

Psicoterapias: abordagens atuais

Psychotherapies: current approaches

Marco Montarroyos Callegaro

Mestre em Neurociências; Instituto Catarinense de Terapia Cognitiva; Cesusuc

[Endereço para correspondência](#)

PSICOTERAPIAS: ABORDAGENS ATUAIS (886p.)

Aristides Volpato Cordioli (Org.)

Porto Alegre: Artmed, 2008

O livro "Psicoterapias: Abordagens Atuais", agora em sua terceira edição revisada e ampliada, é uma obra de consulta fundamental, uma ferramenta de trabalho que deve constar na biblioteca pessoal e, de preferência, no consultório do clínico em saúde mental, uma vez que será largamente utilizado. Nesta terceira edição, o professor Cordioli nos brinda com um de seus maiores talentos, já demonstrado em suas obras anteriores, a capacidade de produzir textos cientificamente densos com extraordinária leveza e legibilidade.

É desnecessário ressaltar a competência do autor, professor da Universidade Federal do Rio Grande do Sul e psiquiatra renomado por sua dedicação ao tratamento do Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC). Cordioli é consagrado pelos livros "Psicofármacos: Consulta Rápida" (lançado em 1997, com a segunda edição em 2000, e com a terceira edição revisada e ampliada em 2005), "Vencendo o Transtorno Obsessivo-Compulsivo" (2004), e o "TOC - Manual de terapia cognitivo-comportamental para o transtorno obsessivo-compulsivo" (2007), todos pela editora Artmed. Em suas publicações, existe sempre presente um primor por um estilo claro e parcimonioso, onde um dos maiores valores agregados é a disposição cuidadosa das informações de forma palatável, facilitando a assimilação por parte do leitor. Além disto, a própria seleção dos tópicos e sua extensão revelam sensibilidade e empatia com o leitor, na medida em que o tempo, um dos artigos mais preciosos e raros nesta

era de grande volume de informação, é respeitado pelo trabalho de seleção do material que é verdadeiramente relevante.

Os capítulos do livro "Psicoterapias: Abordagens Atuais", escritos por diferentes autores, são regidos pelo zelo do autor em manter a didática da exposição e seu compromisso com a clareza na apresentação das idéias. Cada capítulo tem vinhetas e destaques explicativos que dinamizam a leitura e auxiliam a destacar informações. O tom geral adotado no livro é de um texto conciso, objetivo, com procura de embasamento em evidências disponíveis na literatura atualizada e sem posições extremadas quanto às diferentes correntes psicoterápicas. Aliás, um mérito adicional do livro é justamente a neutralidade na descrição dos sistemas psicoterápicos, cujas diferenças são manejadas com elegância e respeito, buscando-se ressaltar as contribuições úteis para a clínica de cada abordagem.

A terceira edição do livro conta com modificações em praticamente todos os capítulos, sendo que 18 são inteiramente novos (caps. 03, 05, 06, 18, 20, 25, 27, 28, 29, 30, 33, 35, 41, 39, 40, 43, 46 e 47), além da participação de cerca de 20 autores a mais do que na edição anterior, inclusive com pesquisadores canadenses.

Os modelos em psicoterapia são retratados de forma crítica, pelo prisma da análise de evidências de eficácia. Em cada capítulo é abordado em destaque "questões em aberto" e "perspectivas futuras", o que interessa particularmente ao clínico que busca atualização, mas também é um recurso que sistematiza de forma didática o conhecimento para o estudante. Uma das forças do livro é conjugar o caráter introdutório com aspectos avançados, atingindo todo o escopo de abrangência do interesse clínico, desde o estudante de psicologia ou residente em psiquiatria até o profissional experiente, ou mesmo pesquisadores desta área de conhecimento.

Segundo Cordioli, na atualidade "(...) existem mais de 250 modalidades distintas de psicoterapias, descritas de uma ou outra forma em mais de 10 mil livros e em milhares de artigos científicos relatando pesquisas realizadas com a finalidade de compreender a natureza do processo psicoterápico e os mecanismos de mudança e de comprovar a sua efetividade, especificando em que condições devem ser usados e para quais pacientes" (p. 20). Frente a esta profusão de dados, um dos méritos do livro é um espírito construtivo de busca de integração entre modelos, pautada pela necessidade de oferecer o melhor da psicoterapia ao paciente. A escolha da abordagem psicoterápica é um tema complexo e delicado, e o autor reúne uma síntese de informações que ajuda a nortear decisões clínicas, ao apresentar um panorama dos alcances e limites das diversas modalidades de psicoterapia, permitindo assim a escolha do método mais apropriado de tratamento, para Cordioli "o mais efetivo, o mais viável e o de menor custo".

A estrutura do livro se divide em quatro partes, sendo a primeira sobre conceitos gerais como os fundamentos teóricos das principais psicoterapias, suas indicações e contra-indicações, as principais estratégias e intervenções psicoterápicas, a mudança em psicoterapia, a relação terapêutica, a questão do diagnóstico e a escolha da psicoterapia, o início da terapia e a alta da psicoterapia no modelo psicodinâmico.

A segunda parte do livro é dedicada a apresentar ao leitor os principais modelos em psicoterapia: psicanálise e psicoterapia de orientação analítica (capítulo escrito pelo atual presidente de associação internacional de psicanálise, o brasileiro Cláudio Eizirik), psicoterapia breve psicodinâmica, psicoterapia de apoio, terapia interpessoal (uma

modalidade de psicoterapia pouco conhecida no Brasil, mas que tem obtido bons resultados em termos de eficácia, particularmente em depressão moderada), terapia de família e de casal, terapia cognitiva, terapia comportamental e cognitivo-comportamental, psicoterapia psicodinâmica de grupo, e terapia cognitivo-comportamental em grupo para transtornos de ansiedade.

A terceira parte do livro é composta de capítulos que apresentam as principais aplicações clínicas das psicoterapias. O tratamento dos transtornos de personalidade, da mesma forma que a psicoterapia da depressão, tem um capítulo dedicado ao enfoque psicodinâmico, e outro com abordagem cognitivo-comportamental. Outras aplicações clínicas das psicoterapias abordadas são a terapia cognitivo-comportamental do transtorno de estresse pós-traumático, fobia social, transtorno de pânico, transtornos alimentares, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, além do tratamento da insônia, transtorno obsessivo-compulsivo e comportamentos adictivos. A terapia das fobias específicas recebeu um capítulo com a descrição do tratamento comportamental, a abordagem de escolha segundo as evidências de eficácia. Nesta terceira parte do livro também existem capítulos específicos sobre psicoterapias para transtornos somatoformes, alcoolismo, transtornos do controle de impulso (abordando o comprar compulsivo, jogo patológico, tricotilomania e automutilações), transtornos sexuais e transtorno bipolar. As abordagens psicossociais foram contempladas com um capítulo sobre pacientes com demência e outro sobre pacientes com esquizofrenia. As psicoterapias de pacientes em diferentes faixas etárias, um recorte importante, são enfocadas em capítulos sobre terapia de orientação analítica na infância e técnicas cognitivo-comportamentais na infância e adolescência, além de importante capítulo sobre intervenções cognitivo-comportamentais para pais de crianças e adolescentes. No capítulo sobre terapia cognitivo-comportamental focada no trauma para crianças e adolescentes, um grupo de pesquisadores canadenses descreve o modelo de atendimento em saúde mental adotado em Toronto. Completando o recorte por faixa etária, existe ainda um capítulo sobre psicoterapia na adolescência e outro sobre psicoterapia na velhice.

A quarta e última parte do livro trata de tópicos especiais, que complementam a estrutura da obra e oferecem novas perspectivas, como "psicoterapias e bioética", "pesquisa em psicoterapia" e "pesquisas em neurociência e suas implicações na prática psicoterápica", temas atuais e muito bem explorados pelos autores.

Poucas críticas podem ser direcionadas ao livro. Como seria de esperar em se tratando da extensão da obra e do número de co-autores envolvidos, existem alguns poucos capítulos que foram menos elaborados, podendo-se notar no texto que receberam um fechamento apressado. Embora o livro tenha a proposta de apresentar as vertentes atuais de diferentes abordagens psicoterápicas, existe um predomínio de modelos dentro de um escopo de terapias cognitivo-comportamentais e psicodinâmicas, provavelmente refletindo o fato de que existe representatividade semelhante na literatura especializada e no meio profissional. Outra crítica é que se observa pouca atenção dedicada à abordagem da psicoterapia cognitivo-constitutivista, uma vertente importante dentro do cenário contemporâneo da Terapia Cognitiva, que enfatiza a ativação de esquemas dentro do sistema implícito de conhecimento. A terapia cognitivo-constitutivista concebe as emoções como cruciais para a atribuição de significado, e utiliza técnicas experienciais e emotivas, que visam melhor regulação entre os sistemas cognitivo e emocional. Poderiam constar capítulos específicos sobre esta vertente, ou mesmo a apresentação, lado a lado dentro dos capítulos sobre um determinado transtorno, do enfoque objetivista clássico e do enfoque cognitivo-constitutivista.

No entanto, é preciso reconhecer que o papel desempenhado pelo livro no mercado editorial brasileiro é fundamental, pois não existe obra desta envergadura publicada em língua portuguesa. Em nível internacional, poderíamos traçar um comparativo com o *Textbook of Clinical Psychiatry* ou o *Oxford Textbook of Psychotherapy*. No entanto, o nosso representante nacional não deixa nada a desejar, sendo que apresenta inúmeros pontos favoráveis. O livro conta com uma excelente qualidade gráfica e de editoração, característica da editora Artmed, e muitos temas originais, além da abordagem de pesquisadores brasileiros, o que em si já é uma vantagem para o público nacional. O mérito da obra como um todo é grande e o professor Cordioli está de parabéns por mais esta contribuição.

Referências Bibliográficas

Cordioli, A. V. (2004). *Vencendo o transtorno obsessivo-compulsivo: Manual de terapia cognitivo-comportamental para pacientes e terapeutas*. Porto Alegre: Artmed.

Cordioli, A. V. & Cols. (2005). *Psicofármacos: consulta rápida*. Porto Alegre: Artmed.

Gabbard, G. O.; Beck, J. S. & Holmes, J. (2005). *Oxford textbook of psychotherapy*. New York: Oxford University.

Cordioli, A. V. (2007). TOC: *Manual de terapia cognitivo-comportamental para o transtorno obsessivo-compulsivo*. Porto Alegre: Artmed.

Hales, R. E. & Yudofsky, S. C. (2003). *Textbook of clinical psychiatry*. 4th ed. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.

[Endereço para correspondência](#)

Marco Montarroyos Callegaro

Rua Esteves Júnior, 366 - sala 508, Ed. Royal Tower. Centro - Florianópolis, SC.

E-mail: marco.ictc@gmail.com.