

TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL COMO TRATAMENTO PARA ADOLESCENTES DEPENDENTES DE SUBSTÂNCIAS QUÍMICAS

Brenda Casotto Forechi¹Palloma Oliveira Daher¹ Uliana Coutinho dos Santos¹Letícia Garcia de Oliveira², Priscila Alves Balista³, Clauder Oliveira Ramalho³, Barbara Ribeiro Malacarne Paiva³, Ketene Werneck Saick Corti³, Roberta Coelho Trancoso de Castro³

¹Discentes do curso de Psicologia do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

²Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

³Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

RESUMO

O presente trabalho tem por objetivo apresentar formas de prevenção e tratamento da dependência química em jovens através das técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental. Diante disso, buscou-se compreender os fatores externos e internos que compõem o período de desenvolvimento da adolescência, a busca por substâncias químicas e possíveis modos de aplicação das medidas preventivas, bem como formas de tratamento da dependência química dentro da Teoria Cognitivo-Comportamental. Buscou-se unificar dados a fim de obter possíveis formas de resolução dos problemas encontrados como consequência do uso de substâncias químicas na adolescência, sendo necessário a aplicabilidade e confirmação dos dados obtidos. Com as informações e análises realizadas, percebeu-se a necessidade de ampliar o campo de pesquisa em busca de respostas às limitações referenciais encontradas dentro do objetivo de estudo.

Palavras-Chave: Adolescência, Dependência química, Terapia Cognitivo-Comportamental.

INTRODUÇÃO

A adolescência é fase transitória do desenvolvimento humano onde o indivíduo está sujeito a inúmeras mudanças físicas, emocionais e sociais, sendo marcada por revoluções subjetivas, onde as influências sociais invocam novos comportamentos ao sujeito (Moreira et al., 2020). Nesse período, os jovens estão expostos a fatores de risco que os tornam propensos ao consumo de substâncias químicas, como o uso de drogas, resultando com que nessa etapa do desenvolvimento, devido à busca pela identidade e autonomia, adotem comportamentos e estilos de vida que são determinantes na vida adulta (Ministério da Saúde, 2001).

A Terapia Cognitivo-comportamental é uma abordagem do tipo estruturada ou semiestruturada, de curta duração, voltada para o presente, direcionada para solução dos problemas atuais, modificação de pensamentos negativos sobre si mesmos, seu mundo e seu futuro e comportamentos disfuncionais (Beck, 2013).

Segundo Soratto (2016) e Silva (2015) devido ao aumento nos casos de dependentes químicos, surge o dever de diminuir sua incidência, tornando-se necessário os trabalhos preventivos em conjunto ao tratamento. Contudo, o uso de substâncias químicas no período da adolescência está relacionado ao desejo em obter prazer, podendo resultar em uma dependência química e também no comprometimento biológico, social e psíquico, de forma com que o indivíduo desenvolva deficiências na realização de tarefas, papéis sociais, e na aquisição de habilidades e competência

(Schenker; Minayo, 2005).

Conforme Oliveira et al. (2020), o vício em substâncias químicas intensifica a vulnerabilidade dos adolescentes, afetando sua saúde física e mental, podendo ocorrer também colapsos escolares, familiares e a delinquência. Sabendo que a utilização das substâncias químicas é considerada um problema de saúde pública, por sua vez, na adolescência, entre 12 e 18 anos de acordo com o estatuto da criança e do adolescente (ECA), a falta de autocontrole é uma das chaves para o desenvolvimento de uma dependência.

Este estudo refere-se a uma revisão bibliográfica narrativa com o objetivo de verificar a relevância da psicologia, em particular da abordagem cognitivo-comportamental, na prevenção e no tratamento do uso de substâncias químicas por adolescentes. Com a finalidade de compreender melhor o tema, para a coleta de dados, foram exploradas pesquisas recentes com base em artigos científicos que obtivessem conceitos teóricos dessa abordagem, bem como estudos empíricos que analisam sua aplicação e resultados, e livros na abordagem comportamental e em psicologia do desenvolvimento. Foram utilizadas neste estudo as palavras-chave que incluem "psicologia cognitivo-comportamental", "adolescentes", "adolescência", "dependência química" e "dependentes químicos". A seleção dessas palavras-chave visa direcionar a pesquisa para fontes relevantes e atuais que abordam e desenvolvem o tema proposto, delimitando-se a abordar a relevância da intervenção psicológica utilizando a abordagem cognitivista como tratamento e medida preventiva para o uso de substâncias químicas em adolescentes.

O presente estudo é relevante à medida que permite conhecimento ao leitor sobre a dependência química e proporciona conhecimento à respeito da Terapia cognitivo-comportamental, uma abordagem na área da Psicologia que vem crescendo e auxiliando de forma positiva, obtendo bons resultados à prevenção e ao tratamento do uso dependência das substâncias químicas (Knapp; Luz Junior; Baldisserotto, 2008). Além disso, buscou-se discutir a importância da psicologia como tratamento e agente preventivo ao uso de substâncias químicas de forma compulsiva na adolescência através de táticas e métodos da terapia cognitiva-comportamental como tratamento. De acordo com Zanelatto e Laranjeira (2013), considerando os fatores biopsicossociais, o uso de substâncias químicas torna o indivíduo vulnerável a desenvolver transtornos mentais. Diante disso, levanta-se a questão, junto aos autores pesquisados de: como a intervenção psicológica da abordagem cognitivista comportamental pode atender às necessidades específicas no tratamento de adolescentes com dependência química?

Tendo como base pesquisas realizadas anteriormente, tem-se como hipótese a positiva relevância da terapia cognitivo-comportamental como uma das abordagens promissoras para a prevenção e tratamento do uso abusivo de substâncias em adolescentes, pois atua auxiliando na identificação do pensamento disfuncional, e foca em avaliar os mesmos pelo próprio indivíduo de uma forma adaptativa e realista, fornecendo uma melhora significativa dos sentimentos e comportamentos do indivíduo (Beck, 2013, Wright; Basco; These, 2008). Além disso, busca-se compreender como a Terapia Cognitivo-Comportamental pode contribuir para a

conscientização dos adolescentes sobre os riscos e consequências do uso de substâncias químicas, bem como para a promoção de um estilo de vida saudável e equilibrado.

Desta forma, buscou-se verificar a positiva relevância da Terapia Cognitivo-Comportamental como abordagem para o tratamento e prevenção do uso de substâncias químicas por adolescentes. Além disso, também buscou-se descrever o que é a Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) e identificar os principais fatores de risco e seus prejuízos associados ao uso de substâncias químicas em adolescentes.

MATERIAL E MÉTODO

Metodologicamente este estudo configura-se por uma pesquisa de natureza básica e qualitativa a partir de uma revisão bibliográfica narrativa, de caráter descritivo e exploratório que, segundo Gil (2008), se trata de uma pesquisa realizada com materiais já elaborados, sendo livros, teses, artigos científicos e dissertações, à partir dos quais o pesquisador analisará e verificará as possibilidades de incoerências para que não ocorram equívocos que possam comprometer a qualidade da pesquisa. Já uma pesquisa exploratória é identificada quando o tema escolhido é pouco explorado, apresentando dificuldades na formulação e operacionalização de hipóteses (Oliveira, 2018).

O estudo em questão foi composto por livros e artigos científicos disponíveis em duas bases de dados: Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PEPSIC) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Na primeira fase deste estudo, as pesquisadoras, de forma independente, utilizaram para coleta de dados as seguintes palavras-chave: “psicologia cognitivo comportamental”, “adolescentes”, “adolescência”, “uso de substâncias”, “jovens” e “dependência química”. Os artigos foram organizados em pastas para melhor identificação do tema.

Na segunda fase, foram utilizados como critério de inclusão os artigos que abordavam, em seus títulos e resumos, os temas “Terapia Cognitivo Comportamental”, “adolescentes e uso de substâncias químicas”, “TCC como prevenção e tratamento para usuários de psicoativos”, e “drogas e seus efeitos”. Assim, foram encontrados 54 artigos, e desses, foi selecionado 01 artigo, de língua inglesa, contendo especificamente o assunto relacionado ao tratamento de jovens dependentes químicos com métodos e técnicas da TCC. Devido a pouca quantidade de referências encontradas, na terceira fase, a pesquisa foi novamente ampliada para a correlação entre duas palavras-chaves, tais como “‘Adolescência’ e ‘uso de substâncias’”, “‘adolescentes’ e ‘Terapia Cognitivo-Comportamental’” e “‘Terapia Cognitivo-Comportamental’ e ‘Dependência química’”, a fim de se obter mais referências pertinentes ao tema da pesquisa. Nesta fase foram encontrados 07 artigos, aumentando a possibilidade de pesquisa e estudo sobre o tema escolhido. Dos 07 artigos encontrados, apenas 04 passaram nos critérios de inclusão, sendo escolhidos através de leitura em busca de dados relevantes para o desenvolvimento deste estudo.

DESENVOLVIMENTO

A terapia cognitivo-comportamental (tcc)

A TCC tem como objetivo estudar e compreender o modelo cognitivo, o qual interpreta a relação entre pensamentos, emoções e comportamentos. Dessa forma, a maneira como a pessoa se comporta e se sente está diretamente associada à sua capacidade de processar e estruturar a realidade por meio de suas cognições. Nesse sentido, o modo como o indivíduo interpreta as situações vivenciadas influenciará seus sentimentos e suas ações, mais do que na própria situação em si (Beck & Alford, 2011). As técnicas utilizadas tem o objetivo de provocar mudanças a longo prazo nos padrões de pensamento e comportamento em um número limitado de sessões (Beck, 2022). Além disso, essa abordagem permite trabalhar com o sujeito suas crenças, pensamentos e comportamentos disfuncionais, procurando auxiliar o mesmo a desenvolver sua autonomia e controle.

“As Crenças Centrais (CC) e intermediárias (CI) disfuncionais são o que direcionam o início das intervenções, por apresentarem características de baixa tolerância à frustração, o que pode estar relacionado com a ocorrência do desenvolvimento de transtornos aditivos. As CC possuem cognições rígidas, gerais e transituacionais, estando presentes as crenças de desamparo e desamor. Já as CI estão relacionadas os pressupostos criados pelo sujeito, como regras, suposições, atitudes”. (Rangé et al 2008, p. 333).

Beck apresentou seu modelo cognitivo de abuso de substâncias na década de 90, para que o indivíduo obtenha um modo de vida saudável e assuma, frequentemente, decisões que modifiquem positivamente o funcionamento do processo de dependência (Knapp; Luz Junior, 2014, p. 282).

De acordo com Silva e Serra (2013), pacientes que frequentam psicoterapia cognitivo-comportamental desenvolvem a habilidade de serem seu próprio terapeuta, ou seja, aprendem a questionar os seus pensamentos disfuncionais e reestruturá-los para pensamentos funcionais. No entanto, para que isso aconteça, o terapeuta comportamental faz um mapeamento junto ao paciente sobre, por exemplo, situações, lugares ou companhias, que podem estar relacionadas ao uso da droga para que o paciente reconheça estes sinalizadores e adquira novos comportamentos, visando distanciar alguns estímulos que se vinculam ao uso da droga. O terapeuta também deve fornecer orientações ao paciente a respeito de monitoramentos dos pensamentos automáticos, indicando que o indivíduo faça anotações a respeito dos pensamentos e das situações de risco. Além disso, são repassadas para o indivíduo as informações sobre a relação entre pensamento, afeto e comportamento, realização de reestruturação cognitiva, resolução de problemas e identificação de crenças distorcidas.

“Entretanto bons resultados se apresentam por meio da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), com o uso de técnicas e estratégias realizadas cujo foco é a mudança de crenças e pensamentos disfuncionais sobre o uso de substâncias em favor dos pensamentos e crenças funcionais” (Kolling; Petry;

Melo, p. 9, 2011).

É importante destacar que há uma necessidade de maior atenção das instituições de ensino em relação à aplicação e desenvolvimento de técnicas no conceito social e atendimento em grupo (Almeida; Sartes, 2021).

“Uma das tarefas do psicólogo durante o tratamento é tentar estabelecer, na relação terapêutica com o dependente químico, uma aliança terapêutica de empatia e confiança. Posteriormente, possíveis intervenções podem ser pensadas e planejadas através de técnicas cognitivas-comportamentais. Cabe também ao psicólogo identificar que, mais importante do que a situação vivenciada, são as cognições associadas a elas. São as formas de percepções e avaliações do usuário frente à situação específica que influenciam suas emoções e comportamentos”. (Buzzo; Reis, p. 2, 2015).

Pode-se afirmar que a técnica de intervenção por meio da psicoeducação colabora com a TCC direcionando o terapeuta a explicar para o paciente questões de como trabalhar com suas demandas, estabelecendo um vínculo de relação terapeuta-paciente, esclarecendo dúvidas sobre o processo de tratamento. Por meio da psicoeducação é possível visualizar como a dependência das substâncias prejudica a vida do usuário e de seus familiares, assim, junto com o terapeuta, o paciente analisa estratégias de enfrentamento possíveis, para aplicação também após a sua alta (Wright, 2008).

Contudo, a partir da análise de pesquisas realizadas desde nossos antepassados, dentro de diversas culturas e religiões, teve-se como resultado um aumento significativo de estudos teóricos e técnicas utilizáveis em dependentes químicos. Desta forma, a TCC vem destacando-se quanto à eficácia na redução de sintomas e taxa de recorrência no tratamento, desenvolvendo no paciente a capacidade de enfrentamento e reestabilização cognitiva com resultados comprovados cientificamente (Ávila; Soratto, 2020).

A TCC em dependência química dá início mediante a compreensão e conceituação das crenças, pensamentos e dos comportamentos. A função do terapeuta para o paciente propenso ao uso de substâncias é auxiliá-lo para obter uma mudança cognitiva, o que se constitui em uma transformação do pensamento que está distorcido e de suas crenças, o qual gera uma alteração emocional e comportamental duradoura na vida do indivíduo. Essa teoria é sugerida para todas as pessoas, independente de renda, idade, níveis de escolaridade, podendo ser trabalhada das seguintes formas: em grupo, individual, familiar e casal (Beck, 2013).

Adolescência e Dependência Química

A Organização Mundial da Saúde, em 2003 realizou um estudo sobre a carga global de doenças (OMS), no qual considera o abuso de drogas uma doença crônica e recidivante. Para esta instituição, o uso de drogas é um problema de saúde pública que ultrapassou todas as fronteiras sociais, emocionais, políticas e nacionais e afeta toda a sociedade (Andretta; Oliveira, 2011).

De acordo com Zanelatto (2018), os fatores biológicos, psicológicos e sociais são especificamente uns dentre outros vários fatores que contribuem para o desenvolvimento da dependência química. O ser humano vive constantemente em busca do prazer, o que explica por que o sistema de recompensa do cérebro faz com que adictos se relacionam com os comportamentos repetitivos para que assim atenda às suas necessidades. Isso é possível por causa da liberação da dopamina, neurotransmissor responsável pelas sensações de prazer no sistema de recompensa cerebral.

De acordo com Papalia (2022), a adolescência “é o período de transição no desenvolvimento entre a infância e a vida adulta que impõe grandes mudanças físicas, cognitivas e psicossociais” (p. 321), sendo o ciclo da vida que oferece grandes oportunidades de crescimento, trazendo a possibilidade de autonomia, intimidade e autoestima. Todavia, também se trata de um período que apresenta riscos, tanto para o bem-estar físico quanto para o bem-estar psicológico.

Em relação ao desenvolvimento cognitivo, os adolescentes tornam-se mais flexíveis em manipular informações, sendo capazes de compreender termos do que *poderia ser*, imaginar possibilidades e pensar de forma abstrata, sabendo desenvolver, formular e testar hipóteses. Apesar de se tornarem mais complexos, os pensamentos adolescentes também mostram-se estranhamente imaturos, pois são tão estranhos para eles quanto às mudanças corporais envolvidas no processo evolutivo do indivíduo (Papalia, 2022).

Os adolescentes tendem a praticar certos comportamentos, demonstrando maior inclinação à impulsividade, comportamentos de risco e imprudência, buscando sensações de excitação e novidades (Papalia, 2022). Além disso, os adolescentes lidam com mudanças de identidade e sentimentos de autoconsciência, acreditando que não estão sujeitos às regras que governam o resto do mundo e que suas experiências são únicas. Além de atitudes egocêntricas, que referem-se ao conjunto de atitudes ou comportamentos indicando que um indivíduo se refere essencialmente a si mesmo (Oxford Languages, 2023), os adolescentes normalmente são influenciados por relações sociais e por seus pares (Papalia, 2022).

Em relação à adolescência, Chaim, Bandeira e Andrade (2015), Soratto (2016) e Silva et al. (2016), versam ser um período caracterizado por descobertas e busca de identidade, no qual, geralmente, ocorrem as primeiras experimentações de substâncias lícitas e ilícitas. Quanto mais cedo o adolescente começa a consumir algum tipo de droga, maior será a probabilidade de se tornar um hábito frequente e, tende também a aumentar as chances do uso da droga (Wong et al., 2006).

No que tange o contexto familiar Chaim; Bandeira, Andrade (2015) afirmam ainda, que a averiguação é imprescindível, uma vez que os transtornos por uso de substâncias são, particularmente, considerados hereditários. O uso e abuso das substâncias psicoativas envolvem questões que ultrapassam a subjetividade do indivíduo e que são marcadas por influências sociais, culturais, econômicas e políticas.

“É importante assinalar que o adolescente é extremamente vulnerável aos apelos oriundos do mundo das drogas em virtude das modificações pelas

quais passa o seu mundo interno. Todas as transformações, tanto ao nível psíquico quanto corporal, o levam, com facilidade, a ser cooptado pelo mundo fascinante e mortífero das drogas. Podemos afirmar que o adolescente, em virtude do particular momento que atravessa, não só pode tornar-se um consumidor contumaz de drogas, como também, em casos mais complexos, participar ativamente do comércio ilegal desses produtos” (Freitas, p. 18, 2002).

O ingresso no crime e tráfico de drogas podem ocorrer mediante a identidade de crianças com traficantes, em busca de adrenalina e poder, no qual está inserido consumo de bens, dinheiro, fama e prestígio, e muitas das vezes, como um meio facilitador de ajudar a família (Silva et al., 2016).

Seguindo pelo aspecto social, segundo Oliveira, Santos e Guerra (2019) a reinserção psicossocial do dependente químico através do trabalho, em algumas circunstâncias é prejudicada, pelo fato de o consumo afetar o desempenho e outras atividades de rotina. Não se elimina a possibilidade de recaída, por achar que possui controle sobre o consumo da droga. O consumo de substâncias pelo indivíduo é denunciado em função de atitudes ou comportamentos que vão de encontro às normas estabelecidas no ambiente laboral devido a problemas como: faltas, quedas, embriaguez e até mesmo agressões.

Anacleto e Fonseca (2021, p. 03) salientam que a experiência adolescente não se restringe às alterações biológicas do corpo, mas é produto do discurso social que pode levar "a impasses e sofrimentos psíquicos".

Conta-se também que as mulheres são mais propensas a ter recaídas do que os homens, pois vivenciam as emoções negativas como um fator predisponente (Oveisi S, et al., 2020).

De acordo com Papalia (2022), nos Estados Unidos, em 2012, 34,1% dos adolescentes entre 15 e 19 anos, em todo o mundo, relataram consumir álcool atualmente e cerca de 12% disseram ter consumido álcool no passado. Já em relação ao uso da maconha, cerca de 1 em cada 17 alunos do terceiro ano do ensino médio fazem uso diário da substância.

A partir do abuso de substâncias, surge também a síndrome de abstinência, sendo essa a maior evidência da presença da dependência. A abstinência se caracteriza por sintomas físicos e psíquicos de desconforto após a redução ou interrupção do consumo. Uma possibilidade de intervenção frente a essas questões pode ser encontrada com o acompanhamento psicológico baseado na TCC. (Almeida; Sartes, 2021).

Tratamento e técnicas de prevenção

A abordagem das técnicas de prevenção apresenta vasta importância quanto à promoção e prevenção de saúde. Visando promover melhoria na qualidade de vida populacional, não tem como objetivo findar o uso de substâncias químicas, mas sim fazer com que, dentro da TCC, que o sujeito dependente se disponha a trabalhar o que lhe coloca em posição de vulnerabilidade a essas substâncias. Contudo, é sabido que os jovens e adolescentes estão, ou deveriam estar, inseridos em um contexto

escolar. O que nos leva a identificar então um local a ser trabalhado as estratégias de prevenção e promoção de saúde, uma vez que o ambiente escolar por si só, é um ambiente de ensino, transmissão de informação e orientação, tanto quanto um local com regras e punições, facilitando o enfrentamento de questões dadas no cotidiano que coloca esse jovem num lugar vulnerável (Zeferino; Fermo, 2012).

Para que haja imposição de regras, a fim de diminuir danos emocionais, considerar promoção de saúde vem como uma variável de também incentivo a fazer com que a população envolva busque e entenda sobre a importância da saúde e de promovê-la de forma coletiva, melhorando a qualidade de vida e fazendo com que mais famílias sejam alcançadas e impulsionadas a estar à frente a chegada de doenças, não só apenas impedindo como também prevendo toda consequência do uso de substâncias químicas, visto que o uso dessas substâncias é problema social, cultural, familiar, pessoal. (Buchele; Coelho e Lindner, 2006).

A Terapia cognitivo-comportamental utiliza as cognições e comportamentos oriundos do uso de substâncias para desenvolver técnicas tais como a evitação de situações de risco (Williams; Meyer; Pechansky, 2007).

A TCC também justifica o fenômeno da adição e da recaída se referindo às experiências ocorridas na infância, as quais contribuíram para a formação de esquemas, crenças centrais e de crenças intermediárias. Esquemas são regras adquiridas durante o desenvolvimento infantil do indivíduo, estão ligadas às crenças centrais, e intermediárias. As crenças centrais ou nucleares são as interpretações críticas que o indivíduo possui a respeito de si mesmo, dos outros e do mundo. Crenças condicionais ou intermediárias dizem com respeito às crenças desenvolvidas do tipo "se, então", como por exemplo: "se eu não for suficiente para agradar aos outros, serei rejeitado" (Beck, 2013, p. 219; Rangé; Marllat, 2008, Wright; Basco; Thase, 2008, p. 23).

Farias et al. (2009) apresenta, baseado em dados empíricos, eventos que possibilitam riscos para a ocorrência de recaídas. Sendo esses: intrapessoais (estados emocionais negativos e positivos; estados físicos negativos; teste de controle pessoal; desejos e tentações) e interpessoais (conflitos interpessoais; pressão social; estados emocionais positivos).

No entanto, descobriu-se que o apoio formal em consultório, bem como as instalações de tratamento não funcionam com a eficiência esperada em um dos estudos. Dessa forma, cabe aos profissionais de saúde instruir a família, de modo a orientá-los sobre a forma de apoio (Xiong H; Jia J, 2019).

Diante das especificidades, o tratamento, pode incluir diferentes medidas que vão desde a redução de danos, em ambulatórios especializados, à internação, nos modelos hospitalares, com o objetivo de reestruturar a vida do indivíduo entre uma recaída e outra e, promover a sua reinserção na sociedade (Miguel, 2016).

Desta forma, aplica-se algumas técnicas durante o tratamento, com o intuito de Prevenção de Recaídas (PR), que permitem prever situações suscetíveis. Podem ser aplicadas técnicas, como a Entrevista Motivacional, que implica desenvolver motivação ao paciente uma vez que os pacientes motivados possuem mais aderência ao tratamento e maior período de abstinência (Almeida; Sartes, 2021).

A técnica Prevenção de Recaídas Baseadas em Mindfulness consiste em uma variedade de estratégias, na qual a função é identificar possíveis situações de vulnerabilidade à recaídas e meios de enfrentamento, minimizando os impactos negativos (Almeida; Sartes, 2021).

Análise da Literatura

Durante a coleta de dados, foram encontrados um total de 116 artigos. Dentro da pesquisa, 28 artigos estavam escritos em língua inglesa, 04 em língua espanhola e 84 em língua portuguesa. Do total de 116 artigos, 12 foram encontrados em ambas bases de dados. Dos 104 artigos encontrados, 54 passaram pelos critérios de inclusão e, após uma minuciosa análise, foram utilizados somente 04 artigos para o desenvolvimento deste estudo.

Ao pesquisar e correlacionar o conjunto de palavras-chaves “adolescentes”, “terapia cognitivo-comportamental” e “dependência química”, foi encontrado somente um artigo. Neste artigo, Morihisa, Barroso e Scivoletto (2007), descreviam a curiosidade como o principal motivo para o jovem fazer o primeiro uso de substâncias químicas, o que caracteriza a necessidade de descobertas e sensações novas. Além disso, o jovem que busca por tratamento faz uso de polissubstâncias, e geralmente apresentam algum transtorno psiquiátrico, tais como transtorno depressivo, Transtorno de Conduta (TC), Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e transtornos psíquicos.

Após a amplitude de pesquisa, foi encontrado o segundo artigo, onde Pechansky, Szobot e Scivoletto (2004) escrevem que, por mais que a lei brasileira tenha definido a venda de bebidas alcoólicas como algo ilegal para menores de 18 anos, o consumo dessa substância entre os jovens e adolescentes ocorre, muitas vezes, no ambiente domiciliar, em festividades ou em ambientes públicos.

No terceiro artigo encontrado, Acosta, Fernández e Pillon (2011), ao estudarem o assunto, descrevem que, quando se trata da percepção do uso abusivo de bebidas alcoólicas, os jovens não percebem o uso excessivo esporádicos como algo arriscado para a saúde. Além disso, concluíram que o uso excessivo episódico de substâncias psicoativas leva o adolescente a consumir outras substâncias, tanto lícitas quanto ilícitas, de forma mais recorrente e danosa.

Em relação à adesão ao tratamento, o quarto artigo, escrito por Scaduto e Barbieri (2009), diz que os adolescentes atendidos em uma instituição de saúde pública, em Ribeirão Preto, relataram que o uso de substâncias químicas envolviam a busca por alívio e a busca por prazer, no sentido de diminuir o sofrimento, lidar com limites e descobertas, como o conhecimento de si e do mundo. Além disso, o tratamento inicial busca a conscientização da dependência, seus prejuízos e a busca por autoconhecimento, fornecendo uma ampla fonte de busca por outros alívios e prazeres. Além de ser um assunto complexo, o diagnóstico para a dependência é um obstáculo. Para diagnosticar o uso abusivo de substâncias, o adolescente, no decorrer de um ano, deveria apresentar um dentre quatro sintomas estabelecidos no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V), de forma recorrente. Já para o diagnóstico de dependência, o adolescente, no decorrer de um ano, deveria

apresentar três dentre sete sintomas que não se justapõem aos sintomas relativos ao abuso (Pechansky; Szobot; Scivoletto, 2004).

De acordo com Papalia (2022), Pechansky, Szobot, e Scivoletto (2004), o aumento dos casos de dependência química dentre os jovens que buscam por alívios momentâneos, experiências sociais e aceitação do grupo causam um grande impacto no desenvolvimento físico, cognitivo e comportamental dos adolescentes, levando o indivíduo a depender da substância química e conduzindo os profissionais da área da saúde a procurar meios de como tratar e prevenir o uso dessas substâncias.

Também é possível perceber que o processo preventivo relacionado ao uso de substâncias psicoativas em adolescentes é desafiador, pois exige conhecimento sobre questões particulares que norteiam a vida desse jovem, referentes aos costumes, crenças, práticas sociais, características do ambiente familiar e cultural no qual ele se encontra (Zeferino; Fermo, 2012). Se a procura por ajuda vier partir do próprio jovem ou acontecer pela família, com o consentimento do adolescente, é possível obter bons resultados, visto que o uso e dependência de substâncias químicas é um hábito adquirido.

Apesar da pouca relação entre os artigos encontrados e o tema central, identificou-se diversas técnicas utilizadas no tratamento de psicoativos que podem vir a ser úteis e aplicáveis no tratamento de jovens que fazem uso de substâncias químicas, tais como “prevenção de recaídas” (Almeida; Sartes, 2021), “redução de danos” (Raupp et al, 2021), “questionamento socrático”, “registro de pensamentos automáticos” e “distração” (Diehl; Cordeiro; Laranjeira, 2011).

A Redução de Danos (RD) é constituída por uma diversidade de práticas e como o próprio nome diz, não tem como objetivo a cessação do uso das substâncias, mas sim, reduzir os efeitos prejudiciais, também compreendendo a diversidade de danos causados pelo uso abusivo, abrangendo tanto campos físicos quanto psicossociais, assegurando dignidade e acolhimento humanizado, tendo como primazia os direitos dos usuários (Raupp et. al., 2021).

O Questionamento Socrático ou Descoberta Orientada se refere à capacidade de identificar aquilo que está sendo pensado por meio de *insigth*, trazendo as informações à consciência, organizando a cognição e a funcionalidade do pensamento do paciente (Diehl; Cordeiro; Laranjeira, 2011).

O Registro de Pensamentos Automáticos, quando feito diariamente, ajuda a auxiliar os pensamentos do adolescente de forma sistemática, além de fornecer informações necessárias para o educar do paciente, tornando-o capaz de compreender as tomadas de decisões, autocontrole e entendimento sobre suas próprias emoções em relação ao uso e à abstinência (Diehl; Cordeiro; Laranjeira, 2011).

A Distração consiste em mudar o foco central de atenção para outro, podendo envolver atividades lúdicas, ler ou cantar em voz alta, descrever o local onde se encontra, etc. É uma técnica utilizada no tratamento de dependentes de psicoativos para reduzir pensamentos e sentimentos inoportunos, mesmo que de forma temporária (Diehl; Cordeiro; Laranjeira, 2011).

Percebe-se, dessa forma, a necessidade do encontro entre o profissional de saúde com esses jovens, de forma a ser feito um trabalho preventivo e de conscientização,

a fim de que os jovens não continuem procurando esses profissionais apenas quando já estiverem num grau avançado de vulnerabilidade e dependência, causando o possível aumento do desenvolvimento de comorbidades.

Silva e Serra (2004) explicam sobre como dentro da própria experiência terapêutica o paciente consegue aprender e colocar em prática formas de aprendizado para lidar com situações que ele mesmo identifica como problema, como:

“1) Monitoramento dos pensamentos automáticos negativos. Pode ser utilizado um diário no qual o paciente registra seus pensamentos e as situações que o eliciaram; 2) Traçar as conexões entre a cognição, o afeto e o comportamento; 3) Realizar uma reestruturação cognitiva examinando os pensamentos automáticos disfuncionais e lidando com eles: procurar evidências a favor e contra (teste de realidade); desafiá-los com questões do tipo: “o que de pior vai acontecer?”, “quais são meus recursos reais para lidar com isso?”; avaliar a real importância dos pensamentos, procurando não catastrofizar, distanciar-se deles, ou enfrentá-los; 4) Mapear as cognições tendenciosas e procurar alternativas de avaliação mais orientadas na realidade, adquirindo flexibilidade cognitiva; 5) Identificar e alterar as Crenças Básicas que predisõem a fazer avaliações distorcidas de suas experiências; e, por fim, 6) Lidar com imagens disfuncionais, eliciando-as e modificando-as” (Silva; Serra, P.37, 2004).

Pode-se reconhecer que o tratamento da dependência química é bastante complexo, visto que é necessário um conhecimento interdisciplinar para combater os sintomas físicos, psíquicos e sociais da dependência química. A partir disso, surge a necessidade de uma ampla rede de apoio aos profissionais de saúde para tratar da doença, tais como a Psicologia, a Enfermagem, a Assistência Social, a Medicina, entre outros.

CONCLUSÃO

Muitos são os desafios para o tratamento na abordagem Terapia Cognitivo-Comportamental em relação a adolescentes dependentes de psicoativos. Considerando que, na maior parte das vezes, o primeiro contato com substâncias psicoativas ocorre entre a faixa etária de 12 aos 15 anos de idade (Coutinho, 2001), alerta-se a importância da detecção precoce do consumo de substâncias psicoativas lícitas e ilícitas para que seja realizada uma intervenção preventiva que evite que o jovem experimentador, gradativamente, faça uso regular e abusivo, tornando-se dependente. Pois assim, então, tendo o conhecimento dos fatores de risco e de proteção para o consumo de substâncias contribui para o aumento do grau de suspeita diagnóstica em cada caso, podendo impedir a progressão do quadro.

A elaboração desse estudo possibilitou a análise de métodos e técnicas para o tratamento de dependência química em diversas idades, ou para o período transitório do desenvolvimento humano. Ainda que esses resultados sejam relevantes para a realização desse estudo, não foram encontrados conteúdos específicos para a dependência química no período da adolescência, dificultando as pesquisas que

evidenciam os benefícios do tratamento e deixando o campo de estudos fragilizado. Dessa maneira, pode-se constatar a importância do tema “adolescentes dependentes de substâncias psicoativas”, além de constatar a necessidade de abrangência pela busca por respostas não encontradas no campo da aplicação das técnicas da TCC em relação aos jovens dependentes de psicoativos.

Pelo exposto neste trabalho, ficou evidente que o tratamento de adolescentes envolvidos com drogas é uma tarefa complexa. Dessa forma, sugere-se a realização de mais pesquisas qualitativas e quantitativas relacionadas ao tema “Terapia Cognitivo-Comportamental como tratamento para adolescentes dependentes de substâncias químicas”, para assegurar uma melhor veracidade e aplicabilidade das técnicas e métodos encontrados.

REFERÊNCIAS

ACOSTA, L. D.; FÉRNANDEZ, A. R.; PILLON, S. C. **Factores sociales para el uso de alcohol en adolescentes y jóvenes.** Revista Latino-Am. Enfermagem. 19 Spe No: 771-81. May-June 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692011000700015>. Acesso em 27 de setembro 2023.

ALMEIDA, E; SARTES L. **A Terapia Cognitiva Comportamental aplicada aoCAPS ad: uma revisão de escopo.** Rio de Janeiro: Estudos e Pesquisa em Psicologia, 2021. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v21n2/v21n2a16.pdf>. Acesso em: 30 de maio de 2023.

ANACLETO, Julia M. B.; FONSECA, Paula Fontana. **De que crise se trata na adolescência contemporânea? Algumas considerações psicanalíticas e educacionais.** Educação em Revista, v. 37, p. e24157, 30 ago. 2021. DOI 10.1590/0102-469824157.

Andretta, I., & Oliveira, M. S. (2011). **A entrevista motivacional em adolescentes usuários de droga que cometeram ato infracional.** Psicologia: Reflexão e Crítica, 24(2),218-226.

ÁVILA, G; SORATTO, M. **Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento da dependência química.** Criciúma: Revista Inova Saúde, 2020, vol.10, núm. 1. Disponível em: <https://periodicos.unesc.net/ojs/index.php/Inovasaude/article/view/3282/5345>. Acesso em: 30 de maio de 2023.

Beck, A. T., & Alford, B. A. (2011). **Depressão: Causas e tratamento** (2. ed.). Porto Alegre: Artmed.

BECK, J.S. **Terapia Cognitiva: teoria e prática.** Porto Alegre: Artmed, 2013. 520 p.

BECK, J. **Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática.** Tradução de Sandra Maria Mallmann da Rosa; Revisão Técnica Paulo Knapp. 3. ed. Porto Alegre: Editora Artmed, 2022.

BUCHELE, F.; COELHO, E. B. S.; LINDNER, S. R. **A promoção da saúde enquanto estratégia de prevenção ao uso das drogas.** Ciência e Saúde Coletiva, 14 (1): 267 - 273, 2009. Disponível em: SciELO - Brasil - A promoção da saúde enquanto estratégia de prevenção ao uso das drogas A promoção da saúde enquanto estratégia de prevenção ao uso das drogas. Acesso em: 23 de outubro 2023.

BUZZO, P. S. N.; REIS, C. E. **Conversando sobre drogas: grupo de atenção e apoio ao**

jovem e adultos no tratamento de questões sobre dependência química. In: Congresso de extensão universitária da UNESP. Universidade Estadual Paulista (UNESP), p. 1-4, 2015.

CHAIM, C. H.; BANDEIRA, K. B. P.; ANDRADE, A. G. **Fisiopatologia da dependência química.** Revista de Medicina, São Paulo, v. 94, n. 4, p. 256-262, dec. 2015.

COUTINHO, Maria de Fátima Goulart. **Adolescência: uma abordagem prática.** São Paulo: Editora Atheneu, 2001.

FARIAS, L.; SCHMITZ, C.; MANFRE, V.; ALBERTON, V. **Terapia cognitiva comportamental no tratamento da dependência química,** Cachoeira do Sul, p. 7, 2009.

FREITAS, L. A. P., **Adolescência, família e drogas: a função paterna e a questão dos limites.** - Rio de Janeiro: Mauad, 2002.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 6º ed. São Paulo: Atlas, 2018.

GIL, A. C., 1946- **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social** – 6. ed. - São Paulo: Atlas, 2008.

KNAPP, P.; LUZ JUNIOR, E.; BALDISSEROTTO, G. V. **Terapia cognitiva no tratamento da dependência química.** In: RANGÉ, B. (org.). Psicoterapias cognitivocomportamentais: um diálogo com a psiquiatria. Porto Alegre: Artmed, 2008 p.332-350.

KOLLING, N. M.; PETRY, M.; MELO, W. V. **Outras abordagens no tratamento da dependência do crack.** Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, Porto Alegre, 2011.

MIGUEL, A. Q. et al. **Contingency management is effective in promoting abstinence and retention in treatment among crack cocaine users in Brazil: A randomized controlled trial.** Psychology of Addictive Behaviors. v. 30 (5). p. 536-43. ago. 2016.

Ministério da Saúde (2001). **Departamento de saúde de Comunidade: Repartição de saúde familiar; escolar e adolescente.** Maputo: Ministério da Saúde.

MOREIRA, Jacqueline de Oliveira et al. **Ambivalência da escola e adolescentes infratores.** Psicologia Escolar e Educacional, Belo Horizonte, v. 24, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/pee/a/MWYQRM75HQRR3Nh7NBc3Km/>. Acesso em: 31 de maio de 2023.

MORIHISA, R.S.; BARROSO, L. P.; SCIVOLETTO, S. **Labeling disorder - the relationship between conduct problems and drug use in adolescents.** Revista Bras Psiquiatric. 29 (4) 308-14, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462006005000044>. Acesso em 27 de setembro 2023.

OLIVEIRA, Elias Barbosa de; SANTOS, Michele Borges dos; GUERRA, Oliviade Andrade. **O trabalho como estratégia de reinserção psicossocial do dependente químico sob a ótica da família.** Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, n. 21, p. 23-30, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0234>. Acesso em: 30 de maio de 2023.

OLIVEIRA, Maria Marly de. **Como Fazer Pesquisa Qualitativa.** 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2018.

OLIVEIRA, Patrícia Carvalho de et al. **“Sobrevivendo”: vulnerabilidade social vivenciada por adolescentes em uma periferia urbana.** Interface – Comunicação Saúde, Educação, Botucatu, v. 24, 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/icse/a/ZcTPn95X5HZYsRFF4ScsTTR/>. Acesso em: 30 de maio de 2023.

OVEISI S. et al. **The impact of motivational interviewing on relapse to substance use among women in Iran: a randomized clinical trial.** *Bmc Psychiatry.* 2020; 20(1).

PAPALIA, Diane E. **Desenvolvimento Humano.** 14. ed. - Porto Alegre: AMGH, 2022.

PECHANSKY, F.; SZOBOT, C. M.; SCIVOLETTO, S. **Uso de álcool entre adolescentes: conceitos, características epidemiológicas e fatores etiopatogênicos.** *Revista Bras Psiquiatr.* 26 (Supl I): 14-17. 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462004000500005>. Acesso em 27 de setembro 2023.

PINTO, G. R. **Contribuições da teoria cognitiva comportamental na compreensão e tratamento da dependência química em jovens.** *Revista Multidisciplinar em Saúde,* ISSN: 2675-8008, v. 3, n. 3, 2022. Disponível em: [Vista do CONTRIBUIÇÕES DA TEORIA COGNITIVA COMPORTAMENTAL NA COMPREENSÃO E TRATAMENTO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA EM JOVENS](https://www.editoraime.com.br/CONTRIBUIÇÕES%20DA%20TEORIA%20COGNITIVA%20COMPORTAMENTAL%20NA%20COMPREENSÃO%20E%20TRATAMENTO%20DA%20DEPENDÊNCIA%20QUÍMICA%20EM%20JOVENS) (editoraime.com.br). Acesso em: 31 de maio 2023.

RANGÉ, B.; MARLATT, G. A. **Terapia cognitivo-comportamental de transtornos de abuso de álcool e drogas.** *Revista Brasileira de Psiquiatria.* 30 (Supl II). S88-95, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/Ht4t7VqdH3BwnQTVHywhSfD/>. Acesso em: 30 de maio 2023.

RAUPP, L; WEBERI, C; CONTE, M. **Memória das políticas e práticas em redução de danos: entrevista com Fátima Machado.** Rio de Janeiro: História, Ciências, Saúde - Manguinhos, 2021, vol. 28, núm. 3, pág. 839-847. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-59702021000300012>. Acesso em: 30 de maio 2023.

SCADUTO, A. A.; BARBIERI, V. **O discurso sobre a adesão de adolescentes ao tratamento da dependência química em uma instituição de saúde pública.** *Ciência e Saúde Coletiva,* 14 (2); 605-612, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232009000200029>. Acesso em 27 de setembro 2023.

SCHENKER, M.; MINAYO, M.C.S. **Fatores de risco e de proteção para o uso de drogas na adolescência.** *Ciência & Saúde Coletiva,* v. 10, ed.3, p. 707-717, 2005.

SILVA, C. J.; SERRA, A. M. **Terapias Cognitiva e Cognitivo-Comportamental em dependência química.** *Revista Brasileira de Psiquiatria.* São Paulo, 26 (Supl I): 33-39, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/mZVcWyLvfsWZDm4gYqqKhy/>. Acesso em: 30 de maio de 2023.

SILVA, C. N. L. et al. **Dependência química entre crianças e adolescentes: uma das facetas da questão social.** *Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia,* v. 3, n. 11, p. 06-19, jul. 2016.

SILVA, E. A. Família, **Abuso e Dependência de Drogas Desafios Clínicos edas Pesquisas.** In: *Anais da V Jornada de Psicologia no Hospital Municipal do Campo Limpo.* São Paulo: Editora Blucher, vol.1, num.6, p. 01-09, 2015.

SILVA, K. R. da; GOMES, F. G. C. **Dependência química: resultantes do uso abusivo de substâncias psicoativas.** *Revista UNINGÁ,* ISSN 2318-0579, v. 56, n. S1, p. 186-195, Maringá, jan./mar, 2019. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/306/1871>. Acesso em 30 de maio 2023.

SORATTO, M. T. **Assistência multiprofissional a dependentes químicos na ESF.** Saúde em Revista. Piracicaba, v. 16, n. 42, p. 13-26, jan. abr. 2016.

WILLIAMS, A. V. MEYER, E.; PECHANESKY F. **Desenvolvimento de um Jogo Terapêutico para Prevenção da Recaída e Motivação para Mudança em Jovens Usuários de Drogas.** Psicologia: Teoria e Pesquisa. Porto Alegre, out-dez V. 23 n. 4, pp. 407-414, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/Dnx8xdmCSbHxBzkxhTfJjH/?format=pdf>. Acesso em: 30 de maio de 2023.

Wong M. M., Nigg, J. T., Zucker, R. A., Puttler, Fitzgerald, H. E., Jester, J. M., Adams, K. (2006). **Behavioral control and resiliency in the onset of alcohol and illicit drug use: A prospective study from preschool to adolescence.** Child Development, 77, 1016-1033.

WRIGHT, J. H.; BASCO, M. R.; THASE, M. E **Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental: um guia ilustrado.** (Rev. Ed.). Porto Alegre: Artmed, 2008. 224 p.

XIONG H, JIA J. **Situational Social Support and Relapse: An Exploration of Compulsory Drug Abuse Treatment Effect in China.** International journal of offender therapy and comparative criminology. 2019; 63(8): 1202-1219.

ZANELATTO, Neide A. **Prevenção de recaída.** In: DIEHL, Alessandra; CORDEIRO, Daniel Cruz; LARANJEIRA, Ronaldo. **Dependência química: prevenção, tratamento e políticas públicas.** 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2018. cap. 24, p. 264-274.

ZANELATTO, N.; LARANJEIRA, R. **O tratamento da dependência química e as terapias cognitivo-comportamentais: um guia para terapeutas.** Porto Alegre: Artmed, 2013. 568 p.

ZEFERINO, M. T.; FERMO, V. C. **Prevenção ao uso-abuso de drogas.** Proenf saúde do adulto. (2) N9-42. 2012. Disponível em: ProENF-SA_1_Prevencao-ao-uso-de-drogas-1-1.pdf (ufsc.br). Acesso em 23 de outubro 2023.