

# OMNIA SAÚDE

Faculdades Adamantinenses Integradas (FAI)  
[www.fai.com.br](http://www.fai.com.br)

OLIVEIRA, Ana Paula da Silva Vasques; MARQUES, Sarah Cassimiro. Terapia cognitiva comportamental no hospital geral: uma breve revisão. *Omnia Saúde*, v.13, n.1, p.01-09, 2016.

ISSN versão Online 2236-188X  
ISSN versão Impressa 1806-6763

Recebido em: 30/03/2016

Revisado em: 17/10/2016

Aceito em: 06/12/2016

## **TERAPIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL NO HOSPITAL GERAL: UMA BREVE REVISÃO**

## **COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY IN GENERAL HOSPITAL: A BRIEF REVIEW**

**Ana Paula da Silva Vasques Oliveira**

Psicóloga (UCB)

Residência em Psicologia Hospitalar (HCB/HBDF)

**Sarah Cassimiro Marques**

Psicóloga (PUC-GO)

Especialista em Neuropsicologia (PUC-GO)

Mestre em Neurociências do Comportamento (UNB)

### **RESUMO**

O presente artigo tem por objetivo analisar a eficácia da Terapia Cognitiva Comportamental no hospital geral e verificar o modo como vem sendo aplicada neste ambiente. Foi realizada uma revisão da literatura utilizando as bases de dados *SciELO* e *LILACS*. Foram encontrados 150 trabalhos, porém apenas 13 cumpriam os critérios de inclusão deste estudo. Somente quatro artigos foram realizados pela psicologia e uma única pesquisa foi realizada por um psicólogo em conjunto com outros profissionais da saúde, o que aponta pouca interação multidisciplinar. Observou-se que a produção da Terapia Cognitivo Comportamental voltada para o hospital geral se encontra ainda incipiente no Brasil, sendo necessário a realização de publicações de mais pesquisas, com o intuito de enriquecer a produção científica nesta área. Conclui-se que a Terapia Cognitiva Comportamental é eficaz no contexto hospitalar em pacientes com diversos diagnósticos e demandas e vem sendo aplicada tanto em atendimentos individuais como em grupos.

**Palavras-chave:** Terapia Comportamental Cognitiva; Terapia Cognitiva; Psicoterapia Cognitiva; Psicologia Em Saúde; Hospital.

### **ABSTRACT**

This article aims to analyze the effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy in the general hospital and check how it has been applied in this environment. A literature review using the *SciELO* and *LILACS* databases was developed. 150 studies were found, but only 13 fulfilled the inclusion criteria of this study. Only four articles were conducted by the psychology area and a single survey was conducted by a psychologist together with other health professionals, which indicates little multidisciplinary interaction. It was observed that the production of Cognitive Behavioral Therapy applied at the general hospital is still incipient in Brazil, it's

necessary to have more research publications, in order to enrich the scientific production in this area. It concludes that Cognitive Behavioral Therapy is effective in the hospital setting in patients with different diagnoses and demands and has been applied both in individual or in group sessions.

**Keywords:** Cognitive Behavioral Therapy; Cognitive Therapy; Cognitive Psychotherapy; Health Psychology; Hospital.

## INTRODUÇÃO

Pereira e Penido (2010) apontam que a psicologia da saúde tem como objetivo conhecer e compreender fatores que influenciam os comportamentos das pessoas quanto à saúde e a enfermidade para desenvolver estratégias de intervenção. Embora a atuação em hospitais não esteja vinculada a nenhuma abordagem teórica, a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) apresenta-se como adequada neste ambiente, por privilegiar ações objetivas e diretivas. O tempo no hospital refere-se ao presente, ao urgente, sendo necessário não deixar questões em aberto e não explorar aspectos do passado que mobilizem questões que não poderão ser trabalhadas em um período curto de internação.

Nesse contexto, tais autoras afirmam que se faz necessário privilegiar atendimentos objetivos, envolvendo questões referentes ao adoecimento e a hospitalização. O psicólogo pode atuar facilitando o processo de internação do paciente que muitas vezes passa a depender da ajuda do outro e perde o controle de aspectos de sua vida. Mazutti e Kitayama (2008) apontam ser a hospitalização uma experiência de incertezas e apreensão para o paciente e sua família. Além disso, a quebra de rotina, afastamento de pessoas próximas e o fato de se estar presente em um ambiente desconhecido pode gerar ansiedade.

Sendo assim, as reações do indivíduo podem influenciar no surgimento de insônia, perda de apetite, preocupações, medo, tristeza e depressão, que demandam intervenções pontuais por parte do psicólogo. Por isso, é importante compreender as crenças e cognições dos pacientes que colaboram para possíveis distorções na percepção do momento atual e podem aumentar a angústia do paciente. O terapeuta deve auxiliar o paciente a identificar e avaliar seus pensamentos e crenças disfuncionais (Mazutti e Kitayama, 2008).

Assim, o paciente com a ajuda do profissional psicólogo pode modificar seus comportamentos, alcançando estratégias de enfrentamento mais adaptativas, pois a forma como o paciente interpreta a sua doença influencia seus sentimentos e seus comportamentos. Nesse contexto, o objetivo da TCC é identificar e modificar distorções do pensamento que possam trazer sofrimento ao indivíduo, pois a crença central desperta pensamentos automáticos que influenciam sentimentos e comportamentos. A mudança do comportamento do indivíduo pode ocorrer devido à modificação dos pensamentos. No ambiente hospitalar considera-se essencial compreender as crenças do paciente em relação ao processo saúde/doença (Mazutti e Kitayama, 2008).

Segundo Santos Júnior e Veronez (2010) é possível amenizar o sofrimento dos pacientes decorrente da presença ou permanência nos hospitais através do controle comportamental, como por meio da contenção da ansiedade. Os autores salientam ser importante que os pacientes sejam acompanhados pelo psicólogo e encaminhados para outros profissionais sempre que necessário.

Quanto a TCC, ela é uma abordagem com foco colaborativo, segundo Mazutti e Kitayama (2008), e, nesse sentido, incentiva o paciente a colaborar, envolvendo-o no processo de tratamento. Os pensamentos automáticos são comuns a todas as pessoas e influenciam nas repostas emocionais, comportamentais e fisiológicas. A TCC ensina como avaliar os pensamentos de forma consciente e estruturada. Embora os pensamentos pareçam surgir espontaneamente, podem se tornar previsíveis à medida que as crenças subjacentes do paciente sejam identificadas.

Para realizar tal objetivo de ensinar a avaliar os pensamentos de modo consciente, a TCC utiliza técnicas como: relaxamento e mindfulness, identificação de crenças nucleares, modificação de crenças nucleares negativas, treino de habilidades, role-play, técnica da torta (Beck, 2013), prevenção de recaídas, psicoeducação, reestruturação cognitiva, automonitoração, estabelecimento de metas, exploração *in vivo* e imaginária, treino de respiração, identificação de erros cognitivos, questionamento socrático, descoberta guiada (Wright et al, 2012), entre varias outras, com o objetivo de dar aos pacientes habilidades e capacidade de resolverem seus próprios sintomas.

Rudnicki e Sanchez (2014) aponta que o psicólogo que atua na área da saúde necessita de um instrumental teórico. Descrevem que vários estudos comprovam a eficácia da TCC dirigida a problemas de saúde. É uma abordagem breve, estruturada, orientada ao presente, cujo objetivo é resolver problemas atuais e modificar pensamentos e comportamentos disfuncionais.

Este artigo justifica-se pela necessidade da realização de uma revisão da literatura acerca da eficácia da Terapia Cognitiva Comportamental no hospital geral, com o intuito de obter um registro que permita uma reflexão sobre os limites e as possibilidades dessa abordagem terapêutica no ambiente hospitalar.

## **OBJETIVO**

Este trabalho objetivou analisar a eficácia da Terapia Cognitiva Comportamental no hospital geral e verificar como vem sendo aplicada neste ambiente.

## **METODOLOGIA**

Foi realizado um estudo bibliográfico sistematizado, do tipo descritivo e exploratório sobre a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) no hospital geral. Optou-se por não limitar o período de tempo de publicação, uma vez que foi verificado um número restrito de produções sobre o tema. O levantamento ocorreu em Janeiro de 2016, onde foram selecionados trabalhos no idioma português. Foram utilizadas as bases de dados: Scielo (*Scientific Electronic Library Online*) e Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde).

O processo de coleta dos dados envolveu três etapas: identificação, seleção e inclusão/exclusão dos textos encontrados na busca inicial, a partir dos descritores selecionados. O primeiro e o segundo núcleo de pesquisa foram definidos de acordo com o DeCS/MeSH do Portal de pesquisa da BVS. Devido a pouca quantidade de trabalhos encontrados, utilizou-se ainda um terceiro núcleo de pesquisa que não foi encontrado no DeCS/MeSH do Portal de pesquisa da BVS, mas que se fez necessário, como apontado na Figura 1.

**Figura 1. Descritores de busca nas bases de dados**

<b>PRIMEIRO NÚCLEO</b>	<b>SEGUNDO NÚCLEO</b>	<b>TERCEIRO NÚCLEO</b>
Terapia Comportamental Cognitiva And Psicologia em saúde	Terapia Comportamental Cognitiva And Hospital	Terapia Cognitivo Comportamental And Hospital
Terapia Cognitiva And Psicologia em saúde	Terapia Cognitiva And Hospital	Terapia Cognitivo Comportamental And Psicologia Hospitalar
Psicoterapia Cognitiva And Psicologia em saúde	Psicoterapia Cognitiva And Hospital	

Em todas as bases de dados foi utilizado o operador de pesquisa “AND”, na janela de busca avançada. Foram incluídos os trabalhos em português e excluídos os textos repetidos, textos de revisão da literatura ou teóricos e textos que não foram realizados no contexto hospitalar ou que não se referiam a Terapia Cognitivo Comportamental.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A figura 2 apresenta a lista de textos abordados nesta revisão bibliográfica. Houve uma variabilidade quanto ao tipo de estudo, tendo aparecido estudos quantitativos (análise retrospectiva dos processos clínicos e estudo coorte prospectivo) e qualitativos (estudo de caso, relato de experiência e estudo observacional). Em alguns casos foram realizados trabalhos com grupos, enquanto que em outros houve um acompanhamento de um caso específico.

Dos artigos selecionados 10 abordavam a relação entre o pensamento e o sentimento/comportamento e nove propuseram avaliar os efeitos da intervenção da Terapia Cognitivo Comportamental.

Os artigos relacionados ao tema deste estudo foram encontrados nas áreas da enfermagem, psicologia e medicina, em sua maioria. Através desta pesquisa, pôde-se notar a escassez de pesquisas relacionadas ao tema, principalmente na área da psicologia, o que reforça a importância desta pesquisa.

Quanto aos estudos realizados pela psicologia, os temas foram diversificados. Murta e Tróccoli (2004) objetivaram identificar fontes de satisfação e insatisfação quanto a um programa em manejo de estresse ocupacional baseado no modelo cognitivo-comportamental. A análise revelou um processo terapêutico potencialmente favorecedor de impacto positivo sobre a saúde.

Mesquita (2013) buscou avaliar a efetividade de um programa público de tratamento ao tabagismo. Os participantes passaram por quatro sessões de terapia cognitivo-comportamental em grupo, associada à reposição de nicotina e à bupropiona. Os resultados mostraram que a terapia cognitivo-comportamental associada à medicação é eficaz na cessação do tabagismo e na manutenção da abstinência.

Júnior e Kanitz (2000) investigaram os efeitos de um programa, que tem por objetivo mapear e manipular o processo de enfrentamento de doenças crônicas, sobre o repertório comportamental e cognitivo das crianças em tratamento médico de patologias oncológicas e de seus pais, propondo estratégias de intervenção que maximizem a disposição de contingências de enfrentamento de situações estressantes.

<b>Figura 2. Lista de textos selecionados</b>				
<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Área</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Participantes</b>
BARBOSA, I. C. F. J.; SANTOS, M. C. L.; LEITÃO, G. C. M.	2007	Enfermagem e Terapia Ocupacional	Relato de experiência	Pacientes internados em um hospital
GONÇALVES, J. R. L.; LUIS, M. A. V.	2010	Enfermagem	Descritivo e qualitativo	Familiares cuidadores
LORENÇATTO, C. et al.	2007	Medicina	Quantitativo	Mulheres com endometriose
MURTA, S. G.; TRÓCCOLI, B. T.	2004	Psicologia	Qualitativo	Funcionários de um hospital de habilitação e reabilitação em saúde
MESQUITA, A. A.	2013	Psicologia	Qualitativo	Tabagistas
JÚNIOR, A. L. C.; KANITZ, S.	2000	Psicologia	Qualitativo	Crianças com câncer
FERRÃO, Y. A.; AGUIAR, P. R. D. C.; MINUZZI, L.; GRILLO, R.; LOPES, R.; ROSA, R.	2004	Medicina	Observacional	Pacientes ambulatoriais com transtorno obsessivo- compulsivo
AGUIAR, M.; TODO –BOM, F.; FELIZARDO, M.; MACEDO, R., CAEIRO, F., SOTTO- MAYOR, R.; BUGALHO DE ALMEIDA, A.	2009	Medicina	Análise retrospectiva dos processos clínicos	Fumantes
BRASIO, K. M.; LALONI, D. T.; FERNANDES, Q. P.; BEZERRA, T. L.	2003	Psicologia	Qualitativo	Pacientes com fibromialgia
OLVEIRA, R. G.; BICCA, C.	2003	Medicina	Estudo de caso	Gêmeos monozigóticos
ZWIELEWSKI, G.; BUB, T. F.	2014	Medicina	Qualitativo	Pacientes nas emergências apresentando sintomas de transtorno de ansiedade (TA) e sintomas de doença arterial coronariana (DAC)
HOLDEFER, L.; OLIVEIRA, C. A. C. P.; VENOSA, A. R.	2010	Medicina e Psicologia	Estudo coorte prospectivo	Pacientes do ambulatório de otorrinolaringologia de um Hospital Universitário
SILVA, A. C. O.; NARDI, A. E.	2009	Medicina	Estudo de caso	Paciente em luto por óbito fetal

Brasio et al. (2013) objetivou comparar a eficácia de três técnicas da terapia cognitivo comportamental (treino de controle de stress, relaxamento progressivo e reestruturação cognitiva) e concluiu que as técnicas possibilitaram a diminuição da ansiedade e depressão, assim como o desenvolvimento da assertividade. Porém, não demonstraram diminuição na percepção das dores.

Foi possível comprovar a eficácia da terapia cognitivo comportamental no hospital após análise das conclusões dos artigos utilizados. No estudo de Murta e Tróccoli (2004) os participantes consideraram que a intervenção promoveu a aprendizagem de habilidades sociais, favoreceu sensações agradáveis e estimulou o desenvolvimento de habilidades referentes à solução de problemas e enfrentamento. Barbosa et al (2007) concluiu que os pacientes se tornaram mais funcionais após o conhecimento de seus processos cognitivos, e aprendizado de estratégias cognitivas eficazes, que substituíram as estratégias mal adaptadas, negativas ou ineficazes.

Ainda é bastante reduzida a atuação de psicólogos cognitivos comportamentais nos hospitais, sendo necessário que mais estudos sejam realizados com o objetivo de verificar e expandir os benefícios que essa abordagem pode trazer aos pacientes hospitalizados, promovendo mudanças, atividades de prevenção e amenizando o sofrimento que a hospitalização e a doença causam no sujeito.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se observar a escassez de trabalhos realizados por psicólogos, divulgados em formato de trabalho científico, referentes à prática da Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) em um ambiente hospitalar. Isso pode ocorrer devido à priorização da prática assistencialista dentro de um hospital, principalmente os de atenção terciária, nas quais as demandas são enormes. São muitas as atividades e as exigências a serem cumpridas, sendo assim, prioriza-se a assistência e o cumprimento das demandas urgentes e não se faz registros das atividades realizadas. Outra hipótese é que muitas instituições em que os psicólogos estão inseridos não oferecem estímulo para a produção científica e/ou para a formação de pesquisadores.

As residências multiprofissionais e em área profissional da saúde, criadas a partir da promulgação da Lei nº 11.129 de 2005 e orientadas pelos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS) minimizam esse déficit na produção científica, pois os residentes além de prestarem assistência, produzem conhecimentos nas seguintes áreas: Medicina, Biomedicina, Ciências Biológicas, Educação Física, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Fonoaudiologia, Medicina Veterinária, Nutrição, Odontologia, Psicologia, Serviço Social e Terapia Ocupacional.

Nesse estudo apenas uma pesquisa foi realizada por um psicólogo em conjunto com outros profissionais da saúde, o que aponta pouca interação multidisciplinar, o que é negativo, pois o trabalho realizado em conjunto enriquece a produção de conhecimento e possibilita a integração de diferentes olhares e formas de compreensão.

Conclui-se que a Terapia Cognitiva Comportamental é eficaz no contexto hospitalar ao ser aplicada em pacientes, tanto em acompanhamento ambulatorial quanto pacientes internados, e seus cuidadores/acompanhantes, assim como em pacientes com diversos diagnósticos e demandas.

É importante que mais pesquisas sejam realizadas e publicadas, com o intuito de enriquecer a produção científica no campo da Terapia Cognitivo Comportamental no contexto hospitalar. Como desmembramento desse estudo, podem ser produzidos outros levantamentos com a inclusão de outras bases de dados e palavras chaves. A construção e disseminação de trabalhos de revisão da literatura são importantes na medida em que podem influenciar a produção de mais pesquisas que auxiliem os profissionais de psicologia.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, M.; TODO-BOM, F.; FELIZARDO, M.; MACEDO, R., CAEIRO, F., SOTTO-MAYOR, R.; BUGALHO DE ALMEIDA, A. Casuística de quatro anos de uma consulta de apoio ao fumador. *Revista Portuguesa de Pneumologia*. v.15, n.2, p.179-197, 2009.

BARBOSA, I.C.F.J.; SANTOS, M.C.L.; LEITÃO, G.C.M. Arteterapia na assistência de enfermagem em oncologia: produções, expressões e sentidos entre pacientes e estudantes de graduação. *Escola Anna Nery*, v.11, n. 2, p.227-233, 2007.

BECK, J.S. *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática*. Porto Alegre: Artmed, 2013.

BRASIO, K.M.; LALONI, D.T.; FERNANDES, Q.P.; BEZERRA, T.L. Comparação entre três técnicas de intervenção psicológica para tratamento da fibromialgia: treino de controle de stress, relaxamento progressivo e reestruturação cognitiva. *Revista Ciência Médica*, v.12, n.4, p.307-318, 2003.

FERRÃO, Y.A.; AGUIAR, P.R.D.C.; MINUZZI, L.; GRILLO, R.; LOPES, R.; ROSA, R. Características clínicas e história familiar em pacientes ambulatoriais com transtorno obsessivo-compulsivo. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v.26, n.3, p.274-279, 2004.

GONÇALVES, J.R.L.; LUIS, M.A.V. Atendimento ao familiar cuidador em convívio com o portador de transtorno mental. *Revista de Enfermagem UERJ*. v.18, n.2, p.272-277, 2010.

HOLDEFER, L.; OLIVEIRA, C.A.C.P.; VENOSA, A.R. Sucesso no tratamento do zumbido com terapia em grupo. *Brazilian Journal of Otorhinolaryngology*. v.76, n.1, p.102-106, 2010.

JÚNIOR, A.L.C.; KANITZ, S. Avaliação do processo de enfrentamento em crianças com câncer: pesquisa para implantação de programa de intervenção psicológica. *Psicologia em pediatria*, 2000. Disponível em: <[http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?fase=r003&id\\_materia=98](http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?fase=r003&id_materia=98)>. Acesso em 21/01/2016.

LORENÇATTO, C.; VIEIRA, M.J.N., MARQUES, A.; BENETTI-PINTO, C.L.; PETTA, C.A. Avaliação de dor e depressão em mulheres com endometriose após intervenção multiprofissional em grupo. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v.53, n.5. p.433-438, 2007.

MAZUTTI, S.R.G.; KITAYAMA, M.M.G. Psicologia hospitalar: um enfoque em terapia cognitiva. *Revista SBPH*, v.11, n.2, p.111-125, 2008.

MESQUITA, Alex Andrade. Avaliação de um programa de tratamento do tabagismo. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, v.15, n.2, p.35-44, 2013.

MURTA, S.G.; TRÓCCOLI, B.T. Avaliação de Intervenção em Estresse Ocupacional. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v.20, n.1, p.39-47, 2004.



OLIVEIRA, R.G.; BICCA, C. Desafios e tecnologia na psicoterapia cognitiva do TDAH na infância: seguimento de um ano de caso de gêmeos monozigóticos. *Revista de Psiquiatria Clínica*, v.30, n.5, p.177-181, 2003.

PEREIRA, F.M.; PENIDO, M.A. Aplicabilidade Teórico-Prática da Terapia Cognitivo Comportamental na Psicologia Hospitalar. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v.6, n.2, p.189-220, 2010.

RUDNICKI, T.; SANCHEZ, M.M. *Psicologia da Saúde: a prática de terapia cognitivo-comportamental em hospital geral*. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2014.

SANTOS JUNIOR, J.G.; VERONEZ, F.S. Análise do comportamento em âmbito hospitalar: um estudo de caso. *Omnia Saúde*, v.7, n.1, p.41-49, 2010.

SILVA, A.C.O.; NARDI, A.E. Terapia cognitivista-comportamental para perda gestacional: resultados da utilização de um protocolo terapêutico para luto. *Revista de Psiquiatria Clínica*, v.38, n.3, p.122-124, 2011.

WRIGHT, J.H.; SUDAK, D.M.; TURKINGTON, D.; THASE, M. *Terapia cognitivo-comportamental de alto rendimento para sessões breves: guia ilustrado*. Porto Alegre: Artmed, 2012.

ZWIELEWSKI, G.; BUB, T.F. Identificação de Transtornos de Ansiedade em Pacientes com Suspeita de Doença Arterial Coronariana. *Revista Brasileira de Cardiologia*, v.27, n.5, p.311-313, 2014.