



MARIA IMACULADA CARDOSO SAMPAIO
APARECIDA ANGÉLICA ZOQUI PAULOVIC SABADINI
SILVIA HELENA KOLLER

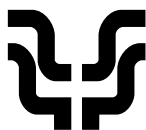


DOI: 10.11606/9786587596280



REITOR
Carlos Gilberto Carlotti Junior

VICE-REITORA
Maria Arminda do Nascimento



DIRETORA
Ana Maria Loffredo

VICE-DIRETOR
Gustavo Martinelli Massola

ORGANIZADORAS

MARIA IMACULADA CARDOSO SAMPAIO
APARECIDA ANGÉLICA ZOQUI PAULOVIC SABADINI
SILVIA HELENA KOLLER

PRODUÇÃO CIENTÍFICA

UM GUIA PRÁTICO

SÃO PAULO
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
2022

Catálogo na publicação
Biblioteca Dante Moreira Leite
Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo

Produção Científica: um Guia Prático / Organização de Maria Imaculada Cardoso Sampaio, Aparecida Angélica Zoqui Paulovic Sabadini e Silvia Helena Koller. São Paulo: Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 2022.
236 p.; 16 x 23 cm.

ISBN 978-65-87596-28-0 (eletrônico)

DOI: 10.11606/9786587596280

1. Produção científica. 2. Artigos científicos. 3. Metodologia de pesquisa. I. Sampaio, M. I. C. (Org.). II. Sabadini, A. A. Z. P. (Org.). III. Koller, S. H. (Org.). IV. Título.

LC Q180

Ficha elaborada por: Elaine Cristina Domingues CRB 5984/08.



Esta obra é de acesso aberto. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e autoria e respeitando a *Licença Creative Commons* indicada.

CAPÍTULO 1

TOMADA DE DECISÃO BASEADA EM EVIDÊNCIAS EM PSICOLOGIA

TAMARA MELNIK

MARIA IMACULADA CARDOSO SAMPAIO

O paradigma da Prática da Psicologia Baseada em Evidências (PPBE) considera o uso racional, explícito e consciente das melhores evidências científicas no atendimento de cada cliente/paciente (American Psychological Association [APA], 2006). A PPBE reúne três pilares que devem nortear os cuidados à saúde mental de qualquer indivíduo: experiência clínica adquirida ao longo da carreira, preferências e valores dos clientes e a melhor evidência científica disponível. O que são as melhores evidências científicas? São os resultados de pesquisas obtidos a partir da aplicação de um método qualificado, comprovado e desenvolvido com todo o rigor científico. A qualidade metodológica da apresentação dos resultados que respondem aos objetivos do estudo assegura esse rigor (Sampaio, 2013). A validade externa, que é o poder de generalizar seus resultados; e a interna, comprovada pela certeza de que está sendo medido o que se quer mensurar, asseguram a qualidade da pesquisa (Hopen, 1998).

A tomada de decisão na Psicologia nem sempre está embasada nas melhores evidências disponíveis (Melnik & Atallah, 2011). Alguns aspectos podem ser elencados e justificam tal cenário. De fato, existe um distanciamento entre aqueles que produzem o conteúdo científico na academia e a maior parte dos clínicos e, em alguns casos, existem

os conflitos de interesse financeiros e ideológicos, dentre outros (Roth & Fonagy, 2005)

Visando minimizar os vieses que comprometiam a tomada de decisão com base no conhecimento científico, na década de 90, a American Psychological Association (APA) reuniu um grupo de pesquisadores e clínicos e elaborou a primeira lista de tratamentos psicológicos empiricamente validados, na tentativa de aproximar os pesquisadores dos tomadores de decisão. Conhecidas como força-tarefa, o primeiro projeto dessa natureza, desenvolvido pela Divisão 12 da APA, contava com psicólogos de diferentes abordagens e pesquisadores e objetivava avaliar o sucesso dos processos psicoterapêuticos. Foram várias ações e diversas atualizações que receberam muitas críticas por parte de psicólogos e pesquisadores, como demonstra o breve histórico sobre a Psicologia Baseada em Evidências (PPBE) apresentado por Monteleone e Witter (2017).

Em 2005, foi instituída a força tarefa da APA (Levant, 2005) com o objetivo de definir diretrizes para a tomada de decisão, com base em evidências científicas qualificadas. Um dos grandes trabalhos dessa força-tarefa foi mapear os tipos de pesquisas mais utilizados pela Psicologia (Sampaio, 2013). Essa importante ação da APA definiu o conceito de PPBE como a integração da melhor evidência disponível aliada à prática profissional no contexto das preferências e cultura do paciente. Apesar de todo esforço, o conhecimento e aplicação desse conceito ainda é pouco ensinada nos cursos de Psicologia e desconhecida por grande parte dos psicólogos brasileiros (Melnik, Meyer, & Sampaio, 2019). As autoras afirmam ser importante incluir a matéria na formação dos profissionais na área, a exemplo da Medicina e Enfermagem.

OS ESTUDOS CIENTÍFICOS E A PIRÂMIDE DAS EVIDÊNCIAS

Os estudos científicos são ferramentas desenvolvidas para minimizar os vieses ao se mensurar algo, como por exemplo, os fatores de risco associados ao Transtorno da Ansiedade Generalizada (TAG), ou a eficácia da terapia cognitivo comportamental no Transtorno de Estresse Pós-traumático (TEPT). Portanto, um dos principais fundamentos da PPBE se baseia em usar os resultados dos estudos científicos de boa qualidade para a tomada de decisões na saúde mental. Para cada tipo de pergunta (prognóstico, intervenção, diagnóstico) existe um tipo de estudo científico que melhor responde o que está se tentando mensurar. Por exemplo, quando a pergunta se refere a intervenções, o estudo primário mais apropriado são os ensaios clínicos randomizados. Para facilitar a identificação dos estudos mais adequados para responder cada pergunta, foram propostas as pirâmides das evidências. Nelas são elencados os estudos do menor para o maior nível de evidência. Trata-se de uma escala que hierarquiza a evidência de acordo com o delineamento de pesquisa utilizado na solução do problema.

A pirâmide proposta pela Saúde Baseada em Evidências considera que estão no topo da pirâmide os estudos com maior confiabilidade. As revisões sistemáticas (RS) são consideradas nível I de evidência. As RSs são estudos que buscam reunir todos os estudos primários para reanalisar, combinar e resolver qualquer inconsistência que os diferentes estudos possam apresentar. Observemos a pirâmide.



Figura 1. Pirâmide proposta pela Saúde Baseada em Evidências.
Fonte. Extraída do Google imagens: <http://ortodontiadescomplicada.com.br/piramide-de-evidencia-cientifica-da-base-ao-topo/>

Os ensaios clínicos randomizados ocupam a segunda camada na escala das evidências. Esse tipo de estudo se constitui em uma poderosa ferramenta na avaliação das intervenções na área da saúde. A alocação dos participantes da pesquisa de forma aleatória, ou randomizada, assegura um alto nível e faz com que esses estudos sejam classificados como o padrão-ouro para avaliação da eficácia de uma determinada terapêutica (Oliveira & Parente, 2010).

Na terceira camada encontramos os estudos de caso-controle, que têm sido bastante utilizados em pesquisas nas últimas décadas, tanto no campo da Epidemiologia, quanto na saúde pública. A vantagem desse tipo de delineamento é a comparação entre dois grupos, considerando a frequência da exposição aos fatores de risco, o que possibilita investigar doenças mais raras, com longo período de incubação (Rêgo, 2010).

A seguir observamos os estudos de caso, ou série de casos. O estudo de caso é uma estratégia de pesquisa muito utilizada na Psicologia, como podemos observar em capítulo especialmente dedicado ao tema neste livro, e encontra defensores e críticos em todas as áreas do conhecimento. No Serviço Social e na Medicina, os estudos de caso têm como finalidade diagnosticar um problema apresentado por um sujeito e acompanhar o tratamento (André, 2013). A autora explica, também, que o delineamento da pesquisa, quando bem executado e descrito em detalhes e com cuidado, assegura qualidade aos resultados do estudo.

A opinião do especialista se encontra na base da pirâmide, juntamente com os estudos com animais e os *in vitro*. A força tarefa da APA explica que a expertise do especialista é um dos pilares que sustenta a tomada de decisão.

Uma pirâmide de evidências para os tratamentos psicológicos foi apresentada no *Report of the CPA Task Force on Evidence-Based Practice of Psychological Treatments*, da *Canadian Psychological Association* (CPA), de 2012. A figura a seguir replica a pirâmide retirada do relatório da *Canadian Psychological Association* (CPA), (2012).

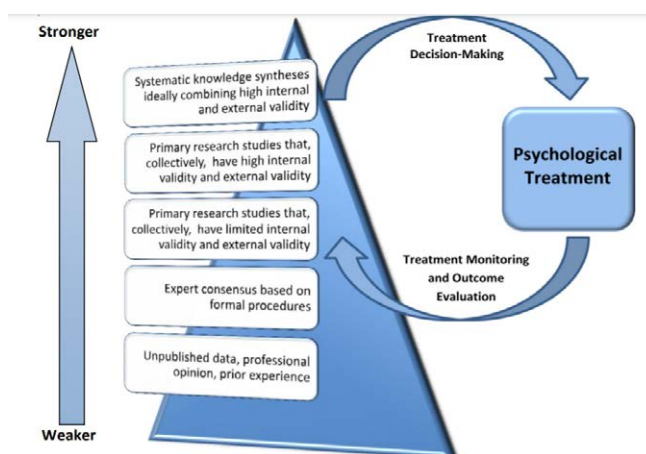


Figura 2. Fonte. Extraída de CPA (2012).

No topo da pirâmide definida para a Psicologia, encontramos as sínteses do conhecimento sistematizado que, preferencialmente, combinam alta validade interna e externa. Na sequência, temos os relatos de estudos primários que, coletivamente, possuem alta validade interna e externa. Em seguida, encontramos os relatos de pesquisas primárias que, coletivamente, tiveram limites na validade interna e externa. Na quarta camada da pirâmide observamos o consenso dos especialistas baseados em procedimentos formais. Na base da pirâmide ficam os dados não publicados, a opinião de profissionais e a experiência vivida anteriormente pelo psicólogo. Validar uma pirâmide que, efetivamente, represente o valor de cada procedimento metodológico é uma tarefa que a Psicologia precisa desenvolver com rapidez e afinco.

BREVE OLHAR SOBRE A PRESENÇA DA PSICOLOGIA BASEADA EM EVIDÊNCIAS EM PUBLICAÇÕES CIENTÍFICAS

Objetivando apresentar, de forma não exaustiva, a presença do termo Psicologia Baseada em Evidências nas publicações científicas, foram consultados: a base de dados PsycInfo, o Google Acadêmico, A RedAlyc, o SciELO e o Pepsic. No Google, utilizamos a palavra-chave em português e em inglês. A Tabela 1 apresenta dados levantados no dia 19 de janeiro de 2022. Não foram efetuadas estratégias refinadas para a busca, nem utilizados descritores controlados. O termo Psicologia Baseada em Evidências foi rastreado em algumas fontes de informação, da forma como aparece na tabela.

Tabela 1.

Fontes de informação e número de registros levantados.

Fonte de informação	Número de publicações
PsycInfo (<i>Evidence based practice</i>)	11.646
Google Acadêmico (<i>Psicologia baseada em evidências</i>)	223
Google Acadêmico (<i>Prática baseada em evidências em Psicologia</i>)	105
Google Acadêmico (<i>Psychology evidence based</i>)	857
Google Acadêmico (<i>Evidence based practice in Psychology</i>)	5.230
RedAlyc (<i>Psicología basada en la evidencia</i>)	88
SciELO.org (<i>Psicologia baseada em evidências</i>)	2
PePSIC	0

Fonte: Pesquisa das autoras

Foram utilizados os termos como aparecem entre parênteses, logo após o nome da fonte de informação. Claro que devemos considerar os problemas de atribuição de palavras-chave inadequadas, que dificulta a fidelidade dos resultados das buscas. Merece destaque os dados quando comparamos os resultados das buscas em inglês e em português. Na base de dados PsycInfo, uma das mais relevantes na área e que objetiva ter representação das publicações do mundo todo, temos 11.646 registros com o termo *Evidence based practice*. No Google Acadêmico, as buscas com *Psychology evidence based* e *Evidence based practice in Psychology* foram desenvolvidas no modo de busca avançada, para garantir maior acurácia e resultaram em 857 e 5.230 registros, respectivamente. Quando pesquisado no Google

Acadêmico em português o termo “Psicologia baseada em evidências” retornou com 223 ocorrências e “Prática baseada em evidências” com 105, somando 328, muito aquém dos registros recuperados na língua inglesa. A RedAlyc contribuiu com 88 registros, com o termo em espanhol, confirmando que os países de língua espanhola e portuguesa precisam investir com mais vigor em publicações que abordem o tema.

Consideramos relevante verificar quais foram os anos de início dessas publicações. Na PsycInfo, o ano de 2012 é o primeiro a apresentar publicações sobre o tema. No Google Acadêmico, temos o ano de 1997 com a primeira publicação sob a palavra-chave “Evidence based practice in Psychology”. No artigo, Kayanagh (1997) afirma que se estivermos comprometidos com o tratamento baseado em evidências, as comparações entre as intervenções psicológicas e farmacológicas também devem ser incluídas para que decisões racionais de cuidados de saúde possam ser tomadas. Não devemos ter medo de seguir as evidências, explica o autor, mesmo quando ela apoia tratamentos que não sejam as terapias cognitiva-comportamentais. Em português, o Google Acadêmico, traz a primeira publicação sobre “Psicologia baseada em evidências” datada de 2009. William Gomes, em artigo publicado na revista Temas em Psicologia, argumenta que para a Psicologia Baseada em Evidências, dois tipos de abordagem metodológicas são recorrentes: a quantitativa e a qualitativa. “O método quantitativo define uma relação de verdade entre fatos. O método qualitativo define uma relação de possibilidade entre fatos” (Gomes, 2009, p.41).

A SAÚDE MENTAL NA PANDEMIA DA COVID-19

A pandemia de COVID-19 provocou o aumento substancial dos transtornos mentais em todo o mundo. Uma robusta revisão sistemática, publicada ainda como *preprint*, ou seja, ainda não teve o processo de revisão finalizado, incluiu 32 estudos e 23 na metanálise, na qual os pesquisadores buscaram identificar dados de pesquisa

populacional, publicados entre 1º de janeiro de 2020 e 29 de janeiro de 2021, fundamenta os argumentos que trazemos a seguir. A ferramenta de metanálise foi utilizada para estimar as mudanças na prevalência dos distúrbios, de acordo com os diferentes indicadores populacionais (Vai, Mazza, Delli Colli, Foiselle, Allen, Benedetti, & De Picker, 2021). A análise indicou que o aumento da taxa de infecção por Covid-19 e a redução do movimento de pessoas foram associados ao aumento da prevalência dos transtornos, sugerindo que os países mais afetados pela pandemia em 2020 tiveram os maiores aumentos na prevalência dos transtornos mentais.

Na ausência da pandemia, as estimativas do modelo sugerem que teria havido 193 milhões de casos de depressão (2.471 casos por 100 mil habitantes) globalmente em 2020. No entanto, a análise mostrou 246 milhões de casos (3.153 por 100 mil habitantes), um aumento de 28% (mais 53 milhões de casos). Mais de 35 milhões dos casos adicionais foram em mulheres, em comparação com cerca de 18 milhões em homens.

Em relação à ansiedade, as estimativas sugerem que teria havido 298 milhões de casos de transtornos associados à condição (3.825 por 100 mil habitantes) em todo o mundo em 2020, se a pandemia não tivesse acontecido. A análise indica que houve uma estimativa de 374 milhões de casos (4.802 por 100 mil habitantes) no ano passado, um aumento de 26% (mais 76 milhões de casos). Quase 52 milhões dos casos adicionais foram em mulheres, em comparação com cerca de 24 milhões em homens.

A pandemia da COVID-19 ainda está distante de ser debelada. Certamente, ainda teremos um amplo debate a questão da saúde mental na pandemia e muitas revisões sintetizarão dados em busca de amostras representativas para a tomada de decisão. O breve relato aqui apresentado sobre o tema serviu para demonstrar o valor das evidências científicas e que os artigos são o tipo de publicação mais recomendado, quando se deseja publicar resultados com rapidez e confiabilidade, muitas vezes no sistema *preprint*, como pudemos citar um

exemplo. Podemos dizer que os principais acertos e erros do processo para vencer o vírus ficarão registrados nas páginas das revistas mais prestigiosas.

CONCLUSÃO

A PPBE não é uma fórmula estática que postula que as decisões só podem ser tomadas com base em estudos de maior nível de evidência, mas que esses fazem parte do processo decisório na saúde mental, para conhecermos as incertezas associadas ao tipo de estudo, ou análise em que se baseia cada decisão. O fato de a pandemia estar acarretando diversas repercussões para nossa sociedade, não altera a necessidade de ensaios clínicos randomizados bem desenhados para se conhecer melhor os efeitos de uma intervenção na saúde mental ou de coortes prospectivos bem desenhados para sabermos os fatores prognósticos dos pacientes com COVID-19 e transtornos mentais associados.

Em cada recomendação na saúde mental, deve-se sumarizar e transmitir aos pacientes e a população quais foram as evidências científicas que apoiaram àquela medida, e manter esforços para reduzir as incertezas, seja coletando mais dados ou planejando e conduzindo estudos mais adequados metodologicamente.

A PPBE precisa ser difundida entre os estudantes, professores e, principalmente, os profissionais de Psicologia. Não é mais aceitável que psicólogos sejam formados sem ter o conhecimento de que as evidências científicas são um recurso inestimável para o tratamento dos pacientes. As evidências de qualidade devem ser utilizadas como recomendação na decisão sobre o tratamento mais adequado. Antes de indicar o tratamento, os psicólogos devem conhecer e considerar a pirâmide das evidências científicas. Quando houver pouca, ou nenhuma pesquisa relevante que oriente o tratamento, os psicólogos devem recorrer às diretrizes da prática baseada em evidências

baseadas no consenso de especialistas e devem estar preparados para mudar a conduta do tratamento caso apareça uma evidência bem posicionada na hierarquia.

REFERÊNCIAS

- American Psychological Association. (2006). Evidence based practice in psychology: APA presidential task force on evidence-based practice. *American Psychologist*, 61, 271-285.
- André, M. (2013). O que é um estudo de caso qualitativo em educação? 22(40). DOI: 10.21879/FAEEBA2358-0194.2013.V22.N40.P95-103.
- Canadian Psychological Association. (2012). Evidence-based practice of psychological treatments: A Canadian perspective. *Canada: CPA Task Force on Evidence-Based Practice of Psychological Treatments*. https://cpa.ca/docs/File/Practice/Report_of_the_EBP_Task_Force_FINAL_Board_Approved_2012.pdf
- Gomes, W. B. (2009). Gnosiologia versus epistemologia: distinção entre os fundamentos psicológicos para o conhecimento individual e os fundamentos filosóficos para o conhecimento universal. *Temas em Psicologia*, 17(1), 37-46. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2009000100005&lng=pt&tlng=.
- Hoppen, N. (1998). Sistemas de informação no Brasil: uma análise dos artigos científicos dos anos 90. *Revista de Administração Contemporânea*, 2, 151-177. <https://doi.org/10.1590/S1415-65551998000300009>
- Kavanagh, D. J. (1997). Empirically validated interventions for adult disorders. *Behaviour Change*, 14(1), 18-20.
- Levant, R. F. (2005). Report of the 2005 task force on evidencebased practice. <http://www.apa.org/practice/resources/evidence/evidence-based-report.pdf>
- Melnik, T., & Atallah, A. (2011). Psicologia baseada em evidências: Articulação entre a pesquisa e a prática clínica. In T. Melnik & A. N. Atallah (Orgs.), *Psicologia baseada em evidências: provas científicas da efetividade da psicoterapia* (pp. 3-13). São Paulo: Santos.
- Melnik, T., Meyer, S. B., & Sampaio, M. I. C. (2019). Relato de experiência docente: A primeira disciplina no Brasil sobre a Prática da Psicologia Baseada em Evidências

ministrada no Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 35, e 35418. DOI: <https://dx.doi.org/10.1590/0102.3772e35418>.

Monteleone, T. V., & Witter, C. (2017). Prática baseada em evidências em Psicologia e idosos: conceitos, estudos e perspectivas. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37, 48-61. doi.org/10.1590/1982-3703003962015

Oliveira, M. A. P., & Parente, R. C. M. (2010). Entendendo ensaios clínicos randomizados. *Brazilian Journal of Videoendoscopic Surgery*, 3(4), 176-180. https://www.sobracil.org.br/revista/jv030304/bjvs030304_176.pdf

Rêgo, M. A. V. (2010). Estudos caso-controle: uma breve revisão. *Gazeta Médica da Bahia*, 80(1): 101-110. <http://www.gmbahia.ufba.br/index.php/gmbahia/article/viewFile/1089/1046>

Roth, A., & Fonagy, P. (2005). *What works for whom? A critical review of psychotherapy research* (2a ed.). New York: Guilford Publications.

Sampaio, M. I. C. *Qualidade de artigos incluídos em revisão sistemática: comparação entre latino-americanos e de outras regiões*. 2013. Tese de Doutorado. Instituto de Psicologia. Universidade de São Paulo. Doi:10.11606/T.47.2013.tde-11122013-084214

Vai, B., Mazza, M. G., Delli Colli, C., Foiselle, M., Allen, B., Benedetti, F., ... & De Picker, L. J. (2021). Mental disorders and risk of Covid-19 related mortality, hospitalization and intensive care unit admission: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet*, 8. [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(21\)00232-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(21)00232-7/fulltext)