

A eficácia da terapia cognitiva comportamental.

Autor(res)

Ana Daise Pereira Dos Santos
Ingrid Dos Reis Caetano
Lethicia Marya Laurentino Ferreira
Lilian Carvalho Martins

Categoria do Trabalho

1

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE SÃO PAULO

Resumo

A teoria cognitivo-comportamental tem se mostrado uma abordagem terapêutica eficaz no tratamento de transtornos mentais. Através de pesquisas e práticas clínicas, foi observado que a TCC é capaz de reduzir sintomas e taxas de recorrência em diversos transtornos psiquiátricos. Através da identificação e modificação desses padrões, busca-se promover uma mudança comportamental, possibilitando aos pacientes aquisição de habilidades e ferramentas práticas para enfrentar os desafios do dia a dia. Além disso, a TCC é reconhecida por ser uma abordagem terapêutica de curta duração, o que acaba atraindo pacientes que buscam resultados rápidos. Em resumo, a importância da teoria cognitivo-comportamental no tratamento de transtornos mentais se dá pela sua eficácia na redução de sintomas e taxas de recorrência, sua abordagem prática e pela oferta de habilidades aos pacientes para enfrentar os desafios cotidianos.

5ª SEMANA DE
CONHECIMENTO

