

PSICOLOGIA BASEADA EM EVIDÊNCIAS: A IMPORTÂNCIA DA UTILIZAÇÃO DA PRÁTICA BASEADA EM EVIDÊNCIAS NO CONTEXTO CLÍNICO

VILELA, A.¹

RESUMO

O presente artigo contribuirá para o debate da importância sobre a utilização da ciência no ambiente clínico. Atualmente o cenário da Psicologia Clínica vem se modificando, mesmo que a passos lentos, no que se refere a utilização da prática baseada em evidências. A utilização da prática baseada em evidências na Psicologia vem de encontro com a postura ética do psicólogo, com o propósito de fornecer o melhor tratamento ao paciente e ser o ponto de partida para a tomada de decisão integrando a melhor evidência científica disponível, expertise clínica e características do cliente. Através da pesquisa bibliográfica foram condensados os pontos de maior relevância acerca do tema, compreendendo a importância de se utilizar da prática baseada em evidências como norteadora da prática clínica.

Palavras-chave: Prática baseada em evidências, Psicologia, Psicologia Clínica.

ABSTRACT

This article will contribute to the debate about the importance of using science in the clinical ambience. Currently, the scenerio of Clinical Psychology han been changing, even in slow steps, regarding the use of evidence-based practice. The use of evidence-based practice in Psychology agress with the psychologist's ethical posture, with the purpose of providing the best treatment to the patient and being the starting point for decision making, integrating the best available scientific evidence, clinical expertise and patient characteristics. Through the bibliographic research used, the most relevant points about the theme were summarized, understanding the importance of using evidence-based practice as a guide for clinical practice.

Key words: Evidence-based practice, Psychology, Clinical Psychology.

INTRODUÇÃO

A discussão frente a utilização de métodos científicos validados no campo da Psicologia Clínica vem aflorando ao longo dos anos, sendo um tema recorrente entre profissionais que buscam oferecer o melhor tratamento científico disponível, mediante a demanda apresentada pelo paciente.

O tema alcançou relevância no meio profissional e acadêmico a partir da força tarefa realizada pela American Psychological Association (APA) sobre Prática Baseada em Evidências publicidade em 2016, com o propósito de argumentar sobre

¹ Amanda Vilela. Acadêmica do Curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2022. Contato: amandavilela@icloud.com

a promoção de uma prática clínica pautada em evidências científicas, com a finalidade de proporcionar tratamentos eficazes e validados.

É importante ressaltar que a Psicologia Baseada em Evidências não é uma abordagem, e sim uma ferramenta para a tomada de decisão do psicoterapeuta de acordo com a demanda apresentada. Cabe ao psicólogo clínico o discernimento e postura ética de questionar a si mesmo quanto a eficácia do tratamento que será realizado, os benefícios propostos e os impactos de não garantir que a melhor estratégia está sendo utilizada.

Diante do exposto, é imprescindível a discussão sobre o tema, uma vez que o principal objetivo de um tratamento psicológico é fornecer para o paciente o tratamento mais adequado, com as melhores evidências e resultados, de forma a beneficiar e proporcionar o melhor prognóstico ao paciente, promovendo qualidade de vida e bem-estar.

OBJETIVO

O presente artigo tem como objetivo disseminar conhecimento acerca do tema no ambiente acadêmico e discorrer sobre a importância da utilização do conhecimento científico aliado a prática clínica e as características pessoais, de forma a oferecer ao paciente o melhor tratamento disponível, ou seja, aquele que possui as melhores evidências científicas acerca de uma determinada demanda.

METODOLOGIA

Para a realização deste trabalho utilizou-se da pesquisa bibliográfica acerca do tema em bases nacionais e internacionais, como: Scielo, PubMed, Google Scholar e, principalmente, a tese do profissional expoente neste assunto, Doutor Jan Luiz Leonardi.

A revisão bibliográfica consistiu em sintetizar as principais pesquisas publicadas em artigos, revistas e dissertações referentes ao tema.

RESULTADOS

Nota-se atualmente que grande parte dos profissionais de Psicologia desconsideram os métodos científicos enquanto norteador essencial do tratamento clínico, diante disso é necessário esclarecer sobre a Psicologia Baseada em Evidências, com o propósito de desmistificar o tema, elucidando seus benefícios.

Práticas Baseadas em Evidências em Psicologia trata-se do termo cunhado pela APA referente ao conceito da utilização da prática baseada em evidências, ou seja, a integração entre a melhor evidência científica disponível em conjunto com a experiência clínica do profissional e as particularidades do paciente, como características pessoais, aspectos culturais e preferências (APA, 2006). Esse três pilares são essenciais para o processo de tomada de decisão clínica no que diz respeito ao direcionamento do tratamento a ser realizado frente à demanda apresentada.

Quando falamos da utilização de uma prática baseada em evidências, é importante nos atentarmos para os questionamentos: Estou oferecendo o melhor tratamento para o meu paciente? Como identificar a melhor evidência disponível? Conforme Leonardi (2016), os métodos indicados para avaliar a eficácia de uma intervenção psicoterapêutica são: ensaio clínico randomizado, experimento de caso único e estudo de caso, e revisão sistemática.

O ensaio clínico randomizado é um método que tem como premissa selecionar participantes com um mesmo diagnóstico dispostos de forma aleatória em dois grupos, sendo: grupo experimental (tratamento a ser validado) e grupo controle (ausência do tratamento). Quanto ao experimento de caso único, um único participante será submetido à todas as condições da pesquisa, de forma a estabelecer as relações causais no contexto pessoal e tem como subtipo de pesquisa o estudo de caso, com objetivo de compreender a demanda do paciente, esse método ocorre através do delineamento flexível e profundo do processo terapêutico, considerando sua complexidade e avaliando as interações, intervenções, métodos e mudanças observadas (LEONARDI, 2016; SERRALTA, NUNES & EIZIRIK, 2011).

As revisões sistemáticas seguem um protocolo rígido de investigação dos dados da literatura acerca de determinado tema, sintetizando e integrando as informações de diversos estudos quanto as evidências de maior relevância sobre determinada intervenção (LEONARDI, 2016; LINDE e WILLICH, 2003). Esse método encontra-se no topo da pirâmide de evidências, uma vez que através dele é possível compilar informações e validar as congruências e divergências de cada estudo, de forma a identificar a melhor evidência.

Muitos profissionais apresentam resistência quanto a utilização da prática baseada em evidências, principalmente pelo mito de que há dificuldade em transpor o conhecimento científico para o ambiente clínico (LILIENFELD et al., 2013). É

importante frisar que a prática baseada em evidências não desconsidera a experiência clínica do profissional e o sujeito quanto as suas preferências, inclusive é um ponto central do processo considerar as crenças pessoais e ambiente cultural, já que isso implica no direcionamento do tratamento (APA, 2006). O processo terapêutico é colaborativo, ou seja, paciente e psicólogo irão trabalhar em conjunto visando o melhor benefício, baseando-se na avaliação crítica e no conhecimento científico.

Outro ponto relevante a ser mencionado é referente a disseminação sobre a Prática Baseada em Evidências na Psicologia, tema pouco debatido entre profissionais e não difundido entre os estudantes da área. É necessário que o tema seja divulgado e discutido entre a comunidade profissional e acadêmica, de forma a promover um olhar crítico quanto aos métodos de tratamento utilizados, submetendo os métodos para validação científica para fornecer o melhor tratamento aos pacientes. Conforme Spring & Neville (2011) esse objetivo só será atingido mediante a participação e empenho dos profissionais da pesquisa e clínica, engajando-se em trabalhar em conjunto em prol de uma Psicologia Baseada em Evidências.

CONCLUSÃO

Através do exposto foi possível elucidar sobre a importância de trazermos para o debate um tema pouco mencionado tanto no campo profissional quanto no meio acadêmico. A prática baseada em evidências na Psicologia mostra-se um caminho promissor e ético no que se refere ao oferecimento do melhor tratamento disponível frente à uma demanda, sendo o melhor caminho para a tomada de decisão quanto ao tratamento a ser aplicado, sem desconsiderar as características do paciente e a experiência clínica do profissional.

É essencial que o profissional busque pautar seu atendimento de forma ética e prudente, ou seja, a utilização da prática baseada em evidências promove uma prática clínica de qualidade e eficaz, contribuindo para o sucesso do processo terapêutico. Para além da prática clínica, reforça-se a importância de disseminar sobre o tema no ambiente acadêmico, com o objetivo de fomentar o pensamento crítico entre os futuros profissionais da área, propagando sobre a importância de se trabalhar a partir de um viés científico.

Conclui-se que os objetivos delimitados no presente artigo foram alcançados e acredita-se que, mesmo a pequenos passos, a disseminação do tema se faz essencial para a quebra de paradigmas frente a realidade do processo clínico atual.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. **Evidence-based practice in psychology**: APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. 2006. *American Psychologist* Vol. 61, No. 4, 271–285 DOI: 10.1037/0003-066X.61.4.271.

LILIENFELD, S. O., RITSCHER, L. A., LYNN, S. J., CAUTIN, R. L., & LATZMAN, R. D. (2013, Nov). Why many clinical psychologists are resistant to evidence-based practice: root causes and constructive remedies. **Clinical Psychology Review**, 33(7), 883-900. doi:10.1016/j.cpr.2012.09.008

LEONARDI, J. L. **Prática baseada em evidências em psicologia e a eficácia da análise do comportamento clínica**. 2016. Tese (Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Área de Concentração: Psicologia Clínica) – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

LINDE, K.; WILLICH, SN. How objective are systematic reviews? Differences between reviews on complementary medicine. **J R Soc Med**. 2003;96:17-22.

SERRALTA, F. B., NUNES, M. L. T. e EIZIRIK, C. L. Considerações metodológicas sobre o estudo de caso na pesquisa em psicoterapia. **Estudos de Psicologia** (Campinas) [online]. 2011, v. 28, n. 4, pp. 501-510.

SPRING, B., & NEVILLE, K. (2011). Evidence-based practice in clinical psychology. In D. H. Barlow (Ed.), **The Oxford Handbook of Clinical Psychology** (pp. 128–149). New York, US: Oxford University Press.