

XIV Salão Iniciação Científica da PUCRS

Eficácia de um Protocolo de Terapia Cognitivo-Comportamental para o Transtorno de Estresse Pós-Traumático

Gustavo Ramos Silva; Christian Haag Kristensen

Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul - Av. Ipiranga, 6681, prédio 11/sala 915. CEP: 90619-900

Resumo

Introdução: O Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) é caracterizado por sintomas de revivência, evitação/entorpecimento e excitabilidade aumentada, acionados pela memória de eventos traumáticos. Adicionalmente, cognições pós-traumáticas negativas sobre *self*, mundo e autorresponsabilização influenciam no desenvolvimento e na manutenção da sintomatologia do TEPT. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é a modalidade com mais evidências de eficácia no tratamento do TEPT. O Núcleo de Estudos e Pesquisa em Trauma e Estresse (NEPTE) da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS) utiliza um protocolo de 18 sessões de TCC para o tratamento do TEPT baseado na literatura internacional. O protocolo contém técnicas de psicoeducação sobre o modelo cognitivo e de redução dos sintomas de ansiedade (e.g., registro de pensamentos disfuncionais, relaxamento muscular progressivo, respiração diafragmática), de exposição imagística, de reestruturação cognitiva (e.g., identificação e monitoramento de pensamentos disfuncionais) e prevenção à recaída.

Objetivo: Avaliar a eficácia de um protocolo de TCC para o tratamento do TEPT.

Método: A amostra foi composta por oito participantes adultos atendidos no ambulatório do NEPTE entre janeiro de 2010 e maio de 2013. Os instrumentos utilizados foram: (1) Posttraumatic Cognitions Inventory (PTCI), (2) Beck Depression Inventory (BDI), (3) Beck Anxiety Inventory (BAI) e (4) Screen for Posttraumatic Stress Symptoms (SPTSS). A análise realizada foi não paramétrica, através do teste Wilcoxon Signed Ranks Test para comparação entre os escores médios dos participantes em momentos distintos (SPSS for Windows – 17.0).

Resultados: Cinco participantes eram mulheres (62,5%). A média de idade foi de 41,5 anos (DP=13,83). Quatro participantes (50%) tinham Ensino Superior Completo. Três (37,5%) faziam uso de antidepressivos, um (12,5%) fazia uso combinado de antidepressivos e anticonvulsivantes e quatro (50%) não faziam uso de medicação. O tipo de evento traumático mais comumente identificado foi assalto (n=5; 62,5%). Foram observadas diferenças significativas entre os escores médios no início e ao final da psicoterapia em relação a sintomas pós-traumáticos (SPTSS; $z=-2,521$; $p=0,008$), sintomas depressivos (BDI; $z=-2,38$; $p=0,016$), sintomas de ansiedade (BAI, $z=-2,524$; $p=0,008$) e cognições pós-traumáticas (PTCI total, $z=-2,521$; $p=0,008$).

Considerações finais: O protocolo de TCC mostra-se eficaz na remissão da sintomatologia pós-traumática. Mesmo com uma amostra reduzida, a diminuição dos escores foi estatisticamente significativa. A próxima etapa do projeto consiste na avaliação de cada bloco de forma independente, para investigar o papel de cada conjunto de técnicas na remissão de sintomas.

Palavras-chave

Transtorno de Estresse Pós-Traumático; TEPT; Terapia Cognitivo-Comportamental.