Resenha do Livro

Melnik, T. (Org.). (2024). **Prática da psicologia baseada em evidências**. Manole.

https://doi.org/10.5935/2176-3038.20260021

Maria Imaculada Cardoso Sampaio[1]

O livro "Prática da Psicologia Baseada em Evidências" busca desmistificar e esclarecer a Psicologia Baseada em Evidências (PBE), que é definida como a intersecção entre a experiência clínica do profissional, as preferências do indivíduo e a melhor evidência científica. O livro publicado em 2024 e é o segundo de Tamara Melnik, professora no Departamento de Saúde Baseada em Evidências da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), que foi a primeira psicóloga brasileira a desenvolver uma revisão sistemática do assunto. O primeiro livro foi publicado em 2011 em coautoria de Alvaro Nagib Attalah. Segundo o texto, a necessidade de tomar decisões orientadas nas melhores evidências disponíveis é crucial em todas as áreas do conhecimento, incluindo a Psicologia. A Psicologia, historicamente, assim como a Medicina, baseou-se na experiência clínica e em diversas teorias. Em 2005, a *American Psychological Association* (APA) criou a *Task Force on Evidence Based Practice* para aplicar o conhecimento científico na tomada de decisões das mais de 400 modalidades de psicoterapias conhecidas. A obra resenhada busca reforçar e fortalecer a relevância dessa abordagem.

O livro é composto por 40 capítulos, escritos por 69 autores, e está dividido em três seções. A primeira seção aborda os "Aspectos conceituais e históricos da Psicologia Baseada em Evidências no Brasil e no mundo". A segunda seção trata dos "Fundamentos metodológicos". A terceira e mais extensa seção apresenta "Evidências da eficácia, efetividade e segurança das abordagens psicossociais na prevenção e no tratamento dos transtornos mentais".

A PBE não se restringe à Psicologia, mas também se relaciona com a Medicina, Enfermagem, Educação Física, Direito, Psiquiatria e Biblioteconomia, tendo encontrado desenvolvimento e apoio no Brasil na Colaboração Cochrane. O livro conta com prefácios de Natalia Pasternak Taschner, Claudio Luis Lottenberg, Lia Rita A. Bittencourt e Angelo Brandelli Costa, que discutem a importância da PBE em um cenário de vasta disponibilidade de conhecimento científico na internet. Eles também ressaltam a necessidade de respeitar a equidade, diferenças e desigualdades que podem comprometer o acesso, a qualidade e os resultados dos serviços de saúde e políticas públicas. A PBE exige uma postura ética e crítica de todos os envolvidos.

Seção 1: Aspectos conceituais e históricos

- Capítulo 1: Tamara Melnik explora o passado, presente e futuro da PBE, destacando o esforço de organizações mundiais, a evolução da pesquisa em psicoterapia e a hierarquia das evidências na Medicina e Psicologia.
- Capítulo 2: Ana Maria Jacó-Vilela aborda a institucionalização, crise e dispersão da Psicologia Científica no Brasil e conclui que a ampliação do escopo da Psicologia exige uma formação diferenciada dos psicólogos.
- Capítulo 3: Angélica Sabadini relata a história do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IPUSP) e o início da pesquisa, estudo e profissionalização da Psicologia na USP. A autora enfatiza a necessidade de incluir a PBE na grade curricular dos cursos de graduação e pós-graduação em Psicologia.
- Capítulo 4: Um estudo com psicólogos brasileiros sobre o uso da PBE apresentado por Tamara Melnik e outros autores, revela que os psicólogos conhecem a PBE, mas é preciso ampliar a discussão e oferecer melhor capacitação para seu uso na prática clínica.
- Capítulo 5: Tamara Melnik discute a Cochrane e as revisões sistemáticas e metanálises em saúde mental. A autora ressalta o valor e a integridade da Cochrane como modelo para o desenvolvimento de protocolos e produção de revisões padrão ouro de evidências científicas.
- Capítulo 6: Laura S. Boeira e Angelo Costa abordam a importância das Políticas Públicas informadas por evidências para a tomada de decisões efetivas, enfatizando a necessidade de uma conexão sólida entre pesquisas e o ciclo das políticas públicas no campo da Psicologia.

1 Pesquisadora do Consórcio Acadêmico Brasileiro de Medicina Integrativa (CABISIN) e do Centro de Ciência para o Desenvolvimento da Educação Básica (CCDEB). E-mail: imaculadasampaio@gmail.com. ORCID: 0000-0002-6718-4938.

- Capítulo 7: O capítulo de Tania M. N. Marchewka e outros discute a necessidade de implementação da Saúde Mental Baseada em Evidências em instituições de custódia brasileiras. O texto destaca a importância do diálogo entre Medicina, Psicologia, Psiquiatria e Direito e a relevância de estabelecer critérios de avaliação diagnóstica em exames de sanidade mental. Este capítulo encerra a Seção 1.

Seção 2: Fundamentos metodológicos

- Capítulo 8: Roberta Silva e Rachel Riviera orientam sobre como transformar um problema em uma pergunta de pesquisa formulada de maneira eficaz, utilizando estratégias como a Finger (viável, interessante, original, ética e relevante) e os acrônimos PICO, PECO, PIRD e CoCoPo.
- Capítulo 9: Tamara Melnik resume a prática da PBE em etapas, que incluem: a formulação de uma pergunta de pesquisa clara, a busca da melhor evidência em fontes válidas, a avaliação crítica das evidências e a tomada de decisão com base na melhor evidência.
- Capítulo 10: Ana Pinto, Fiorella Saenz e Virginia Trevisani abordam a relevância e os desafios dos Ensaios Clínicos Randomizados na Psicologia, destacando a necessidade de mais investimentos nesse tipo de pesquisa.
- Capítulo 11: Tamara Melnik discute as revisões sistemáticas como padrão ouro na tomada de decisão em Psicologia, explicando as diferenças entre revisão sistemática e metanálise.
- Capítulo 12: Tamara Melnik e Imaculada Sampaio tratam das Estratégias de Busca para revisões sistemáticas, enfatizando a precisão, replicabilidade e transparência.
- Capítulo 13: Angela Oliva e Luisa Pereira abordam o Risco de Viés, destacando a importância de ensaios clínicos e revisões sistemáticas rigorosos e de qualidade.
- Capítulo 14: Tamara Melnik desmistifica a Anatomia do *Forest Plot* e a interpretação de gráficos de metanálise, descrevendo a ferramenta como vital e analítica para sintetizar e apresentar resultados de múltiplos estudos.
- Capítulo 15: Jorge Sinval discute a Psicometria e os Testes Diagnósticos na Prática Baseada em Evidências, reiterando a importância do uso de instrumentos de qualidade. Este capítulo encerra a seção 2.

Seção 3: Evidências da eficácia, efetividade e segurança das abordagens psicossociais

Esta seção foca nas evidências de eficácia, efetividade e segurança das abordagens na prevenção e tratamento de transtornos mentais.

- Capítulo 16: Érica Duran e Brisa Macedo apresentam evidências da terapia comportamental dialética para indivíduos com desregulação emocional severa, como o Transtorno de Personalidade *Borderline* (TPB).
- Capítulo 17: Tamara Otzen elaborou uma revisão sobre suicídio, destacando a complexidade do fenômeno e a necessidade de colaboração interdisciplinar para uma prevenção eficaz.
- Capítulo 18: Silvia Sztamfater e outros abordam as Psicoterapias Baseadas em Evidências aplicadas a transtornos relacionados a trauma e estressores, como o Transtorno do Estresse Pós-Traumático (TEPT). Eles destacam as terapias comportamentais cognitivas como as mais recomendadas.
- Capítulo 19: Irani T. Oliveira e Tania A. Flake analisam intervenções psicossociais para prevenção e tratamento de transtornos alimentares em crianças e adolescentes, concluindo a necessidade de mais estudos.
- Capítulo 20: Marly A. Palavras e Angélica M. Claudino apresentam evidências no tratamento da compulsão alimentar, mostrando a relevância da abordagem psicológica como tratamento de primeira linha.
- Capítulo 21: Antonio B. C. Machado e outros discutem a eficácia das abordagens psicossociais no tratamento da bulimia nervosa, indicando boa aceitação da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC).
- Capítulo 22: Rodolfo F. Damiano e Hermano Tavares discutem as evidências no tratamento do jogo patológico, indicando que a Terapia Cognitivo-Comportamental, entrevista motivacional, autoajuda e intervenção farmacológica podem promover mudanças positivas.
- Capítulo 23: Marco T. Scanavino discute o tratamento do sexo compulsivo, enfatizando a necessidade de estudos sistemáticos sobre os mecanismos subjacentes ao transtorno e de pesquisas epidemiológicas de alta qualidade.

- Capítulo 24: Uma revisão sistemática sobre estratégias *mindfulness* para o tratamento do transtorno obsessivo-compulsivo, apresentada por Eduardo A. Perin e outros, mostra dados preliminares ainda não conclusivos.
- Capítulo 25: Gustavo S. Lima e Sidney Glina revisam a eficácia das intervenções psicológicas no tratamento da disfunção erétil, concluindo que a psicoterapia é crucial para lidar com o problema.
- Capítulo 26: Tamara Melnik e Gabriela Andrade da Silva abordam a ejaculação precoce, com uma revisão sistemática que foi inconclusiva devido à heterogeneidade dos estudos.
- Capítulo 27: Oswaldo M. Rodrigues Junior discute o vaginismo, destacando a necessidade de mais pesquisas organizadas e multicêntricas.
- Capítulo 28: Ricardo Wainer e Leonardo Wainer apresentam a Terapia de Esquema, concluindo que a terapia vem ganhando adesão e apresentando evidências de eficácia.
- Capítulo 29: Curt Hermanny e Irismar R. Oliveira abordam a Terapia Cognitiva Processual (TCP) para transtornos como ansiedade e depressão, sugerindo que a TCP é tão eficaz quanto psicoterapias de primeira linha.
- Capítulo 30: Mariangela G. Savoia e Karen Vogel apresentam as evidências na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), destacando sua eficácia no manejo de pacientes psiquiátricos e clínicos.
- Capítulo 31: Marcele R. Carvalho analisa as evidências no tratamento do transtorno do pânico, verificando que a TCC e a Terapia Comportamental são os tratamentos de escolha.
- Capítulo 32: Gabriela A. Silva, Imaculada Sampaio e Emma Otta tratam das evidências científicas da eficácia de intervenções para prevenir e tratar transtornos depressivos na gestação e período pós-parto, concluindo a necessidade de novos ensaios clínicos aleatorizados.
- Capítulo 33: Adrian M. Carneiro e Ricardo A. Moreno discutem as evidências da psicoeducação no tratamento dos transtornos depressivos, ressaltando a importância das intervenções psicossociais para a adesão do paciente e seus familiares.
- Capítulo 34: Marcelo F. Mello e Letícia R. Rodrigues retomam as intervenções psicossociais no tratamento dos transtornos depressivos, concluindo que psicoterapias estruturadas são eficazes, com destaque para a TCC.
- Capítulo 35: Stella Yano analisa as evidências no tratamento do transtorno bipolar, concluindo que tratamentos combinados (psicofarmacoterapia associada a intervenções psicossociais) parecem ser mais efetivos.
- Capítulo 36: Laisa M. A. Sartes e outros abordam a eficácia das intervenções psicossociais no tratamento do abuso de substâncias, apresentando evidências da base Cochrane.
- Capítulo 37: Rodrigo F. Pereira e Felipe A. Carvalho apresentam as evidências no tratamento da enurese, afirmando que a Psicologia tem um papel importante na remissão do transtorno.
- Capítulo 38: Leopoldo Barbosa e outros exploram as evidências de eficácia das abordagens psicossociais no tratamento das doenças crônicas, incluindo a Covid.
- Capítulo 39: Andreia Schmidt e Maria P. Foss discutem as evidências de efetividade de intervenções psicossociais em adultos mais velhos institucionalizados, abordando depressão, solidão, ideação suicida e transtornos neurocognitivos.
- Capítulo 40: Mirlene C. Novaes e Gabriela A. Silva apresentam a eficácia de intervenções psicológicas e psicossociais mediadas por tecnologia da informação e comunicação. Uma revisão de revisões sobre o tema identificou que esse tipo de intervenção ainda é incipiente e demanda cautela no uso.

A obra, ao explorar os aspectos conceituais e históricos da PBE, os fundamentos metodológicos e as evidências de eficácia, efetividade e segurança na prevenção e tratamento de diversos transtornos mentais, se apresenta como um compêndio indispensável para psicólogos, pesquisadores, professores e interessados no tema, visando fortalecer a Psicologia em um contexto de crescente prevalência de transtornos mentais.