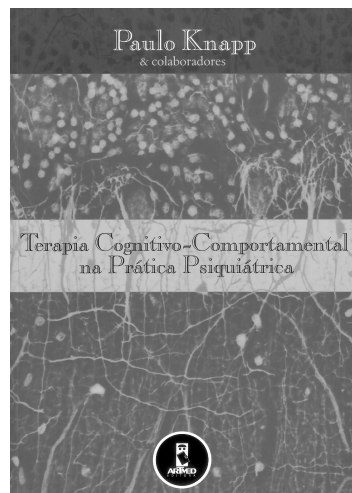


Terapia cognitivo-comportamental na prática clínica, de Paulo Knapp et al.

Eugenio Horácio Grevet *



Fazer a resenha de um livro-texto sobre terapia cognitivo-comportamental, gaúcho e brasileiro, é gratificante porque demonstra o nível que este campo atingiu em nosso meio nos últimos 10 anos. Soma-se a isso o fato de que fazer a resenha do livro do colega Paulo Knapp é um grande prazer, pois ele é um dos pioneiros na área de terapia cognitivo-comportamental em nosso meio. Ele e vários co-autores deste livro são responsáveis pela formação de inúmeros terapeutas cognitivistas no Rio Grande do Sul.

Há alguns anos, quando fazia minha formação em psiquiatria, ouvíamos falar e líamos sobre as novas – nem tão novas nos EUA – terapias utilizadas para o tratamento da depressão: as terapias cognitivo-comportamentais ou TCCs, como são denominadas. Tínhamos vontade de praticá-las e de aprender suas técnicas; porém, naquela época, o referencial da nossa formação era predominantemente psicanalítico. Geralmente, tínhamos que ser autodidatas, importar algum livro, participar de grupos de estudos ou visitar

algum centro especializado. Fui ter meus primeiros contatos com técnicas de TCC no Ambulatório de Ansiedade do Hospital de Clínicas de São Paulo, com a Dra. Ligia Ito, em 1995, e na Unidade de Dependências Químicas no Hospital Mãe de Deus, em 1996, com o Dr. Ernani Luz Junior (ambos colaboradores deste livro). Relato minha experiência para poder contar o quanto era difícil para os interessados em TCC poder fazer sua formação.

Foi somente em 1998 que surgiu o primeiro curso sistemático de TCC em nosso estado. Os Drs. Paulo Knapp e Melanie Pereira organizaram um curso em conjunto com o Instituto Beck para um grupo de 10 pessoas. Ambos já tinham realizado sua formação na Pensilvânia no Instituto Beck e realizavam periodicamente supervisões com renomados psicoterapeutas deste Instituto por telefone (vários deles também colaboradores deste livro). As ligações do Dr. Paulo Knapp com o Instituto Beck frutificaram e deram origem a um programa de treinamento em TCC chamado *Brazilian Cognitive Therapy Training Program*, que foi realizado nos anos de 1998 e 1999. Posteriormente, com alguns dos alunos treinados neste programa, o Centro de Estudos Luis Guedes organizou seu curso de TCC, que até hoje é referência em nosso estado. Faça

* Psiquiatra pela UFRGS. Terapeuta cognitivo-comportamental pelo Instituto Beck. Mestre em Ciências Biológicas: Bioquímica, pela UFRGS. Doutorando em Psiquiatria pela UFRGS. Médico do Ambulatório do Transtorno de Déficit de Atenção/Hiperatividade de Adultos do HCPA.

este breve relato histórico para demonstrar o esforço que o Dr. Paulo Knapp e os colaboradores do livro vêm realizando para dar qualidade técnica à TCC em nosso estado. *Terapia cognitivo-comportamental na prática clínica* serve para coroar o esforço deste grupo de profissionais.

O livro reúne renomados profissionais brasileiros e internacionais, assim como uma nova geração de clínicos e pesquisadores da área no Brasil e no Rio Grande do Sul – contando inclusive com a participação do próprio Aaron Beck (certamente um motivo de orgulho para o Paulo).

Os autores do livro tiveram o cuidado – e conseguiram – em tornar as partes mais áridas da técnica acessíveis ao leitor. Claros exemplos disso são encontrados nos capítulos “O cérebro e a tomada de decisões”, do Dr. André Palmieri, e “Neurobiologia do comportamento”, do Dr. Renato Flores, ambos de leitura deliciosa e obrigatória para todos os interessados em psicoterapias de qualquer gênero.

O livro está dividido em três partes: Fundamentos Científicos, Prática Clínica e Tópicos Especiais, que abrangem uma grande gama de temas e interesses. Com uma sistemática de abordar os diferentes temas em uma complexidade crescente (algo bem cognitivista), o livro é ideal para ser lido do início ao fim, como um romance.

Para aqueles profissionais ou alunos que pretendem se iniciar na técnica de TCC, a parte introdutória, Fundamentos Científicos, dá um panorama geral do campo e dos conceitos básicos da TCC. A segunda parte, Prática Clínica, apresenta 17 capítulos que descrevem as técnicas em detalhes, nas suas indicações mais consagradas e testadas. Os transtornos do humor, transtornos de ansiedade, dependências químicas, transtornos alimentares, transtorno de déficit de atenção na infância, esquizofrenia e transtorno de personalidade são abordados por clínicos que pesquisam e trabalham diariamente com essas técnicas. Muitos exemplos clínicos e transcrições de sessões foram colocados nos

capítulos, facilitando a aplicação da técnica na prática do dia-a-dia de consultório. Esses capítulos são ideais para profissionais que desejam ter em mãos um livro-texto para aprofundar seus conhecimentos e dirimir dúvidas. Na terceira parte do texto (Tópicos Especiais), encontramos uma série de capítulos sobre áreas em desenvolvimento que utilizam fundamentos da TCC. São descritas áreas específicas como terapia de casais, reeducação alimentar, treinamento de habilidades sociais, entre outras. Esta parte pode servir de inspiração para pesquisadores utilizarem a TCC em campos ainda pouco explorados.

As psicoterapias sempre foram o ponto forte da psiquiatria gaúcha, principalmente com a psicanálise, as psicoterapias de orientação analítica e as terapias de família e casal. Nos últimos 15 anos, os psiquiatras gaúchos fizeram um grande esforço para desenvolver duas áreas que eram ainda pouco desenvolvidas em nosso meio: a pesquisa clínica em psiquiatria e a TCC. No momento, essas duas áreas estão atingindo sua maturidade em nosso estado no que diz respeito ao nível de excelência, o que permite que possamos ter uma formação psiquiátrica completa e integradora. *Terapia cognitivo-comportamental na prática clínica* é, certamente, um marco deste novo e enriquecedor momento.

Title: *Review of the book entitled Terapia cognitivo-comportamental na prática clínica (Cognitive-behavioral therapy in the clinical practice)*

Título: *Reseña del libro Terapia cognitivo-comportamental na prática clínica (Terapia cognitivo-comportamental en la práctica clínica)*

Endereço para correspondência:
Eugenio Horácio Grevet
Av. Taquara, 586/606
CEP 90460-210 – Porto Alegre – RS
E-mail: grevet@terra.com.br

Copyright © Revista de Psiquiatria
do Rio Grande do Sul – SPRS