

## CONTRIBUIÇÃO DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA ENTRE OS ESTÁGIOS DE CONTEMPLAÇÃO E DE PREPARAÇÃO

Fábio Roberti Coelho, Mara Poltronieri (Orientadora) – Psicologia  
fabio.rcoelho@edu.ung.br

**RESUMO:** Este trabalho aborda a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) quando aplicados aos casos de Dependência Química (DQ) entre indivíduos que se encontram em Estágio de Contemplação (EC) e indivíduos que se encontram em Estágio de Preparação (EP). A partir de um estudo epidemiológico, realizado a partir de dois levantamentos de 2001 e 2005, observou-se um aumento nos casos de DQ onde alguns autores definem como distúrbio ou transtorno, existem dois critérios que possibilitam diagnosticá-la o DSM-IV (Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais) e o CID-10 (na 10ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças). A TCC integra técnicas e conceitos vindos de duas abordagens, parte do princípio que o pensamento sobre determinada situação, influencia a emoção e o comportamento, com técnicas diferenciadas o que proporciona certo conforto aos indivíduos por meio da mudança no pensamento. No tratamento de DQ a TCC é indicada devido a sua abordagem direta e objetiva. Desenvolve a intervenção em onze etapas, pode ocorrer de forma isolada no indivíduo ou inserida em um grupo, atuando nas crenças ativas sobre o uso, pensamentos automáticos, *craving*, crenças permissivas ativadas, plano de ação e implementação e uso continuado. Pré-contemplação assim como contemplação, preparação, ação e manutenção são estágios de motivação onde o indivíduo estabelece o grau de envolvimento com o tratamento. A pesquisa foi realizada a partir de dez prontuários de indivíduos em atendimento psicológico onde constam o relato da entrevista inicial, ficha de evolução, relatório do histórico de vida e relatório final de tratamento nos estágios o de contemplação e o de preparação. Houve maior incidência para dependência de cocaína, a maioria dos indivíduos com faixa etária entre 20 e 29 anos, maior incidência de primeiro uso aos 13 anos de idade, maior discrepância para uso diário, forte incidência das técnicas manejo de estresse, assertividade, habilidades sociais e reorganização da vida cotidiana, grande parte da amostra muda de estágio até a metade do tratamento apresentando confiança ao psicólogo. A TCC quando aplicada ao tratamento da DQ, em indivíduos entre dois estágios motivacionais o de contemplação e de preparação auxilia em educar o indivíduo para reconhecer a relação entre seus pensamentos, emoções e comportamentos; estimulam ao exame das vantagens e desvantagens para o uso quanto para o não uso de drogas; estimulam o paciente a fazer avaliações mais realistas e adaptadas das suas experiências, tentando diminuir as distorções de seus pensamentos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Avaliação psicológica. Dependência química. Terapia cognitivo-comportamental. Técnicas de terapia.

Aprovação do CEP - CAAE 15697313.2.0000.5506

Projeto elaborado com o apoio do Programa Institucional de Iniciação Científica da Universidade Guarulhos – PIBIC-UnG (Rodada I-2013).