A Importância Da Estatística Na Comprovação Da Eficácia Das Psicoterapias

Autor(res)

Leonardo Martins Vanini
Karolainy Pereira Batista
Evelyn Lavínia Rocha Brito
Maria Victoria Queiroz Silva
Kamili Nossa Moro

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE LINHARES

Introdução

A Psicologia é a ciência que estuda o comportamento humano e busca promover o bem-estar das pessoas. Para isso, utiliza diversos tipos de tratamento, como as psicoterapias. No entanto, para saber se essas abordagens são realmente eficazes, é essencial comprovar seus resultados por meio de evidências. Nesse ponto, a Estatística desempenha um papel fundamental. Ela permite analisar dados coletados em pesquisas, avaliando de forma clara e objetiva se as terapias estão produzindo efeitos positivos nos pacientes. Com a Estatística, observações clínicas podem ser convertidas em informações confiáveis, sustentadas por números, análises e evidências científicas, tornando os resultados mais precisos e permitindo melhorias contínuas nas práticas terapêuticas. Com isso, a Estatística contribui para tornar os tratamentos psicológicos mais confiáveis e baseados em evidências.

Objetivo

O objetivo deste trabalho é apresentar como a Estatística contribui para comprovar a eficácia das psicoterapias, por meio da análise de dados obtidos em pesquisas científicas. Busca-se mostrar como os resultados terapêuticos podem ser medidos e comparados de forma objetiva.

Material e Métodos

Este trabalho foi feito por meio de uma pesquisa em livros e artigos científicos da área da Psicologia. Foram selecionados textos que apresentam dados sobre os resultados das psicoterapias e explicam como esses dados são analisados com a ajuda da Estatística. Foi utilizado o estudo “Psicoterapias para depressão: uma meta-análise em rede abrangendo eficácia, aceitabilidade e resultados a longo prazo de todos os principais tipos de tratamento” (Cuijpers, 2019), que analisou estatisticamente a eficácia da psicoterapia no tratamento da depressão. O artigo mostrou como dados quantitativos, como tamanho do efeito e testes de significância, são usados para comprovar os resultados das intervenções psicológicas. Utilizou-se como palavras-chaves: Psicoterapia, Depressão, Estatística, Meta-análise, Eficiência do tratamento.

Resultados e Discussão

A Estatística é uma ciência que estuda a coleta, análise e interpretação de dados. Na Psicologia, ela tem papel essencial para avaliar se tratamentos, como as psicoterapias, são realmente eficazes. Com ela, é possível comparar o estado emocional e comportamental dos pacientes antes e depois do tratamento, verificando se houve melhora significativa. Além disso, permite a comparação entre diferentes tipos de terapia, identificando quais funcionam melhor em situações específicas. Com base nesses dados, os psicólogos conseguem tomar decisões mais seguras e embasadas, utilizando práticas validadas cientificamente para oferecer um cuidado mais eficaz.

Conclusão

A Estatística tem papel essencial na Psicologia ao permitir a análise dos efeitos das terapias. Ela fornece embasamento científico às decisões clínicas, garantindo que as intervenções sejam mais eficazes, seguras e baseadas em dados confiáveis no cuidado com a saúde mental.

Referências

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. Evidence-Based Practice in Psychology. 2006.
BASTOS, A. V. B.; GONDIM, S. M. G. Pesquisa em Psicologia: fundamentos, métodos e técnicas. Artmed, 2017.
CRESWELL, J. W. Projeto de Pesquisa: Métodos qualitativo, quantitativo e misto. 5. ed. Porto Alegre: Penso, 2021.
CUIJPERS, P. et al. Psychological treatment of depression: A meta-analytic database of randomized studies. World Psychiatry, 2019.