

Saúde em tempo de crise: tecnologias emergentes e equidade no acesso

06 a 09 de maio de 2025

Tipo de Trabalho: Resumo Simples Seção: Medicina

EFICÁCIA DA TERAPIA COMPORTAMENTAL DIALÉTICA NO TRANSTORNO DE PERSONALIDADE BORDERLINE¹

Isabela Pires de Bairros², Brenda da Silva³

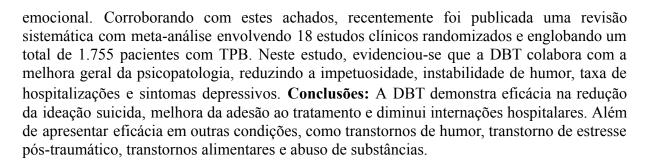
- ¹ Trabalho elaborado nas Unidades de Ensino e Aprendizagem: Saúde coletiva: Diagnóstico da Saúde da Comunidade e Formação Geral e Desenvolvimento Pessoal: Bases do Conhecimento Científico no curso de Medicina da Universidade Regional do Noroeste do Rio Grande do Sul Unijuí.
- ² Estudante do Curso de Medicina da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul E-mail: <u>isabela.bairros@sou.unijui.edu.br</u>
- ³ Biomédica. Doutora em Farmacologia pela Universidade Federal de Santa Maria. Docente do Núcleo dos Cursos da Saúde da Unijuí. Pesquisadora do Grupo de Pesquisa em Estudos Epidemiológicos e Clínicos GPEEC Unijuí. E-mail: brenda.s@unijui.edu.br.

Introdução: O Transtorno de Personalidade Borderline (TPB) é uma condição crônica instabilidade emocional, impulsividade, medo de abandono e caracterizada por relacionamentos instáveis. Aproximadamente 80% dos indivíduos com TPB desenvolvem vícios, como abuso de substâncias, tornando-se pacientes de manejo ainda mais complexo, com maior índice de tentativas de suicídio e abandono do tratamento. A Terapia Comportamental Dialética do inglês Dialectical Behavior Therapy (DBT) foi desenvolvida para atender às necessidades específicas desses pacientes, promovendo a regulação emocional e a redução de comportamentos autodestrutivos. Estudos apontam que a DBT pode estar associada a menor tempo de abstinência e redução de exames toxicológicos positivos para substâncias, bem como redução de pensamentos suicidas e melhora na qualidade de vida. Metodologia: Realizou-se revisão narrativa da literatura sobre a aplicação da DBT no TPB, considerando sua estrutura, impacto nos sintomas, adesão ao tratamento e efeitos na reabilitação e abstinência. Resultados: A DBT pode ser aplicada por profissionais da atenção à saúde mental, como psicólogos e psiquiatras com habilitação para realização da técnica. Sua periodicidade geralmente é semanal, sendo uma sessão individual e outra em grupo. A duração total do tratamento pode variar conforme a necessidade, usualmente estando entre 6 meses a 1 ano. Entre os principais componentes da DBT estão o treinamento de habilidades em grupo, terapia individual, aconselhamento telefônico e equipe terapêutica. Essas abordagens têm como objetivo ensinar estratégias para lidar com desafios específicos do TPB, como instabilidade na identidade, dificuldade de relacionamento, impulsividade e comportamentos de risco. As habilidades ensinadas na DBT derivam, em grande parte, de técnicas orientais de meditação, divididas em habilidades que englobam "o que" e "como". As técnicas de "o que" envolvem observar, descrever e participar plenamente no presente, evitando impulsividade motivada por emoções passageiras. Já as habilidades de "como" ajudam a manter uma mentalidade equilibrada, prevenindo idealizações e desvalorizações extremas. Do ponto de vista clínico, pacientes com TPB apresentam afinidade por recompensas rápidas e dificuldades em manter objetivos de médio a longo prazo. A terapia enfatiza a importância da atenção plena e da autoconsciência na regulação e no controle



Saúde em tempo de crise: tecnologias emergentes e equidade no acesso

06 a 09 de maio de 2025



Palavras-chave: Instabilidade; Impulsividade; Ideação suicida; Autodestruição.