

Terapias comportamentais de terceira geração

A Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva tem a satisfação de apresentar este número inteiramente dedicado às terapias comportamentais de terceira geração. Essas terapias trazem em comum sua fundamentação teórica alicerçada na ciência da análise experimental do comportamento e em filosofias centradas nas relações comportamento-ambiente como recorte psicológico. Dentre as terapias que alcançaram notoriedade, destacam-se a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT), a Psicoterapia Analítica Funcional (FAP), a Terapia Comportamental Dialética (DBT), a Ativação Comportamental (BA) e a Terapia Comportamental Integrativa de Casais (IBCT).

Por que nosso entusiasmo? Apesar de ainda crescente quantidade de ensaios clínicos randomizados, alguns tratamentos – como a ACT, a DBT e a BA – já têm sido apontados como tendo forte suporte de pesquisa e/ou como sendo tratamentos de primeira linha em algoritmos de decisão clínica de instituições internacionais. A ACT tem suporte forte de pesquisa no tratamento psicossocial da dor crônica (*Chronic or persistent pain treatment: Acceptance and commitment therapy for chronic pain*, n.d.) segundo a Society for Clinical Psychology, Divisão 12 da Associação Americana de Psicologia. A DBT possui igualmente forte suporte de pesquisa no tratamento do transtorno de personalidade *borderline*

(*Borderline personality disorder treatment: Dialectical behavior therapy for borderline personality disorder*, n.d.), sendo o tratamento de escolha aplicado a essa psicopatologia (Stoffers et al., 2012). A BA possui também forte suporte de pesquisa (*Depression treatment: Behavioral activation for depression*, n.d.), figurando em algumas instituições como opção de primeira linha no tratamento da depressão maior (Parikh et al., 2016). Mas muito mais do que debates da academia, hoje pacientes com depressão severa, dor crônica ou suicidas podem depositar nesses sistemas alguma esperança de mudança.

Nesses completos 30 anos desde a publicação de *Psychotherapists in clinical practice: Cognitive and behavioral perspectives* (Jacobson, 1987), marco simbólico inicial da terceira geração, assistimos a um vigoroso interesse por parte da comunidade internacional de terapeutas. Uma revolução científica na Psicologia não aconteceria senão em sincronia com o que se tem produzido de melhor ao longo do globo. Portanto esse impacto foi decisivo não somente em países de língua anglo-saxã, mas também em comunidades científicas de línguas luso-hispânicas. Hoje, neste número da RBTCC, somos brindados com artigos que são um pequeno universo do que se tem produzido em países como Espanha, México, El Salvador e Brasil. As contribuições desses países são inúmeras, produto de contextos acadêmicos e

clínicos próprios que conferem contribuição original a esses já consagrados sistemas em psicoterapia.

Abrimos este número com pesquisas originais sobre FAP e ACT.

Karen Vogel, Pedro Gordon e Francisco Neto apresentam um ensaio clínico randomizado avaliando como um protocolo da ACT pode ajudar a minimizar o desconforto dos pacientes com fobia de lugares fechados submetidos ao procedimento de ressonância magnética (MRI).

Gabriele Lederer, Jocelaine Silveira e Cesar Taconeli apresentam um estudo sobre o emprego de técnicas psicoterapêuticas, por terapeutas alemães, semelhantes às empregadas na FAP. Conforme identificado no estudo, naquele país, a FAP foi pouco divulgada.

William Perez, Roberta Kovac, Ila Linares, Sarah Barbosa, Cainã Gomes, Gabriela dos Santos e João de Almeida mostram um estudo com enfoque na ACT que teve por objetivo investigar se duas medidas relacionadas à esQUIVA EXPERIENCIAL (EE), o AAQ-II e um Irap, seriam preditoras do desempenho dos participantes em uma tarefa de esQUIVA.

Breno Freitas, Ana Cancian, Renata Zancan e Margareth Oliveira avaliaram o efeito de uma intervenção breve da ACT de acordo com a severidade da compulsão alimentar em mulheres com sobrepeso e obesidade, analisando uma série

de medidas relacionadas ao peso e à flexibilidade psicológica.

Gabriela Martim e Jocelaine Silveira avaliaram as relações entre a tarefa de casa na FAP e o relato sobre sua execução na vida diária. No estudo, as autoras prescreveram cuidados na graduação das tarefas e as vantagens do uso de smartphones no monitoramento.

William Perez, Roberta Kovac, Yara Nico, Adriana Fidalgo, Daniel Caro, Ila Linares, Rodrigo Boavista, Sarah Barbosa, Cainã Gomes, Gabriela dos Santos e João Almeida investigaram, também com enfoque na ACT, a relação entre os desempenhos dos participantes no programa Irap e sua correlação com escores atingidos no instrumento AAQ-II.

Mônica Camoleze e Jocelaine Silveira apresentam uma pesquisa evidenciando quais comportamentos do terapeuta, regulados pela regra 5 da FAP, estariam correlacionados com as variações das frequências dos comportamentos do cliente, como o CRB2 e o CRB3.

A profícua pesquisa teórica-conceitual, identidade fundamental da terceira geração, teve também neste número um fórum especial.

Michel Ortega propõe uma leitura contextual e funcionalmente-orientada para a DBT. O ensaio tem mérito ao propor uma perspectiva da DBT menos focada no treinamento de habilidades, conforme interpretações de muitos terapeutas cognitivos e comportamentais. O texto, ao mesmo

tempo, tenta também sensibilizar os terapeutas contextuais para a riqueza do arsenal terapêutico proposto pelo manual da DBT.

Daniel Assaz e Claudia Oshiro, em seu artigo, descrevem como elementos da ACT poderiam favorecer a aplicação das técnicas de exposição em problemas de ansiedade, trazendo dois estudos de caso que exemplificam as afirmações postuladas.

Rafael Ferro-García e Luis Valero-Aguayo trazem uma revisão dos processos pelos quais, segundo a FAP, indivíduos aprenderiam repertórios de atos de eventos privados ligados à experiência do *self*. Segundo os autores, os problemas de má formação do *self* hoje ganharam importância clínica em si, devendo, por isso, ser abordados como problemas transdiagnósticos.

Fernanda Moreira e Claudia Oshiro trazem uma contribuição conceitual importante ao mostrar as intersecções e diferenças entre a FAP aplicada a crianças e a Terapia Analítico-Comportamental Infantil brasileira. Dentre os objetivos do estudo, os autores identificaram aproximações de práticas comuns entre essas psicoterapias.

Paulo Abreu e Juliana Abreu apresentam diretrizes teóricas norteadoras de uma quarta geração de terapias comportamentais, como a concepção funcional inicial de caso, a integração de terapias comportamentais na personalização da aplicação e a pesquisa de protocolos integrados.

Luc Vandenberghe propõe uma ponte conceitual entre três momentos relevantes na história da FAP, sendo o primeiro momento baseado nas cinco

regras clássicas, o segundo fundamentado no modelo de sequência lógica em 12 passos de conduta protocolares e o terceiro fortemente atrelado ao uso de *middle-level terms* (modelo ACL).

Fernanda Moreira, Elisângela Silva, Gabriela Lima, Daniel Assaz, Cláudia Oshiro e Sonia Meyer, em seu artigo, tiveram o objetivo de fazer um breve levantamento sobre a noção de *self* na obra de Skinner e nos escritos da FAP e da ACT, apontando diferenças e semelhanças.

Paulo Abreu e Juliana Abreu apresentam um protocolo integrador de BA para o tratamento da depressão unipolar. Nele, três tipos de depressão são apresentados, desde a sua concepção funcional, como a determinada por punição, a determinada por extinção operante e, ainda, a determinada por estimulação aversiva não-contingente.

Wilber Mendoza traz uma análise sobre a necessidade do desenvolvimento de habilidades de *mindfulness* pelos terapeutas de terceira geração que se propõem a utilizá-lo em seu arsenal terapêutico – sempre em sintonia com as propostas terapêuticas dessas abordagens e com as idiosincrasias de cada problema de comportamento.

Ainda, temos uma instigante revisão de literatura, endereçada, sobretudo, aos pesquisadores e clínicos orientados pela DBT.

Débora Finkler, Julia Schäfer e Ana Wesner conduziram uma revisão sobre o transtorno de personalidade *borderline*, identificando

publicações brasileiras (ou de autoria de brasileiros) entre 1997 e 2017 e categorizando-as por área de interesse e região federativa em que os artigos foram produzidos. O estudo é, pois, uma contribuição importante, sobretudo por evidenciar a pouca pesquisa fundamentada em propostas baseadas em evidências como as TCCs ou a DBT.

Nossos objetivos foram modestos em sua extensão, mas grandiosos pela dedicação dos autores envolvidos. Com esse número, encerramos esse monográfico que deverá somar à história da RBTCC.

Excelente leitura a todos,

Paulo Abreu, Editor Chefe

Pedro Faleiros

Hernando Filho

Fabiane Fogaça

Olivia Gamarra

Editores Associados

REFERÊNCIAS

Division 12 of the American Psychological Association (n.d.). *Borderline personality disorder treatment: Dialectical behavior therapy for borderline personality disorder*. Retrieved from <http://www.div12.org/psychological-treatments/disorders/borderline-personality-disorder/dialectical-behavior-therapy-for-borderline-personality-disorder/>

Division 12 of the American Psychological Association (n.d.). *Chronic or persistent pain treatment: Acceptance and commitment therapy for chronic pain*. Retrieved from <http://www.div12.org/psychological-treatments/disorders/chronic-or-persistent-pain/acceptance-and-commitment-therapy-for-chronic-pain/>

Division 12 of the American Psychological Association (n.d.). *Depression treatment: Behavioral activation for depression*. Retrieved from <http://www.div12.org/psychological-treatments/disorders/depression/behavioral-activation-for-depression/>

Jacobson, N. (1987). *Psychotherapists in clinical practice: Cognitive and behavioral perspectives*. New York: Guilford Press.

Parikh, S. V., Quilty, L. C., Ravitz, P., Rosenbluth, M., Pavlova, B., Grigoriadis, S., ... CANMAT Depression Work Group. (2016). Canadian network for mood and anxiety treatments (CANMAT) 2016 clinical guidelines for the management of adults with major depressive disorder: Section 2. Psychological Treatments. *Canadian Journal of Psychiatry*, *61*(9), 524-539. doi:10.1177/0706743716659418

Stoffers, J. M., Völlm, B. A., Rucker, G., Timmer, A., Huband, N., & Lieb, K. (2012). Psychological therapies for people with borderline personality disorder. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, *8*. doi:10.1002/14651858.CD005652. pub2