

# Práticas baseadas em evidências no contexto da terapia cognitivo-comportamental: uma revisão de escopo

## *Evidence-Based Practice in the context of Cognitive Behavioral Therapy: a scoping review*

*Práctica Clínica Basada en la Evidencia en el contexto de la Terapia Cognitivo-Conductual: una revisión de escopo*

Angela Donato Oliva<sup>1</sup>, Luisa Braga Pereira<sup>1</sup>, Nathalia Martins da Conceição<sup>1</sup>, Carla Neumann Rodrigues<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Instituto de Psicologia – Rio de Janeiro – RJ – Brasil.

## RESUMO

As práticas baseadas em evidências (PBEs) têm ganhado protagonismo no âmbito da pesquisa em saúde mental ao abordar a tomada de decisão clínica de terapeutas. A terapia cognitivo-comportamental (TCC) envolve diversos procedimentos e práticas, além de demonstrar grande eficácia e eficiência no tratamento de diversas psicopatologias. O objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão de escopo, baseada no protocolo PRISMA-ScR, para avaliar bases teóricas, modalidades principais, desafios de implementação e disseminação e críticas relacionadas à PBE, enfocando especialmente o impacto de tais fatores no contexto da prática clínica em TCC. A busca por artigos foi conduzida em seis bases de dados. Foram selecionadas 21 pesquisas, entre as quais 12 consistiram em estudos empíricos e nove se caracterizaram como revisões narrativas da literatura. As principais temáticas abordadas pelos estudos analisados fizeram referência a crenças, conhecimentos e atitudes de terapeutas em TCC sobre a aplicação da PBE na prática clínica. Ademais, o treinamento de terapeutas e as críticas acerca da TCC também foram tópicos relevantes para as pesquisas selecionadas. Estima-se que esta revisão de escopo tenha possibilitado o mapeamento das barreiras e potencialidades da implementação na PBE voltada para a TCC na prática clínica.

**Palavras-chave:** Prática clínica baseada em evidências. Terapia cognitivo-comportamental. Revisão.

## ABSTRACT

Evidence-based practices (EBPs) have been gaining protagonism in the context of mental health research by approaching therapists' clinical decision-making. Cognitive Behavior Therapy (CBT) involves different procedures and practices, as well as it shows great efficacy and effectiveness in the treatment of many psychopathologies. The goal of the current study was to conduct a scoping review, based on the PRISMA-ScR protocol, to evaluate the theoretical basis, main approaches, implementation and dissemination challenges, and critics focused on EBP's impact on CBT's clinical practice. The article research was done in six databases. Twenty-one publications were selected from which twelve consisted of empirical studies and nine were characterized as narrative literature reviews. The main themes discussed by the analyzed studies referred to the beliefs, knowledge, and attitudes of CBT therapists in the application of EBP in their clinical practice. Moreover, psychotherapists' training and criticism related to CBT were also relevant topics to the selected research. It is estimated that the present scoping review has made it possible to map the barriers and potentials of implementing EBP in the clinical practice of CBT.

**Keywords:** Evidence-Based Practice. Cognitive Behavioral Therapy. Review.

## Correspondência:

Luisa Braga Pereira.

E-mail: [lubrpereira@gmail.com](mailto:lubrpereira@gmail.com)



## RESUMEN

Las Prácticas Basadas en la Evidencia (PBEs) han ganado protagonismo en el escenario de la pesquisa en salud mental por hacer referencia a la tomada de decisión clínica de los terapeutas. La Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) envuelve diversos procedimientos y prácticas, además de demostrar gran eficacia y eficiencia en el tratamiento de diversas psicopatologías. El objetivo del presente estudio fue realizar una revisión de escopo, fundamentada en el protocolo PRISMA-ScR, para evaluar las bases teóricas, modalidades principales, desafíos de implementación y diseminación y críticas relacionadas con las PBEs, dando más atención al impacto de esos factores en el contexto de la práctica clínica de la TCC. La busca por artículos fue hecha en seis bases de datos. Fueron seleccionadas 21 pesquisas, donde doce eran estudios empíricos y nueve se caracterizaban como revisiones. Las temáticas principales de los estudios analizados se referenciaban a las creencias, conocimientos y actitudes de los terapeutas en TCC acerca del uso de la PBE en la práctica clínica. Además, el entrenamiento de terapeutas y las críticas también fueran tópicos relevantes para las pesquisas seleccionadas. La presente revisión de escopo posibilitó la presentación de las barreras y potencialidades de la implementación de la PBE en la TCC.

**Palabras clave:** Práctica Clínica Basada en la Evidencia. Terapia Cognitivo-Conductual. Revisión.

### Destaques de impacto clínico

- Entre as principais temáticas discutidas pelos estudos selecionados pela revisão, destaca-se a necessidade de se ampliar o treinamento e a supervisão de terapeutas em TCC acerca dos princípios da PBE, de modo a contribuir para a disseminação e implementação dessa modalidade e auxiliar na tomada de decisão clínica.
- Estima-se que o futuro da TCC deva focar a busca por evidências empíricas de alta qualidade metodológica que envolvam culturas e populações diversas.

A psicologia, como campo do conhecimento, está em constante aprimoração e busca por novas evidências de funcionalidade e validade científica (Stenzel, 2022). Nesse contexto, a investigação acerca da eficácia de práticas e de modalidades psicoterápicas tem se caracterizado como um grande foco dos debates na área da saúde mental nos últimos anos (Cludius & Ehring, 2023; Mariano, 2019). A integração da ciência à prática clínica é essencial para que as intervenções mais eficazes e apropriadas para cada paciente possam ser identificadas e aplicadas (Rosa & Laport, 2021). Ainda assim, estima-se que muitos psicólogos e profissionais da saúde tenham dificuldade em encontrar práticas psicoterapêuticas que promovam o cuidado com seus pacientes ou clientes (Dozois et al., 2019; Oliva & Pereira, 2024).

O processo de tomada de decisão por parte do terapeuta é um aspecto essencial para se compreender a evolução de casos clínicos e estabelecer as dificuldades e potencialidades de intervenções psicoterápicas. Contudo, a grande quantidade de práticas, métodos e tratamentos disponíveis atualmente pode prejudicar a tomada de decisão e confundir o profissional em saúde mental (Dozois et al., 2019; Melnik et al., 2019). Nesse sentido, faz-se necessário estabelecer parâmetros confiáveis que avaliem a eficácia de estratégias clínicas no campo da psicologia. A prática baseada em evidências (PBE) se apresenta como um *modus operandi* que objetiva estabelecer uma fundamentação teórica, obtida por meio de evidências empíricas, que ampare a prática clínica (Melnik et al., 2019).

A PBE voltada para a psicologia tem origem na medicina baseada em evidências (EBM, do inglês *Evidence-Based Medicine*), fundamentando-se no modelo tripartite que envolve a integração entre as evidências oriundas de estudos empíricos, a experiência clínica do terapeuta e os valores culturais, que incluem características e preferências dos pacientes para promover a tomada de decisão clínica (Berg, 2019a, 2019b). Uma das características mais importantes da PBE é sua transdisciplinaridade: ao longo dos anos, ela se expandiu da medicina e campos relacionados com a biologia para contextos organizacionais, de políticas públicas e psicológicos (De Vincenzo et al., 2024; Ward et al., 2021). No que concerne a sua especificidade, a psicoterapia baseada em evidências tem como propósito a valorização das práticas psicológicas efetivas e o endossamento aos princípios de conceitualização de caso, relação terapêutica, testagem psicológica e programas de intervenção respaldados por evidências empíricas (Ward et al., 2021). Em síntese, a PBE se propõe a reduzir a incerteza e os erros na tomada de decisão do terapeuta.

O primeiro pilar da PBE refere-se à disponibilidade de boas evidências empíricas, que devem demonstrar a eficácia e a eficiência de uma técnica, intervenção ou tratamento. Assim, a integração das evidências empíricas deve combinar estudos teóricos com delineamentos intervencionais controlados e não controlados, de modo a abranger a maior quantidade de informações possível sobre uma dada temática e auxiliar os psicoterapeutas em sua tomada de decisão clínica (Alexopoulos

et al., 2021). O acesso do terapeuta à literatura científica atualizada permite que ele reflita criticamente e se torne capacitado a utilizar os recursos terapêuticos de avaliação, prevenção e intervenção mais adequados para cada caso (Oliva & Pereira, 2024). Nesse contexto, a condução de ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas e metanálises mostra-se especialmente importante, pois são delineamentos de pesquisa baseados em critérios metodológicos robustos, que conferem maior confiabilidade para os resultados obtidos e para as compilações de evidências apresentadas (Bowes et al., 2020; Dhrangadhariya et al., 2023; Lasserson et al., 2019).

Ainda que as evidências oriundas de pesquisas empíricas sejam essenciais para a prática clínica, a *expertise* do terapeuta também se apresenta como um fator relevante para a PBE. A experiência dos psicoterapeutas abrange o conhecimento e preparo em quatro aspectos essenciais para que a PBE possa ser colocada em prática: 1) execução de práticas e técnicas terapêuticas; 2) avaliação; 3) comunicação ou colaboração com o paciente; e 4) aplicação de intervenções (Ward et al., 2021). A *expertise* clínica permite que o profissional em saúde mental interprete as informações específicas para cada caso e possa improvisar frente a situações desafiadoras ou novas (Berg, 2019a). Contudo, as habilidades de tomada de decisão e resolução de problemas dos terapeutas podem ser negativamente impactadas por sua *expertise* clínica (Vitacca et al., 2023). Nenhum profissional, ainda que bem treinado e experiente, é imune aos efeitos de vieses cognitivos, os quais afetam o julgamento dos indivíduos e podem prejudicar o processo psicoterapêutico (Bowes et al., 2020; Oliva & Pereira, 2024).

O terceiro componente do modelo da PBE consiste nas características e preferências dos pacientes. Para que um tratamento ou intervenção possa ser colocado em prática, é preciso que as escolhas e opiniões dos pacientes sejam levadas em consideração, mesmo quando eles preferem abordagens que divergem do que a literatura indica como eficiente e eficaz (Berg, 2019a). É necessário que os valores e o contexto cultural dos indivíduos sejam considerados, permitindo que terapeuta e paciente, efetivamente, tomem decisões conjuntas (Ward et al., 2021). Uma vez que o engajamento do cliente é dependente da sua confiança no processo terapêutico, o paciente deve se perceber como tendo influência sobre as decisões clínicas que afetam diretamente a sua vida (Berg, 2019a).

Os fundamentos teóricos da PBE são relevantes para uma variedade de abordagens terapêuticas. Nesse contexto, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) se destaca por ser o modelo psicoterápico mais pesquisado atualmente, além de demonstrar grande eficácia e eficiência no tratamento de diversas psicopatologias e para diferentes tipos de população-alvo (David et al., 2018). Trata-se de uma abordagem centrada no sujeito e focada no problema, fundamentando-se na ideia de que crenças e percepções acerca de eventos influenciam e são influenciadas por respostas comportamentais e emocionais

(Hofmann, 2021). Com o decorrer dos anos, a TCC passou a incluir diversos procedimentos e práticas psicológicas baseadas em evidências, a fim de abordar questões de saúde mental (Beck, 2019). Assim, os protocolos de TCC, de modo geral, são considerados altamente representativos e relevantes para a compreensão do modelo da PBE (David et al., 2018; Hofmann, 2021).

Visto a importância da temática abordada para os contextos clínicos, verifica-se a necessidade de se realizar uma compilação da literatura científica acerca da influência e da relação entre a PBE e a TCC. O presente artigo tem como objetivo conduzir uma revisão de escopo que forneça uma visão abrangente das bases teóricas, modalidades principais, desafios de implementação e disseminação e críticas dirigidas à PBE, enfocando especialmente o impacto de tais fatores no contexto da prática clínica em TCC. As revisões de escopo são úteis para mapear evidências, apontar lacunas, providenciar recomendações para pesquisas futuras e ajudar na tomada de decisão referente à temática abordada (Peters et al., 2020). Este estudo se baseou nos critérios da extensão do protocolo PRISMA-ScR para revisões de escopo (Tricco et al., 2018).

## MÉTODO

As buscas na literatura foram realizadas entre fevereiro e março de 2024, abrangendo seis bases de dados: Lilacs, PsycINFO, Web of Science, SciELO (Scientific Eletronic Library Online), Scopus e PubMed. Não foram aplicados filtros para delimitar um período temporal específico, de modo a tentar abarcar todas as evidências disponíveis. A estratégia de pesquisa foi formada pelos descritores e operadores booleanos: (“evidence-based practice” OR “evidence-based psychotherapy” OR “evidence-based psychology”) AND (“cognitive behavioral therapy” OR “CBT”) AND “clinical practice”. Não foram conduzidas buscas por estudos em listas de referências ou por meio de contato com autores especialistas.

Os critérios de inclusão da presente revisão foram fundamentados na estratégia PCC (Tricco et al., 2018), como apresentado na Tabela 1. Ademais, incluíram-se apenas pesquisas empíricas ou teóricas revisadas por pares e publicadas nos idiomas português, inglês, espanhol ou francês. Como critérios de exclusão, estabeleceu-se que estudos que tinham foco na apresentação de protocolos ou descrições de pesquisas ou intervenções não seriam incluídos. Pesquisas que não abordassem a TCC ou que consistissem em literatura cinzenta também foram eliminadas.

Dois juízes independentes foram responsáveis pelo processo de seleção de publicações, que foi conduzido em duas etapas: a) leitura dos resumos; e b) análise de elegibilidade dos artigos completos. A resolução de discordâncias entre os juízes foi realizada por meio do contato com um terceiro juiz. Posteriormente, foi realizada a fase de extração e síntese dos dados, também envolvendo dois juízes, de modo independente,

**Tabela 1.** Critério PCC para revisões de escopo.

Acrônimo	Definição	Aplicação do critério no presente estudo
P	Participantes ou problema	Definições, fundamentos teóricos, modalidades principais, questões de disseminação, aplicação, críticas e desafios relacionados à PBE
C	Conceito	Prática baseada em evidências
C	Contexto	Prática clínica em TCC

chamando-se um terceiro jurado em caso de divergências. As informações extraídas dos estudos selecionados foram nome dos autores, ano de publicação, país em que a pesquisa foi conduzida, delineamento metodológico da publicação, aspecto da PBE avaliado ou discutido, objetivos e resultados e/ou conclusões mais relevantes de cada publicação empírica ou teórica.

## RESULTADOS

A busca inicial nas bases de dados resultou em um total de 415 publicações. Entre elas, 77 foram eliminadas por serem duplicatas. A leitura dos resumos levou à exclusão de 304 estudos por não atenderem aos critérios de inclusão preestabelecidos. A fase de elegibilidade dos artigos completos foi composta por 34 pesquisas, entre as quais 21 demonstraram compatibilidade com os parâmetros de inclusão estipulados, formando o banco de dados final (ver Figura 1).

As informações mais relevantes extraídas dos estudos selecionados podem ser observadas na Tabela 2. Verificou-se uma falta de variedade nos países de condução das pesquisas avaliadas, visto que a maior parte das publicações se origina nos Estados Unidos ( $n = 12$ ; 57,14%) e que não foram encontrados estudos realizados na América Latina ou no contexto brasileiro.

A maior parte dos estudos analisados pela presente revisão de escopo teve delineamento de cunho quantitativo ( $n = 9$ ; 42,86%) ou qualitativo ( $n = 3$ ; 14,29%). Entre as pesquisas empíricas, estima-se que as questões de disseminação, aplicação e desafios tenham sido os tópicos mais investigados acerca da PBE. Os resultados apontaram que a TCC é uma modalidade terapêutica altamente endossada por profissionais da saúde mental que buscam promover uma prática clínica baseada em evidências (Bohman et al., 2016; Gifford et al., 2012; Gyani et al., 2014; Mulkens et al., 2018; Weissman et al., 2006). A participação de psicoterapeutas em treinamentos voltados para a promoção dos conhecimentos acerca da PBE se mostrou associada com maior frequência ao uso de práticas e intervenções em TCC (Beidas et al., 2017, 2019; Edmunds et al., 2014; Gotham et al., 2022; McGovern et al., 2004; Mignogna et al., 2018; Stewart et al., 2020).

O treinamento de psicoterapeutas foi um tópico comumente abordado pelas revisões de literatura selecionadas. Segundo tais estudos, é imprescindível que terapeutas em TCC sejam devidamente treinados com base nas diretrizes da

PBE, de modo a disseminar e ampliar a utilização de princípios e modalidades baseados em evidências na prática clínica (Carroll, 2014; Guo et al., 2020; Rakovshik & McManus, 2010; Rector & Cassin, 2010; Shafran et al., 2009; Waller & Turner, 2016). Para além desses aspectos, as revisões narrativas avaliadas também enfocaram a discussão crítica das vantagens, desvantagens e desafios enfrentados pela abordagem da TCC baseada em evidências, especialmente no que se refere aos temas de reducionismo diagnóstico (Binnie & Spada, 2018; King, 1998), falta de supervisão voltada para a utilização da PBE na prática clínica (Carroll, 2014) e importância de serem identificadas variáveis contextuais e características do paciente e do terapeuta que possam influenciar a aplicação da PBE (Ollendick, 2014; Waller & Turner, 2016).

## DISCUSSÃO

Tendo como questão norteadora a apresentação e a discussão presentes na literatura acerca da PBE aplicada à TCC, a seleção de artigos deste estudo permitiu verificar que, apesar do aumento de publicações acerca da temática nas últimas décadas, há ainda um número reduzido de pesquisas conduzidas na América Latina. Estima-se que o treinamento de psicoterapeutas para lidar com populações etnicamente diversas e oriundas de diferentes contextos culturais seja extremamente empobrecido (Fonagy & Luyten, 2021). Assim, é altamente recomendável que estudos que enfatizem o terceiro pilar teórico da PBE – acerca das características e especificidades dos pacientes – sejam estimulados e conduzidos (Milgram et al., 2022), especialmente no âmbito latino-americano.

Os estudos de caráter empírico selecionados pela presente revisão evidenciaram a importância da TCC como modalidade terapêutica representativa do movimento que busca estabelecer uma prática clínica baseada em evidências. Constata-se que a maior parte dos ensaios clínicos randomizados e dos estudos relacionados aos tratamentos de transtornos psicológicos envolve diversos elementos constitutivos da TCC (p. ex., exposição gradual, reestruturação cognitiva e psicoeducação), além de se fundamentarem em conceitualizações cognitivas colaborativas baseadas no modelo cognitivo-comportamental (Craske, 2022). A contínua valorização de investigações de pesquisadores em TCC acerca dos fatores genéticos, ambientais e neurofisiológicos associados às psicopatologias, cognições, comportamentos e emoções também é uma importante vantagem dessa

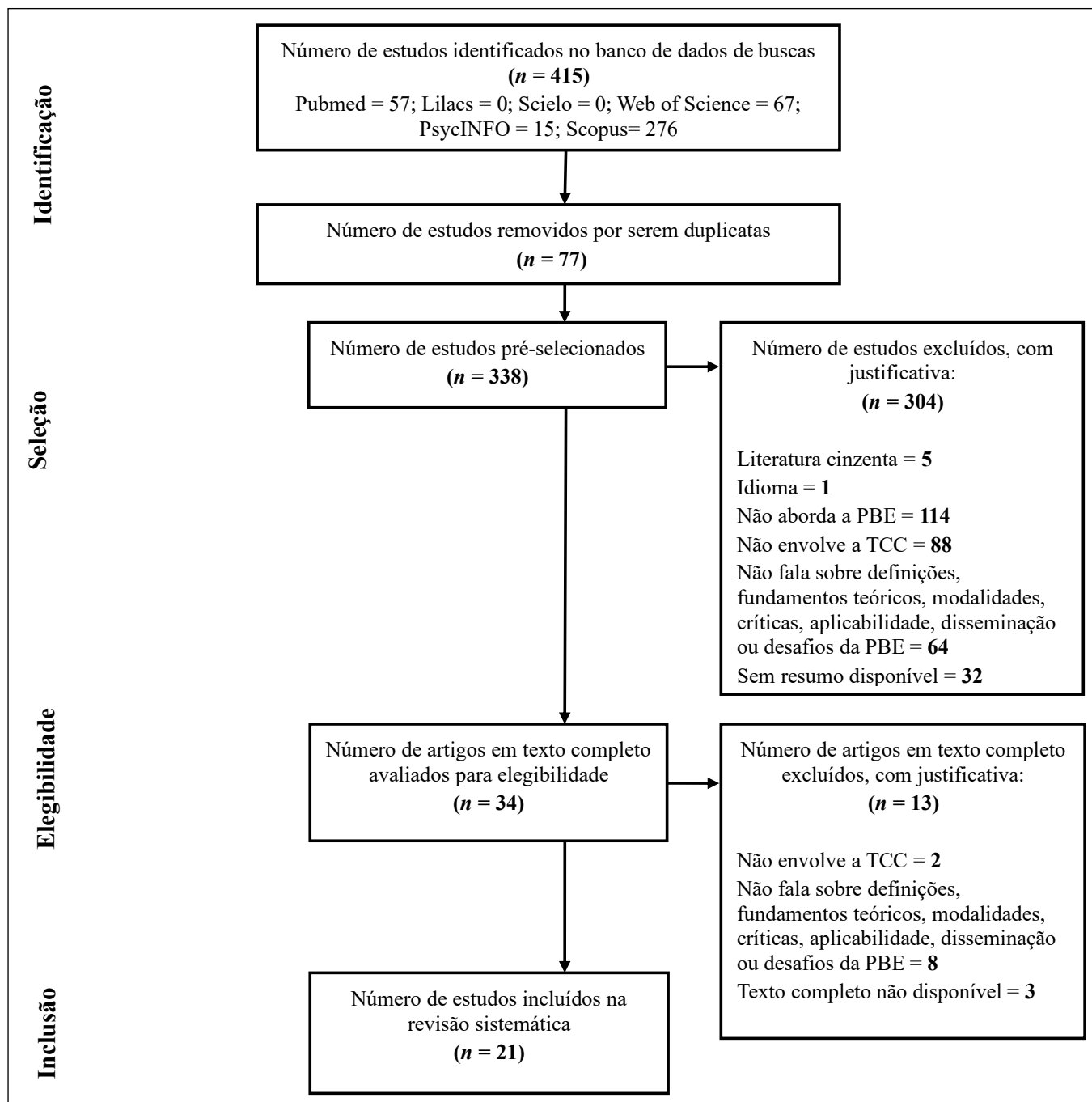


Figura 1. Fluxograma da revisão de escopo.

modalidade psicoterapêutica, que está em constante mudança e aprimoramento das próprias bases teóricas e empíricas (Perera, 2023).

O treinamento de terapeutas em TCC com base nos princípios e fundamentos da PBE foi um tópico frequentemente abordado pelos estudos selecionados. Uma revisão sistemática recente indicou que a falta de treinamento é uma das principais

barreiras atuais para a implementação e aplicação da PBE nos contextos clínicos (Frank et al., 2020). Segundo os autores, o ideal é que sejam desenvolvidos programas de treinamento e supervisão intensivos, podendo ser realizados de modo presencial ou *on-line*, que não apenas enfoquem a aquisição de conhecimento acerca da PBE e da TCC, mas que também promovam o engajamento e a motivação dos profissionais da



**Tabela 2.** Principais características dos estudos selecionados.

<b>Autores</b>	<b>País de publicação</b>	<b>Delimitação metodológica</b>	<b>Aspecto da PBE avaliado ou discutido</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados, discussões e/ou conclusões mais relevantes</b>
Beidas et al. (2017)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Questões de disseminação e aplicação	Investigar se o treinamento de terapeutas em PBE leva ao aumento do endossamento de psicoterapias baseadas em evidências ou não baseadas em evidências na prática clínica.	Terapeutas que participaram de treinamentos em PBE e que tinham experiência clínica mais extensa ou eram mais abertos a PBE endossaram mais as práticas baseadas na TCC. Já aqueles que reportaram menos conhecimento ou apresentaram mais atitudes negativas relativas à PBE fizeram uso de mais técnicas associadas à psicodinâmica.
Beidas et al. (2019)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Questões de disseminação e aplicação	Avaliar como os terapeutas expostos às iniciativas da PBE passam a usar, ou não, técnicas da TCC em sua prática clínica ao longo de cinco anos.	Houve um aumento estatisticamente significativo do uso de práticas da TCC com o passar dos anos. A participação de terapeutas às iniciativas relacionadas à PBE se associou positivamente com o aumento da utilização de técnicas da TCC na prática clínica.
Binnie & Spada (2018)	Reino Unido	Revisão narrativa da literatura	Fundamentos teóricos, questões de aplicação, críticas	Apresentar uma reflexão sobre os fundamentos teóricos e as aplicações da PBE, criticando-a especificamente quando referente à TCC.	Críticas ao modelo médico, com base em ensaios clínicos randomizados e procedimentos metalíticos, da TCC como PBE. Os autores discutem o reducionismo diagnóstico e o uso de manuais para o tratamento de transtornos mentais como desvantagens da TCC. Como alternativa, aponta-se que o foco da psicoterapia deve ser a experiência do cliente e a conceitualização colaborativa de casos.
Bohman et al. (2016)	Suécia	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Modalidades principais, questões de aplicação	Explorar percepções, técnicas e procedimentos utilizados por terapeutas que usam a TCC e se tais elementos estão em consonância com a PBE.	Em sua maioria, os terapeutas apontaram utilizar, em sua prática clínica, as técnicas que eles consideraram ser mais representativas da TCC (p. ex., tarefa de casa, exposição, objetivos de tratamento, reforçamento positivo e psicoeducação). As percepções dos profissionais sobre as práticas em TCC estão em consonância com as diretrizes e protocolos baseados em evidências.
Carroll (2014)	Estados Unidos	Revisão narrativa da literatura	Questões de aplicação e desafios	Apresentar uma reflexão sobre as aplicações e os desafios da PBE, focando especificamente na TCC para indivíduos com abuso de substâncias.	A implementação fiel de protocolos em TCC por psicoterapeutas experientes e treinados de acordo com as diretrizes da PBE é essencial para a disseminação dessa abordagem no tratamento de abuso de substâncias. Algumas das barreiras para o uso da TCC nesses contextos envolvem tempo limitado para tratamento individual, falta de supervisão e pouca informação sobre desfechos de intervenções em cenários clínicos.
Edmunds et al. (2014)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Questões de disseminação e aplicação	Investigar atitudes, conhecimentos e crenças de terapeutas em TCC com treinamento voltado para PBE relativa ao tratamento de jovens com ansiedade.	O conhecimento em TCC aumentou significativamente do pré-treinamento para o pós-treinamento e para o <i>follow-up</i> de dois anos. A abertura dos terapeutas a novos tratamentos aumentou do pré-treinamento para o pós-treinamento, mas diminuiu no <i>follow-up</i> de dois anos. As práticas mais endossadas pelos profissionais foram o manejo de excitações fisiológicas, identificação e reestruturação de cognições ansiosas, recompensas e resolução de problemas.

continua...

...continuação

**Tabela 2.** Principais características dos estudos selecionados.

<b>Autores</b>	<b>País de publicação</b>	<b>Delimitação metodológica</b>	<b>Aspecto da PBE avaliado ou discutido</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados, discussões e/ou conclusões mais relevantes</b>
Gifford et al. (2012)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Questões de disseminação e aplicação	Identificar as PBEs e as técnicas baseadas em evidências mais usadas por terapeutas que tratam veteranos, organizando-as em classes de acordo com a sua função e o modelo de psicoterapia do qual são derivadas.	Entre os terapeutas participantes, 62,9% fizeram uso da TCC com seus pacientes, sendo esta a segunda psicoterapia mais endossada pelos respondentes da pesquisa. As práticas mais utilizadas relacionadas à TCC foram: fazer comentários compassivos e empáticos, ajudar o paciente a se preparar para manejar gatilhos, examinar pensamentos e emoções, encorajar o paciente a antecipar situações de risco e propor tarefas de casa.
Gotham et al. (2022)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Questões de disseminação, aplicação e desafios	Apontar barreiras e potencialidades do treinamento voltado para os fundamentos da PBE aplicados à TCC para terapeutas trabalhando com psicose.	Alguns fatores facilitadores da implementação da TCC como tratamento baseado em evidências envolveram motivação do terapeuta, adequação do modelo às especificidades dos pacientes e supervisão clínica. Verificou-se que o treinamento de terapeutas levou a um aumento significativo do conhecimento e domínio das técnicas em TCC no pós-teste. Contudo, houve um aumento de atitudes negativas sobre a PBE após o treinamento.
Guo et al. (2020)	Estados Unidos	Artigo teórico, revisão da literatura	Questões de disseminação, aplicação e desafios	Apresentar uma intervenção em TCC com adolescentes com transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) englobando técnicas derivadas da PBE.	Entulha a necessidade de a prática clínica baseada em evidências ser flexibilizada de acordo com as especificidades dos pacientes. Evidencia o treinamento e a supervisão de terapeutas como essenciais para o avanço da TCC como PBE.
Gyani et al. (2014)	Reino Unido	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Modalidades principais, questões de disseminação e aplicação	Investigar o impacto da expertise do terapeuta e de pesquisas sobre a tomada de decisão clínica em diversas modalidades de psicoterapia.	Os participantes que se identificavam como terapeutas cognitivo-comportamentais tendiam a usar com mais frequência evidências empíricas como fonte de informação do que outros tipos de psicoterapeutas (p. ex., resultados de estudos randomizados, destechos de pesquisas e diretrizes de manuais clínicos).
King (1998)	Austrália	Revisão narrativa da literatura	Fundamentos teóricos, aplicação, críticas	Apresentar uma discussão sobre os fundamentos teóricos e aplicações da PBE, especificamente em relação a tratamentos da depressão pela TCC.	Analisa as vantagens da TCC como PBE para tratamento da depressão ao indicar sua brevidade, relativa simplicidade e aparente validade demonstrada por estudos empíricos. O autor aponta que a definição da PBE pode levar a falácias e que a discussão da TCC como PBE deve ser ampliada.
McGovern et al. (2004)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Questões de disseminação e aplicação	Avaliar os conhecimentos e a motivação de terapeutas para aprender e implementar a PBE, além de apontar as modalidades terapêuticas mais adotadas para o tratamento de adições.	A TCC foi uma das PBEs com maior interesse por parte dos participantes, principalmente aqueles que atuam como psicólogos clínicos, sendo a segunda modalidade terapêutica mais endossada.

continua...

...continuação

**Tabela 2.** Principais características dos estudos selecionados.

<b>Autores</b>	<b>País de publicação</b>	<b>Delimitação metodológica</b>	<b>Aspecto da PBE avaliado ou discutido</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados, discussões e/ou conclusões mais relevantes</b>
Mignogna et al. (2018)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento qualitativo	Questões de disseminação, aplicação e desafios	Apresentar as percepções de terapeutas que trabalham com intervenções breves em TCC, as quais englobam técnicas derivadas da PBE.	A necessidade de flexibilizar, em certa medida, protocolos de TCC breve baseados em evidências foi mencionada pelos participantes como essencial para a prática clínica. A flexibilização deve permitir que as características e preferências dos pacientes sejam consideradas.
Mulkens et al. (2018)	Holanda	Estudo empírico de delineamento quantitativo	Questões de disseminação e aplicação, desafios	Identificar o uso de técnicas de TCC baseadas em evidências para o tratamento de transtornos alimentares (TAs) e investigar as características relacionadas com o terapeuta que mostram o motivo dessas técnicas não serem usadas.	Terapeutas mais velhos e/ou com maiores níveis de ansiedade tenderam a utilizar mais práticas com pouca evidência científica, enquanto aqueles com mais experiência trabalhando com TAs endossaram mais técnicas baseadas em evidências. Os profissionais com crenças mais fortes acerca da importância da relação terapêutica no tratamento de TAs costumam utilizar menos práticas baseadas em evidências.
Ollendick (2014)	Estados Unidos	Revisão narrativa da literatura	Fundamentos teóricos e desafios de aplicação da PBE na TCC.	Analisar os fundamentos teóricos e os desafios da aplicação da PBE na TCC.	A TCC como PBE não deve se focar apenas no tratamento em si, mas também nas variáveis contextuais e características do paciente e do terapeuta. Faz-se necessário conduzir mais pesquisas que avaliem as barreiras enfrentadas por psicoterapeutas na implementação dos princípios da PBE na TCC, especialmente ao promover a aliança entre pesquisadores e clínicos.
Rakovshik e McManus (2010)	Reino Unido	Revisão narrativa da literatura	Modalidades principais, questões de aplicação	Investigar os fatores que tornam o treinamento em TCC efetivo e aumentam a competência do terapeuta.	É necessário que sejam realizados mais estudos que enfoquem as estratégias usadas no treinamento de terapeutas em TCC. Intervenções voltadas para o treinamento da competência clínica de psicoterapeutas devem ser avaliadas e comparadas.
Rector e Cassin (2010)	Canadá	Revisão narrativa da literatura	Fundamentos teóricos, questões de aplicação	Avaliar o papel da <i>expertise</i> clínica na TCC.	Há uma aparente falta de um padrão-ouro para o treinamento de terapeutas em TCC para o uso das PBEs na prática clínica, o que pode afetar a confiabilidade da <i>expertise</i> clínica dos profissionais.
Shafraan et al. (2009)	Reino Unido	Revisão narrativa da literatura	Questões de disseminação, aplicação e desafios	Refletir sobre as aplicações e os desafios da PBE, além de avaliar crenças comuns de terapeutas sobre a sua implementação, focando especificamente na TCC para indivíduos com abuso de substâncias.	Os protocolos e tratamentos em TCC poderiam ter seus resultados melhorados se os terapeutas tiverem acesso a supervisões e treinamentos voltados para avaliações diagnósticas e para como esses fatores afetam a competência clínica dos profissionais. É necessário que os procedimentos envolvidos em tratamentos para indivíduos com abuso de substâncias sejam mais bem disseminados entre os profissionais da saúde mental.

continua...



...continuação

**Tabela 2.** Principais características dos estudos selecionados.

<b>Autores</b>	<b>País de publicação</b>	<b>Delimitamento metodológico</b>	<b>Aspecto da PBE avaliado ou discutido</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados, discussões e/ou conclusões mais relevantes</b>
Stewart et al. (2020)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento qualitativo	Modalidades principais, questões de aplicação	Verificar o uso e as percepções de terapeutas sobre os fundamentos da PBE e a sua relação com diversas modalidades de psicoterapia.	A maior parte dos terapeutas entrevistados não utiliza pesquisas ou evidências empíricas para guiar decisões diagnósticas ou de tratamento. A TCC foi usada para promover a melhora de sintomas, mas estratégias voltadas para a psicodinâmica foram preferidas para trabalhar aspectos mais profundos da psiquê humana.
Waller e Turner (2016)	Reino Unido	Revisão narrativa da literatura	Modalidades principais, questões de disseminação e aplicação	Abordar os motivos de terapeutas em TCC não usarem a PBE em sua prática clínica, além de identificar desafios e propor sugestões para o futuro.	A revisão aponta que, mesmo em relação a terapeutas em TCC que passaram por treinamentos voltados para a PBE, as práticas e intervenções baseadas em evidências nem sempre são utilizadas. Fatores como personalidade, contexto, conhecimento e crenças dos terapeutas devem ser investigados para que se possa obter uma compreensão mais aprofundada sobre os motivos pelos quais a PBE não ser usada na prática clínica.
Weissman et al. (2006)	Estados Unidos	Estudo empírico de delineamento qualitativo	Questões de disseminação, aplicação e desafios	Investigar o ensino acerca das PBEs em programas em psicologia, mostrando quais são mais abordadas e os desafios do ensino dessa temática.	A TCC foi a modalidade de PBE mais frequentemente ensinada em programas e treinamentos em psicologia. A supervisão clínica obrigatória foi um dos pontos de maior relevância do ensino da TCC em cursos de pós-graduação.

saúde. O foco no aprimoramento do trabalho de psicoterapeutas deve ser um dos maiores objetivos a serem almejados pela TCC no futuro (Beck & Fleming, 2021).

Ainda que o uso da PBE esteja se expandindo e apresente méritos e vantagens (Berg, 2019b), esse modelo científico tem sido alvo de diversas críticas quanto à sua integridade teórica e aplicabilidade prática, como demonstrado nos estudos avaliados pela presente revisão de escopo. Uma recente revisão de literatura apontou que as críticas à PBE podem ser agrupadas em cinco categorias: excesso de informação; foco em questões e perguntas; negligência de perspectivas teóricas; dificuldade em lidar com evidências contraditórias e conflituosas; e visão simplificada sobre os valores da pesquisa sobre a prática clínica (Ward et al., 2021). Outros problemas referem-se à dificuldade dos terapeutas em interpretar corretamente as evidências científicas e à direta transposição do conhecimento para a prática (De Vincenzo et al., 2024). Portanto, faz-se necessário investigar mais a fundo as discussões acerca dos aspectos negativos da PBE e propor soluções ou alternativas que possam diminuir o impacto de tais questões.

As potencialidades e barreiras para disseminação e implementação da PBE também foram amplamente discutidas pelas pesquisas selecionadas, especialmente as revisões de literatura. A falta de treinamento adequado de profissionais da saúde para trabalhar com protocolos baseados em evidências, as crenças e atitudes negativas de terapeutas para com a PBE e o despreparo para lidar com pacientes advindos de contextos culturais e socioeconômicos diferentes e, especialmente, vulneráveis, são obstáculos relevantes para a incorporação dos preceitos da PBE na prática clínica (Milgram et al., 2022). Evidencia-se que o campo da psicologia clínica costuma não voltar a sua atenção para a compreensão dos motivos por trás da resistência à PBE, contribuindo para o aumento de preconceitos e difusão de informações incorretas ou incompletas acerca da temática (David et al., 2018; De Vincenzo et al., 2024).

No que tange à TCC, verificaram-se críticas relativas ao reducionismo diagnóstico da abordagem e à pouca importância dada a variáveis contextuais e características do paciente que influenciam o processo terapêutico (Binnie & Spada, 2018; Carroll, 2014). Tais julgamentos não são novidade para o modelo cognitivo-comportamental, que tem sido descrito como simplista e reducionista, mas que possivelmente não tem sido bem compreendido, uma vez que há evidências de eficácia e eficiência (Craske, 2022; David et al., 2018). O futuro da TCC, especialmente como psicoterapia baseada em evidências, deve ser a adaptação de seus tratamentos e práticas, a partir da combinação de evidências empíricas e conhecimento teórico, para culturas e populações diversas, expansão de programas digitais e *on-line* e integração desta forma de psicoterapia em clínicas de saúde pública e atendimentos primários (Beck & Fleming, 2021). Nesse contexto, a ponderação das vantagens e desvantagens da aplicação da TCC na prática clínica é útil

para que novas estratégias e rumos possam ser desenvolvidos, implementando mudanças que visem à promoção da saúde mental e à redução do sofrimento e angústia (Hofmann, 2021).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A psicoterapia baseada em evidências representa uma abordagem valiosa para informar e orientar práticas clínicas em psicoterapia (Rosa & Laport, 2021). No entanto, sua implementação enfrenta uma série de desafios, incluindo a tradução da pesquisa em práticas clínicas eficazes e a falta de recursos e treinamento adequado para os psicoterapeutas. A presente revisão de escopo permitiu identificar e avaliar as definições, fundamentos teóricos, modalidades principais, desafios e questões de disseminação ou aplicação da PBE na prática clínica em TCC.

Presume-se que esta revisão de escopo possa contribuir para o aprofundamento da literatura da temática ao propor um mapeamento das principais evidências e discussões sobre a PBE. Como limitações do estudo, ressalta-se a inclusão de artigos escritos em apenas quatro idiomas e a exclusão de publicações com foco em protocolos ou descrições de pesquisas ou intervenções fundamentados na PBE. Futuras pesquisas de revisão podem se beneficiar da inclusão de artigos redigidos em outros idiomas e realizar análises de avaliação da qualidade e do risco de viés das publicações. Em acréscimo, recomenda-se que estudos futuros sejam realizados nos contextos latino-americano e brasileiro, apontando as barreiras e potencialidades da implementação na PBE voltada para a TCC na prática clínica de culturas diversas.

## REFERÊNCIAS

- Alexopoulos, S., Cancelliere, C., Côté, P., & Mior, S. (2021). Reconciling evidence and experience in the context of evidence-based practice. *The Journal of the Canadian Chiropractic Association*, 65(2), 132-136.
- Beck, A. T. (2019). A 60-year evolution of cognitive theory and therapy. *Perspectives on Psychological Science*, 14(1), 16-20.
- Beck, J. S., & Fleming, S. (2021). A brief history of Aaron T. Beck, MD, and Cognitive Behavior Therapy. *Clinical Psychology in Europe*, 3(2), e6701.
- Beidas, R. S., Williams, N. J., Becker-Haimes, E. M., Aarons, G. A., Barg, F. K., Evans, A. C., ... Mandell, D. S. (2019). A repeated cross-sectional study of clinicians' use of psychotherapy techniques during 5 years of a system-wide effort to implement evidence-based practices in Philadelphia. *Implementation Science*, 14(1), 67.
- Beidas, R., Skriner, L., Adams, D., Wolk, C. B., Stewart, R. E., Becker-Haimes, E., ... Marcus, S. C. (2017). The relationship between consumer, clinician, and organizational characteristics and use of evidence-based and non-evidence-based therapy strategies in a public mental health system. *Behaviour Research and Therapy*, 99, 1-10.

- Berg, H. (2019a). Evidence-based practice in psychology fails to be tripartite: A conceptual critique of the scientocentrism in evidence-based practice in psychology. *Frontiers in Psychology, 10*, 2253.
- Berg, H. (2019b). How does evidence-based practice in psychology work? – as an ethical demarcation. *Philosophical Psychology, 32*(6), 853-875.
- Binnie, J., & Spada, M. (2018). Let's put the "T" back into CBT. *Mental Health Review Journal, 23*(4), 240-245.
- Bohman, B., Santi, A., & Andersson, G. (2016). Cognitive behavioral therapy in practice: Therapist perceptions of techniques, outcome measures, practitioner qualifications, and relation to research. *Cognitive Behaviour Therapy, 46*(5), 391-403.
- Bowes, S. M., Ammirati, R. J., Costello, T. H., Basterfield, C., & Lilienfeld, S. O. (2020). Cognitive biases, heuristics, and logical fallacies in clinical practice: A brief field guide for practicing clinicians and supervisors. *Professional Psychology: Research and Practice, 51*(5), 435-445.
- Carroll, K. M. (2014). Lost in translation? Moving contingency management and cognitive behavioral therapy into clinical practice. *Annals of the New York Academy of Sciences, 1327*(1), 94-111.
- Cludius, B., & Ehring, T. (2023). The challenge of translational research: How do we get from basic research findings to evidence-based interventions? In M. L. Woud (Ed.), *Interpretational processing biases in emotional psychopathology from experimental investigation to clinical practice* (pp. 9-31). Springer.
- Craske, M. G. (2022). The future of CBT and evidence-based psychotherapies is promising. *World Psychiatry, 21*(3), 417-419.
- David, D., Cristea, I., & Hofmann, S. G. (2018). Why cognitive behavioral therapy is the current gold standard of psychotherapy. *Frontiers in Psychiatry, 9*, 4.
- De Vincenzo, C., Stocco, N., & Modugno, R. (2024). A critical sociocultural understanding of evidence-based research and practice paradigm in contemporary psychology. *Integrative Psychological & Behavioral Science, 58*(1), 160-177.
- Dhrangadhariya, A., Hilfiker, R., Sattelmayer, M., Giacomino, K., Caliesch, R., Elsig, S., ... Müller, H. (2023). First steps towards a risk of bias corpus of randomized controlled trials. *Studies in Health Technology and Informatics, 302*, 586-590.
- Dozois, D. J. A., Dobson, K. S., & Rnic, K. (2019). Historical and philosophical bases of the cognitive-behavioral therapies. In K. S. Dobson, & D. J. A. Dozois (Eds.), *Handbook of cognitive-behavioral therapies* (pp. 3-31). The Guilford Press.
- Edmunds, J. M., Read, K. L., Ringle, V. A., Brodman, D. M., Kendall, P. C., & Beidas, R. S. (2014). Sustaining clinician penetration, attitudes, and knowledge in cognitive-behavioral therapy for youth anxiety. *Implementation Science, 9*, 89.
- Fonagy, P., & Luyten, P. (2021). Socioeconomic and sociocultural factors affecting access to psychotherapies: the way forward. *World Psychiatry, 20*(3), 315-316.
- Frank, H. E., Becker-Haimes, E. M., & Kendall, P. C. (2020). Therapist training in evidence-based interventions for mental health: A systematic review of training approaches and outcomes. *Clinical Psychology: a publication of the Division of Clinical Psychology of the American Psychological Association, 27*(3), e12330.
- Gifford, E. V., Tavakoli, S., Weingardt, K. R., Finney, J. W., Pierson, H. M., Rosen, C. S., ... Curran, G. M. (2012). How do components of evidence-based psychological treatment cluster in practice? A survey and cluster analysis. *Journal of Substance Abuse Treatment, 42*(1), 45-55.
- Gotham, H. J., Cummings, J. R., Dolce, J. N., Druss, B., Gill, K. J., Kopelovich, S. L., ... Chwastiak, L. (2022). Applying implementation science in mental health services: Technical assistance cases from the Mental Health Technology Transfer Center (MHTTC) network. *General Hospital Psychiatry, 75*, 1-9.
- Guo, S., Rozenman, M., Bennett, S. M., Peris, T. S., & Bergman, R. L. (2020). Flexible adaptation of evidence-based treatment principles and practices in an intensive outpatient setting for pediatric OCD. *Evidence-Based Practice in Child and Adolescent Mental Health, 5*(3), 301-321.
- Gyani, A., Shafran, R., Myles, P., & Rose, S. (2014). The gap between science and practice: How therapists make their clinical decisions. *Behavior Therapy, 45*(2), 199-211.
- Hofmann, S. G. (2021). The future of cognitive behavioral therapy. *Cognitive Therapy Research, 45*, 383-384.
- King, R. (1998). Evidence-based practice: Where is the evidence? The case of cognitive behaviour therapy and depression. *Australian Psychologist, 33*(2), 83-88.
- Lasserson, T. J., Thomas, J., & Higgins, J. P. T. (2019). Starting a review. In J. P. T. Higgins, J. Thomas, J. Chandler, M. Cumpston, T. Li, M. J. Page, & V. A. Welch (Eds.), *Cochrane handbook for systematic reviews of interventions* (2nd ed., pp. 3-12). John Wiley & Sons.
- Mariano, R. B. (2019). O movimento do cientista clínico e a psicologia científica. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, 15*(2), 100-111.
- McGovern, M. P., Fox, T. S., Xie, H., & Drake, R. E. (2004). A survey of clinical practices and readiness to adopt evidence-based practices: Dissemination research in an addiction treatment system. *Journal of Substance Abuse Treatment, 26*(4), 305-312.
- Melnik, T., Meyer, S. B., & Sampaio, M. I. C. (2019). Relato de experiência docente: A primeira disciplina no Brasil sobre a prática da psicologia baseada em evidências ministrada no Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa, 35*, e35418.
- Mignogna, J., Martin, L. A., Harik, J., Hundt, N. E., Kauth, M., Naik, A. D., ... Cully, J. (2018). "I had to somehow still be flexible": Exploring adaptations during implementation of brief cognitive behavioral therapy in primary care. *Implementation Science, 13*(1), e76.
- Milgram, L., Freeman, J. B., Benito, K. G., Elwy, A. R., & Frank, H. E. (2022). Clinician-reported determinants of evidence-based practice use in private practice mental health. *Journal of Contemporary Psychotherapy, 52*(4), 337-346.
- Mulkens, S., de Vos, C., de Graaff, A., & Waller, G. (2018). To deliver or not to deliver cognitive behavioral therapy for eating disorders:

- Replication and extension of our understanding of why therapists fail to do what they should do. *Behaviour Research and Therapy*, 106, 57-63.
- Oliva, A. D., & Pereira, L. B. (2024). Vieses e tomada de decisão: Cuidados na pesquisa. In T. Melnik (Ed.), *Prática da psicologia baseada em evidências* (pp. 100-130). Manole.
- Ollendick, T. H. (2014). Advances toward evidence-based practice: where to from here? *Behavior Therapy*, 45(1), 51-55.
- Perera, R. (2023). Transformation of cognitive behavior therapy as a psychotherapeutic intervention in contemporary health care: A review. *Vidyodaya Journal of Humanities and Social Sciences*, 8(2), 181-192.
- Peters, M. D. J., Marnie, C., Tricco, A. C., Pollock, D., Munn, Z., Alexander, L., ... Khalil, H. (2020). Updated methodological guidance for the conduct of scoping reviews. *JBI Evidence Synthesis*, 18(10), 2119-2126.
- Rakovshik, S. G., & McManus, F. (2010). Establishing evidence-based training in cognitive behavioral therapy: A review of current empirical findings and theoretical guidance. *Clinical Psychology Review*, 30(5), 496-516.
- Rector, N. A., & Cassin, S. E. (2010). Clinical expertise in cognitive behavioural therapy: Definition and pathways to acquisition. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 40(3), 153-161.
- Rosa, M. G., & Laport, T. J. (2021). A importância da prática psicológica baseada em evidências: Aspectos históricos, conceituais e procedimentais. *Revista Mosaico*, 12(3), 61-66.
- Shafran, R., Clark, D. M., Fairburn, C. G., Arntz, A., Barlow, D. H., Ehlers, A., ... Wilson, G. T. (2009). Mind the gap: Improving the dissemination of CBT. *Behaviour Research and Therapy*, 47(11), 902-909.
- Stenzel, L. M. (2022). A abordagem humanista no debate da psicoterapia baseada em evidências. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 28(1), 70-82.
- Stewart, R. E., Chambless, D. L., & Stirman, S. W. (2020). Decision making and the use of evidence-based practice: Is the three-legged stool balanced? *Practice Innovations*, 3(1), 56-67.
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., ... Straus, S. E. (2018). PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and explanation. *Annals of Internal Medicine*, 169(7), 467-473.
- Vitacca, M., Giardini, A., Gazzi, L., & Vitacca, M. (2023). Hidden biases in clinical decision-making: Potential solutions, challenges, and perspectives. *Monaldi Archives for Chest Disease*, 93(2), e2339.
- Waller, G., & Turner, H. (2016). Therapist drift redux: Why well-meaning clinicians fail to deliver evidence-based therapy, and how to get back on track. *Behaviour Research and Therapy*, 77, 129-137.
- Ward, T., Haig, B. D., & McDonald, M. (2021). Translating science into practice in clinical psychology: A reformulation of the evidence-based practice inquiry model. *Theory & Psychology*, 32(3), 401-422.
- Weissman, M. M., Verdelli, H., Gameroff, M. J., Bledsoe, S. E., Betts, K., Mufson, L., ... Wickramaratne, P. (2006). National survey of psychotherapy training in psychiatry, psychology, and social work. *Archives of General Psychiatry*, 63(8), 925-934.

---

**Artigo submetido em:** 24 de março de 2024.

**Artigo Aceito em:** 19 de junho de 2024.

**Artigo publicado online em:** dia de mês de 2024.

**Fonte de financiamento:** Nada consta.

**Editora responsável:**

Carmem Beatriz Neufeld

**Outras informações relevantes:**

Este artigo foi submetido no GNPapers da RBTC código 490.