

DE CARVALHO PACHECO BITTENCOURT, A.C; CAETANO DE ALMEIDA NETO, E; RODRIGUES, M.E; BRITO ARARIPE, N. **Depressão – Psicopatologia e Terapia Analítico-Comportamental**. 2ª.edição, Curitiba: Juruá Editora, 2015.

JOSÉ FRANCISCO DE SOUSA

Trata-se de uma obra com apenas 114 páginas composta por 6 valiosos artigos escritos por especialistas e pesquisadores na área de Análise do Comportamento a respeito de um tema atual e de grande relevância social: a depressão. A organização do livro ficou a cargo de Ana Carolina de Carvalho Pacheco Bittencourt, editora da Juruá na área de Psicologia e de Esequias Caetano de Almeida Neto, Maria Ester Rodrigues e Natalie Brito Araripe, cuja estrutura ficou sob a forma de 6 artigos de grande riqueza científica, sendo que o segundo deles intitulado Modelos Experimentais de Depressão, conta com a presença marcante do grande analista do comportamento no Brasil, Roberto Bonaco que escreveu juntamente com mais três pesquisadores: Denis Roberto Zamignani, Carlos Eduardo Costa e Marina Rafaela Dantas. A ideia central deste primeiro artigo é a de ver a depressão como um fenômeno complexo cuja topologia descrita nos grandes manuais de doenças mentais servem de torne para o terapeuta-comportamental, mas que, segundo os autores têm suas limitações. Destacam os autores para o desamparo aprendido, um dos modelos experimentais de depressão propostos por Maier, Overmeier e Seligma e que até hoje serve de paradigma para a análise do comportamento. Importante também é a tese dos autores no sentido de que as estratégias terapêuticas da análise do comportamento para lidar com a depressão, principalmente no que diz respeito aos procedimentos e técnicas, apontando especialmente para o uso de entrevistas que podem ser pouco favoráveis para produzir uma variabilidade terapêutica. E com base na ciência do comportamento, os autores alertam para a prevenção dessa patologia apontando as implicações culturais e ontogenéticas da depressão. O primeiro capítulo do livro é dedicado ao diagnóstico da depressão e aos dados epidemiológicos divulgados pela Organização Mundial de Saúde. Como trata-se de uma abordagem teórica e científica bastante sólida, os autores (Esequias Caetano de Almeida Neto, Héliida Luanna Silva Reis e Natalie Brito Araripe) apontam para os aspectos comportamentais observáveis da depressão, sem julgar as questões mentalistas no qual destacam alguns inventários (clássicos, mas pouco utilizados por psiquiatras e psicólogos) como a Escala Hamilton de Depressão (HAM-D) e a Escala Beck de Depressão (BDI). No capítulo *Terapia analítico-comportamental da depressão*, da mestra e doutora em Psicologia Experimental pela USP, Regina Chistina Wiewlesnka mostra que a depressão afeta não só o indivíduo, mas também toda uma sociedade uma vez que traz prejuízos na econômica, e principalmente afetando familiares e amigos da pessoa que se encontra deprimida. Para a pesquisadora, a proposta de Ativação Comportamental mostra que é dentro do contexto de vida que se pode localizar os fatores que contribuem para a instalação e agravamento da depressão e que o processo terapêutico-comportamental busca interferir sobre os comportamentos que mantém e agravam o estado depressivo e que na terapia, faz-se um plano de ação cujo objetivo é o afastamento das esquivas prejudiciais capazes de aproximar de respostas que produzem reforçadores para eliminar a depressão fazendo com que a pessoa com depressão consiga aprender a resolver os seus problemas, ou pelo menos a lidar com eles. O capítulo seguinte, escrito por Paulo Roberto Abreu e Juliana Helena Abreu, aprofundam na questão da ativação comportamental apresentando o protocolo de Martell, Addis e Jacobson de 2001. Apresentam também uma escala de prazer cujo objetivo é o de apresentar reforçadores positivos no combate ou tratamento da depressão, dando um exemplo de uma cliente que fez uma agenda semanal de atividades que é acompanhada e avaliada pelo analista do comportamento. Assim, os autores *apresentam* algumas formas de enfrentamento especialmente ajudando ao paciente a lidar com os “pensamentos ruminativos”. Aqui o foco principalmente é a ativação de comportamentos ajustáveis com a ajuda de várias técnicas, o que não é muito comum para a Ciência do Comportamento. Este assunto é discutido exaustivamente no capítulo escrito por Deborah Fernandes Lobo, Daniela Vilarinho-Rezende e Isabelle Cacau de Alencar que afirmam que a utilização de recursos terapêuticos na terapia analítico-comportamental para a depressão promove uma variabilidade comportamental e uma série de contingências reforçadoras capazes de ajudar no tratamento. Destacam algumas técnicas como o uso de poemas, filmes e treinos de resolução de problemas. O prefácio feito por Hélio Guilhardi, diretor do ITCR – Instituto de Terapia por Contingências e Reforçamento – é um capítulo a parte e faz uma série de esclarecimentos a respeito da depressão sob a ótica conceitual da análise do comportamento, destaca a figura central do “doente” no processo terapêutico,

colocando ele como sujeito ativo desse processo como elemento importante capaz de participar de forma interativa juntamente com o analista do comportamento. O livro não é um Manual para se entender a depressão tanto que o último capítulo intitulado Da relação entre infanticídio e depressão pós-parto para o direito brasileiro e para a Psicologia, de Ana Carolina de Carvalho Pacheco Bittencourt, a autora além de discutir o tema sob a luz da Ciência do Comportamento e do Direito Brasileiro, traz uma importante contribuição no sentido de que apresenta algumas formas de prevenção e de tratamento. E ele é tão pouco destinada à apenas a especialistas no assunto, mas também para aqueles que querem entender o assunto mesmo sendo leigo.