



Desenvolvimento e implementação de uma intervenção cognitivo-comportamental em grupo para adultos com depressão em contexto de reabilitação: Estudo exploratório sobre a sua eficácia.

Departamento: Ciências Sociais e do Comportamento

Jéssica Paula Costa Teixeira, nº 29563

Dissertação de Mestrado do Curso de Psicologia Clínica e da Saúde

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Doutora Marlene Patrícia Monteiro Sousa

Castêlo da Maia, setembro de 2019

Ano letivo 2018/2019

Resumo

Vários estudos documentaram consistentemente que as pessoas com doenças físicas têm maior probabilidade de sofrer de perturbações mentais, como depressão e ansiedade e menor qualidade de vida e funcionalidade. O impacto disruptivo desta problemática no bem-estar das pessoas é constantemente relatado na literatura. No entanto, poucos estudos, especialmente em Portugal, testaram a eficácia das intervenções em grupo na diminuição dos níveis de depressão e na promoção de outras dimensões da saúde física e mental importantes na vida destas pessoas. Assim, o presente estudo exploratório, realizado com 6 pessoas com lesão cerebral adquirida, acompanhadas em contexto de reabilitação, visou: (1) desenvolver e implementar uma intervenção cognitiva-comportamental em grupo para pessoas com doenças físicas e sintomatologia depressiva em contexto da reabilitação; (2) analisar a evolução dos sintomas depressivos de cada participante ao longo do tratamento (pré-teste, sessões terapêuticas, pós-teste e *follow-up*), avaliando a eficácia clínica do mesmo; (3) avaliar o impacto do tratamento na ansiedade, no bem-estar geral, na funcionalidade e na qualidade de vida dos participantes. Medidas de autorrelato foram usadas para recolher informações sociodemográficas, e avaliar o risco de suicídio, sintomatologia depressiva (*PHQ-9*), ansiedade (*GAD-7*), bem-estar geral (*CORE-10*), qualidade de vida (*WHOQOL-Bref*) e funcionalidade (*WSAS*). Os resultados indicaram diferenças na sintomatologia depressiva e no nível da funcionalidade entre os momentos do pré e do pós-teste, sugerindo um impacto positivo da intervenção nestas duas dimensões. Além disso, foi possível analisar uma ligeira diminuição da sintomatologia ansiosa e um ligeiro aumento, tanto do nível de bem-estar geral, como da qualidade de vida. Os resultados serão discutidos considerando a importância de desenvolver intervenções que procurem promover a saúde mental, a qualidade de vida e a funcionalidade destas pessoas.

Palavras-chaves: Depressão; Reabilitação; Terapia Cognitivo-Comportamental em Grupo; Doenças físicas.