Aula 3 • Unidade 1

A Consolidação dos Protocolos por Diagnóstico

Ricardo Wainer

GRUPOWAINER PSICOLOGIA

Pós-Graduação

Como a psicoterapia se tornou uma prática baseada em evidências

A partir da década de 1950, a psicoterapia buscou validação científica: nasceram a terapia comportamental e, depois, a cognitiva, consolidando protocolos manualizados por diagnóstico.

1	**Da terapia comportamental à cognitiva**	As primeiras técnicas sistemáticas de mudança
2	**Os critérios da APA para tratamentos validados**	Como a Divisão 12 definiu evidência científica suficiente
3	**A multiplicação dos protocolos manualizados**	TCC para pânico, exposição para TEPT e outros manuais

A consolidação dos protocolos por diagnóstico

C

A partir da década de 1950, a psicoterapia buscou validação científica. Nesta aula, você vai conhecer como esse movimento consolidou protocolos manualizados, organizados por diagnóstico, como padrão da prática clínica.

Da terapia comportamental aos manuais estruturados por diagnóstico

Década de 1950-60
Nasce a terapia comportamental, baseada em condicionamento e técnicas objetivas

Década de 1970-90
Beck e Ellis formalizam a terapia cognitiva e os primeiros manuais estruturados

Anos 1990 em diante
A APA define critérios de validação e os protocolos se tornam padrão-ouro

O que cada fase consolidou para a prática clínica

A terapia comportamental

Baseada em condicionamento clássico e operante, propôs técnicas objetivas e observáveis para mudar o comportamento, rompendo com a introspecção da psicanálise.

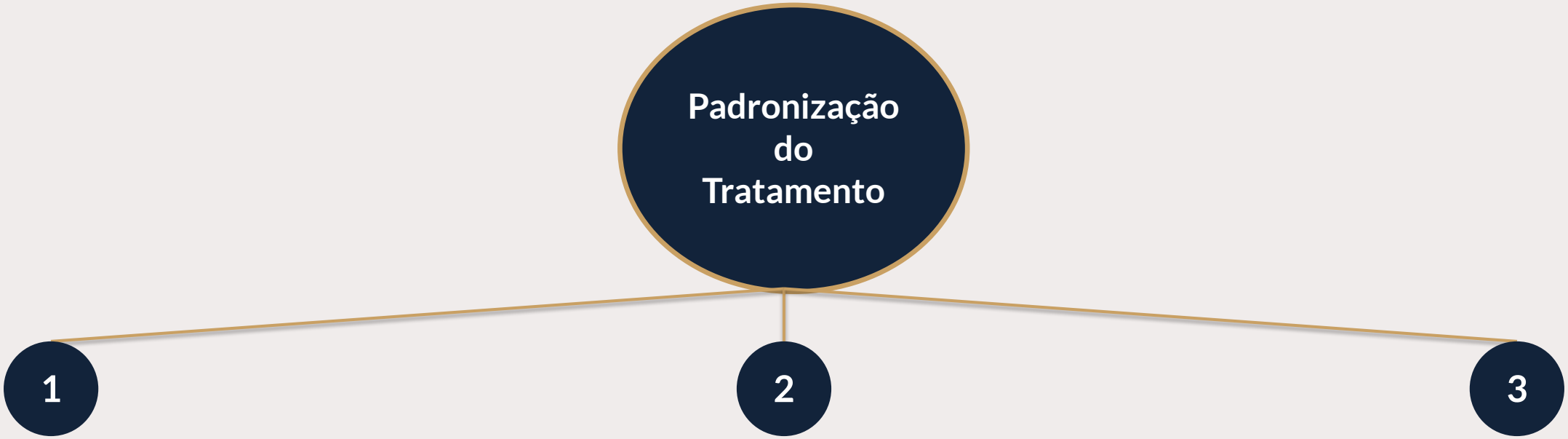
A terapia cognitiva

Beck e Ellis mostraram que pensamentos automáticos e crenças podiam ser trabalhados de forma estruturada, unindo-se à terapia comportamental.

Os critérios da APA

A Divisão 12 da American Psychological Association definiu critérios claros para chamar um tratamento de empiricamente validado, exigindo estudos controlados.

A lógica por trás dos protocolos manualizados



Rigor Científico

Permite comparar tratamentos com metodologia consistente

Acesso Ampliado

Multiplica o acesso a intervenções com eficácia comprovada

Replicabilidade

Os mesmos passos podem ser aplicados em diferentes serviços

O que mudou na prática clínica com os manuais estruturados

Antes da Padronização

Tratamento guiado pela intuição clínica individual • Grande variabilidade entre diferentes terapeutas • Dificuldade em replicar ou comparar resultados

Com Protocolos Validados

Passos terapêuticos definidos e sequenciados • Fidelidade ao protocolo testável em pesquisa • Resultados replicáveis entre estudos e serviços

Onde essas contribuições seguem relevantes

Rigor Metodológico	Ensaios clínicos randomizados comparam grupos com o mesmo protocolo
Formação Escalável	Manuais estruturados facilitam o treinamento de novos terapeutas
Diretrizes de Saúde	Guias clínicos oficiais adotam protocolos validados como recomendação

Como um manual guia o passo a passo do tratamento

Um paciente com transtorno de pânico inicia um protocolo estruturado de TCC: psicoeducação, monitoramento de sintomas, reestruturação cognitiva e exposição interoceptiva, em uma sequência testada e replicável.

- Cada etapa do protocolo segue uma ordem definida e testada
- O terapeuta pode verificar a fidelidade ao manual durante o tratamento
- Resultados podem ser comparados entre diferentes serviços de saúde

O que a padronização deixou como legado

Comparabilidade

Diferentes tratamentos passam a poder ser comparados entre si

Fidelidade Terapêutica

O tratamento testado em pesquisa é o mesmo aplicado na prática

Disseminação

Manuais estruturados facilitam levar tratamentos eficazes a mais lugares

Política de Saúde

Diretrizes públicas passam a recomendar tratamentos validados

Como esse legado chega até o consultório

VALIDAR EM PESQUISA

O protocolo é testado em ensaios clínicos controlados

→

PUBLICAR EM DIRETRIZES

Guias de saúde recomendam o protocolo validado

→

APLICAR NA PRÁTICA

O terapeuta segue o manual com fidelidade ao método

Síntese

- A psicoterapia buscou validação científica a partir dos anos 1950
- A padronização permitiu comparar tratamentos com rigor metodológico
- Esse legado sustenta a pesquisa clínica e as diretrizes de saúde até hoje

Leituras fundamentais desta aula

Barlow, D. H., et al. (2016). Protocolo unificado para o tratamento transdiagnóstico dos transtornos emocionais. Porto Alegre: Artmed.

Hofmann, S. G., Hayes, S. C., & Lorscheid, T. (2024). Learning process-based therapy: A skills training manual. Oakland, CA: New Harbinger.

Hayes, S. C., & Hofmann, S. G. (2020). A process-based approach to cognitive behavioral therapy. Oakland, CA: New Harbinger.

Insel, T. et al. (2010). Research domain criteria (RDoC): Toward a new classification framework for research on mental disorders. American Journal of Psychiatry, 167(7), 748–751.

GRUPOWAINER PSICOLOGIA

Pós-Graduação

Muito Obrigado(a)!

@wainerpsicologia
@congresso wainer