

Carmem Beatriz Neufeld¹
Gabriela Affonso²

FTBC: uma jornada de 15 anos em prol das terapias cognitivas no Brasil¹

FBTC: a 15 year journey in favor of cognitive therapies in Brazil

RESUMO

O presente relato tem por objetivo apresentar de forma resumida o crescimento da Federação Brasileira de Terapias Cognitivas no ano em que esta comemora seus 15 anos de fundação. Para tanto, são apresentados alguns dados da literatura que referem o crescimento das terapias cognitivas tanto nas publicações quanto na prática clínica, bem como dados nacionais sobre o ensino das terapias cognitivas nos cursos de graduação em psicologia. Em seguida, são apresentados e discutidos os dados sobre os associados da Federação, que indicam um maior crescimento das terapias cognitivas nas regiões Sul, Sudeste e Nordeste, sendo que as regiões Norte e Centro-Oeste têm obtido modesto crescimento.

Palavras-chave: Brasil, terapias cognitivas.

ABSTRACT

This brief report aims to present the growth of the Brazilian Federation of Cognitive Therapies in the year of its fifteenth anniversary. Some literature data refers to the increase of literature and clinical practice of cognitive therapies, as well as national data on the teaching of cognitive therapies in undergraduate courses in psychology. The data about membership growth of the Federation is presented and discussed. The data indicates further growth of cognitive therapies in the South, Southeast and Northeast. On the other hand, in the North and Midwest regions of Brazil, Cognitive Therapies have achieved modest growth.

Keywords: Brazil, cognitive therapies.

¹ Coordenadora do Laboratório de Pesquisa e Intervenção Cognitivo-Comportamental - LaPICC. Professora Doutora e Orientadora do Programa de Pós-Graduação em Psicologia Departamento de Psicologia, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto Universidade de São Paulo. Presidente da Federação Brasileira de Terapias Cognitivas (Gestão 2011-2013/2013-2015). Bolsista Produtividade CNPq. Contato: cbneufeld@usp.br

² Psicóloga pela USP. Mestranda pelo Laboratório de Pesquisa e Intervenção Cognitivo-Comportamental - LaPICC. Departamento de Psicologia. Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto. Universidade de São Paulo. Contato: gabriela.aff@gmail.com

Universidade de São Paulo.

Correspondência:

Carmem Beatriz Neufeld.
Av. Bandeirantes, 3.900, LaPICC, Sala 29,
Bloco 5, FFCLRP, Monte Alegre, Ribeirão
Preto, SP, Brasil.
CEP: 14.110-000
E-mail: cbneufeld@usp.br

Este artigo foi submetido no SGP (Sistema de Gestão de Publicações) da RBTC em 26 de novembro de 2014.

Artigo aceito em 20 de março de 2015.

DOI: 10.5935/1808-5687.20130018

¹ O presente relato foi elaborado com base na Conferência de abertura do IX Congresso Brasileiro de Terapias Cognitivas ministrada em 10/04/2013, em Ribeirão Preto, pela primeira autora.

Desde sua introdução, por volta do final da década de 1960 e início da década de 1970, ou seja, há mais de 40 anos, o campo da terapia cognitivo-comportamental (TCC) tem-se desenvolvido de forma ampla (Knapp, 2004), sendo que, hoje, encontra-se à disposição um conjunto de diferentes tendências e procedimentos de intervenção, os quais, apesar dos aspectos em comum, apresentam algumas divergências (Rangé, Falcone, & Sardinha, 2007).

O ponto alto, no entanto, é o reconhecimento da eficácia das terapias cognitivo-comportamentais, termo utilizado como sinônimo de terapias cognitivas e que se refere às psicoterapias baseadas no modelo cognitivo (Knapp & Beck, 2008). Esse reconhecimento advém de diversos estudos que atestam sua eficácia e justificam o fato das terapias cognitivas estarem entre as mais importantes e validadas abordagens psicoterápicas (Rangé et al., 2007; Powell, Abreu, Oliveira, & Sudak, 2008; Porto et al., 2008; Ito, Roso, Tiwari, Kendall, & Asbahr, 2008; Duchesne et al., 2007). Nesse sentido, muitos estudos abordaram o percurso histórico desse campo e discutem seus fundamentos teóricos e filosóficos (Beck, 1991; Rangé & Guilhardi, 1995; Beck, 1997; Dobson & Scherrer, 2004; Knapp & Beck, 2008).

O crescimento da popularidade das terapias cognitivas foi previsto no terceiro estudo (Norcross, Hedges, & Prochaska, 2002) de uma série que se apoiou no procedimento chamado de Delphi Poll, que vem sendo repetido a cada década desde 1980 (Norcross, Alford, & DeMichele, 1992; Prochaska & Norcross, 1982). Esse procedimento é uma técnica que visa a identificação de tendências e eventos futuros por meio da consulta a um grupo de especialistas sobre determinado tema.

O estudo destaca que o grupo de especialistas foi solicitado repetidamente a prever a probabilidade de cada item de ocorrer durante a próxima década, de acordo com o que achavam que iria acontecer, ao contrário do que eles gostariam que acontecesse. A amostra final foi composta por 62 participantes, sendo que todos tinham pelo menos doutorado e, em média, 30 anos ($dp = 9,77$) de experiência clínica pós-doutoramento. A amostra foi composta por 15 mulheres, 44 homens e 3 pessoas que não indicaram o sexo. Além disso, os especialistas seguiram diversas orientações teóricas autorrelatadas: cognitivo-comportamentais (32%), eclética/integrador (26%), psicodinâmicas (18%), humanística/experiencial (9%), comportamentais (5%), feminista (5%), e sistêmicas/sistemas familiares (4%).

Os resultados, em relação às orientações teóricas, indicaram que os especialistas previram que a terapia cognitivo-comportamental era uma das abordagens esperadas a aumentar sua incursão na próxima década. Por outro lado, a psicanálise clássica, a terapia implosiva, a análise transacional e a terapia adleriana eram esperadas a diminuir.

Em relação às intervenções terapêuticas, 18 das 38 intervenções foram previstas para aumentar na década seguinte. Foi previsto o aumento de métodos relacionados à informática (realidade virtual, terapias computadorizadas) e que envolvessem automudança, recursos de autoajuda e autocontrole, além de métodos como tarefas de casa, prevenção de recaída, técnicas de resolução de problemas e reestruturação cognitiva. Por outro lado, houve previsão de que a associação livre, os exercícios de encontro, a inundação emocional e a interpretação dos sonhos iriam diminuir.

Em outro estudo, Norcross e Karpak (2012) buscaram levantar as características dos psicólogos clínicos da APA. Uma sequência de estudos que mapeava 50 anos buscou investigar vários aspectos da profissão.

No que diz respeito à orientação teórica, em cada estudo, os psicólogos receberam uma lista de orientações teóricas e foram orientados a assinalar sua opção primária e secundária de orientação teórica. Os resultados apontaram que, em 2010, a orientação cognitiva, com 31% de escolha, foi a de maior destaque pela primeira vez, seguida de ecletismo/integracionismo, com 22%. Além disso, em outra análise dos dados, descreveram a linha de crescimento das cinco maiores orientações teóricas de 1960 a 2010, constatando que a abordagem com maior declínio é a psicodinâmica, enquanto a que tem evidenciado maior crescimento, até então, é a abordagem cognitiva.

Também nessa perspectiva e na abrangência das terapias cognitivas em todo o mundo, um estudo de Rangé e colaboradores (2007) procurou avaliar as preferências dos profissionais brasileiros que utilizam a orientação cognitiva em suas práticas. Além disso, investigaram que tipo de formação eles têm recebido e em que contextos têm atuado. Para tanto, apresentaram uma proposta baseada na literatura que divide as abordagens em três grandes grupos: os modelos de reestruturação cognitiva, representados principalmente por Beck e Ellis, os modelos construtivistas, representados principalmente por Mahoney, Neimeyer, Guidano, Liotti, Gonçalvez e Greenberg, e os modelos cognitivo-comportamentais, representados principalmente por Meichenbaum, Barlow e Lineham. Além desses, os autores indicam, ainda, a proposta de Young como um possível modelo integrativo das duas primeiras posições teóricas.

Participaram do estudo 248 profissionais, sendo 228 psicólogos e 20 psiquiatras. Foram requisitados pela internet, e, dos que aceitaram participar, 69% eram das regiões Sudeste, 15% da Nordeste, 13% da Sul, 2% da Centro-oeste e 1% da Norte.

Entre os resultados, foi observada expressiva quantidade de profissionais menos experientes (até cinco

anos) correspondendo a 51%, seguidos por 31%, referente aos que atuam na área há mais de 10 anos, e a menor parcela (18%) correspondendo àqueles com experiência entre 5 e 10 anos. Os autores ainda destacaram a estimativa de que a quantidade de terapeutas cognitivos aumentou 100% no período de 2002 a 2007.

Em relação aos modelos teóricos que orientam a prática atual dos profissionais encontrou-se que a maioria dos profissionais (24%) segue o modelo de reestruturação cognitiva; 17%, o modelo cognitivo-comportamental; e 8%, o modelo construtivista. A combinação de modelos também foi apontada pelos participantes, sendo 36% dos profissionais os que declararam utilizar em suas práticas a combinação dos modelos de reestruturação cognitiva e cognitivo-comportamental; 8%, os modelos de reestruturação cognitiva e construtivista combinados; 1%, os modelos cognitivo-comportamental e construtivista combinados; e 3%, os três modelos combinados. Não se identificaram 2% dos participantes.

Os autores concluíram que há uma crescente expansão das terapias cognitivas no Brasil, sendo que a prática em consultórios e clínicas de psicoterapia corresponde à maior parcela de atuação dos profissionais em comparação a um número reduzido em hospitais. Destacam que a maioria dos profissionais se vale da combinação dos modelos teóricos de reestruturação cognitiva e cognitivo-comportamental para orientar sua prática clínica. Nesse sentido, apontam que essa, como outras combinações de modelos, parece indicar uma tendência de integração de todos esses enfoques em vez da utilização de apenas um deles. Os autores também citaram as previsões do estudo de Norcross e colaboradores (2002), em que as teorias ecléticas e integrativas são apontadas como predominantes para os próximos anos, juntamente com as de enfoque cognitivo e cognitivo-comportamental, traçando, assim, um paralelo com seus achados, e inferindo que modelos integrativos de intervenção, tais como a terapia focada nos esquemas (Young, Klosko, & Weishaar, 2003), podem vir a se tornar abordagens de maior escolha no futuro. O estudo também enfatizou, como veículos fundamentais para a expansão das terapias cognitivas no Brasil, os cursos de formação e especialização.

Levando em conta também a grande diversidade das TCCs, um estudo realizado por Neufeld, Xavier e Stockmann (2010) investigou a presença de conteúdos e/ou disciplinas de TC/TCC nos cursos de graduação em psicologia dos Estados do Paraná e de São Paulo. Para tanto, foi feita uma consulta ao site da Associação Brasileira de Ensino de Psicologia (ABEP), e relacionados todos os cursos de graduação autorizados pelo Ministério da Educação (MEC). Assim, foram encontrados 28 cursos no Estado do Paraná

e 96 cursos no Estado de São Paulo. A partir disso, foram feitas buscas nos sites dos cursos e, inicialmente, entrou-se em contato com seus coordenadores via e-mail.

Os resultados, no caso do Paraná, dizem respeito a 32% dos cursos encontrados, que foram aqueles que deram respostas válidas. Destes, 44% não elencam a TCC entre suas abordagens teóricas, 45% ministram ao menos uma disciplina de TC/TCC e 11% ministram conteúdos de TC/TCC. Já no Estado de São Paulo, constituiu-se como amostra final 50% dos cursos inicialmente encontrados, que foram aqueles que deram respostas válidas. Destes, contatou-se que 11% não ministram TC/TCC, 74% ministram ao menos uma disciplina e 15% ministram conteúdos de TC/TCC.

As autoras concluíram que, uma vez que a TCC vem sendo considerada uma nova forma de explicação e intervenção dos transtornos mentais e do funcionamento humano, há uma necessidade premente de inserção de conteúdos relacionados a essas abordagens nos cursos de graduação em psicologia, permitindo, com isso, maior divulgação da TCC e possibilitando aos profissionais a identificação com suas propostas de explicação e intervenção. Elas ressaltam essa necessidade tendo em vista que o estudo obteve respostas confiáveis de menos da metade dos cursos de graduação em psicologia dos Estados de São Paulo e do Paraná, entre os quais se acredita que há um movimento de divulgação da TCC. Foi destacado também que esse movimento parece ser mais consistente em São Paulo do que no Paraná.

Em abril de 2013, a Federação Brasileira de Terapias Cognitivas comemorou seu 15º aniversário. Fundada em 1998, em Gramado (RS), contou com 26 sócios fundadores. Desde sua fundação até hoje, tem por objetivo difundir as terapias cognitivas no Brasil, bem como oportunizar o acesso à capacitação de seus associados a partir da organização de eventos bienais e da publicação da Revista Brasileira de Terapia Cognitivas.

A Fundação teve aumento expressivo em seu número de associados, subindo de 26 membros iniciais para 1.566 associados, em 6 de abril de 2013, dos quais 78% são profissionais e 22% estão representados por estudantes. Além disso, da categoria dos profissionais, 95% são psicólogos, enquanto os 5% restantes são psiquiatras.

Em relação à distribuição dos sócios por região, a maioria (37,5%) é proveniente do Sudeste, 33,1% da região Sul, 21,7% do Nordeste, 4,7% do Centro-Oeste e 3% do Norte.

Em relação aos Estados, os três que possuem maior número de associados são, respectivamente, Rio Grande do Sul, Rio de Janeiro e São Paulo, como pode ser observado na tabela 1 a seguir:

Tabela 1. Associados FBTC por Estado segundo consulta realizada em 06/04/2013 ao sistema de associados da FBTC.

Associados FBTC por Estado		
Estado	Frequência	Percentual
Rio Grande do Sul	311	19,8
Rio de Janeiro	257	16,4
São Paulo	246	15,7
Santa Catarina	134	8,5
Pernambuco	93	6
Alagoas	90	5,7
Minas Gerais	80	5,1
Paraná	74	4,7
Paraíba	48	3
Bahia	46	2,9
Amazonas	33	2,1
Mato Grosso do Sul	22	1,4
Distrito Federal	21	1,3
Sergipe	21	1,3
Rio Grande do Norte	20	1,2
Mato Grosso	18	1,1
Piauí	13	0,8
Goiás	12	0,7
Roraima	8	0,5
Ceará	7	0,4
Espírito Santo	5	0,3
Rondônia	3	0,1
Pará	2	0,1
Amapá	1	0,06
Maranhão	1	0,06
Acre	0	0
Tocantins	0	0

Os dados da Tabela 1 evidenciam que os três Estados pioneiros da TCC no Brasil representam também a maioria dos associados da FBTC, sendo que, somados, são responsáveis por mais de 51% de todos os associados da entidade. Já os Estados da região Norte acabam por estar, em sua maioria, pouco representados. Tais dados podem sugerir a necessidade de a FBTC investir mais na divulgação das TCCs nas regiões Norte e Centro-Oeste.

Por fim, em seus 15 anos de história, a FBTC teve crescimento vertiginoso, acompanhando o crescimento das terapias cognitivas nos âmbitos nacional e internacional, bem como as previsões de crescimento dos estudos citados. Seus maiores desafios continuam sendo o fortalecimento da área nas diferentes regiões do Brasil, sua inserção nas matrizes curriculares dos cursos de psicologia e residências em psiquiatria, incentivando estudantes e profissionais a ter acesso ao conhecimento das terapias cognitivas.

REFERÊNCIAS

- Beck , A. T. (1991). Cognitive therapy: A 30-year retrospective. *American Psychology*, 46, 368-375. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.46.4.368>
- Beck, J. S. (1997). Terapia cognitiva: Teoria e prática. Porto Alegre: Artmed.
- Dobson, K. S., & Scherrer, M. C. (2004). História e futuro das terapias cognitivo-comportamentais. In P. Knapp, *Terapia cognitivo comportamental na prática psiquiátrica* (pp. 42-57). Porto Alegre: Artmed.
- Duchesne, M., Appolinário, J. C., Rangé, B. P., Freitas, S., Papelbaum, M., & Coutinho, W. (2007). Evidências sobre a terapia cognitivo-comportamental no tratamento de obesos com transtorno da compulsão alimentar periódica. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 29(1), 80-92. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-81082007000100015>
- Ito, L. M., Roso, M. C., Tiwari, S., Kendall, P. C., & Asbahr, F. R. (2008). Terapia cognitivo-comportamental da fobia social. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30(2), 96-101. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462008000600007>
- Knapp, P. (2004). Terapia cognitivo-comportamental na prática psiquiátrica. Porto Alegre: Artmed.
- Knapp, P., & Beck, A. T. (2008). Fundamentos, modelos conceituais, aplicações e pesquisa da terapia cognitiva. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30(2), 54-64. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462008000600002>
- Neufeld, C. B., Xavier, G., & Stockmann, J. (2010). Ensino de terapia cognitivo-comportamental em cursos de graduação em psicologia: Um levantamento nos Estados do Paraná e de São Paulo. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 6(1), 42-61.
- Norcross, J. C., Alford, B. A., & DeMichele, J. T. (1992). The future of psychotherapy: Delphi data and concluding observations. *Psychotherapy*, 29, 150-158. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-3204.29.1.150>
- Norcross, J. C., Hedges, M., & Prochaska, J. O. (2002). The face of 2010: A Delphi Poll on the future of psychotherapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 33, 316-322. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0735-7028.33.3.316>
- Norcross, J. C., Karpik, C. P. (2012). Clinical psychologists in the 2010s: 50 years of the APA Division of Clinical Psychology. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 19 (1). DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1468-2850.2012.01269.x>
- Porto, P., Oliveira, L., Volchan, E., Mari, J., Figueira, I., & Ventura, P. (2008). Evidências científicas das neurociências para a terapia cognitivo-comportamental. *Paidéia*, 18(41), 485-494.
- Powell, V. B., Abreu, N., Oliveira, I. R., & Sudak, D. (2008). Terapia cognitivo-comportamental da depressão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30(2), 73-80. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462008000600004>
- Prochaska, J. O., & Norcross, J. C. (1982). The future of psychotherapy: A Delphi poll. *Professional Psychology: Research and Practice*, 13, 620-627. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0735-7028.13.5.620>
- Rangé, B. P., Falcone, E. M. O., & Sardinha, A. (2007). História e panorama atual das terapias cognitivas no Brasil. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 3(2), 53-68.
- Rangé, B., & Guilhardi, H. (1995). História da psicoterapia comportamental e cognitiva no Brasil. In B. Rangé (Org.). *Psicoterapia comportamental e cognitiva: Pesquisa, prática, aplicações e problemas* (pp.55-69). Campinas: Editorial Psy.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York: The Guilford Press.