



PSICOLOGIA BASEADA EM EVIDÊNCIAS: UM CAMINHO PARA A EXCELÊNCIA NA PRÁTICA CLÍNICA E FORMAÇÃO EM PSICOLOGIA

EVIDENCE-BASED PSYCHOLOGY: A PATH TO EXCELLENCE IN CLINICAL PRACTICE AND TRAINING IN PSYCHOLOGY

Daniel Avancini Sobreira¹, Dara Guaitolini², Rafael Gomes da Silva Xavier³, Mariana Rambaldi do Nascimento⁴

¹Graduado em Psicologia pelo Centro Universitário do Espírito Santo – UNESC. Foi membro fundador e presidente da Liga Acadêmica de Psicologia Comportamental (LAPC) por três anos. Atuou como monitor bolsista da disciplina de Análise Experimental do Comportamento e como voluntário na disciplina de Psicometria entre 2023 e 2024. ²Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário do Espírito Santo – UNESC. ³Docente na graduação de Psicologia. Pós-Graduação em Psicologia Cognitiva e Comportamental. Pós-graduado em Neuropsicologia e Reabilitação; Pós-graduando em Análise do comportamento aplicada ao autismo e deficiência intelectual. Psicólogo clínico (terapia cognitivo comportamental, análise do comportamento aplicada, terapia Metacognitiva). ⁴ Graduada em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (2016), Mestre em Administração pela Universidade Federal Fluminense (2020). Atualmente é doutoranda em Psicologia no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social na Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Professora do Centro Universitário do Espírito Santo - UNESC.

RESUMO

A Prática Baseada em Evidências em Psicologia é um paradigma que enfatiza a integração de dados científicos rigorosos com a prática clínica. Ela se baseia em estudos empiricamente sólidos para guiar decisões, avaliações e intervenções psicológicas, promovendo a eficácia e a qualidade dos serviços prestados. Essa prática desempenha um papel crucial na formação acadêmica e na prática profissional dos psicólogos, pois permite uma abordagem informada, responsável e atualizada. Ela também incentiva a busca contínua por conhecimento, uma vez que a ciência psicológica está em constante evolução. Portanto, este estudo trata de uma revisão bibliográfica, com o objetivo de se discutir sobre a importância da Prática Baseada em Evidências em Psicologia na formação dos profissionais. Como resultados, constata-se que algumas barreiras podem surgir ao se falar ou implementar essa prática. A falta de acesso a recursos de pesquisa, a complexidade da interpretação de estudos científicos e o tempo necessário para incorporar novos conhecimentos na prática são desafios comuns. Além disso, abordagens padronizadas baseadas em evidências podem não se adequar a todos os contextos clínicos, exigindo flexibilidade na aplicação. Em conclusão, a Psicologia Baseada em Evidências é um pilar essencial na formação e prática dos psicólogos, aprimorando a qualidade dos serviços e mantendo a profissão alinhada às descobertas científicas. Embora haja desafios, os benefícios em termos de resultados positivos para os pacientes e o avanço da psicologia como disciplina são inegáveis, além de se proporcionar um ambiente clínico ético entre psicólogo e paciente, atuando conforme o código de ética profissional que a psicologia preza.

Palavras-Chave: Cientificidade, Graduação, Práticas Baseadas em Evidências, Psicoterapia.



ABSTRACT

Evidence-Based Practice in Psychology emphasizes the integration of rigorous scientific data with clinical practice. It is grounded in empirical sound studies to guide psychological decision-making, assessment, and intervention, thereby promoting the effectiveness and quality of the services provided. This approach plays a crucial role in both academic training and professional practice in psychology as it fosters an informed, responsible, and up-to-date approach to care. Moreover, it encourages the continuous pursuit of knowledge given that psychological science is constantly evolving. Accordingly, this study presents a literature review aimed at discussing the importance of Evidence-Based Practice in psychology in the professional training of psychologists. These findings indicate that barriers may arise when addressing or implementing this practice. Common challenges include limited access to research resources, complexity of interpreting scientific studies, and time required to incorporate new knowledge into clinical routines. Furthermore, standardized evidence-based approaches may not be fully applicable to all clinical contexts, requiring flexibility and professional judgment in their application. In conclusion, Evidence-Based Psychology represents an essential pillar in the education and professional development of psychologists, enhancing the quality of care and aligning the profession with scientific advances. Despite the challenges involved, the benefits of improved patient outcomes and the advancement of psychology as a discipline are undeniable. Additionally, this approach contributes to the establishment of an ethical clinical environment, reinforcing the psychologist–patient relationship in accordance with the professional code of ethics governing psychological practice.

Keywords: *Scientificity, Education, Evidence-based Practice, Psychotherapy.*

1 INTRODUÇÃO

A Prática Baseada em Evidências em Psicologia (PBEP) representa um método sistemático de intervenção em que se busca a coleta e a avaliação crítica dos resultados derivados de pesquisas pertinentes a decisões de natureza prática e determinante. A implantação efetiva da PBEP na atuação do psicólogo demanda uma dedicação contínua ao aprendizado e à atualização de seus conhecimentos e técnicas. Esse processo envolve a integração de três pilares fundamentais: as melhores evidências científicas disponíveis, a *expertise* clínica do profissional, e as preferências e valores do paciente. A conjugação desses elementos garante que a prática psicológica esteja não apenas embasada em evidências robustas, mas também alinhada às necessidades específicas de cada indivíduo. A PBEP, portanto, oferece uma base para a tomada de decisões informada e responsável, permitindo que as intervenções sejam adaptadas ao contexto e às particularidades de cada caso clínico (Melchert et al., 2023; Norcross et al., 2016).

No contexto atual, a implementação da PBEP torna-se essencial diante dos desafios crescentes no campo da saúde mental, em que a demanda por práticas mais eficazes e personalizadas é cada vez mais requisitada. O avanço das pesquisas científicas, aliado à crescente disponibilidade de recursos e ferramentas tecnológicas, oferece aos profissionais a oportunidade de integrar conhecimento atualizado à sua prática diária. No entanto, a heterogeneidade das evidências disponíveis, muitas vezes, dificulta a aplicação direta dos resultados nas realidades clínicas diversas, exigindo dos psicólogos um esforço adicional de interpretação e adaptação das intervenções. Além disso, o crescimento dos atendimentos online durante, e pós, a pandemia destacou ainda mais a relevância da PBEP, trazendo novas oportunidades e desafios para a prática baseada em evidências no ambiente digital. Contudo, apesar do amplo apoio teórico, a adoção da PBEP enfrenta obstáculos importantes, como a resistência à mudança entre profissionais e a falta de treinamento adequado, especialmente durante a formação acadêmica. Esses desafios colocam em evidência a necessidade de uma revisão crítica sobre o estado atual da PBEP e suas implicações na prática cotidiana dos psicólogos (Parrow *et al.*, 2019).

Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo principal apresentar uma revisão narrativa sobre a Prática Baseada em Evidências em Psicologia (PBEP), abordando suas principais contribuições para o campo da psicologia, assim como identificar as lacunas e desafios enfrentados tanto na formação acadêmica quanto na prática profissional. Além de discutir os benefícios dessa abordagem, como o aprimoramento da qualidade dos serviços prestados e a promoção de intervenções mais eficazes, este trabalho também pretende destacar as dificuldades de implementação, as barreiras que os profissionais encontram ao aplicá-la no cotidiano clínico, e as possíveis soluções para superar essas limitações. Assim, espera-se que este estudo contribua para uma compreensão mais abrangente da PBEP, oferecendo subsídios teóricos e práticos para sua aplicação, ao mesmo tempo que sugere áreas em que futuras pesquisas são necessárias para fortalecer ainda mais essa prática.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Esta revisão narrativa tem como objetivo responder à seguinte questão norteadora: *“De que forma a Prática Baseada em Evidências em Psicologia (PBEP) pode ser implementada de maneira eficaz, considerando as particularidades dos*

pacientes e os diferentes contextos clínicos?” Para isso, foi realizada uma análise crítica da literatura científica disponível, com o intuito de reunir e discutir os principais referenciais teóricos e práticos sobre o tema.

A seleção do material bibliográfico foi realizada por meio de buscas em bases de dados reconhecidas, tais como a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Psicologia: Ciência e Profissão (PePSIC), além de outras plataformas acadêmicas de acesso aberto. Foram considerados elegíveis artigos científicos, livros e capítulos de livros que abordassem de forma direta a implementação da PBEP, suas fundamentações teóricas, estratégias de aplicação e os desafios envolvidos em sua adoção na prática clínica.

Os critérios de inclusão envolveram a relevância para o tema proposto, a contribuição teórica e/ou empírica das obras, bem como a pertinência metodológica dos estudos selecionados. Também foram priorizadas publicações com reconhecido impacto na área, que favorecessem uma compreensão abrangente e atualizada da PBEP.

Complementarmente, esta revisão fundamenta-se em autores clássicos e contemporâneos que desempenharam papel central na construção e consolidação do modelo de práticas baseadas em evidências no campo da psicologia. Dentre eles, destacam-se os trabalhos de Chambless (1993) e Melchert et al. (2023), considerados referências estruturantes por sua contribuição significativa na definição de diretrizes, critérios de avaliação e na disseminação da PBEP. Tais autores foram incorporados ao corpus teórico do estudo por sua relevância histórica e pelo impacto duradouro no aprimoramento das práticas psicológicas fundamentadas em evidências científicas.

3 RESULTADOS

A adoção da prática baseada em evidências na Psicologia remonta ao estabelecimento da Divisão 12 da *American Psychological Association* (APA) em 1993. A concepção desta divisão foi acompanhada pela constituição de um grupo de trabalho composto por profissionais da psicologia, representantes de diferentes correntes teóricas, que se dedicou a empreender a identificação de tratamentos empiricamente sustentados (Chambless, 1993; Melchert et al., 2023). Este grupo foi estabelecido com a finalidade específica de avaliar o embasamento empírico de

abordagens terapêuticas, isto é, a compilação das evidências científicas que corroboram a eficácia das intervenções em contextos particulares de aplicação (APA, 2023a).

Tradicionalmente, a Prática Baseada em Evidências na Psicologia (PBEP) se fundamenta na intersecção de três domínios: a avaliação da melhor evidência científica disponível, a aplicação da expertise clínica do profissional e preferências do paciente (Melchert *et al.*, 2023; APA 2023b; Dozois *et al.*, 2014). Este paradigma estabelece uma integração sinérgica entre a pesquisa científica e a aplicação clínica, visando otimizar os resultados terapêuticos. O conceito de PBEP pode ser definido como um processo interativo de tomada de decisão clínica, no qual a seleção da intervenção ideal é guiada pela síntese da mais atualizada e robusta evidência disponível relevante para o paciente em questão. Tal decisão não apenas leva em consideração o domínio teórico e técnico do profissional, incluindo seu conhecimento aprofundado da teoria subjacente e sua habilidade em executar intervenções específicas, mas também considera as características individuais do paciente, como idade, gênero, orientação sexual, identidade religiosa e outros fatores psicossociais relevantes (APA, 2023a, 2023b).

No primeiro domínio da PBEP, o foco recai na identificação e utilização das evidências mais sólidas em termos de eficácia, eficiência e segurança das abordagens psicoterapêuticas (Melchert *et al.*, 2023; APA, 2023a). A eficácia refere-se à capacidade de uma intervenção em gerar resultados positivos em contextos reais de aplicação clínica, enquanto a eficiência abrange a análise custo-benefício das práticas adotadas, garantindo que os recursos sejam empregados de forma otimizada. Já a segurança visa assegurar que as intervenções psicoterapêuticas ofereçam efeitos consistentes e minimizem os riscos de efeitos adversos aos pacientes. Para cumprir este domínio, o psicólogo deve se engajar em um processo contínuo de formação, a fim de desenvolver uma visão crítica das evidências científicas disponíveis para questões clínicas específicas. Esse domínio envolve a revisão e avaliação crítica das fontes, assegurando que as práticas adotadas se baseiem em dados sólidos e resultados validados empiricamente. Dessa forma, o primeiro domínio da PBEP busca garantir que a atuação profissional se fundamente em evidências científicas rigorosas, ao invés de se basear em tradições ou pressupostos (Dozois *et al.*, 2014; Spencer, Detrich e Slocum, 2012).

O segundo domínio refere-se à habilidade e experiência do psicólogo. Além de se basear em evidências científicas, os profissionais da psicologia também utilizam sua experiência clínica para adaptar as intervenções às necessidades individuais de cada paciente, como crenças, valores, gostos e escolhas. A *expertise* clínica envolve a capacidade de compreender e interpretar as complexidades únicas de cada caso, fazendo julgamentos informados sobre a melhor forma de aplicar as evidências científicas à situação específica do paciente. Isso implica ajustar as abordagens com base nas necessidades, valores e circunstâncias do paciente (APA, 2023a, 2023b; Dozois *et al.*, 2014 e Melchert *et al.*, 2023).

O terceiro domínio está relacionado à compreensão das características, cultura e preferências do paciente. Cada paciente é único, com uma história de vida, experiências, crenças, valores e preferências que devem ser respeitadas e integradas ao processo terapêutico. Essas preferências podem incluir a escolha por determinados estilos de intervenção, ritmos de progresso, e até mesmo o local onde a terapia ocorre, refletindo o que o paciente considera mais adequado para sua própria jornada de tratamento. Portanto, é essencial que os psicólogos realizem uma análise profunda do paciente, levando em consideração fatores como a idade, gênero, contexto cultural, contexto social, histórico pessoal e quaisquer outras características relevantes. Essa análise permite ao psicólogo personalizar as intervenções de maneira a atender às necessidades e circunstâncias específicas do paciente, tornando o tratamento mais eficaz e apropriado (APA, 2023a, 2023b; Melchert *et al.*, 2023; Norcross e Wampold, 2018).

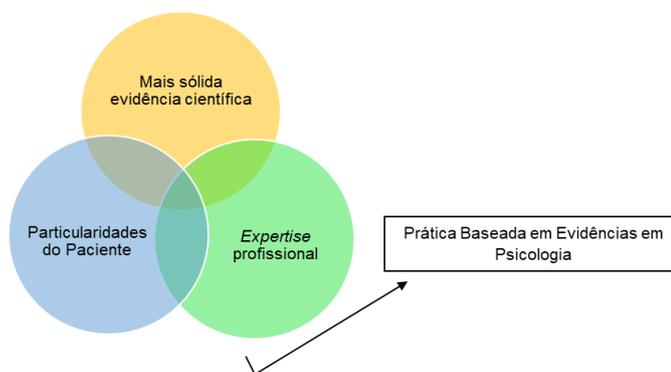


Figura 1 – Representação visual do tripé da PBEP

Fonte: Os autores.

A PBEP é um processo dinâmico, caracterizado por uma abordagem contínua de investigação, em que a intrínseca incerteza inerente à tomada de decisões é proeminente, e os esforços voltados à sua mitigação são diligentemente abordados.

Essa perspectiva se configura como um ambiente intelectualmente aberto, onde a prática de avaliação crítica é não apenas encorajada, mas também cultivada, fomentando o desenvolvimento de argumentos fundamentados que estejam intrinsecamente conectados ao tópico em análise. Em contrapartida, desencoraja-se a formulação de objeções infundadas que possam desviar os profissionais de uma análise minuciosa de novas ideias e métodos emergentes, bem como das evidências conexas que detêm o potencial de enriquecer a capacidade de atendimento aos pacientes (Norcross *et al.*, 2016; APA, 2023b).

É fundamental ressaltar que a PBEP envolve um conjunto sistemático de princípios orientados para avaliar a eficácia das práticas adotadas em um contexto clínico ou com uma população específica. O objetivo subjacente é eliminar gastos com intervenções ineficazes, aumentar a efetividade do tratamento e reduzir a duração global do processo terapêutico para o paciente. Isso é alcançado por meio da constante avaliação e adaptação das intervenções, com base nas evidências mais recentes, para garantir a abordagem mais benéfica e apropriada para cada situação clínica (APA, 2023a, 2023b; Norcross *et al.*, 2016).

A PBEP desempenha um papel fundamental na promoção da prática psicoterapêutica eficaz, ao mesmo tempo em que contribui substancialmente para o panorama da saúde pública, por meio da aplicação rigorosa de princípios embasados empiricamente no âmbito da avaliação psicológica, formulação de caso, desenvolvimento da relação terapêutica e aplicação de intervenções. Adicionalmente, ela não se configura como um conjunto fixo de princípios inquestionáveis, mas sim como um processo que se enriquece por meio da revisão constante, adaptação e aprimoramento com base nas informações atuais disponíveis (Norcross *et al.*, 2016; Melchert *et al.*, 2023 e APA 2023b).

Ao reconhecer a inevitabilidade da incerteza em uma disciplina complexa como a psicologia, a PBEP ressalta a importância de engajar-se em uma busca incessante por evidências que possam informar e sustentar as decisões clínicas. Através dessa prática, não somente se propicia uma atuação mais informada e eficaz, mas também se promove a evolução contínua do campo, à medida que novas descobertas científicas são integradas de maneira crítica e reflexiva (Melchert *et al.*, 2023; Melnik *et al.*, 2014).

A emergência da PBEP surge como resultante de um complexo conglomerado de fatores de cunho científico, social, econômico e político. Entre esses fatores encontram-se a determinação de pesquisadores e organizações profissionais de submeter à validação empírica os desdobramentos dos serviços providos pela categoria. Ademais, integra-se a essa conjuntura a crescente demanda dos consumidores por garantias quanto à qualidade dos serviços que lhes são oferecidos. Somam-se, ainda, os esforços empreendidos pelas agências governamentais no sentido de salvaguardar os direitos dos consumidores, assim como o interesse das entidades de planos de saúde em maximizar a relação custo-benefício das modalidades de tratamento disponibilizadas. Tais influências, dentre outras, convergem para a configuração do ambiente propício à consolidação da prática baseada em evidências (Chambless, 1993; APA, 2023a, 2023b).

O estabelecimento e operacionalização dessa força-tarefa não apenas denotam o comprometimento da comunidade psicológica com a adoção de práticas embasadas em evidências, mas também sublinham o esforço coordenado para sistematizar a avaliação da sustentação empírica das intervenções. Este cenário contribui para uma compreensão mais precisa e objetiva das bases científicas que informam a prática terapêutica, promovendo uma integração mais sólida entre os aspectos teóricos e práticos da disciplina. Adicionalmente, essa busca por uma compreensão embasada em evidências proporciona uma base sólida para a formulação de diretrizes clínicas e políticas de saúde, promovendo uma prática mais responsável, eficiente e eficaz no campo da psicologia (Dozois *et al.*, 2014).

O resultado concretizado por essa força-tarefa compreendeu um conjunto de recomendações que delineavam diretrizes de atuação. Entre essas recomendações, destacaram-se: a instituição de um rol de tratamentos com eficácia estabelecida, acompanhado de atualizações periódicas à medida que novas evidências científicas fossem disponibilizadas; a promoção de programas de treinamento em, no mínimo, uma modalidade terapêutica empiricamente sustentada; a implementação de programas de educação continuada, focados nas técnicas com respaldo empírico; e a promoção da supervisão clínica como um requisito ético inerente à adoção de novas técnicas e abordagens, realçando a importância de deslocar a ênfase tradicionalmente depositada em cursos de curta duração como meio primordial para a obtenção de competência em novas áreas de atuação (Chambless, 1993; Dozois *et al.*, 2014).

A consolidação dessas recomendações na sequência dos trabalhos da força-tarefa realça o compromisso da Psicologia em direcionar suas práticas em consonância com as melhores evidências científicas disponíveis. A ênfase em treinamento rigoroso, educação contínua e supervisão clínica reforça a aspiração de promover um ambiente clínico seguro, ético e altamente eficaz, onde os profissionais estejam adequadamente preparados para aplicar abordagens terapêuticas que demonstrem uma base sólida de sustentação empírica. Essa abordagem não apenas aprimora a qualidade da intervenção psicológica, mas também estabelece uma base sólida para a evolução constante do campo, garantindo que as práticas se mantenham alinhadas às descobertas científicas emergentes (Chambless, 1993; Norcross e Wampold, 2018).

A ascendente exigência pela adoção da prática baseada em evidências é uma tendência progressiva e transversal nos diversos âmbitos de atuação da psicologia. É consensualmente reconhecido que a disciplina da Psicologia, como um componente integral desse cenário, apresente um potencial considerável ao integrar essa abordagem em suas práticas profissionais (Dozois *et al.*, 2014). A exemplo disso, o Código de Ética profissional da Psicologia surge como uma ferramenta para auxiliar e conduzir esses profissionais a uma prática eficiente, sendo de responsabilidade do profissional o contínuo aprimoramento profissional, contribuindo para o desenvolvimento da Psicologia como campo científico de conhecimento e de prática (CFP, 2005). Os profissionais clínicos têm a possibilidade de se valer desses estudos como ferramentas essenciais para aprimorar sua base de conhecimento, os pesquisadores são capazes de empregá-los para a identificação, justificação e formulação de hipóteses de pesquisa mais robustas, e os gestores da área da saúde podem fazer uso dessas evidências como fundamento para a criação de diretrizes e regulamentações imprescindíveis na esfera de diagnósticos, bem como nas estratégias de tratamento e prevenção (Dozois *et al.*, 2014).

Consonantemente, as vantagens inerentes à abordagem da PBEP abrangem um espectro amplo, abarcando desde a etapa preliminar de delineamento de pesquisas focalizadas em tópicos de alta prioridade, visando minimizar a dissipação de recursos em iniciativas de pesquisa, até a sua aplicação como ferramenta na orientação da tomada de decisões nos contextos clínico e de administração da saúde pública. A integração da abordagem baseada em evidências potencializa a tomada de

decisões dos profissionais, permitindo-lhes embasar suas ações em resultados confiáveis e generalizáveis (Dozois *et al.*, 2014; APA, 2023b e Melchert *et al.*, 2023).

Não obstante, os profissionais que adotam a PBEP concebem indagações de pesquisa que possam ser substancialmente respondidas a respeito das decisões inseridas em sua prática clínica. Eles adotam a melhor evidência científica encontrada, exercitam uma consideração meticulosa quanto à aplicabilidade das descobertas ao cenário do paciente em questão e, em colaboração com o mesmo, elegem uma opção para ser implementada, seguida da avaliação dos resultados obtidos (Norcross *et al.*, 2016).

De maneira tradicional, a seleção da conduta psicoterapêutica a ser adotada para distintos quadros clínicos repousava principalmente na expertise profissional e em suas preferências. Contudo, esse paradigma tem experimentado múltiplas transformações substanciais, advindas da prática baseada em evidências que postula a fundamentação das decisões clínicas do psicólogo com base em dados empíricos. A transição da abordagem tradicional para a ótica da PBEP traduz uma mudança paradigmática, em que a seleção da intervenção terapêutica se distancia da singularidade da experiência pessoal do terapeuta, passando a incorporar um arcabouço robusto de conhecimento científico. Isso implica na consideração atenta das evidências empíricas que respaldam a eficácia, a segurança e a aplicabilidade de cada abordagem em diferentes contextos clínicos (Norcross *et al.*, 2016).

Importa destacar que a presença de evidência científica não anula, de forma completa, a presença de incertezas. Intervenções psicoterapêuticas permanecem suscetíveis a influências multifacetadas advindas de variáveis diversas, englobando atributos do terapeuta (como tempo de formação, especializações e supervisão) e características intrínsecas ao paciente (abrangendo comorbidades orgânicas e psicológicas, nível socioeconômico e motivação), que nem sempre são contempladas de antemão nos estudos. Nesse sentido, mesmo diante do estabelecimento de diretrizes baseadas em evidências para programas de intervenção e políticas voltadas à saúde mental, a prudência preconiza que essas deliberações permaneçam sujeitas a um escrutínio constante por meio de processos de monitoramento e avaliação sistemáticos, com vistas a permitir ajustes e aperfeiçoamentos em consonância com os resultados obtidos (Dozois *et al.*, 2014 e Melchert *et al.*, 2023).

Assim sendo, a nomenclatura "Psicologia Baseada em Evidências", bem como "Psicoterapia Baseada em Evidências" ou "Terapia Baseada em Evidências", transcende a concepção de uma mera etiqueta, assumindo-se, em verdade, como um construto intrincado que abarca uma compreensão meticulosa da hierarquia das evidências na Psicologia. Essa compreensão se desdobra em uma apreciação criteriosa das evidências disponíveis, da aplicação dos métodos subjacentes à elaboração de revisões sistemáticas, metanálises, ensaios clínicos randomizados e demais delineamentos experimentais proficuamente conduzidos, englobando, por conseguinte, uma miríade de domínios correlacionados. No âmago dessa complexidade, emerge a necessidade inelutável de uma formação sólida para graduandos e pós-graduandos, de modo a garantir que os princípios subjacentes a essa abordagem sejam devidamente assimilados e considerados com o propósito de catalisar o progresso do conhecimento científico (Melchert *et al.*, 2023; Norcross *et al.*, 2016 e Dozois *et al.*, 2014).

Dessa maneira, a capacitação dos psicólogos para a utilização efetiva do conhecimento em sua prática profissional, aliada à construção de um domínio sólido em método científico, assume-se como um pré-requisito indispensável para uma interação frutífera entre a esfera científica e prática. Para efetivar essa conexão, torna-se imperativo que a formação dos estudantes seja delineada de forma a fomentar a aquisição de competências essenciais para abordar uma série de intrincados aspectos. Tais competências abrangem, entre outros, a capacidade de lidar habilmente com questões inerentes à amostragem, observação, registro e interpretação de dados. Além disso, é crucial fornecer um embasamento sólido em análises estatísticas, em reconhecimento dos diferentes níveis de evidências e em técnicas de revisões sistemáticas e metanálises. Ademais, a habilidade de conduzir uma avaliação crítica de artigos científicos é um atributo indispensável nesse processo de formação (Herbert *et al.*, 2022; Norcross e Wampold, 2018).

A PBEP visa construir uma ponte robusta entre a ciência e a prática no domínio da psicologia, assegurando que os profissionais estejam munidos com as ferramentas analíticas e metodológicas necessárias para uma tomada de decisão informada. Ao adquirir esse conjunto de competências, os psicólogos não somente enriquecem sua própria prática, mas também contribuem para a evolução contínua da disciplina e para o avanço do conhecimento na área. Esse cenário corrobora com a constante evolução

da Psicologia, impulsionando-a em direção a um patamar sólido, embasado empiricamente e eficazmente alinhado às complexidades e desafios da realidade clínica e científica contemporânea (Dozois *et al.*, 2014; Norcross *et al.*, 2016).

Ao longo das últimas duas décadas, houve uma persistente e fervorosa discussão, que permeou a literatura psicológica internacional, acerca da PBEP que tem se encontrado escassa no contexto da Psicologia brasileira, revelando uma notável lacuna nas produções científicas brasileiras. São raros os registros de publicações em língua portuguesa que se dedicaram a explorar profundamente esse campo. Esse aparente hiato na discussão da PBEP no âmbito da Psicologia brasileira ressalta a necessidade premente de se aprofundar nesse tema, a fim de incorporar uma abordagem embasada em evidências aos procedimentos clínicos e práticas psicológicas no cenário nacional. A análise crítica e adaptação de princípios embasados empiricamente, além de proporcionar uma base sólida para as intervenções clínicas, também podem contribuir significativamente para a eficácia dos tratamentos, o refinamento das técnicas empregadas e a otimização dos resultados alcançados no contexto terapêutico (Melchert *et al.*, 2023; Norcross e Wampold, 2018; Dozois *et al.*, 2014).

No Brasil, a barreira linguística constitui um obstáculo relevante para a implementação efetiva da PBEP, dado que a maioria dos manuais, artigos e diretrizes essenciais é disponibilizada em inglês. Essa limitação compromete o acesso de estudantes e profissionais a conteúdos atualizados e de alta relevância, restringindo a assimilação de conceitos e práticas embasadas cientificamente. Além disso, outro desafio crítico está na estrutura curricular dos cursos de graduação em psicologia, que frequentemente favorecem uma orientação epistemológica específica, incentivando os estudantes a adotar abordagens com base em preferências pessoais e subjetivas, ao invés de promover uma formação integrativa e fundamentada em evidências (APA 2023a; Norcross e Lambert, 2019).

Uma estratégia propositiva para mitigar a disseminação de concepções equivocadas acerca da PBEP reside no aprimoramento da base de conhecimento dos estudantes de Psicologia, o que se encontra escasso em suas grades curriculares (Herbert *et al.*, 2022). Tal situação contrapõe diretamente um dos pilares fundamentais da prática baseada em evidências, ou seja, a priorização da melhor evidência disponível para orientar o manejo do caso em questão. A ausência de disciplinas que

adotam práticas empiricamente sustentadas e que proporcionem o aluno a avaliar as evidências disponíveis na literatura nos programas de graduação acaba por comprometer o processo de tomada de decisões informadas, agravando-se pela limitada compreensão da metodologia científica. Em tal contexto, o emprego de intervenções psicológicas destituídas de eficácia comprovada carece de justificativa (Dozois *et al.*, 2014 e Melchert *et al.*, 2023).

Herbert *et al.* (2022) sugerem, adicionalmente, uma reorientação na ênfase do ensino dos estudantes. Convencionalmente, o ensino envolve a apresentação de protocolos de pesquisa. Contudo, a mudança do enfoque tradicional do "O quê?" para o "Por quê?" emerge como imperativa. Introduzir e promover o pensamento lógico em relação aos protocolos de pesquisa proporciona uma estrutura conceitual abrangente, na qual o conteúdo desses protocolos pode ser mais bem contextualizado e compreendido. Além disso, a instigação de objeções à abordagem pode ser incentivada, abordada e discutida de maneira proativa. Nesse contexto, a reconfiguração do ensino para incluir uma análise crítica das bases conceituais subjacentes aos protocolos de pesquisa contribui para um entendimento mais profundo das implicações teóricas e metodológicas desses protocolos. Ademais, o estímulo ao engajamento ativo por meio de debates construtivos pode ampliar a capacidade dos estudantes em avaliar as limitações e as potencialidades das estratégias metodológicas empregadas, aprofundando, desse modo, sua percepção da interface entre o rigor científico e a prática clínica (Herbert *et al.*, 2022).

Segundo Herbert *et al.* (2022), a negligência em enfrentar a resistência dentro do campo da Psicologia em relação à prática baseada em evidências pode perpetuar a persistência de intervenções não científicas ou mesmo pseudocientíficas, comprometendo, assim, a credibilidade da disciplina. Os mesmos autores estabelecem uma sugestiva analogia entre a resistência à aceitação da PBEP e a resistência observada na psicoterapia. Os psicoterapeutas operam sob a premissa de que a resistência apresentada por seus pacientes em relação ao tratamento não deve ser desconsiderada, visto que tal resistência muitas vezes contém informações valiosas que podem contribuir para o processo terapêutico, sendo, em certo sentido, uma aliada no tratamento (Herbert *et al.*, 2022).

Esse viés cognitivo implica que a predição de eventos futuros é influenciada pela facilidade com que experiências passadas vêm à mente, levando, neste contexto,

à subestimação de evidências científicas. Analogamente, a compreensão da resistência demonstrada por alguns indivíduos em relação à viabilidade da Prática Baseada em Evidências pode ser encarada como uma aliada pelos defensores dessa abordagem. Isso pode proporcionar um entendimento mais profundo das razões subjacentes a essa resistência, permitindo a formulação de argumentos científicos e lógicos que possam ser empregados para abordar essa questão junto àqueles que demonstram relutância em considerar uma perspectiva alternativa (Herbert *et al.*, 2022).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A discussão sobre a Prática Baseada em Evidências em Psicologia revela a busca por uma integração sólida entre a pesquisa científica e a prática clínica, com o objetivo de oferecer abordagens terapêuticas fundamentadas em dados confiáveis e metodologias robustas. Ao longo desse panorama, emergem desafios como resistências arraigadas, crenças tradicionais e barreiras linguísticas que se intercalam com avanços promissores, como iniciativas educacionais e publicações nacionais sobre o tema. A PBEP se configura como um norte ético e eficaz para a atuação dos psicólogos, orientando a escolha de intervenções embasadas em evidências sólidas e estimulando a constante atualização profissional. A importância da PBEP na formação em Psicologia é vital, pois ela não apenas fortalece a capacidade dos futuros profissionais de discernir entre práticas validadas e pseudocientíficas, mas também os prepara para um engajamento ativo na pesquisa e na aplicação de métodos empiricamente sustentados. Ao adotar a PBEP como um paradigma a ser seguido, a Psicologia promove não apenas a qualidade dos cuidados clínicos, mas também a evolução contínua da disciplina, alinhando-se ao rigor científico e à busca incansável pelo bem-estar dos indivíduos e da sociedade, além de sugerir estudos futuros com base nos artigos encontrados.

REFERÊNCIAS

APA, American Psychological Association. **Evidence-based practice in psychology**. Disponível em: <<https://www.apa.org/pubs/journals/features/evidence-based-statement.pdf>>. Acesso em: 15 mai. 2023a.

_____. **Professional practice guidelines for evidence-based psychological practice in health care.** Disponível em: <<https://www.apa.org/about/policy/evidence-based-psychological-practice-health-care.pdf>>. Acesso em: 15 mai. 2023b.

CHAMBLESS, D. L. **Task force on promotion and dissemination of psychological procedures:** a report adopted by the Division 12 Board. Washington, DC: American Psychological Association, 1993. Disponível em: <http://www.apa.org/divisions/div12/est/chamble2.pdf>. Acesso em: 15 mai. 2023.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de ética profissional do psicólogo.** Brasília, DF: CFP, 2005. Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf>>. Acesso em: 20 out. 2024.

DOZOIS, D. J. et al. The CPA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice of Psychological Treatments. **Canadian Psychology/Psychologie Canadienne**, v. 55, p. 153-160, 2014.

HERBERT, R. et al. **Practical evidence-based physiotherapy.** 3. ed. Elsevier, 2022.

MELCHERT, T. et al. Evidence-based practice in psychology: Context, guidelines, and action. **The American Psychologist**, v. 79, n. 6, p. 824–837, 2023.

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.

NORCROSS, J. C.; HOGAN, T. P.; KOOCHER, G. P.; MAGGIO, L. A. **Clinician's guide to evidence-based practices:** Behavioral health and addictions. Oxford: Oxford University Press, 2016.

NORCROSS, J. C.; WAMPOLD, B. E. A new therapy for each patient: Evidence-based relationships and responsiveness. **Journal of Clinical Psychology**, v. 74, p. 1889-1906, 2018.

NORCROSS, J. C.; LAMBERT, M. J. **Evidence-Based Practices in Mental Health:** Debate and Dialogue on the Fundamental Questions. American Psychological Association, 2019.

PARROW, K. K.; SOMMERS-FLANAGAN, J.; COVA, J. S.; LUNGU, H. Evidence-based relationship factors: A new focus for mental health counseling research, practice, and training. **Journal of Mental Health Counseling**, v. 41, n. 4, p. 327-342, 2019.