

Mudanças baseadas em evidências

Os princípios teóricos da Terapia Cognitivo-comportamental (TCC) sempre buscaram se basear em evidências empíricas oriundas de pesquisas. Como toda ciência, é desejável que as investigações indiquem fragilidades do modelo e que surjam perspectivas que tragam robustez às intervenções e aos modelos teóricos utilizados para explicar (e tratar) os casos clínicos. Nos últimos anos muitos aprimoramentos somaram-se à TCC. Diálogos com outras áreas de conhecimento, notadamente as neurociências, têm dado apoio e inspirado protocolos cuja eficácia vem sendo atestada pela Divisão 12 da *American Psychological Association* (Associação de Psicologia Americana).

Podemos destacar a prática de *Mindfulness* (traduzida por alguns como “atenção plena”) um exemplo de contribuição interdisciplinar. A entrevista com Ronald Siegel indica como ela vem sendo amplamente utilizada e os benefícios propiciados por ela. Da mesma forma, os trabalhos publicados neste número reforçam essa ideia de que perspectivas teóricas afins podem somar, inspirar modificações que aprimoram as intervenções clínicas. Afinal, a prática científica saudável é aquela em que mudanças baseadas em evidências aprimoram as conceitualizações e permitem intervenções cada vez mais eficazes e duradouras.

Angela Donato Oliva