

Aplicação da terapia cognitivo comportamental no transtorno bipolar com ênfase no diagnóstico e tratamento: uma revisão bibliográfica

Hellen Beatriz Ferreira Soares ¹, Poliana Pereira da Silva Barros ¹, Rosielly Hilda da Silva ¹

¹Acadêmico curso de Bacharelado em Psicologia, Centro Universitário Brasileiro, Brasil.

²Acadêmico curso de Bacharelado em Psicologia, Centro Universitário Brasileiro, Brasil.

³Acadêmico curso de Bacharelado em Psicologia, Centro Universitário Brasileiro, Brasil. (*Autor correspondente: Rosiellyhilda@gmail.com)

⁴Doutor em Administração, Universidade Federal de Pernambuco, Brasil.

Anais do Congresso de Psicologia da UNIBRA (Resumos)

RESUMO

O presente estudo “Aplicação da Terapia Cognitivo Comportamental no Transtorno Bipolar com ênfase no diagnóstico e tratamento: Uma revisão Bibliográfica” tem como objetivo analisar a eficácia da Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) no tratamento do Transtorno Bipolar (TB), considerando os benefícios da abordagem integrada com o uso de psicofármacos. O Transtorno Bipolar é uma condição neuropsiquiátrica crônica, caracterizada por oscilações extremas de humor entre episódios de mania, hipomania e depressão, afetando significativamente a qualidade de vida dos indivíduos. A pesquisa adotou uma metodologia qualitativa, por meio de revisão bibliográfica, utilizando 25 artigos selecionados com base em critérios específicos de relevância, idioma e atualidade, extraídos de bases como Google Acadêmico, PubMed e ProQuest. O referencial teórico foi dividido em dois eixos principais: a Terapia Cognitivo Comportamental e o Transtorno Bipolar. Os resultados indicam que o diagnóstico precoce do Transtorno Bipolar, aliado à Terapia Cognitivo Comportamental, melhora significativamente a estabilidade emocional do paciente. Além disso, a TCC contribui para o autoconhecimento, adesão ao tratamento e enfrentamento dos estigmas relacionados ao transtorno. Conclui-se que o tratamento do TB deve ser multidisciplinar e individualizado, integrando intervenções medicamentosas e psicoterapêuticas, principalmente a TCC, que apresenta evidências científicas de eficácia na redução da frequência e da gravidade dos episódios. O estudo reforça a importância do manejo contínuo e adaptado às necessidades do paciente, destacando o papel fundamental da psicoeducação na manutenção da estabilidade e prevenção de recaídas.

Palavras-chave: Transtorno Bipolar; Psicoterapia; Tratamento; Psicoeducação. Terapia Cognitivo-Comportamental;

The Application of Cognitive Behavioral Therapy in Bipolar Disorder with an Emphasis on Diagnosis and Treatment: A Literature Review

ABSTRACT

The present study, "Application of Cognitive Behavioral Therapy in Bipolar Disorder with an Emphasis on Diagnosis and Treatment: A Literature Review", aims to analyze the effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) in the treatment of Bipolar Disorder (BD), considering the benefits of an integrated approach with the use of psychotropic medications. Bipolar Disorder is a chronic neuropsychiatric condition characterized by extreme mood swings between episodes of mania, hypomania, and depression, significantly affecting individuals' quality of life. The research adopted a qualitative methodology through a literature review, using 25 articles selected based on specific criteria of relevance, language, and recency, retrieved from databases such as Google Scholar, PubMed, and ProQuest. The theoretical framework was divided into two main areas: Cognitive Behavioral Therapy and Bipolar Disorder. The results indicate that early diagnosis of Bipolar Disorder, combined with Cognitive Behavioral Therapy, significantly improves patients' emotional stability. Additionally, CBT contributes to self-awareness, treatment adherence, and coping with the stigma associated with the disorder. It is concluded that the treatment of BD should be multidisciplinary and individualized, integrating both pharmacological and psychotherapeutic interventions—especially CBT, which presents scientific evidence of effectiveness in reducing the frequency and severity of episodes. The study reinforces the importance of continuous management tailored to the patient's needs, highlighting the fundamental role of psychoeducation in maintaining stability and preventing relapses.

Keywords: Bipolar Disorder; Cognitive Behavioral Therapy; Diagnosis; Treatment; Psychoeducation