



INTRODUÇÃO ÀS TERAPIAS COGNITIVAS

MANUAL DO CURSO

SUMÁRIO

DESCRIÇÃO	3
FICHA TÉCNICA.....	3
COORDENADORES.....	3
AUTORES	4
ESTRUTURA DETALHADA	6
METODOLOGIA	7
CERTIFICAÇÃO	7

DESCRIÇÃO

Com conteúdo referendado e metodologia pedagógica inovadora e eficaz, o curso Introdução às Terapias Cognitivas visa ampliar a atuação dos profissionais da área de saúde interessados nesse campo de conhecimento. Possui cunho prático, enfatizando o ensino do emprego das ferramentas e das estratégias clínicas na área.

O curso compreende um total de 8 aulas e traz o contexto histórico do surgimento da terapia cognitiva e os fundamentos de neurociências que subsidiam suas práticas. Aborda a terapia cognitiva de Aaron T. Beck e a terapia racional emotiva comportamental de Albert Ellis. Também explica os fundamentos básicos da terapia dos esquemas e os princípios da avaliação inicial de pacientes, bem como as principais escalas de avaliação de ansiedade e depressão. O objetivo maior é capacitar o profissional a diagnosticar, conceitualizar e planejar intervenções psicoterápicas eficazes.

FICHA TÉCNICA

- Curso: Introdução às Terapias Cognitivas
- Carga horária: 80 horas — 3 meses
- Público-alvo: psicólogos, psiquiatras, estudantes de Psicologia e Psiquiatria e profissionais de saúde (médicos, enfermeiros) que lidam com questões de saúde mental no dia a dia com os pacientes.

COORDENADORES

Cristiano Nabuco de Abreu — Psicólogo clínico. Doutorado em Psicologia pela Universidade de Minho (Portugal) e Pós-doutorado pelo Departamento de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP). Aprimoramento no modelo *Emotion Focused Therapy (EFT)* pela York University (Toronto, Canadá). Presidente (gestão 2007-2009) da Federação Brasileira de Terapias Cognitivas (FBTC). Coordenador do Núcleo de Dependências Tecnológicas do Ambulatório dos Transtornos do Impulso (PRO-AMITI) do Instituto de Psiquiatria (IPq) do Hospital das Clínicas (HC) da FMUSP. Coordenador do Núcleo de Psicoterapia Cognitiva de São Paulo,

da *Cognitiva Scientia* — *Escola de Brasileira de Saúde Mental* e do Projeto Perseus de Tratamento em Saúde Mental através da Realidade Virtual. Colunista do Caderno de Ciência e Saúde da UOL e consultor de vários veículos de comunicação, tendo colaborado em mais de mil matérias e entrevistas. Autor de treze livros sobre Psicologia e Saúde Mental, entre eles *Dependência de Internet — Manual e Guia de Avaliação e Tratamento* (Ed. Artmed, 2011) e *Internet Addiction in Children and Adolescents* (Ed. Springer, 2017), ambas em coautoria com Kimberly Young.

Marco Montarroyos Callegaro — Psicólogo. Mestre em Neurociências e Comportamento pela Universidade Federal de Santa Catarina. Diretor do Instituto Catarinense de Terapia Cognitiva (ICTC) e um dos diretores do *Cognitiva Scientia*. Presidente fundador da Associação de Terapias Cognitivas de Santa Catarina (ATC/SC). Presidente (gestão 2009-2011) da Federação Brasileira de Terapia Cognitiva (FBTC). Autor do livro *O Novo Inconsciente: Como a Terapia Cognitiva e as Neurociências revolucionaram o modelo do processamento mental* (Ed. Artmed, 2011) — ganhador do prêmio Jabuti em 2012. Presidente (gestão 2015-2017) da Associação de Psicologia Positiva da América Latina (APPAL).

Maria de Fátima Gaspar Vasques — Psicóloga. Especialização em Terapia Cognitiva Construtivista e em Psicologia Clínica pela Universidade Paulista. Coordenadora do Curso de Especialização em Terapia Cognitiva do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas (HC) da Faculdade de Medicina (FM) da Universidade de São Paulo (USP). Psicóloga-colaboradora e Coordenadora do Grupo de Estudo do Comer Compulsivo e Obesidade do Instituto de Psiquiatria do HC/FMUSP. Colaboradora-supervisora do Grupo de Dependência de Comida do Instituto de Psiquiatria do HC/FMUSP. Diretora do Perseus Realidade Virtual e do *Cognitiva Scientia*.

AUTORES

Clarice Gorenstein — Psiquiatra. Mestrado e Doutorado em Farmacologia pela Universidade de São Paulo (USP). Pós-doutorado no National Institutes of Health, nos Estados Unidos da América (EUA), com estágio no Institute of Psychiatry da Universidade de Londres (Inglaterra). Professora livre-docente do Departamento de Farmacologia do Instituto de Ciências. Pesquisadora do Laboratório de Psicopatologia e Terapêutica do Instituto de Psiquiatria (IPq) do Hospital das Clínicas (HC) da Faculdade de Medicina (FM) da Universidade de São Paulo (USP).

Edson Luiz de Toledo — Psicólogo. Mestrado em Ciência pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP) Especialista em Terapia

Cognitivo-Comportamental pela USP e certificado pela FBTC Supervisor clínico no Curso de Psicologia na Universidade Paulista (Unip) Coordenador dos Programas de Atendimentos a Pacientes com Tricotilomania e Automutilação no Programa Ambulatorial Integrado dos Transtornos do Impulso (PROAMITI) do Instituto de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da USP.

Denise De Micheli Avallone — Psicóloga. Doutorado em Psicobiologia e Pós-doutorado em Ciências pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) Professora adjunta da Disciplina de Medicina e Sociologia do Abuso de Drogas do Departamento de Psicobiologia da Unifesp. Coordenadora do grupo Centro Interdisciplinar de Estudos em Neurociência, Saúde e Educação na Adolescência, registrado como Diretório de Pesquisa do CNPq Vice-coordenadora do Programa de Pós-graduação em Educação e Saúde na Infância e Adolescência da Unifesp Membro da Association for Medical Education and Research in Substance Abuse (AMERSA) e da Associação Brasileira Multidisciplinar de Estudos sobre Drogas (ABRAMD) . Consultora da Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas e Assessora ad hoc da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo e dos periódicos Revista Brasileira de Psiquiatria, Psicologia Integral, Estudos em Psicologia e Quality of Life Research. Colaboradora do Institute for Translational Research in Adolescent Behavioral Health da University of South Florida (EUA). Editora adjunta do International Journal of Psychology and Neuroscience.

Keith Machado Soares — Psicóloga. Onze anos de atuação em Projetos Sociais na Área de Detecção, Intervenção e Encaminhamento de Pacientes com Dependência de Substâncias Psicoativas na Unifesp. Líder de Equipes e Gerente de Projetos em Clínica/Escola de Dependência de Drogas (Unidade de Dependência de Drogas/Departamento de Psicobiologia, Disciplina Medicina e Sociologia do Abuso de Drogas) Atendimento clínico em Transtorno de Ansiedade Generalizada, Depressão e Síndrome do Pânico.

Marcelo Peixoto Gonçalves — Psicólogo clínico Especialista em Terapias Cognitivas pelo Ambulatório de Transtornos Alimentares (Ambulim) do Instituto de Psiquiatria do Hospital de Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (IPq/HC/FMUSP). Formação em Transtornos do Impulso pelo PRO-AMITI do IPq/HC/FMUSP Professor e Supervisor de estágio da Disciplina de Terapia Cognitiva do Curso de Psicologia da Universidade Paulista (Unip). Colaborador do Setor de Pesquisa e Tratamento para Compras Compulsivas do PRO-AMITI no IPq/HC/FMUSP.

Marco Montarroyos Callegaro — Psicólogo. Mestre em Neurociências e Comportamento pela Universidade Federal de Santa Catarina. Diretor do Instituto Catarinense de Terapia Cognitiva (ICTC) e um dos diretores do Cognitiva Scientia. Presidente fundador da Associação de Terapias Cognitivas

de Santa Catarina (ATC/SC). Presidente (gestão 2009-2011) da Federação Brasileira de Terapia Cognitiva (FBTC). Autor do livro *O Novo Inconsciente: Como a Terapia Cognitiva e as Neurociências revolucionaram o modelo do processamento mental* (Ed. Artmed, 2011) – ganhador do prêmio Jabuti em 2012. Presidente (gestão 2015-2017) da Associação de Psicologia Positiva da América Latina (APPAL).

Maria de Fátima Gaspar Vasques – Psicóloga. Especialização em Terapia Cognitiva Construtivista e em Psicologia Clínica pela Universidade Paulista. Coordenadora do Curso de Especialização em Terapia Cognitiva do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas (HC) da Faculdade de Medicina (FM) da Universidade de São Paulo (USP). Psicóloga-colaboradora e Coordenadora do Grupo de Estudo do Comer Compulsivo e Obesidade do Instituto de Psiquiatria do HC/FMUSP. Colaboradora-supervisora do Grupo de Dependência de Comida do Instituto de Psiquiatria do HC/FMUSP. Diretora do Perseus Realidade Virtual e do Cognitiva Scientia.

Wang Yuan Pang – Psiquiatra. Mestrado e Doutorado em Psiquiatria pelo Departamento de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP). Médico assistente do Instituto de Psiquiatria (IPq) do Hospital das Clínicas da FMUSP. Orientador do Programa de Pós-graduação do Departamento de Psiquiatria da FMUSP. Pesquisador do Núcleo de Epidemiologia Psiquiátrica (NEP) da FMUSP. Integrante (desde 2012) do Conselho Científico do Centro de Informações sobre Saúde e Álcool (Cisa).

ESTRUTURA DETALHADA

O curso é composto por 8 aulas. Veja a seguir os objetivos de aprendizagem e os conteúdos.

Objetivos

- Reconhecer o contexto histórico do surgimento da terapia cognitiva, bem como os fundamentos de neurociências que subsidiam suas práticas.
- Listar os princípios da terapia cognitiva de Aaron T. Beck e da terapia racional emotiva comportamental de Albert Ellis.
- Caracterizar a conceitualização cognitiva.
- Explicar os fundamentos básicos da terapia dos esquemas.

- Identificar os princípios da avaliação inicial de pacientes com queixas de saúde mental.
- Identificar as principais escalas de avaliação de ansiedade e depressão e suas diferentes finalidades.

Conteúdos

- Aula 1: Psicoterapia cognitiva, processamento inconsciente e neurociências
- Aula 2: História e panorama atual da terapia cognitiva-comportamental
- Aula 3: Terapia racional emotiva comportamental
- Aula 4: Terapia cognitiva de Aaron T. Beck
- Aula 5: Conceitualização cognitiva
- Aula 6: Terapia dos esquemas
- Aula 7: Avaliação inicial, anamnese e escalas de avaliação
- Aula 8: Instrumentos de avaliação de depressão e ansiedade

METODOLOGIA

O curso é disponibilizado via ambiente virtual de aprendizagem, realizado 100% a distância ao longo de 2 meses. Cada aula é composta por múltiplos objetos de aprendizagem em diferentes formatos (PDF, vídeo, conteúdo interativo, caso clínico e quiz).

CERTIFICAÇÃO

Ao final do curso, há uma prova sobre os conteúdos abordados ao longo das 8 aulas que o compõem. A avaliação só pode ser realizada por aqueles que tenham acessado a partir de 75% dos materiais. O aluno com aproveitamento de 60% na avaliação receberá o certificado de conclusão, respeitando a carga horária de 80 horas.