

O IMPACTO DA PSICOTERAPIA BREVE NA QUALIDADE DE VIDA DE JOVENS DEPRIMIDOS: UM ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO

PIBIC/CNPQ:Amanda Neumann Reyes
Orientador: Ricardo Azevedo da Silva

INTRODUÇÃO

Psicoterapias cognitivas breves têm sido estudadas e demonstram eficácia na remissão de sintomas depressivos e impacto na qualidade de vida (QV).^{1,2} No entanto, pouco se sabe sobre a manutenção da remissão de sintomas e da melhora da percepção da qualidade de vida, sendo necessário um estudo de acompanhamento.

OBJETIVO

Avaliar o impacto da psicoterapia breve na QV de jovens deprimidos no pós-intervenção e no follow-up de seis meses.

MÉTODO

Delineamento: Ensaio Clínico Randomizado

Participantes: Jovens de 18 a 29 anos diagnosticados com depressão através da Structured Clinical Interview for DSM (SCID).

Instrumentos: Medical Outcomes Survey Short-form General Health Survey (SF-36)³; Hamilton Depression Rating Scale (HDRS).⁴

Modelos de intervenção: Psicoterapia Cognitiva Comportamental⁵ e Psicoterapia Cognitiva Narrativa.⁶

Análise dos dados: Para a análise estatística utilizou-se os testes qui-quadrado, correlação de Pearson e o teste t para amostra pareadas.

RESULTADOS

Para os 8 domínios da QV, houve uma melhora significativa do *baseline* para o pós-intervenção, especialmente para os domínios referentes aos aspectos emocionais (diferença entre as médias=45,59 IC 95% 35,07;56,10) e a saúde mental (diferença entre as médias=31,88 IC 95% 25,95;37,81). A melhora dos oito domínios da QV se manteve no *follow-up* de seis meses ($p>0,05$). Quanto a severidade dos sintomas depressivos, houve remissão significativa do *baseline* para o pós-intervenção ($p\leq 0,001$), e esta remissão se manteve no *follow-up* de seis meses ($p>0,05$).

CONCLUSÃO

Psicoterapias Cognitivas Breves são eficazes na remissão de sintomas depressivos e na melhora da percepção da qualidade de vida, além disso, verifica-se manutenção desses resultados no follow-up de seis meses.

REFERÊNCIAS

- 1.Wong, D.F.K. (2008). Cognitive and Health-related outcomes of group cognitive behavioural treatment for people with depressive symptoms in Hong Kong: randomized wait-list control study. *Aust N Z J Psychiatry*, 42, 702-711.
2. Moritz, S., Schilling, M., Schröder, J., & Tressl, A. (2012). A randomized controlled trial of internet-based therapy in depression. *Behavioral Research and Therapy*, 50, 513-521.
- 3.Ciconelli, R.M., Ferraz, M.B., Santos, W., Meinão I. (1999). Tradução para a língua portuguesa e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida SF-36 (Brasil SF-36). *Revista Brasileira de Reumatologia*, 39,143-150.
- 4.Hamilton, M. (1967). Development of a rating scale for primary depressive illness. *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 278-296.
- 5.Beck, A.T., Rush, A.J., & Emery, G. (1997). *Terapia Cognitiva da Depressão*. Porto Alegre (RS): Artes Médicas.
- 6.Gonçalves, Ó.F. (1998). *Psicoterapia Cognitiva Narrativa, Manual de Terapia Breve*. Editorial Psy.