

A importância da epidemiologia na psicologia baseada em evidências

The importance of epidemiology in evidence-based psychology

Luís Eduardo Gauterio Fonseca
Maria Cleidiana Viana dos Santos

Resumo

A psicologia baseada em evidências é extremamente relevante, pois trata-se de uma prática que tem base na integração entre a experiência individual e as evidências científicas. Além de basear-se em uma análise detalhada das informações, como diagnósticos, tratamentos, prognósticos ela trata da prevenção. O objetivo dessa pesquisa é apresentar a importância da epidemiologia na psicologia baseada em evidências. Para tanto, foi realizada uma pesquisa bibliográfica e em base de dados de artigos científicos a fim de contextualizar, identificar e destacar, segundo teóricos e pesquisadores, textos que auxiliem a elucidar o tema. Ao final dessa pesquisa, foi possível evidenciar que a psicologia baseada em evidências surgiu da Epidemiologia Clínica anglo-saxônica e que contribuiu muito para psicologia, visto que os temas se correlacionam, ambas as práticas se fundamentam e evidências científicas, possuem objetivos em comum, como identificar doenças, tratar e prevenir, colaborando uma com a outra e com a melhora da saúde pública da população.

Palavras-chaves: Psicologia. Epidemiologia. Evidências.

INTRODUÇÃO

A pesquisa teve como foco analisar a importância da epidemiologia na psicologia baseada em evidências. Para tanto, é preciso destacar a importância do rigor científico na busca dessas evidências.

De maneira geral, pode-se definir a “psicologia baseada em evidências como a integração do conhecimento adquirido por meio de pesquisas empíricas realizadas com base em critérios rigorosos de execução, controle de variáveis e análise de resultados”. (APA *et al.* apud SANAR, 2021, p. 2)

Ainda, segundo o autor, partir desse raciocínio, as decisões tomadas pelos profissionais em sua prática psicoterápica clínica são guiadas por esse conhecimento, a fim de garantir os melhores resultados para o paciente.

Melnik, Mayer, Sampaio (2019) destaca que a Prática da Saúde Baseada em Evidências, em qualquer campo de atuação da área de saúde contempla conceitos da Epidemiologia Clínica, ou seja, da aplicação de princípios e métodos epidemiológicos e técnicas estatísticas para o estudo de questões clínicas e melhoria dos cuidados clínicos.

Para Ruiz (1991), a pesquisa científica é a realização concreta de uma investigação planejada, desenvolvida e redigida de acordo com as normas da metodologia consagradas pela ciência.

Cabe ressaltar que a evidência científica não exclui, de todo, as incertezas. As intervenções psicoterápicas, por exemplo, são passíveis de sofrer influências de diversas variáveis, como características do terapeuta, como tempo de formação, grau de instrução, supervisão e características do paciente, tais como a existências de comorbidades orgânicas e psíquicas, nível socioeconômico, motivação. (MELNIK, MAYER, SAMPAIO, 2019).

Nesse sentido, é importante destacar que ainda que as tomadas de decisão venham a ser baseadas em evidências, essas decisões devem ser alvo permanente de avaliação, visando a correção e o aprimoramento. (MELNIK, ATALLAH, 2011).

METODOLOGIA

A presente pesquisa se desenvolveu por meio de revisão bibliográfica sobre os temas abordados, tais como o que é epidemiologia e o que é psicologia baseada em evidências e como eles se relacionam. É importante ressaltar que, de acordo com Matias-Pereira (2020), todo trabalho científico tem sua fundamentação na pesquisa bibliográfica.

De acordo com Amaral (2007), a pesquisa bibliográfica se demonstra fundamental na medida em que permite a estruturar dados, informações e conhecimentos do assunto objeto do problema.

Os artigos selecionados como fonte desse artigo tiveram como critério de seleção, por vezes, o ano de publicação (atualização), ou seja, em primeiro momento procurou-se utilizar apenas artigos publicados nos últimos cinco anos, salvo quando foram utilizados apenas para conceituar termos ou dados históricos; apesar de ter sido utilizado Google Acadêmico com fonte de pesquisa, só foram selecionados artigos publicados em revistas científicas e dos autores mais citados sobre o tema. Observou-se que Melnik é a pesquisadora que mais escreveu sobre o objeto dessa pesquisa, a que mais possui artigos e livros publicados, portanto, suas pesquisas foram amplamente utilizadas nesse artigo.

É nessa perspectiva que foram realizadas as primeiras reflexões acerca da importância da epidemiologia na psicologia baseada em evidências, na medida que os estudos avançaram, foi possível esclarecer conceitos, tendências e percepções de autores pessoais e institucionais sobre o tema da pesquisa.

EPIDEMIOLOGIA

De acordo Pereira (2020), etimologicamente, a palavra “epidemiologia” (epi = sobre; demo = população; logos = tratado) significa o estudo do que afeta a população.

Ainda, segundo o autor, o conceito original de epidemiologia, que se restringia ao estudo de epidemias de doenças transmissíveis, prevaleceu por longo tempo, só recentemente, o conceito evoluiu de modo a abranger praticamente todos os eventos relacionados com a saúde das populações.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a epidemiologia é o estudo da distribuição e dos determinantes de estados ou eventos relacionados à saúde

(incluindo doença) e a aplicação deste estudo ao controle de doenças e outros problemas de saúde. (MARTINS, 2018).

Dessa forma, fica claro que os epidemiologistas estão preocupados não somente com a incapacidade, doença ou morte, mas, também, com a melhoria dos indicadores de saúde e com maneiras de promover saúde.

De acordo com Maciel (2011) são:

Pressupostos básicos da epidemiologia:

- a) A ocorrência e distribuição dos eventos relacionados à saúde não se dão por acaso;
- b) Existem fatores determinantes das doenças e agravos da saúde que, uma vez identificados, precisam ser eliminados, reduzidos ou neutralizados.

Raciocínio epidemiológico:

- a) Suspeita em relação a uma possível influência de um fator na ocorrência de uma doença (prática clínica, a análise de padrões da doença, observações de pesquisa laboratorial ou especulação teórica);
- b) Formulação de uma hipótese específica;
- c) Teste da hipótese através de estudos epidemiológicos que incluem grupos adequados de comparação.
 - Determinar da existência de uma associação estatística
 - Avaliar a validade de qualquer associação estatística (acaso, viés, confundimento)
 - Julgar se a associação estatística encontrada representa uma relação de causa-efeito

Características da epidemiologia:

- a) O PROBLEMA DE ESTUDO refere-se às doenças ou agravos à saúde de qualquer natureza, que acometem grupos humanos;
- b) A partir desse ponto, o propósito de resolver o problema, passa a se constituir a “questão científica”;
- c) O desdobramento do problema científico em enunciados questionativos implica na etapa inicial do processo de pesquisa.

A EPIDEMIOLOGIA NA PSICOLOGIA BASEADA EM EVIDÊNCIAS

No mundo contemporâneo poucas são as palavras que tem o poder de agrupar e ao mesmo tempo calar opiniões quanto o termo ‘científico’. Ciência é algo que surge quando queremos impor, ou sermos convencidos de certos fatos incontestáveis que mudam nossa vida de forma retumbante, e que transformam os nossos desejos, querereres e poderes. (HARAYAMA, 2012).

A psicologia baseada em evidências tem justamente esse teor científico, e por meio da ciência que se buscam dados, lê se aqui “evidências” que justifiquem ações futuras na tomada de decisão. Historicamente, pode ser considerado o nascimento do que conhecemos hoje como psicologia baseada em evidências a avaliação das evidências relativas à prática psicoterápica realizada por Eysenck (1952). Eysenck fez uma revisão com 19 estudos empíricos e constatou a incapacidade dos trabalhos em indicar a eficácia das psicoterapias no tratamento de pacientes neuróticos, o que

estimulou a produção de dados empíricos sobre o assunto (EYSENCK, 1952; LEONARDI, MEYER, 2015).

De acordo com Eysenck (1952) *apud* Sanar (2021), as conclusões levantaram questões cruciais a serem adotadas nas pesquisas em psicologia nos anos subsequentes, para o seu desenvolvimento e o direcionamento da prática clínica. Strupp (1964) *apud* Sanar (2021), reconheceu essas questões e reiterou que o avanço das pesquisas em psicologia precisava abordar questões como:

- a) A eficácia relativa de diferentes métodos de terapia;
- b) Os tipos de mudanças associadas a intervenções terapêuticas específicas e;
- c) Como as variáveis do paciente e do terapeuta influenciam esses achados.

De acordo com Melnik, Souza, & Carvalho (2014), a Prática Psicológica Baseada em Evidências inspirou-se no movimento da Medicina dos anos 1990, Medicina Baseada em Evidências, que surgiu da Epidemiologia Clínica anglo-saxônica, iniciado na Universidade McMaster, no Canadá.

Embora a Medicina Baseada em Evidências surgiu da Epidemiologia, Almeida Filho (2006) ressalta que o objeto da clínica é essencialmente qualitativo, uma vez que prioriza as diferenças individuais no processo de doença de cada indivíduo, enquanto que na epidemiologia o objeto é quantitativo, emergindo relações numéricas entre eventos, processos e fenômenos.

A primeira disciplina no Brasil sobre a prática da psicologia baseada em evidências foi Ministrada no Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. Chamava-se *Introdução à Prática da Psicologia Baseada em Evidências* (PPBE), e foi concebida pela necessidade de permitir o acesso dos alunos de pós-graduação do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo aos princípios da PPBE. (MELNIK, MAYER, SAMPAIO, 2019).

Para Melnik, Souza, & Carvalho (2014), a demanda por PPBE faz-se primordial na atualidade, uma vez que é urgente que as práticas envolvidas na prevenção, cuidado e promoção à saúde sejam baseadas nos resultados das melhores evidências científicas.

Ainda, segundo os autores, a PPBE é uma abordagem que orienta a tomada de decisão do clínico, baseando-se nas melhores evidências disponíveis para a demanda de seu paciente, isso exige aprendizado e atualização constantes do profissional. O profissional da saúde não pode fundamentar a sua prática clínica apenas na sua formação universitária, experiência profissional e intuição, sem recorrer às evidências científicas para apoiar a sua tomada de decisão.

Para Melnik, Oliveira & Atallah (2011), a prática clínica baseada em evidências trata-se da mais importante estratégia científica de esclarecimentos em todas as especialidades envolvidas na promoção e nos cuidados de saúde.

Segundo os autores, a Associação Americana de Psicologia (American Psychological Association - APA), no ano de 2005, divulgou a Força-Tarefa residencial intitulada "Prática Clínica Baseada em Evidências na Psicologia", o que ressaltou a importância das evidências científicas na prática psicológica juntamente com a experiência clínica, preferências e características individuais dos pacientes.

De acordo com Melnik, Oliveira & Atallah (2011), a APA apontou a urgência da adoção de evidências científicas na Psicologia.

Se não assumirmos essa tarefa, o desafio não vai desaparecer magicamente. Ao contrário, alguém não habilitado vai ditar quais tratamentos são aceitáveis e quais tipos de estudo são adequados. A importância dessa questão ultrapassa os consultórios e envolve políticas de saúde mental. E, por fim, a adoção de práticas baseadas em evidências tem implicações inquestionáveis para o futuro da psicoterapia” (Melnik, Oliveira & Atallah, 2011, p. 1. - nossa tradução)

É importante ressaltar que a busca de evidências científicas que sustentem essa prática também tem como objetivo a prevenção, visto que o tratamento precoce pode evitar ou reduzir o sofrimento psíquico decorrente do prolongamento ou do agravamento dos distúrbios psíquicos. (Melnik, Oliveira & Atallah, 2011)

A CPA et al. (2012) organizou a hierarquia das evidências de pesquisa relacionadas à prática clínica da seguinte forma:

- a) Síntese de conhecimentos sistematicamente combinados com alta validade interna e externa;
- b) Estudos de pesquisa primária que, coletivamente, tem alta validade interna e externa;
- c) Estudos de pesquisa primários que, coletivamente, tem uma validade interna e externa limitada;
- d) Consenso de especialistas com base em procedimentos formais;
- e) Dados não publicados, opinião profissional e experiência prévia.

Para Melnik, Souza, & Carvalho (2014), a PPBE presume uma ou mais decisões, logo, essas decisões clínicas devem ser feitas em colaboração com o paciente. Segundo os autores, o psicólogo é quem faz o julgamento final a respeito de uma intervenção, porém o envolvimento ativo do paciente é fundamental para o sucesso do tratamento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A medicina baseada em evidências, por si só é extremamente relevante, pois trata de uma prática que tem base na integração entre a experiência individual e as evidências científicas.

A epidemiologia estuda eventos relacionados com a saúde das populações, e isso é fundamental para psicologia baseada em evidências, aumentando a credibilidade do profissional de psicologia e, conseqüentemente, a melhoria da saúde de seus pacientes.

A epidemiologia é fundamental para psicologia baseada em evidências, pois indica as áreas da saúde que são prioritárias para a intervenção, baseados nos conceitos de incidência e prevalência.

As pesquisas são importantes pilares da psicologia baseada em evidências, mas nada disso será útil se o psicólogo não souber como avaliar, interpretar e integrar as evidências com os dados clínicos do paciente.

Espera-se que esse estudo possa contribuir para a reflexão de todos profissionais que trabalham de forma direta ou indireta com a medicina baseada em evidências, e que também sirva como referência para novos estudos sobre o tema.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA FILHO, N. O problema do objeto de conhecimento em epidemiologia. In: COSTA, Dina Czeresnia. *Epidemiologia, teoria e objeto*. São Paulo: Hucitec, 2006.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION *et al.* Evidence-based practice in psychology. *The American Psychologist*, v. 61, n. 4, p. 271-285, 2006.

CANADIAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION *et al.* Evidence-based practice of psychological treatments: a Canadian perspective. Canada: CPA Task Force on Evidence-Based Practice of Psychological Treatments. 2012.

EYSENCK, H. J. The effects of psychotherapy: an evaluation. *Journal of consulting psychology*, v. 16, n. 5, p. 319, 1952.

HARAYAMA, R. M. O que é ciência afinal? [Blog: Fórum sobre a medicalização de educação e da sociedade]. 10 de agosto de 2012. Disponível em: <http://medicalizacao.org.br/o-que-e-ciencia-afinal>. Acesso em: 7 jun. 2022.

LEONARDI, J. L. & MEYER, S. B. Prática baseada em evidências em psicologia e a história da busca pelas provas empíricas da eficácia das psicoterapias. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 35, n. 4, p. 1139-1156, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/7kfdXmcqnXkY7gtKnhX5VZS/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 7 jun. 2022.

MACIEL, A. C. C. *A epidemiologia e a medicina baseada em evidências*. 2011. Programa de Pós-Graduação em Fisioterapia Departamento de Fisioterapia – UFRN. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/1188/5/PESQUISA%20EPIDEMIOLOGIA%20E%20MEDICINA%20BASEADA%20EM%20EVIDENCIAS.pdf>. Acesso em: 3 jun. 2022.

MARTINS, A. A. B. *Epidemiologia*. São Paulo: SER – SAGAH, 2018.

MATIAS-PEREIRA, J. *Manual de metodologia da pesquisa científica*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2020.

MELNIK, T. A, OLIVEIRA, I. T., ATALLAH, A. N. Psicologia baseada em evidências. *In: Diagn Tratamento*; 16 (2): 49, 2011. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1413-9979/2011/v16n2/a2047.pdf>. Acesso em: 7 jun. 2022.

MELNIK, T., ATALLAH, A. N. (2011). *Psicologia baseada em evidências: provas científicas da efetividade da psicoterapia*. Santos. 2011. Disponível em: <https://docplayer.com.br/18135598-Psicologia-baseada-em-evidencias.html>. Acesso em: 2 jun. 2022.

MELNIK, T., MACEDO, T., COUTINHO *et al.* *A implementação da psicologia baseada em evidências no Brasil: etapas de um programa acadêmico e de pesquisa estruturado*. 2019. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/337901322_A_implementacao_da_Psicologia_Baseada_em_Evidencias_no_Brasil_etapas_de_um_programa_academico_e_de_pesquisa_estruturado_Autores. Acesso em: 7 jun. 2022.

MELNIK, T., MEYER, S. B., SAMPAIO, M. I. C. 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 Clínica e Cultura, Psic.: Teor. e Pesq.* 35, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/YvcVFrZyrNcHjJzZXn9VPcp/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 4 jun. 2022.

MELNIK, T., SOUZA, W. F., & CARVALHO, M. R. A importância da prática da psicologia baseada em evidências: aspectos conceituais, níveis de evidência, mitos e resistências. *Revista Costarricense de Psicología*, v. 33, n. 2, p. 79-92, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=476747238008>. Acesso em: 7 jun. 2022.

ROSA, M. G.; LAPORT, T. J. A importância da prática psicológica baseada em evidências: aspectos históricos, conceituais e procedimentais. Mosaico. *Revista Multidisciplinar de Humanidades, Vassouras*, v. 12, n. 3, p. 61-66, set./out. 2021. Disponível em: <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RM/article/view/2831/1728>. Acesso em: 7 jun. 2022.

RUIZ, J. A. *Metodologia científica: guia para eficiência nos estudos*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

SAMPAIO, M. I. C., SABADI, A. A. Z. P. Psicologia baseada em evidências: conhecimento científico na tomada de decisão. *Revista Costarricense de Psicología*, v. 33, (2), 2014. Disponível em: <http://www.rcps-cr.org/openjournal/index.php/RCPs/article/view/36>. Acesso em: 3 jun. 2022.

SANAR. Noções gerais da psicologia baseada em evidências. 24 abr. 2021. Disponível em: <https://www.sanarsaude.com/portal/carreiras/artigos-noticias/colunista-psicologia-nocoes-gerais-da-psicologia-baseada-em-evidencias>. Acesso em: 3 jun. 2022.