatoriamente divididos em dois grupos: DBT-ST (n = 16) e tratamento convencional (TaU) (n = 15). O grupo DBT-ST participou de sessões por 12 semanas. A viabilidade foi avaliada considerando a aderência e a taxa de abandono. O desfecho primário foi avaliado através dos escores na Escala de Autoavaliação para Adultos (ASRS), e diversos desfechos secundários, incluindo testes neuropsicológicos, também foram avaliados. As avaliações foram realizadas no início (linha de base) e após 6, 12 e 16 semanas.</p> <p>Resultados: A terapia DBT-ST apresentou uma taxa de comparecimento nas sessões de 87,25%, com uma taxa de abandono de 12,50%. No entanto, não foram encontradas interações estatisticamente significativas entre os grupos e o tempo nos desfechos primários. Em relação aos desfechos secundários, a DBT-ST mostrou um aumento no tempo médio de resposta no teste neuropsicológico Go/No-Go (p = 0,034). Os resultados indicaram que a DBT-ST é viável como tratamento complementar para adultos com TDAH em um contexto cultural latino-americano. No entanto, os achados não mostraram eficácia na redução dos escores de sintomas de TDAH na escala ASRS. Os autores também observaram que, embora a DBT-ST seja uma intervenção complexa e sofisticada, os ganhos obtidos com ela não parecem justificar sua</p>

aplicação em comparação com intervenções que podem ser implementadas com menos recursos. Os resultados também apontaram para uma tendência a um padrão de resposta mais conservador em um dos testes neuropsicológicos avaliados.

Fonte: elaborado pelas autoras (2023).

Como se pode observar, em 2019 tivemos um número expressivo no número de estudos publicados em relação aos demais anos considerados, sendo 7 no total, e pode-se observar também que após 2019, em nenhum outro ano igualou-se ou superou-se o número de publicações.

As instituições acadêmicas envolvidas na produção dessas pesquisas são variadas, destacando a disseminação do interesse por terapias contextuais em várias regiões do Brasil, como São Paulo, Rio de Janeiro, Rio Grande do Sul e Ribeirão Preto. Ressalta-se o número de 4 estudos publicados pela Universidade de São Paulo (USP), 2 estudos pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande Do Sul (PUC-RS) e 2 estudos pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP).

Os estados que mais publicaram foram São Paulo, com 9 estudos, seguidos por Rio Grande do Sul, com 4 publicações e Rio de Janeiro com 2 publicações. Das 19 publicações analisadas, 9 eram de teses de doutorado e 9 eram teses de mestrado e apenas 1 estudo era artigo científico. Destaca-se, por fim, que dos 19 materiais analisados, 13 eram sobre Terapia de Aceitação e Compromisso, ou ACT, e os demais transitam em temas e abordagens como *mindfulness*, Terapia Comportamental Integrativa de Casal, Terapia Comportamental Dialética e Teoria das Molduras Relacionais.

DISCUSSÃO

A análise das publicações foi separada entre artigos relacionados à Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), onde foi realizado uma análise comparativa, e artigos que tratavam de outras técnicas contextuais. Os artigos que tratavam de ACT foram relacionados entre si para que se fosse observado achados em comum e semelhanças ou diferenças nos resultados.

Dentre todos os trabalhos analisados, 13 publicações eram relacionadas a ACT. Nessa análise comparativa entre os artigos, podemos observar que a grande maioria das publicações teve como objetivo investigar a eficácia da ACT em diversos contextos, porém encontramos também artigos que buscam analisar a compatibilidade da ACT com outras abordagens terapêuticas.⁸ Quanto à metodologia, há variações entre os estudos, mas, em geral, os artigos empregam delineamento experimental, revisão sistemática, estudo de caso único e estudos quase-experimentais.

É notável a consistência de resultados positivos em muitos dos estudos, demonstrando melhorias em áreas como redução de sintomas de ansiedade e depressão, aprimoramento da qualidade de vida, maior flexibilidade psicológica e diminuição de respostas de evitação.⁹⁻

Quanto à aplicação e contexto, os estudos utilizam a ACT em uma variedade de situações, abrangendo desde o tratamento de transtornos de ansiedade¹⁵, dor crônica¹⁶ e dependência química até questões de relacionamento mãe-bebê. Alguns artigos ainda fazem adaptações específicas da ACT, como para pacientes com dor crônica¹⁷ e mães de recém-nascidos hospitalizados.¹⁸

Destaca-se o impacto positivo da ACT em várias esferas, incluindo melhoria da saúde mental, redução de sintomas e aumento da qualidade de vida, conforme evidenciado nos artigos.¹⁹ Em certos estudos, a ACT foi utilizada em conjunto com outras abordagens terapêuticas, evidenciando eficácia e benefícios da mesma.²⁰

Quanto a futuras pesquisas, alguns artigos ressaltam a necessidade de estudos aprofundados para compreender melhor os efeitos de longo prazo da ACT e sua eficácia em diferentes grupos populacionais. De forma geral, os artigos analisados proporcionam uma visão abrangente das aplicações e resultados da Terapia de Aceitação e Compromisso em diversos cenários clínicos.

Os demais artigos coletados para a revisão deste trabalho sobre estado da arte, abordaram as técnicas contextuais Terapia Comportamental Integrativa de Casal (IBCT), Terapia Familiar (TF), *mindfulness*, Terapia Comportamental Dialética e um dos trabalhos trouxe uma abordagem mais ampla sobre diversas técnicas contextuais, bem como a TCC.

O artigo sobre Terapia Comportamental Integrativa de Casal (IBCT), teve como objetivo investigar o processo terapêutico de três casais em atendimento utilizando a abordagem IBCT. A metodologia envolveu a comparação de dados antes e depois da intervenção, a avaliação da adesão do terapeuta ao modelo proposto e uma análise de processo terapêutico. Como resultado, foram encontradas mudanças clínicas confiáveis em dois casos, enquanto o terceiro não apresentou mudança significativa. Diferentes fatores, como psicopatologia de um dos membros do casal, estratégias terapêuticas e mudanças externas no contexto, influenciaram os resultados. O estudo revelou a importância do treinamento e supervisão dos terapeutas, bem como as limitações da pesquisa devido à falta de medidas individuais. Os resultados sugerem uma análise mais aprofundada dos processos terapêuticos de casais em estudos futuros para compreender melhor os fatores que contribuem para o sucesso das intervenções.²¹

O artigo sobre Terapia Familiar (TF), é um estudo qualitativo e explora a integração de teorias e técnicas por terapeutas familiares em suas práticas clínicas. No estudo em questão, a autora abordou as terapias familiares integrativas e a pesquisa-ação colaborativa foi baseada no construcionismo social. O trabalho envolveu duas terapeutas familiares e seus clientes em terapia familiar, e as sessões foram gravadas, transcritas e analisadas em ciclos de ação e

reflexão. Cinco categorias de ações terapêuticas foram identificadas, como exploração e construção de visões relacionais. Como resultado, três dimensões da prática clínica emergiram: sensibilidade ao contexto e às pessoas, engajamento na produção de conhecimento com as pessoas e autorreflexão. As dimensões da prática clínica delineadas sugerem que a flexibilidade na integração de recursos pode ser benéfica para a construção de mudança e conexão com os clientes. O estudo contribui para debates sobre coerência e consistência na prática clínica, oferecendo insights práticos e modelos de investigação para contextos acadêmicos e de formação.²²

A dissertação sobre *mindfulness* teve como objetivo investigar as práticas da técnica em questão e aprofundar o entendimento teórico sobre o assunto. O estudo buscou examinar a percepção de estudantes universitários em relação a uma adaptação de protocolo de *mindfulness* e contextualizar a prática dentro da história da meditação e da psicologia. O primeiro artigo, de abordagem qualitativa, segundo a autora, revelou que os estudantes tiveram experiências positivas com o protocolo adaptado, vendo-o como útil para enfrentar desafios universitários. O segundo artigo, baseado em pesquisa bibliográfica, mostrou a importância de entender os efeitos do *mindfulness* e sua inserção na história da meditação e da psicologia, enriquecendo a compreensão das práticas. Em resumo, o artigo destacou a percepção positiva dos estudantes sobre o *mindfulness* adaptado e ressaltou a relevância de contextualizar essa prática para lidar com os desafios da vida universitária.²³

O trabalho em questão, conforme solicitação do autor, possui confidencialidade até 24/06/2026, porém é um achado relevante a ser considerado que existe um estudo, ainda a ser divulgado, sobre Intervenção Adaptada do Treinamento de Habilidades em Regulação Emocional da Terapia Comportamental Dialética para Usuários de Crack. Compreender como as abordagens em questão podem ser utilizadas para usuários de substâncias psicoativas, e se tem de fato comprovação de eficácia, pode ser de grande valia para os terapeutas que atendem esse público em geral.²⁴

O estudo abordado neste parágrafo, teve como objetivo explorar a viabilidade e a efetividade da Terapia Dialética Comportamental de Sessão Única (DBT-ST) como tratamento complementar ao uso de medicação para o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) em adultos em um contexto cultural latino-americano. Como metodologia, os participantes com sintomas residuais de TDAH foram divididos aleatoriamente em dois grupos: DBT-ST e tratamento convencional. O resultado apresentado aponta a DBT-ST com alta taxa de comparecimento e baixa taxa de abandono, no entanto, não foram encontradas diferenças significativas nos escores de sintomas de TDAH entre os dois grupos. A DBT-ST mostrou aumento no tempo médio de resposta em um teste neuropsicológico, mas os

resultados sugerem que os ganhos obtidos podem não justificar sua aplicação em comparação com intervenções que podem ser implementadas com menos recursos. Em resumo, o estudo indica que a DBT-ST é viável no contexto latino-americano, mas não mostrou eficácia significativa na redução dos sintomas de TDAH.²⁵

E por fim, o artigo a seguir é uma revisão sistemática que focou em diferenciar entre problemas e conflitos na prática clínica, considerando a eficácia das abordagens da terapia cognitivo-comportamental (TCC) na resolução de problemas e mediação de conflitos. Apesar do artigo não tratar exclusivamente de terapias de terceira geração, o mesmo foi considerado, porque traça um paralelo entre a TCC e as terapias contextuais. Neste artigo, encontraram-se 364 ensaios clínicos que aplicaram a resolução de problemas, destacando sua eficácia junto a outras intervenções da TCC. Guias de TCC detalham os passos para resolução de problemas, mas não abordam a mediação de conflitos. Como uma estratégia de mediação, propôs-se a QPD (Qualidade de Processamento de Decisão), focando em coletar/organizar informações, melhorar comunicação empática/assertiva e favorecer escolhas com o objetivo de minimizar danos às partes envolvidas no conflito. Concluiu-se que, enquanto há descrição detalhada dos passos para treinar terapeutas na resolução de problemas e para capacitar terapeutas na mediação de conflitos, podem ser necessárias práticas clínicas associadas às terapias cognitivas contextuais, como aceitação psicológica, *mindfulness*, compreensão de valores individuais e ativação da compaixão/autocompaixão.²⁶

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo geral investigar, através da metodologia de análise do estado da arte, como os estudos têm abordado as terapias contextuais no Brasil. Ao realizar este trabalho, foi possível constatar que apesar do crescente interesse dos psicólogos, e diversos outros profissionais da área da saúde, nas terapias contextuais, houve um decréscimo expressivo no número de pesquisas e artigos sendo publicados sobre este tema no Brasil.

Muitas pesquisas não conseguiram comprovar de forma mais ampla e concreta seus resultados, levando em consideração o pouco tempo de avaliação e acompanhamento dos pacientes avaliados nos estudos em questão. Alguns artigos possuem uma amostragem pequena, o que torna inviável comprovar de maneira segura, a eficácia ou não do emprego das abordagens de terceira geração.

Considera-se que, para que haja comprovação e validação das terapias de terceira onda no Brasil, seja de suma importância um aumento expressivo no número de estudos e de publicações, bem como de amostragem, considerando sempre um grupo de controle. Desta

maneira, as possibilidades de consolidação de estratégias terapêuticas fundamentadas na ciência psicológica e validadas por meio de estudos fidedignos poderá contribuir com a ciência psicológica contemporânea.

Apesar dos resultados serem bastante promissores no restante do mundo, ainda há muito espaço e necessidade de pesquisas para se considerar as abordagens contextuais consolidadas e estruturadas para o padrão ouro de tratamento de determinados transtornos mentais, considerando a realidade e o contexto geral do Brasil.

REFERÊNCIAS

1. Hayes SC. Acceptance and Commitment Therapy and the New Behavior Therapies: Mindfulness, Acceptance and Relationship. Vol. 35, Borkovec & Roemer. Reno: Martell; 2004.
2. Lucena-Santos P, Pinto-Gouveia J, Da Silva Oliveira M. Terapias Comportamentais de Terceira Geração. 1ª edição. Novo Hamburgo: Sinopsys; 2015. 1–528 p.
3. Chapman AL. Dialectical Behavior Therapy: Current Indications and Unique Elements. Psychiatry (Edgmont) [Internet]. 2006 [citado 7 de outubro de 2023];3:62. Disponível em: [/pmc/articles/PMC2963469/](#)
4. Kohlenberg RJ, Tsai M. Psicoterapia Analítica Funcional Criando Relações Terapêuticas Intensas e Curativas [Internet]. 2006 [citado 7 de outubro de 2023]. Disponível em: www.facebook.com/groups/livrosparadownload
5. Perissutti C, Barraca J. Clínica y Salud Integrative Behavioral Couple Therapy vs. Traditional Behavioral Couple Therapy: A theoretical review of the differential effectiveness Terapia Integral de Pareja vs. Terapia Conductual de Pareja: una revisión teórica de su eficacia diferencial. Clin Salud [Internet]. 2013 [citado 7 de outubro de 2023];24:11–8. Disponível em: www.elsevier.es/clysa
6. Paulin Romanowski J, Teodora Ens R. AS PESQUISAS DENOMINADAS DO TIPO “ESTADO DA ARTE” EM EDUCAÇÃO Researches appointed as “state of art” in education. 2006 [citado 21 de agosto de 2023];19:37–50. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/1891/189116275004.pdf>
7. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. Vol. 372, The BMJ. BMJ Publishing Group; 2021.
8. Ferreira VS. Terapia Analítico-Comportamental, Terapia de Aceitação e Compromisso e Análise do Comportamento: uma análise filosófica e conceitual de suas compatibilidades. São Paulo; 2021.
9. Lima VFS de A. Os efeitos da terapia de aceitação e compromisso sobre respostas presentes nos quadros de pânico e agorafobia. São Luis; 2019.
10. Kovac R. Efeitos de Intervenções da Terapia de Aceitação e compromisso na transformação de função de estímulos arbitrariamente relacionados. São Paulo; 2018.
11. Mello MH de S. Efeito do controle contextual da transformação de função sobre uma resposta de esquiva derivada: um análogo experimental de desfusão cognitiva. São Paulo; 2022.
12. Rahal GM. VALORES DE VIDA NA TERAPIA DE ACEITAÇÃO E COMPROMISSO (ACT). Londrina; 2019.

13. Zancan RK. Viabilidade e Efeitos de uma Intervenção Baseada na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) Para Redução Do Estresse em Universitários. Paraná; 2021.
14. Assaz DA. Desfusão cognitiva na Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT): O processo de mudança clínica. São Paulo; 2019.
15. Ferreira AR. Impactos de Intervenções Experienciais e Analíticas na Qualidade de Vida, Ações Valerosas e Sintomas (TAG). São Paulo; 2021.
16. Siqueira JLD. Adaptação Brasileira de um Programa Interdisciplinar de Reabilitação em Dor Baseado em ACT (Terapia de Aceitação e Compromisso). [São Paulo]: Universidade Federal de São Paulo – Escola Paulista de Medicina; 2018.
17. Miyazaki ES. Terapia de aceitação e compromisso em grupo para pacientes com dor crônica. São José do Rio Preto; 2018.
18. Soares ZF. Adaptação de uma intervenção breve sobre a responsividade de mães de bebês hospitalizados. [Salvador]: Universidade Federal da Bahia; 2019.
19. Maia MFC. Estigma internalizado em usuários de drogas: Avaliação de processo de uma estratégia de redução de estigma internalizado baseada na Terapia de Aceitação e Compromisso. Juiz de Fora; 2020.
20. Dalgalarondo GJ de M. Self-como-contexto: Categorização do uso do termo na literatura da Acceptance and Commitment Therapy (ACT) e da Relational Frame Theory (RFT). São Paulo; 2022.
21. Lins MRSW. Universidade do Vale do Rio dos Sinos Programa de Pós-Graduação em Psicologia Doutorado em Psicologia Clínica Linha de Pesquisa: Estados Psicopatológicos e Abordagens Psicoterápicas. Vale do Rio dos Sinos ; 2019.
22. Paula-Ravagani GS de. A integração de teorias e técnicas na prática clínica em terapia familiar. Ribeirão Preto; 2019.
23. Santos GB. Mindfulness: seu histórico e a percepção de estudantes universitários a uma adaptação de protocolo. Rio de Janeiro; 2018.
24. Schneider JA. Avaliação da Viabilidade de uma Intervenção Adaptada do Treinamento de Habilidades em Regulação Emocional da Terapia Comportamental Dialética para Usuários de Crack. Porto Alegre; 2021.
25. Moritz G. Ensaio Clínico Randomizado com o uso do grupo de treinamento de Habilidades da Terapia Dialético Comportamental como Tratamento Complementar a Medicação em Adultos com Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade. Porto Alegre; 2019.
26. Costa RT da, Carvalho MR de, Nardi AE. Revisão sistemática sobre resolução de problema e mediação de conflito pela terapia cognitivo-comportamental. Vol. 72, Jornal Brasileiro de Psiquiatria. Editora Científica Nacional Ltda; 2023. p. 63–71.

CONTATO

Carolina Silva Vieira: carol.svieira@outlook.com