



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO  
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ANA VIRNA DA SILVA PINHEIRO

**TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DE  
ADOLESCENTES DIAGNOSTICADOS COM DOENÇAS CRÔNICAS: uma revisão  
integrativa de literatura**

Icó – CE

2025

ANA VIRNA DA SILVA PINHEIRO

**TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DE  
ADOLESCENTES DIAGNOSTICADOS COM DOENÇAS CRÔNICAS: uma revisão  
integrativa de literatura**

Artigo científico submetido à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, do Curso de Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Ma. Thamires Pereira Alves

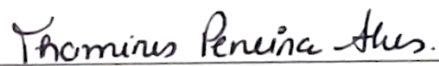
ANA VIRNA DA SILVA PINHEIRO

**TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DE  
ADOLESCENTES DIAGNOSTICADOS COM DOENÇAS CRÔNICAS: uma revisão  
integrativa de literatura**

Artigo científico apresentado, como requisito para a aprovação na disciplina de TCC II, do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado.

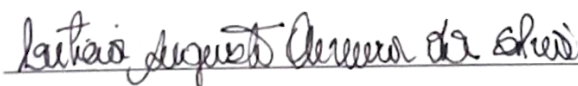
Data de aprovação: 18/11/2025

BANCA EXAMINADORA:



**Prof.ª Ma. Thamiros Pereira Alves**

*Orientadora*



**Prof.ª Ma. Letícia Augusto Oliveira da Silva**

*Avaliadora*



**Prof.ª Esp. Maria Conceição Lucas Soares**

*Avaliadora*

Icó – CE

2025

**TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DE  
ADOLESCENTES DIAGNOSTICADOS COM DOENÇAS CRÔNICAS: uma revisão  
integrativa de literatura**

Ana Virna da Silva Pinheiro<sup>1</sup>

**RESUMO**

As doenças crônicas na adolescência configuram-se como um desafio multidimensional, afetando o desenvolvimento biopsicossocial e demandando intervenções integradas que envolvem o campo médico e psicológico. Diante dessa realidade, a presente pesquisa teve como objetivo compreender os impactos psicológicos do diagnóstico de doenças crônicas em adolescentes e como a Terapia Cognitivo-Comportamental pode contribuir para o manejo desses quadros. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com classificação exploratória e abordagem qualitativa, cuja busca foi realizada nas bases de dados Portal de Periódicos CAPES, SciELO Brasil, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePsic), considerando produções publicadas nos últimos dez anos, em português e disponíveis na íntegra. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, cinco estudos compuseram a amostra final, abrangendo artigos científicos, tese, capítulo de livro e trabalho de conclusão de curso. Os resultados demonstraram que a TCC se mostra eficaz na promoção do bem-estar emocional, na redução de sintomas ansiosos e depressivos e no fortalecimento de estratégias de enfrentamento frente às limitações impostas pelas doenças crônicas na adolescência. Evidenciou-se também a relevância da psicoeducação e do treino de habilidades sociais como ferramentas centrais para o desenvolvimento da autonomia e da adesão ao tratamento. Conclui-se, portanto, que a TCC constitui um instrumento terapêutico relevante na assistência psicológica a adolescentes com doenças crônicas, favorecendo a compreensão do processo saúde-doença e contribuindo para uma melhor qualidade de vida.

**Palavras-chave:** terapia cognitivo-comportamental; doenças crônicas; adolescência.

**ABSTRACT**

Chronic diseases in adolescence represent a multidimensional challenge, affecting biopsychosocial development and demanding integrated interventions involving the medical and psychological fields. Given this reality, the present research aimed to understand the psychological impacts of a chronic disease diagnosis in adolescents and how cognitive behavioral therapy can contribute to the management of these conditions. This is an integrative literature review, with an exploratory classification and a qualitative approach, whose search was carried out in the databases Portal de Periódicos CAPES, SciELO Brasil, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) and Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePsic), considering productions published in the last ten years, in Portuguese, and available in full. After applying the inclusion and exclusion criteria, five studies comprised the final sample, encompassing scientific articles, theses, book chapters, and undergraduate final papers. The results demonstrated that CBT is effective in promoting emotional well-being, reducing anxiety and depressive symptoms, and strengthening coping strategies in the face of limitations imposed by chronic illnesses in adolescence. The relevance of psychoeducation and social skills training as central tools for developing autonomy and adherence to treatment

---

<sup>1</sup> Discente do 10º semestre do Curso de Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado. E-mail: anavirnapeqna.psi@gmail.com.

was also highlighted. Therefore, it is concluded that CBT constitutes a relevant therapeutic instrument in the psychological care of adolescents with chronic illnesses, favoring the understanding of the health-disease process and contributing to a better quality of life.

**Keywords:** cognitive behavioral therapy; chronic diseases; adolescence.

## 1 INTRODUÇÃO

As doenças crônicas são condições de saúde que exigem cuidados específicos, contínuos e por um período considerável. Conforme Nogueira (2016, *apud* Pfrimer *et al.*, 2018), estas são definidas a partir de alguns critérios, a saber: duração de ao menos um ano, não transmissíveis e que produzem uma ou mais sequelas. Ainda, constituem problemas que necessitam de cuidados médicos, apoio psicológico e educacional, além do esperado para a idade; bem como dependência de alguns itens para minimizar as limitações provocadas, a exemplo de medicações, dietas especiais, tecnologias médicas, aparelhos de suporte, assistência especial, entre outros. A combinação de fatores genéticos, fisiológicos, ambientais e comportamentais relacionam-se ao desenvolvimento destas doenças que, notadamente, geram consequências na qualidade de vida daqueles que as possuem (Marquezzine, 2023).

Em uma revisão, Pfrimer *et al.* (2018) constataram que 10 a 20% dos adolescentes sofrem com alguma doença crônica no mundo. Em consonância, dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE, demonstraram que 9 a 11% das crianças e adolescentes brasileiros possuem algum quadro crônico (Ribeiro, 2019). Um estudo realizado em Campinas por Lemos, Barros e Lima (2023) revelou a prevalência de 27,4% em 1.022 jovens pesquisados, entre 10 e 19 anos, de ao menos uma doença crônica. Logo, entende-se a partir dos dados, mesmo que incipientes, um número expressivo de queixas de saúde que necessitam de cuidados permanentes em uma fase tão determinante do desenvolvimento.

Marquezzine (2023) destaca que as condições crônicas mais comuns em crianças e adolescentes são as doenças cardiovasculares, doenças respiratórias, diabetes, obesidade e câncer. Ribeiro (2019) acrescenta anemia falciforme, desnutrição, doenças renais, epilepsia, bem como consequências da prematuridade e do baixo peso ao nascer. Esses quadros, ocasionam uma implicação direta no funcionamento do organismo e, conseqüentemente, desafios diários. A literatura endossa que na adolescência estes estados clínicos podem levar o jovem ao isolamento, a frustração e, em alguns casos, revolta ou negação da condição (Silva; Vecchia; Braga, 2016).

Portanto, o diagnóstico e tratamento de doenças crônicas interfere no desenvolvimento físico e psicossocial dos adolescentes, como também repercute na família, nos grupos sociais e na vida escolar dos mesmos. Nota-se que estes jovens enfrentam uma sequência de barreiras emocionais, sendo comum comorbidades, como quadros depressivos e/ou ansiosos, derivados da sua condição de saúde. Ainda, há o receio de complicações futuras, a preocupação com a sobrecarga financeira e emocional gerada nos cuidadores, como também a dificuldade em manter a assiduidade escolar no agravamento da doença, dificuldade de inserção social e episódios de *bullying* (Pfrimer *et al.*, 2018).

Neste cenário, junto aos cuidados médicos, é essencial o acompanhamento psicológico destes jovens. Para Lino, Jacob e Galheigo (2021), o processo de psicoterapia, além de auxiliar na compreensão do adoecimento e, em alguns casos, da hospitalização, é basal para que a condição de doença não interfira negativamente ao longo da trajetória de vida. Sabe-se que a interpretação do paciente sobre o seu quadro é uma importante variável para como o enfrenta. Logo, a percepção de suporte social, habilidades para resolução de problemas e níveis de motivação e otimismo são fatores que influenciam o tratamento. No entanto, há evidências de que essas características são negativamente afetadas ao longo do mesmo (Lourenção; Santos-Junior; Luiz, 2010).

A terapia cognitivo-comportamental, ou TCC, desenvolvida na década de 1960 por Aaron T. Beck, tem sido experimentada ao longo dos últimos anos enquanto intervenção psicológica no tratamento de algumas doenças, tais como: dor crônica, obesidade, diabetes, cardiopatias, asma, entre outras. A mesma tem demonstrado relevância no auxílio psicológico de doenças crônicas não transmissíveis, em especial com o público infantojuvenil (Lourenção; Santos-Junior; Luiz, 2010).

O processo de adoecimento gera uma série de estressores que alteram a percepção da autoimagem, acarretando incertezas e inseguranças, como também implica em mudanças permanentes no estilo de vida do adolescente. Neste aspecto, observa-se nestes quadros a ativação de crenças disfuncionais relacionadas tanto à doença quanto ao tratamento. Logo, através das intervenções cognitivo-comportamentais, torna-se possível o automonitoramento de pensamentos disfuncionais, bem como a identificação de emoções desagradáveis e comportamentos mantenedores de padrões de vulnerabilidade (Rodrigues; Netto, 2018).

À vista disso, surge o seguinte questionamento: como ocorre o manejo da terapia cognitivo-comportamental e quais os benefícios de suas intervenções em adolescentes com doenças crônicas? Diante desta problemática, a pesquisa objetivou compreender os impactos

psicológicos causados pelo diagnóstico de doenças crônicas na adolescência e como a terapia cognitivo-comportamental pode contribuir nesses quadros. Para tal, foram delimitados como objetivos específicos: definir a adolescência a partir do aporte teórico da Psicologia do Desenvolvimento; apontar as repercussões psicossociais das doenças crônicas no cotidiano dos adolescentes; conhecer a terapia cognitivo-comportamental e seu manejo com adolescentes; e, discutir os benefícios das intervenções da terapia cognitivo-comportamental no tratamento de adolescentes diagnosticados com doenças crônicas.

É fundamental para a(o) psicóloga(o) o entendimento da importância e das possibilidades de um atendimento psicológico que promova um maior domínio do estresse, com um programa de intervenção que auxilie na compreensão do processo de saúde-doença, na motivação para a mudança, reduza hábitos de risco e potencialize a adesão ao tratamento, tencionando a promoção de qualidade de vida em casos de doenças crônicas (Lourenção; Santos-Junior; Luiz, 2010; Rodrigues; Netto, 2018).

Isto posto, esta pesquisa pretende destacar o papel do suporte psicológico em quadros de doenças crônicas na adolescência. A partir do embasamento da teoria cognitivo-comportamental, propõe-se subsidiar o conhecimento sobre o modelo cognitivo em situações de adoecimento nesta fase do desenvolvimento. Além disso, busca evidenciar estratégias de intervenção que promovam a redução da ansiedade e aumento do bem-estar em adolescentes que possuem doenças crônicas, bem como contribuir para o desenvolvimento de práticas que envolvam a participação da família e da escola como agentes essenciais neste processo.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 ADOLESCÊNCIA**

A etimologia da palavra adolescência evolui do verbo *adolescere* do latim, que significa crescer. Desde então, a adolescência é compreendida como um período da vida do indivíduo, podendo ser interpretada de modo variado, a depender do enfoque teórico, cultural e histórico. No entanto, há um consenso de que esta é uma etapa de transição entre a infância e a vida adulta que engloba uma série de transformações (Motta, 2010).

Conforme a Organização Mundial da Saúde – OMS (BRASIL, 2007), a adolescência situa-se entre os 10 e 19 anos, enquanto o Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA delimita sua construção dos 12 aos 18 anos. Neste período, as vicissitudes experienciadas representam um momento de crescimento e desenvolvimento físico, social e emocional.

Diante disso, o ECA reconhece que os adolescentes estão aprendendo a viver em um mundo cheio de contradições, ao mesmo tempo, em que constroem a própria identidade. Ainda, suas características específicas a diferenciam das demais fases da vida, exigindo compreensão e cuidado adequados, assim como o reconhecimento dos adolescentes como sujeitos de direito que devem ter proteção garantida pelo Estado, família e sociedade (BRASIL, 1990).

Um dos primeiros teóricos que se debruçou sob esta fase foi o psicólogo e psicanalista Erik Erikson, a partir da Teoria do Desenvolvimento Psicossocial. Diante das suas proposições, a identidade seria construída ao longo da vida, através das crises vivenciadas nos oito estágios do desenvolvimento. Para ele, na adolescência, dois estágios seriam cruciais: identidade *versus* confusão de papéis e intimidade *versus* isolamento (Ohta *et al.*, 2023). De acordo com Oliva (2007), o primeiro está intrinsecamente ligado à maturação biológica e envolve questões relativas ao desenvolvimento da identidade e autoimagem. Já o segundo refere-se aos desafios emocionais e aspectos relacionais (Ohta *et al.*, 2023).

Por conseguinte, a perspectiva do desenvolvimento psicogenético na infância e adolescência, idealizada pelo psicólogo Jean Piaget, trouxe importantes contribuições. Carretero e León (2007) ressaltam que, na Teoria do Desenvolvimento Cognitivo, este período tem início aos 12 anos e é caracterizado pelas operações mentais formais, isto é, o desenvolvimento da capacidade de pensar de forma abstrata e lógica, diferindo do pensamento concreto das crianças. Nesta fase, Piaget concebe que há formas mais evoluídas de desempenho cognitivo, possibilitando o aprimoramento do pensamento hipotético-dedutivo, ação e julgamento moral (Oliveira, 2006).

Sob um ponto de vista biológico, Cole e Cole (2004) destacam que na adolescência há o início da puberdade e o término do crescimento físico, o que inclui transformações nos órgãos genitais e no desenvolvimento de características corporais, influenciados por fatores hormonais e genéticos. Assim, as mudanças corporais são umas das responsáveis por afetar a autoimagem e a autoestima, impactando nos processos subjetivos e socioemocionais (Cano *et al.*, 1999; Moreira-Costa, 2000).

Nesta perspectiva, há também mudanças significativas no cérebro, possibilitando progresso na maturação e na capacidade de processamento de informações, tais como o aumento na agilidade ao pensar de forma subjetiva, maior capacidade de raciocínio e expansão do conhecimento. Portanto, o adolescente passa a lidar com conceitos mais complexos e desenvolve uma visão mais crítica e analítica do mundo ao seu redor (Cole; Cole, 2004).

Todavia, visando a superação de modelos biologizantes, a psicologia histórico-cultural, proposta por Lev Vigotski, atualiza as acepções sobre o desenvolvimento e concebe a adolescência como uma categoria social e etapa do desenvolvimento cultural do indivíduo. Tal epistemologia entende que os processos subjetivos deste período são constituídos por experiências duais, complexas, dinâmicas e particulares que refletem as transformações históricas e culturais. Posto isto, apesar de reconhecer a adolescência como um momento crítico, a psicologia histórico-cultural reflete as concepções que descrevem esta fase como problemática e tenciona que esta visão engloba uma série de estereótipos e preconceitos disseminados por teorias maturacionais (Souza; Silva, 2018).

As autoras Souza e Silva (2018) descrevem que, para Vigotski, a adolescência não deveria ser vista de modo negativo, pois representa um momento determinante do desenvolvimento do sujeito, crucial para um novo funcionamento do psiquismo. Neste sentido, as tão mencionadas “crises” não estariam relacionadas aos fatores internos, uma vez que seriam produtos do contexto social em que este corpo se transforma, refletindo as necessidades decorrentes de uma inclusão — quando comparada com a infância — mais complexa e diferenciada na cultura.

David Levinsky (1995 *apud* Cole; Cole, 2004) salienta que os processos vivenciados na adolescência tem como objetivo cultural o preparo do adolescente para assumir os papéis da vida adulta. Logo, no que concerne aos aspectos sociais, este é um momento primordial para a preparação de condutas que os jovens assumirão na vida adulta, como as atividades laborais, as vivências amorosas e sexuais, assim como a participação social na comunidade (Bock, 2007).

Neste entrave, temos a reconfiguração das relações sociais na adolescência. Sendo assim, é comum a busca por independência, assim como a formação de laços mais fortes com grupos de amigos e a exploração da sua identidade, o que acarreta, muitas vezes, um distanciamento da família em prol de fortalecer os vínculos com os pares. Diante disso, há a adoção de condutas e valores influenciados pelos grupos sociais dos quais fazem parte, resultando tanto em práticas saudáveis quanto em comportamentos de risco, a depender de fatores multifacetados (Moreira-Costa, 2000).

À vista disso, entende-se que o desenvolvimento emocional durante este período está intrinsecamente ligado à construção da identidade e à formação da autoimagem. Gomes (2019) evidencia que neste ciclo tornam-se presentes as oscilações e a vulnerabilidade emocional, frequentemente resultantes tanto das alterações hormonais quanto da busca por

autoafirmação. Diante disso, os desafios emocionais vivenciados podem tornar a adolescência ainda mais complexa, intensificando questões relacionadas à autoaceitação e à busca por propósito (Oliveira, 2024).

Nesse entendimento, Ohta *et al.* (2023) acrescentam a possibilidade do surgimento ou acentuação de doenças crônicas nesta etapa, fomentando um grande desafio para os adolescentes e sua família. Os autores destacam que o desencadeamento dessas doenças provoca alterações substanciais no projeto de vida do jovem, podendo ser acompanhadas de restrições e necessidades específicas que dificultem o cotidiano e, conseqüentemente, o bem-estar do adolescente.

### **2.1.1 Doenças crônicas na adolescência: alguns apontamentos**

O processo de saúde-doença na adolescência tem sido amplamente discutido na literatura científica e entre os profissionais do cuidado, considerando suas idiossincrasias nesta fase de transição. Este processo envolve desde os aspectos fisiológicos até os psicossociais e ambientais, requerendo sua compreensão para o desenvolvimento de intervenções adequadas e eficazes, especialmente em quadros de doenças crônicas. Diante disso, enfermidades tais como diabetes, asma, doenças autoimunes e transtornos psicológicos podem interferir no equilíbrio do bem-estar biopsicossocial do adolescente, exigindo do mesmo um gerenciamento contínuo da sua condição (Horta; Sena, 2010; Barros *et al.*, 2021).

Gomes (2019) atenta que nesta fase do desenvolvimento, os fatores biopsicossociais se entrelaçam para moldar a saúde física e mental. Em situações de adoecimento, devem-se considerar algumas variáveis, como condições genéticas, mudanças hormonais, assim como aspectos emocionais e sociais. Nesse contexto, a pressão para se adequar aos padrões sociais e acadêmicos, juntamente à autopercepção corporal, podem intensificar o estresse, tornando o adolescente mais vulnerável a problemas de saúde mental, como ansiedade e depressão, que, muitas vezes, acompanham as doenças crônicas (Oliveira, 2024).

Ao vivenciarem esta etapa, relacionada à busca de identidade e independência, como já salientado, os adolescentes estão mais propensos a experimentarem novos comportamentos e hábitos, nem sempre saudáveis. Dito isto, pode-se citar o consumo de substâncias, comportamentos sexuais de risco e escolhas alimentares inadequadas como condições que interferem diretamente no processo de saúde-doença experienciado. Além disso, este público tende a adotar práticas de autocuidado de acordo com seu contexto, ou seja, famílias e

comunidades que promovem comportamentos saudáveis tendem a reduzir os comportamentos de risco na adolescência (Malta *et al.*, 2010).

Vieira e Lima (2002) apontam que, neste período, o acometimento por doenças crônicas envolve desafios únicos, como a aderência aos tratamentos, restrições de atividades físicas e sociais, assim como repercussões emocionais derivadas destas condições. Ainda, a literatura sugere que jovens com doenças crônicas possuem risco maior de desenvolver problemas psicológicos, se comparados com os que não possuem, devido às limitações impostas pela enfermidade e ao isolamento social procedente (Santos *et al.*, 2015).

No que concerne ao tratamento, Santos *et al.* (2015) revelam que a maioria das doenças crônicas requer consultas frequentes e, até mesmo, hospitalizações. Com efeito, tem-se o afastamento da vida escolar e social, o que pode ser emocionalmente desgastante e intensificar o isolamento neste momento. No contexto escolar, especificamente, é comum a perda frequente de aulas, prejudicando o processo de ensino-aprendizagem e desenvolvimento acadêmico. Além da ausência prolongada, o surgimento de limitações físicas pode afastar o adolescente de algumas atividades, dificultando a criação de laços sociais. Logo, observa-se maior perda de autonomia em função da dependência de cuidados de saúde, afetando diretamente a dimensão emocional e a autoestima do adolescente (Gaspar *et al.*, 2019).

Em consideração a isso, cabe também elucidar que a presença de doenças crônicas na adolescência gera sobrecarga emocional e financeira na família. Assim sendo, é frequente que pais tenham que reorganizar horários de trabalho e vida social, inclusive, muitas famílias precisam de suporte psicológico para manejar o estresse associado ao cuidado (Lopes *et al.*, 2021). Dito isto, Ramalho *et al.* (2019) ratificam que a rede de atenção à saúde e seus profissionais devem elaborar planos interventivos que atendam o cuidado tanto ao adolescente quanto às suas famílias.

Tendo em vista os impactos inegáveis nos diferentes âmbitos da vida de adolescentes acometidos por alguma doença crônica, particularmente em suas interações sociais, familiares e acadêmicas, as intervenções psicológicas são fundamentais. Nesse contexto, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem sido apresentada como uma das possibilidades terapêuticas para lidar com esta demanda (Schneider, 2011).

Nesse sentido, entende-se a importância da TCC na formulação de um plano de tratamento psicológico que auxilie o adolescente no enfrentamento dos estressores derivados de suas condições crônicas. A partir de intervenções de reestruturação cognitiva, treino em habilidades e desenvolvimento de estratégias de resolução de problemas, a referida

abordagem possibilita uma melhor condução da condição de saúde, assim como auxilia nos sintomas depressivos e ansiosos associados (Lourenção; Santos-Junior; Luiz, 2010; Reyes; Fermann, 2018).

## 2.2 TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL (TCC)

O modelo teórico para uma psicoterapia cognitiva tem início em meados de 1960, colocando-se como alternativa à terapia comportamental. Diante disso, a terapia cognitivo-comportamental foi desenvolvida por Aaron T. Beck ao perceber padrões cognitivos negativos sobre si, o ambiente e o futuro em seus clientes, denominado tríade cognitiva. A partir desses achados, Beck passou a analisar no processo terapêutico as distorções negativas de pacientes e a relação com seus estados depressivos, propondo um tratamento que os provocasse a perceber e questionar as crenças disfuncionais apresentadas (Pereira; Rangé, 2011).

De tal modo, para Wright *et al.* (2019), a TCC caracteriza-se como uma psicoterapia focal, ativa e que enfatiza o presente. Entre seus pressupostos, as crenças desadaptativas são o cerne para o sofrimento psíquico e o desenvolvimento de transtornos psicológicos. Neste sentido, a abordagem propõe o modelo cognitivo, que pressupõe a influência mútua entre a avaliação cognitiva das situações com o comportamento e as emoções relacionadas. Logo, as crenças distorcidas se relacionam com os comportamentos disfuncionais e a maior intensidade de emoções desagradáveis (Beck, 2022).

Diante disso, a TCC objetiva a reestruturação cognitiva, isto é, a modificação dos padrões disfuncionais em todos os níveis de processamento cognitivo, propiciando avaliações mais realistas e, conseqüentemente, condutas funcionais e reações emocionais adaptativas de forma abrangente e duradoura. Sendo assim, para a TCC, fazem parte dos três níveis da cognição os pensamentos automáticos, os pressupostos subjacentes e as crenças centrais (Wright *et al.*, 2019).

Beck (2022) define os pensamentos automáticos (PA's) como o nível mais superficial da cognição, formado por elaborações rápidas e repetitivas, que costumam ser aceitas sem um julgamento prévio. Os PA's costumam estar acompanhados de emoções desagradáveis e podem ser identificados mais facilmente. Todavia, os pressupostos subjacentes são compostos por regras condicionais e ideias absolutistas, fortalecendo os esquemas. Finalmente, as crenças centrais compõem o nível mais profundo da cognição e são construídas ao longo das experiências do sujeito, desde a infância. As mesmas são caracterizadas como cristalizadas,

inflexíveis e negativas, o que as tornam mais difíceis de serem acessadas e modificadas (Pereira; Rangé, 2011).

Para tanto, Pereira e Rangé (2011) descrevem os princípios do tratamento e destacam esta como uma abordagem diretiva, estruturada e colaborativa. Posto isto, o manejo terapêutico envolve uma relação terapêutica sólida e empática, uma avaliação e planejamento cuidadosos, assim como estratégias interventivas educacionais. Além disso, monitora continuamente o progresso, enfatiza cognições e emoções positivas, com planos de ação aplicáveis além do *setting* terapêutico, buscando adaptar-se às necessidades do cliente e utilizando uma variedade de métodos cognitivos, comportamentais e de regulação emocional, tanto individualmente quanto em grupo (Beck, 2022).

À vista disso, Shinohara e Figueiredo (2011) destacam que a terapia cognitivo-comportamental tem se apresentado como uma das psicoterapias mais aplicadas no Brasil nos últimos vinte anos, consolidando-se como um dos modelos de tratamento proeminentes no cuidado à saúde mental. Sua prática tem sido desenvolvida no manejo de diferentes transtornos psicológicos, tais como de humor, de ansiedade e de personalidade, bem como tem se adaptado a múltiplos contextos socioculturais e públicos-alvo, mostrando estratégias eficazes com crianças, adolescentes e adultos.

### **2.2.1 Manejo da TCC com adolescentes**

Stallard (2021) destaca que, na adolescência, ocorre o desenvolvimento cognitivo de processos que os tornam os jovens mais capazes de pensar de forma abstrata, apresentando, portanto, habilidades de raciocínio, de metacognição, linguísticas e de inteligência social mais refinadas. Deste modo, por décadas, o tratamento psicoterápico com adolescentes replicou o modelo usado em adultos. No entanto, entende-se, na contemporaneidade, a necessidade de sua adaptação, tendo em vista as diferenças expressivas entre adolescentes e adultos (Assumpção *et al.*, 2017).

De tal maneira, a terapia cognitivo-comportamental tem se mostrado eficaz no tratamento de adolescentes diante de demandas específicas. Os achados demonstram progresso considerável, tanto nas modalidades individual quanto em grupo, no manejo das emoções e do estresse, vivências de *bullying*, transtornos ansiosos, transtornos depressivos, transtornos do neurodesenvolvimento, transtornos alimentares, uso e abuso de substâncias, comportamentos de autolesão e ideação suicida (Neufeld, 2017; Neufeld, 2015).

Neste contexto, entende-se a necessidade de maior flexibilidade do terapeuta, adaptando o conteúdo e o formato da psicoterapia a fim de promover o engajamento dos jovens. Para tal, são articulados nas estratégias de intervenção recursos mais interativos, tais como o uso de histórias, analogias, músicas, ilustrações e jogos, tornando as sessões mais acessíveis e propiciando um espaço que incentive, a todo momento, a participação ativa do adolescente no seu processo terapêutico (Neufeld; Peron, 2018; Stallard, 2021).

Assumpção *et al.* (2017) salientam a importância do terapeuta cognitivo-comportamental investigar, nessa fase do desenvolvimento, questões que envolvam a identidade, autoimagem, autoestima e sexualidade, visando identificar e compreender possíveis experiências negativas relacionadas às transformações físicas e sociais, assim como seu impacto nas cognições e reações emocionais. Ainda, os autores atentam para a verificação de aspectos imaturos do pensamento e comportamentos de risco em adolescentes como essenciais para o tratamento.

Assim como ocorre com adultos, a TCC trabalha com os jovens de modo a favorecer a reestruturação cognitiva. Diante disso, Petersen e Wainer (2011) destacam que as intervenções utilizadas com adolescentes incluem ensiná-los a identificar e modificar seus pensamentos disfuncionais a respeito da vida familiar, escolar e dos relacionamentos interpessoais, ajudando-os a reformular cognições desadaptativas, adquirirem estratégias de enfrentamento assertivas e melhor regulação emocional.

À vista do exposto, cabe enfatizar que os jovens estão desenvolvendo suas habilidades de relacionamento e enfrentando desafios sociais, como pressão dos pares e expectativas familiares. De tal modo, a TCC, frequentemente, inclui o treinamento de habilidades sociais e a resolução de problemas. Nessas intervenções, o terapeuta ensina estratégias práticas para lidar com conflitos, melhorar a comunicação e promover a tomada de decisões mais conscientes. Essas habilidades são de especial relevância na construção de relacionamentos saudáveis e no abandono de comportamentos de risco na adolescência (Petersen; Wainer, 2011; Assumpção *et al.*, 2017).

Leite e Dewes (2011) descrevem que, para adolescentes com ansiedade, o uso da técnica de exposição gradual, onde o jovem é exposto a situações aversivas de maneira controlada e progressiva, apresenta resultados satisfatórios. A utilização deste método auxilia na redução do medo irreal e diminuição da evitação como resposta às situações estressantes. Ainda, destaca-se o trabalho com as emoções como fundamental para que o jovem identifique, nomeie e enfrente seus estados emocionais, tendo em vista que os mesmos são

intensificados nesse período. Logo, o uso de técnicas de regulação emocional são úteis para o automonitoramento e autorregulação na adolescência (Petersen; Wainer, 2011; Assumpção *et al.*, 2017).

Diante disso, Stallard (2021) destaca a parceria terapêutica e o equilíbrio no uso de técnicas cognitivas e comportamentais. O autor descreve que alguns adolescentes podem sentir dificuldades em acessar cognições, nestes caso se dá maior ênfase aos métodos comportamentais, tais como ativação comportamental, programação de atividades, *role-playing* e modelagem. Em contrapartida, outros jovens podem perceber as técnicas comportamentais como fáceis, por terem capacidades cognitivas mais desenvolvidas, envolvendo-se melhor em estratégias cognitivas.

Ainda, no processo de psicoterapia com adolescentes tem-se também o envolvimento dos pais como um elemento fundamental. Stallard (2010 *apud* Mascella, 2013) salienta a relação entre controle excessivo, modelagem parental, crenças parentais e relações familiares conflituosas com a manutenção de alguns sintomas psicológicos na infância e adolescência. Deste modo, o engajamento dos pais ou responsáveis facilita a autonomia e a competência social do jovem, assim como os coloca como facilitadores do processo e propicia o desenvolvimento de habilidades parentais (Mascella, 2013).

Isto posto, a TCC com o público adolescente apresenta inúmeras possibilidades de intervenções, desde as atividades realizadas na sessão até aquelas com enfoque prático e sugeridas para casa. Além disso, pode se beneficiar do uso de recursos tecnológicos e digitais. Nesse sentido, envolve práticas consolidadas que reconhecem as particularidades do desenvolvimento cognitivo, emocional, acadêmico e social dos jovens. Assim sendo, o manejo terapêutico requer flexibilidade, a utilização de estratégias participativas e o envolvimento de pais/responsáveis, objetivando o desenvolvimento de habilidades sociais e de enfrentamento em adolescentes (Verzoni; Lisboa, 2017).

### **3 METODOLOGIA**

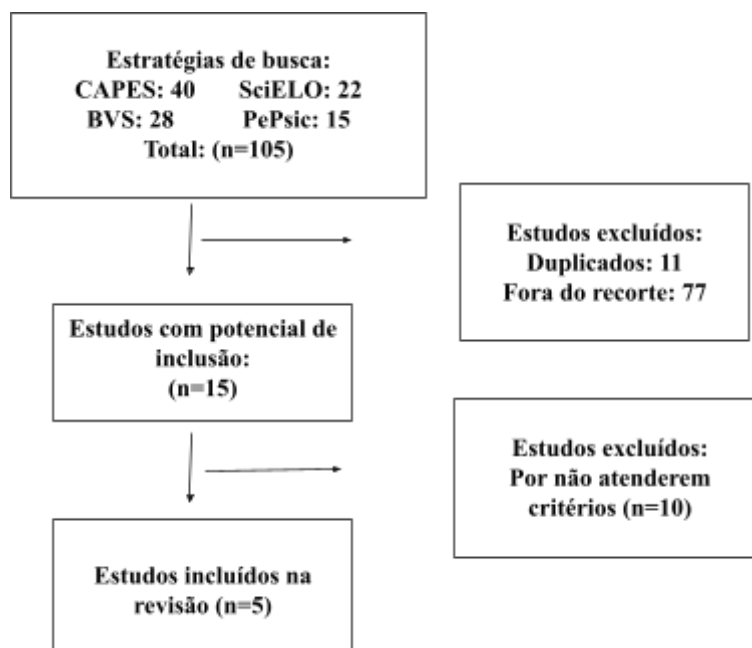
Para a execução desta pesquisa foi realizado um estudo exploratório, com abordagem qualitativa, através do procedimento de revisão integrativa de literatura. A classificação quanto aos objetivos escolhida teve o intuito de esclarecer hipóteses sobre o tema proposto. Diante disso, a pesquisa exploratória permitiu a análise dos materiais publicados na literatura científica e uma elaboração mais flexível, propiciando uma visão ampla da problemática e, conseqüentemente, elucidando as questões sobrepostas (Gil, 2019).

A abordagem qualitativa adequou-se à análise da realidade de um modo específico, a partir da compreensão do objeto de estudo sob uma ótica não quantificável, levando em consideração os significados, motivações, interesses e condutas, assim como explorando perspectivas mais profundas dos construtos investigados. Por meio dela, tornou-se possível um entendimento mais abrangente do fenômeno em questão (Minayo; Deslandes; Gomes, 2014).

Portanto, optou-se no desenvolvimento deste estudo pela realização de uma revisão integrativa da literatura. Por meio de etapas e critérios definidos, esta modalidade de revisão bibliográfica teve como propósito verificar e analisar materiais tratados analiticamente, possibilitando o levantamento e a produção de conhecimento diante da temática explorada, a fim de subsidiar estudos posteriores (Botelho; Cunha; Macedo, 2011).

Como sugerem Botelho, Cunha e Macedo (2011), a primeira etapa envolveu a identificação do tema de estudo e a elaboração do problema de pesquisa. Logo, nesta pesquisa, a temática apresentada buscou compreender a adequação do modelo cognitivo-comportamental em adolescentes diagnosticados com doenças crônicas. Em consideração a isso, foi proposta a seguinte indagação: como ocorre o manejo da terapia cognitivo-comportamental e quais os benefícios de suas intervenções em adolescentes com doenças crônicas?

Na etapa seguinte, foram localizados os materiais. Assim sendo, foram definidos como critérios de inclusão manuscritos científicos publicados nos últimos dez anos, em português e disponíveis na íntegra. Os materiais deveriam estar indexados nas bases de dados Portal Periódicos Capes, *Scientific Electronic Library Online* - SciELO Brasil, Biblioteca Virtual em Saúde - BVS Saúde e Periódicos de Psicologia - PePsic. Para a busca dos manuscritos, foi aplicado o operador *booleano* “AND” na combinação dos descritores de pesquisa. Foram excluídos aqueles que não estavam disponíveis gratuitamente, fora do recorte temporal delimitado e que não se enquadraram no campo teórico da temática pesquisada. Finalmente, adequaram-se a problemática da pesquisa apenas cinco materiais, como apresentado no fluxograma a seguir.

**Figura 1** - Fluxograma da busca de materiais.

Fonte: Autoria própria (2025).

Após a recuperação dos dados, foi realizada a leitura completa dos artigos com o intuito de identificar aqueles que contemplavam os objetivos já definidos e compreender seus principais achados. Posteriormente, deu-se início à análise dos dados com a síntese das fontes. Logo, inicialmente, foram elencadas as principais considerações dos autores. Por fim, sucedeu-se à apresentação da interpretação dos resultados, mediante a avaliação crítica dos materiais recuperados e sua discussão com o referencial teórico (Coriolano-Marinus *et al.*, 2014).

O quadro 1 descreve o processo de seleção dos artigos nas bases de dados com seus respectivos resultados.

**Quadro 1** - Quadro com a descrição do processo de seleção dos artigos.

<b>Etapas do processo de seleção</b>	<b>Portal Periódicos Capes</b>	<b>SciElo Brasil</b>	<b>BVS Saúde</b>	<b>PePsic</b>	<b>Total</b>
Artigos identificados na busca inicial	40	22	28	15	105
Artigos após exclusão de duplicados	35	20	25	14	94

Artigos excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão (fora do período, idioma, acesso ou temática)	29	16	20	12	77
Artigos selecionados para leitura completa	6	4	3	2	15
Artigos incluídos na revisão final	2	1	1	1	5

Fonte: Autoria própria (2025).

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

### 4.1 RESULTADOS

A amostra final desta revisão foi composta por artigos, capítulos de livro e trabalhos acadêmicos selecionados com base nos critérios de inclusão estabelecidos. O Quadro 2 apresenta a caracterização dos artigos incluídos na revisão.

**Quadro 2** - Apresentação dos materiais incluídos na revisão.

<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>Autores</b>	<b>Tipo de arquivo</b>	<b>Objetivo</b>
Diabetes infantil: diagnóstico, tratamento e desafios psicológicos	2024	Beatriz Souza da Conceição, Jaison Matos Dantas e Rafaela Maria da Silva Batista Alonso.	Artigo Científico	Analisar o diagnóstico, tratamento e os desafios psicológicos associados ao diabetes infantil, enfatizando a necessidade de uma abordagem multidisciplinar.
Aspectos psicológicos da asma em adolescentes: protocolo de intervenção embasado na TCC com foco em esquemas	2023	Alissandra Marques Braga	Tese de Doutorado	Apresentar um protocolo de intervenção baseado na Terapia Cognitivo-Comportamental com foco em esquema para o manejo da asma em adolescentes, focando na relação de estresse, ansiedade e crise asmática.

O bullying no contexto da obesidade na adolescência: intervenções da TCC	2022	Ana Cláudia da Silva Rocha Apolinário e Camila Medina Nogueira Moço	Artigo de Revisão	Verificar os impactos do bullying em adolescentes obesos e as contribuições da TCC para identificação de “gatilhos” psicológicos e manejo de intervenções.
Terapia cognitivo-comportamental para a oncologia pediátrica	2017	Suzi Helena Rios	Trabalho de Conclusão de Curso	Realizar uma Revisão Integrativa para analisar o papel do psicólogo na diferenciação entre a elaboração do luto saudável e patológico em crianças e adolescentes.
Protocolo de intervenções em doenças crônicas sob a perspectiva cognitivo-comportamental	2023	Nazaré Maria de Albuquerque Hayashida, Raquel Ayres de Almeida, Raquel de Melo Boff e Tânia Rudnicki	Capítulo de Livro	Consolidar a pesquisa e prática em saúde sob a ótica da TCC, abordando Prática Baseada em Evidências, Relação Terapêutica e protocolos para doenças crônicas.

Fonte: Autoria própria (2025).

A partir do levantamento bibliográfico e da leitura criteriosa dos estudos selecionados, foram incluídos na presente revisão integrativa cinco trabalhos que abordaram, sob diferentes perspectivas, o uso da terapia cognitivo-comportamental em adolescentes diagnosticados com doenças crônicas. Os materiais analisados compreenderam tanto estudos empíricos e aplicados quanto revisões teóricas, permitindo uma visão abrangente das contribuições da TCC no contexto da saúde do adolescente.

O delineamento metodológico dos trabalhos selecionados variaram, tendo um estudo de caso (Braga, 2023), duas revisões sistemáticas (Conceição *et al.*, 2024; Rios, 2017), um capítulo de livro (Hayasida *et al.*, 2023) e uma revisão bibliográfica (Apolinário; Moço, 2022). Observou-se, portanto, uma predominância de estudos qualitativos e de delineamento descritivo, além de relatos de caso e revisões de literatura, o que indica que o campo de

pesquisa ainda se encontra em fase de consolidação e carece de mais estudos com amostras mais amplas.

No período de tempo estipulado para a seleção de trabalhos desta pesquisa, houve maior quantidade de pesquisas sobre o tema a partir do ano de 2022, tendo apenas um estudo antes disso, de 2017. Isso demonstra a escassez de material sobre a problemática em questão.

## 4.2 DISCUSSÕES

É possível observar que os estudos concordam que várias das patologias crônicas apresentadas acarretam prejuízos em fatores psicológicos, como a asma (Braga, 2023), a diabetes (Conceição *et al.*, 2024), a obesidade (Apolinário; Moço, 2022), a hipertensão arterial, as doenças cardiovasculares, as doenças respiratórias crônicas (Hayasida *et al.*, 2023) e a oncologia pediátrica (Rios, 2017).

Com isso, os estudos aqui averiguados apresentaram, de forma consistente, a eficácia da terapia cognitivo-comportamental em reduzir sintomas psicológicos e em melhorar o bem-estar emocional em amostras de adolescentes (Braga, 2023; Rios, 2017). Além disso, a utilização de técnicas da TCC melhoram o autocontrole, o autoconhecimento e o desenvolvimento de estratégias mais adaptativas de enfrentamento, assim como aumentam a autonomia dos pacientes, em especial os jovens (Braga, 2023; Hayasida *et al.*, 2023).

Em seu estudo, Braga (2023) desenvolveu e aplicou uma intervenção em adolescentes asmáticos. A autora observou melhora significativa em indicadores de adesão ao tratamento e na qualidade de vida após um protocolo de nove sessões de TCC. Neste sentido, seu trabalho combinou técnicas de psicoeducação, automonitoramento e treinamento de habilidades, objetivando a reestruturação cognitiva.

Diante dessa proposta, entende-se a TCC como uma importante mediadora entre o conhecimento sobre a doença e o comportamento de adesão, permitindo que o adolescente desenvolva autonomia e compreensão sobre sua condição crônica. Além disso, a autora aponta a importância da individualização do tratamento, considerando aspectos familiares e escolares, o que revela a preocupação em contextualizar a prática clínica dentro da realidade psicossocial dos adolescentes com doenças crônicas (Braga, 2023).

De maneira semelhante, Apolinário e Moço (2022) ampliam a discussão ao abordar a obesidade como doença crônica multifatorial e fortemente associada ao estigma social. Em sua pesquisa, evidenciam que adolescentes obesos frequentemente vivenciam experiências de exclusão e *bullying*, o que agrava sintomas depressivos e prejudica sua autoestima.

Nesse contexto, a TCC é apresentada como uma abordagem com intervenções eficazes para modificar pensamentos automáticos negativos, reconstruir a autoimagem e reduzir os impactos do *bullying*. A ênfase na psicoeducação e na conscientização sobre padrões corporais demonstra como a TCC pode atuar na redução do estigma e na promoção de uma relação mais saudável com o corpo, constituindo um ponto de interseção entre a dimensão clínica e a social da doença crônica (Apolinário; Moço, 2022).

Ao abordar os tratamentos tecnológicos, como bombas de insulina e sistemas de monitoramento contínuo de glicose, a revisão de Conceição *et al.* (2024) salienta que o sucesso do tratamento depende fortemente da adesão comportamental e da regulação emocional, o que aponta para o forte impacto da TCC nesta perspectiva.

As intervenções cognitivo-comportamentais são descritas como facilitadoras da aceitação do diagnóstico e da rotina de autocuidado, auxiliando na redução da ansiedade e na prevenção de recaídas relacionadas à negligência do tratamento. Todavia, o estudo aponta limitações metodológicas importantes, como ausência de seguimento a longo prazo e falta de padronização de instrumentos de avaliação, o que dificulta a comparação entre resultados e a consolidação de evidências robustas (Conceição *et al.*, 2024; Apolinário; Moço, 2022).

O trabalho de conclusão de curso de Rios (2017) amplia essa discussão, ao apresentar fundamentos teóricos e evidências gerais sobre a TCC em contextos médicos, incluindo pacientes pediátricos com condições oncológicas. O texto destaca que técnicas como relaxamento, exposição gradual e treino de enfrentamento são eficazes na redução de sintomas depressivos e ansiosos em adolescentes submetidos a longos tratamentos hospitalares, propiciando sua reestruturação cognitiva.

Em concordância, os achados de Oliveira *et al.* (2023) mostram que a terapia cognitivo-comportamental é considerada uma ferramenta essencial em contextos de saúde, especialmente no manejo das doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, obesidade e doenças cardiovasculares. Deste modo, ela é recomendada pelos Cadernos de Atenção Básica do Ministério da Saúde como uma terapia importante para a mudança de comportamentos ligados ao autocuidado e à adesão ao tratamento (Hayasida *et al.*, 2023).

É notório, a partir dos estudos selecionados, que as repercussões das doenças crônicas ultrapassam o campo físico e afetam profundamente a vida social e emocional do adolescente. Essas experiências podem desencadear quadros de ansiedade, isolamento, depressão e distorção da imagem corporal, comprometendo o desenvolvimento psicossocial e a integração social do jovem. Nesse cenário, as intervenções da TCC são apontadas como

instrumentos eficazes para promover a reconstrução da autoimagem, reduzir a autocrítica e modificar pensamentos automáticos negativos gerados pelo estigma (Conceição *et al.*, 2024; Hayasida *et al.*, 2023).

Um ponto de convergência entre os materiais analisados é a ênfase na psicoeducação como ferramenta central. Essa estratégia aparece na maioria dos estudos, seja para promover compreensão sobre a doença e seus sintomas, seja para orientar comportamentos saudáveis e a adesão a tratamentos. Nos casos de asma e diabetes, por exemplo, a psicoeducação foi fundamental para que o adolescente desenvolvesse consciência sobre sua responsabilidade no controle da condição, o que promove mudanças de comportamento sustentáveis (Braga, 2024).

Da mesma forma, nos estudos sobre obesidade (Apolinário; Moço, 2022), a psicoeducação foi utilizada como meio de desconstruir crenças disfuncionais relacionadas à imagem corporal e aos padrões sociais de beleza. Essa repetição entre os trabalhos reforça a ideia de que a TCC, ao trabalhar crenças e cognições, tem potencial para modificar tanto o comportamento quanto a percepção da própria doença (Hayasida *et al.*, 2023; Rios, 2017).

Além da psicoeducação, a identificação e modificação de pensamentos disfuncionais foram utilizadas para mapear distorções cognitivas (catastrofização, generalização, pensamento dicotômico, etc.) e substituir interpretações automáticas negativas por respostas mais realistas e adaptativas (Braga, 2023; Apolinário; Moço, 2022). Essas estratégias ajudaram os adolescentes a compreenderem como o medo e a evitação reforçavam sintomas e limitavam o controle da doença.

Também são mencionadas técnicas de enfrentamento e treinamento de Habilidades Sociais que ajudaram os adolescentes a lidar com o estresse do tratamento contínuo e sua regulação emocional diante das limitações impostas pela doença, além de trabalhar a assertividade, a comunicação e a busca de apoio social, fundamentais para pacientes com doenças crônicas que podem se sentir isolados ou estigmatizados (Conceição *et al.*, 2024; Braga, 2023; Hayasida *et al.*, 2023).

Ainda, foram utilizadas técnicas de relaxamento e *mindfulness*, que combinaram técnicas cognitivas, comportamentais e de consciência corporal para diminuir o estresse e aumentar o foco no presente. Portanto, foi ensinado aos pacientes a respiração diafragmática e o treino de controle respiratório, conectando o manejo físico ao emocional (Braga, 2023; Hayasida *et al.*, 2023; Rios, 2017).

Além dessas, outras técnicas da TCC aparecem nos estudos, como o Registro de Pensamentos Disfuncionais (Braga, 2023; Hayasida *et al.*, 2023; Apolinário; Moço, 2022) e o role-play (Braga, 2023; Apolinário; Moço, 2022; Rios, 2017), mostrando que a TCC atua não apenas no tratamento dos sintomas psicológicos, mas também na promoção de comportamentos saudáveis e adesão clínica.

Entretanto, observa-se que a maioria dos estudos revisados são ensaios de pequeno porte, estudos de caso ou revisões bibliográficas, o que aponta para uma heterogeneidade metodológica e limita a força das conclusões sobre a eficácia da TCC nesse contexto de intervenção. Os próprios estudos, aqui selecionados, apontam para a escassez de material que reforce o tema, dificultando uma análise mais profunda do assunto (Conceição *et al.*, 2024; Rios, 2017).

Além disso, as pesquisas usam objetos de estudo diferentes, como adesão, sintomas ansiosos, controle da doença e qualidade de vida, o que dificulta a síntese e a comparação direta entre os estudos (Conceição *et al.*, 2024; Rios, 2017). Ademais, embora a literatura reconheça a presença do estigma, ainda são escassos os trabalhos que avaliem sistematicamente o impacto da TCC sobre a redução do estigma social diante de adolescentes com doenças crônicas, indicando uma direção promissora para pesquisas futuras (Braga, 2023; Rios, 2017).

É notada, também, uma lacuna quanto à existência de estudos controlados, longitudinais e com amostras mais representativas, o que torna necessário o uso de cautela ao afirmar eficácia generalizada das intervenções da TCC neste âmbito. Junto a isso, a literatura sobre o tema ainda é limitada em quantidade e profundidade metodológica, com predominância de revisões narrativas e estudos de caso. Diante disso, há dificuldade em uma análise mais aprofundada acerca das melhorias observadas nos adolescentes após as intervenções de orientação cognitivo-comportamental, ou seja, os ganhos terapêuticos obtidos durante ou imediatamente após o tratamento.

Ainda assim, a literatura sugere que a terapia cognitivo-comportamental desempenha papel essencial na melhora da qualidade de vida e no enfrentamento emocional desses jovens, especialmente quando associada a equipes multiprofissionais e à participação da família.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A presente revisão integrativa teve como objetivo compreender os impactos psicológicos causados pelo diagnóstico de doenças crônicas na adolescência e como a terapia cognitivo-comportamental pode contribuir nesses quadros. Para tal, realizou-se uma análise da produção científica dos últimos 10 anos referente ao uso da TCC no tratamento de adolescentes diagnosticados com doenças crônicas, buscando identificar sua eficácia, estratégias de intervenção, aplicabilidade e lacunas existentes na literatura.

A análise dos estudos selecionados permitiu observar resultados positivos acerca da utilização da TCC no tratamento de adolescentes com os mais variados tipos de doenças crônicas, sendo utilizada também para diferentes objetivos, tendo suas técnicas e teoria contribuído para ajudar os adolescentes a lidarem com os estigmas sociais, adesão ao tratamento e superação dos impactos psicológicos.

De modo geral, este trabalho considera que a TCC contribui significativamente para a redução de sintomas emocionais, aumento da motivação para o autocuidado e melhora da qualidade de vida. Esses achados estão em consonância com a problemática da presente revisão, que buscou compreender de que maneira as técnicas cognitivas e comportamentais podem auxiliar adolescentes a lidarem com os impactos psicológicos e sociais das doenças crônicas.

Todavia, há a necessidade de explorar mais o tema com pesquisas mais específicas e focadas na utilização da TCC no tratamento do público específico de adolescentes com condições crônicas de saúde, visto a carência desse tipo de estudo no país. Deste modo, é importante considerar a utilização dessa abordagem com diferentes amostras, considerando seu potencial, principalmente em intervenções multidisciplinares, com o auxílio de outras áreas da saúde.

Em síntese, a literatura existente fornece subsídios para a aplicação da TCC no contexto pesquisado, ainda que de forma incipiente quanto à sua eficácia em diferentes condições clínicas e contextos socioculturais. Portanto, sugere-se a realização de mais pesquisas, com técnicas longitudinais e homogêneas, no âmbito brasileiro. Ainda, recomenda-se que os estudos contemplem dimensões psicossociais e culturais, incluindo o papel da família, da escola e dos estigmas sociais, de modo a compreender de forma mais ampla o impacto das doenças crônicas na adolescência e as possibilidades de intervenção da TCC nesses casos.

## REFERÊNCIAS

APOLINÁRIO, Ana Cláudia da Silva Rocha; MOÇO, Camila Medina Nogueira. O bullying no contexto da obesidade na adolescência: intervenções da terapia cognitivo-comportamental. **Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação**, v. 8, n. 8, p. 514-531, 2022. DOI: 10.51891/rease.v8i8.6620. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/6620/2530>. Acesso em: 01 nov. 2025.

ASSUMPÇÃO, Alessandra Almeida *et al.* A perspectiva adolescente na teoria cognitiva de Beck. *In*: NEUFELD, C. B. **Terapia cognitivo-comportamental para adolescentes: uma perspectiva transdiagnóstica e desenvolvimental**. Porto Alegre: Artmed, 2017. cap. 2, p. 42-58.

BARROS, Raquel Porto *et al.* Necessidades em saúde dos adolescentes na perspectiva dos profissionais da atenção primária à saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 02, p. 425-434, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021262.40812020>. Acesso em: 10 out. 2024.

BECK, Judith S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022. 432 p.

BOCK, Ana Mercês Bahia. A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 11, n. 01, 63-76. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-85572007000100007>. Acesso em: 10 out. 2024.

BOTELHO, Louise Lara Roedel; CUNHA, Cristiano Castro de Almeida; MACEDO, Marcelo. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, v. 05, n. 11, p. 121-136, 2011. Disponível em: <https://ges.face.ufmg.br/index.php/gestaoesociedade/article/view/1220/906>. Acesso em: 10 out. 2024.

BRAGA, Alissandra Marques. **Aspectos psicológicos da asma em adolescentes: protocolo de intervenção embasado na terapia cognitivo-comportamental com foco em esquemas**. 2023. 210 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, 2023. Disponível em: <https://rima.ufrj.br/jspui/bitstream/20.500.14407/21106/1/ALISSANDRA%20MARQUES%20BRAGA.pdf>. Acesso em: 01 nov. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. **Marco legal: saúde, um direito de adolescentes**. Brasília: Ministério da Saúde,

2007. 60f. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/07\\_0400\\_M.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/07_0400_M.pdf). Acesso em: 10 out. 2024.

BRASIL. **Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990**. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília: Presidência da República, 1990. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8069.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm). Acesso em: 08 out. 2024.

CANO, Maria Aparecida Tedeschi *et al.* Auto-imagem na adolescência. **Revista Eletrônica de Enfermagem (online)**, v.01, n.01, 1999. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/ree.v1i1.668>. Acesso em: 08 out. 2024.

CARRETERO, Maria; LÉON, José Antônio. Do pensamento formal à mudança conceitual na adolescência. *In*: COLL, C.; MARCHESI, A.; PALACIOS, J. **Desenvolvimento psicológico e educação: psicologia evolutiva**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007. cap. 17, p. 323-334.

CONCEIÇÃO, Beatriz Souza da *et al.* Diabetes infantil: diagnóstico, tratamento e desafios psicológicos. **Revista Contribuciones a las ciencias sociales**, v. 17, n. 10, p. 01-14, 2024. DOI: 10.55905/revconv.17n.10-483. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/12192>. Acesso em: 01 nov. 2025.

COLE, Michael; COLE, Sheila R. **O desenvolvimento da criança e do adolescente**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2003. 800 p.

CORIOLO-MARINUS, Maria Wanderleya de Lavor *et al.* Comunicação nas práticas em saúde: revisão integrativa da literatura. **Saúde e Sociedade**, v. 23, n. 4, p. 1356-1369, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902014000400019>. Acesso em: 08 out. 2024.

GASPAR, Tania *et al.* Como passam os adolescentes que vivem com doença crônica na escola, na família e com os amigos? **Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente**, v. 10, n. 1, p. 119-128, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/38099.pdf>. Acesso em: 05 nov. 2024.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019. 248 p.

GOMES, Andressa Coelho. **Condição socioeconômica, apoio social, fatores psicossociais, comportamentos em saúde e qualidade de vida relacionada à saúde em adolescentes: um estudo de seguimento de 6 meses**. 2019. 127 p. Dissertação (Mestrado em Odontologia) – Faculdade de Odontologia, Universidade Federal do Amazonas, 2019. Disponível em:

[https://tede.ufam.edu.br/bitstream/tede/7050/2/Dissertação\\_AndressaGomes\\_PPGO.pdf](https://tede.ufam.edu.br/bitstream/tede/7050/2/Dissertação_AndressaGomes_PPGO.pdf). Acesso em: 05 nov. 2024.

HAYASIDA, Nazaré Maria de Albuquerque; ALMEIDA, Raquel Ayres de; BOFF, Raquel de Melo; RUDNICKI, Tânia. Protocolos de intervenção em doenças crônicas sob a perspectiva cognitivo-comportamental. *In: OLIVEIRA, M. S. et al. Pesquisa e prática em saúde em uma perspectiva cognitivo-comportamental*. Juíz de Fora: Editora UFJF, 2023. Disponível em:

<https://www2.ufjf.br/editora/wp-content/uploads/sites/113/2023/08/Pesquisa-e-pr%C3%A1tica-em-sa%C3%BAde.pdf>. Acesso em: 30 out. 2025.

HORTA, Natália de Cássia; SENA, Roseni Rosângela de. Abordagem ao adolescente e ao jovem nas políticas públicas de saúde no Brasil: um estudo de revisão. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 20, n. 2, p. 475-495, 2010. Disponível em:

<https://www.scielo.org/pdf/physis/v20n2/a08v20n2.pdf>. Acesso em: 05 nov. 2024.

LEITE, José Carlos de Carvalho; DEWES, Diego. Efetividade da terapia cognitivo-comportamental para os transtornos do humor e da ansiedade. *In: OLIVEIRA, M. S.; ANDRETTA, I. Manual prático de terapia cognitivo-comportamental*. 1. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2011. cap. 5, p. 93-118.

LEMOS, Vivian Castro; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; LIMA, Margareth Guimarães. Doenças crônicas e problemas de saúde de adolescentes: Desigualdades segundo sexo.

**Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 26, p. 01-10, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-549720230009.2>. Acesso em: 01 out. 2024.

LINO, Thaís Breternitz; JACOB, Luana Ramalho; GALHEIGO, Sandra Maria. O adoecimento crônico e o tratamento pelo olhar do adolescente: Considerações com base em uma história de vida. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 29, p. 01-16, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO2128>. Acesso em: 01 out. 2024.

LOPES, Alyssia Daynara Silva *et al.* Vivência com a doença crônica na infância: percepção da família. **Enfermagem em Foco**, v. 12, n. 6, p. 1119-1124, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1368871>. Acesso em: 01 out. 2024.

LOURENÇÃO, Vanessa Cristina; SANTOS-JUNIOR, Randolfo dos; LUIZ, Andreia Mara Gonçalves. Aplicações da terapia cognitivo-comportamental em tratamentos de câncer. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 5, n. 2, p. 45-58, 2010. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v5n2/v5n2a06.pdf>. Acesso em: 01 out. 2024.

MALTA, Deborah Carvalho *et al.* Prevalência de fatores de risco e proteção de doenças crônicas não transmissíveis em adolescentes: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do

Escolar (PeNSE), Brasil, 2009. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, n. 02, p. 3009-3019, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2010.v15suppl2/3009-3019/pt>. Acesso em: 01 out. 2024.

MARQUEZINE, Thaís. **Jovens apresentam 21% mais comportamentos de risco para DCNT do que idosos, afirma estudo**. Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais, 2023. Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/jovens-apresentam-comportamentos-de-risco-para-dcnt-21-maior-que-idosos-afirma-estudo/>. Acesso em: 01 out. 2024.

MASCELLA, Vivian. Resenha do livro *Ansiedade: terapia cognitivo-comportamental para crianças e jovens*, de Paul Stallard. **Psicol. teor. prat.**, v. 15, n. 1, p. 76-80, 2013. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v15n1/06.pdf>. Acesso em: 01 out. 2024.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 34. ed. Petrópolis: Vozes, 2014. 112 p.

MOREIRA-COSTA, Maria Ignez. Psicologia da adolescência. Contribuições para um estado da arte. **Interações**, v. 5, n. 10, p. 25-51, 2000. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/354/35401003.pdf>. Acesso em: 08 out. 2024.

MOTTA, Débora. **Uma análise da adolescência ao longo da história**. 2010. FAPERJ - Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro. Disponível em: <https://siteantigo.faperj.br/?id=1654.2.5>. Acesso em: 08 out. 2024.

NEUFELD, Carmem Beatriz (Org.). **Terapia cognitivo-comportamental para adolescentes: uma perspectiva transdiagnóstica e desenvolvimental**. Porto Alegre: Artmed, 2017. 400 p.

NEUFELD, Carmem Beatriz (Org.). **Terapia cognitivo-comportamental em grupo para crianças e adolescentes**. Porto Alegre: Artmed, 2015. 296 p.

NEUFELD, Carmem Beatriz; PERON, Suzana. A terapia cognitivo-comportamental em grupos com crianças e adolescentes: desafios e estratégias. **Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente**, v. 09, n. 02, p. 233-245, 2018. Disponível em: [http://dspace.lis.ulusiada.pt/bitstream/11067/4805/1/rpca\\_v9\\_n2\\_2018\\_16.pdf](http://dspace.lis.ulusiada.pt/bitstream/11067/4805/1/rpca_v9_n2_2018_16.pdf). Acesso em: 07 nov. 2024.

OHTA, Julia Estefano *et al.* Sobre câncer e sexualidade na adolescência: um game psicoterapêutico na luta pela vida. **Caderno de ANAIS HOME**, p. 01-14, 2023. Disponível em: <https://homepublishing.com.br/index.php/cadernodeanais/article/view/861>. Acesso em: 08 out. 2024.

OLIVA, Alfredo. Desenvolvimento da personalidade durante a adolescência. *In*: COLL, C.; MARCHESI, A.; PALACIOS, J. **Desenvolvimento psicológico e educação: psicologia evolutiva**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007. cap. 18, p. 335-349.

OLIVEIRA, Maria Claudia Santos Lopes de. Identidade, narrativa e desenvolvimento na adolescência: uma revisão crítica. **Psicologia em Estudo**, v. 11, n. 2, p. 427-436, 2006. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722006000200022>. Acesso em: 08 out. 2024.

OLIVEIRA, Raiany Marcelino. **Influência das redes sociais na percepção de corpo de adolescentes**. 2024. 50 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Departamento de Educação Física, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Sousa, 2024. Disponível em: <https://repositorio.ifpb.edu.br/handle/177683/3824>. Acesso em: 10 nov. 2024.

PEREIRA, Melanie; RANGÉ, Bernard P. Terapia cognitiva. *In*: RANGÉ, B. P. *et al.* **Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria**. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2011. cap. 1, p. 30-32.

PETERSEN, Circe Salcides; WAINER, Ricardo. Princípios básicos da terapia cognitivo-comportamental de crianças e adolescentes. *In*: PETERSEN, C. S. *et al.* **Terapias cognitivo-comportamentais para crianças e adolescentes: ciência e arte**. Porto Alegre: Artmed, 2011. cap. 1, p. 16-31.

PFRIMER, Elisa Oliveira Dafico *et al.* O adolescente com doença crônica. **Sociedade Brasileira de Pediatria**, p. 01-08, 2018. Disponível em: [https://www.sbp.com.br/fileadmin/user\\_upload/artigo-adolescente-doenca-cronica.pdf](https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/artigo-adolescente-doenca-cronica.pdf). Acesso em: 01 out. 2024.

RAMALHO, Elisabeth Luisa Rodrigues *et al.* Discursividade de agentes comunitários de saúde acerca do cuidado à criança e ao adolescente com doença crônica na atenção primária. **REME-Revista Mineira de Enfermagem**, v. 23, n. 1, p. 01-08, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rem/article/view/49766/40230>. Acesso em: 10 out. 2024.

REYES, Amanda Neumann; FERMANN, Ilana Luiz. Eficácia da terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada. **Revista brasileira de terapias cognitivas**, v. 13, n. 1, p. 49-54, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/rem/article/view/49766/40230>. Acesso em: 10 out. 2024.

RIBEIRO, José Dirceu. Desafios no cuidado de crianças e adolescentes com doenças crônicas. **Boletim da FCM (Unicamp)**, v. 12, n.4, 2019. Disponível em: [RIOS, Suzi Helena. \*\*Terapia Cognitivo-Comportamental para a oncologia pediátrica\*\*. 2017. 55 f. Trabalho de Conclusão de Curso \(Graduação em Psicologia\) – Centro Universitário do Cerrado Patrocínio, Patrocínio, 2017.](https://www.fcm.unicamp.br/boletimfcm/mais-pesquisa/desafios-no-cuidado-de-criancas-e-adolescentes-com-doencas-cronicas#:~:text=Uma%20lista%20n%C3%A3o%20exaustiva%20das,Imunodefici%C3%Aancia%20Humana%2C%20defici%C3%Aancia%20de%20desenvolvimento. Acesso em: 01 out. 2024.</a></p></div><div data-bbox=)

RODRIGUES, Bianca de Fátima; NETTO, Tatiana Cássia Ramos. Doença crônica e terapia cognitivo-comportamental: Um relato de caso. *In*: MOSTRA DE PRÁTICAS EM PSICOLOGIA DA UNISAGRADO, 2018, Bauru. **Resumos [...]**. São Paulo: Unisagrado, 2018. Disponível em: [SANTOS, Gabriela Silva dos \*et al.\* Rede social e virtual de apoio ao adolescente que convive com doença crônica: uma revisão integrativa. \*\*Aquichan\*\*, v. 15, n. 1, p. 60-74, 2015. Disponível em: \[SCHNEIDER, Karine Larissa Knaesel; MARTINI, Jussara Gue. Cotidiano do adolescente com doença crônica. \\*\\*Texto & Contexto-Enfermagem\\*\\*, v. 20, p. 194-204, 2011. Disponível em: \\[SHINOHARA, Helene; FIGUEIREDO, Cristiane. A prática da terapia cognitiva no Brasil. \\\*In\\\*: RANGÉ, B. P. \\\*et al.\\\* \\\*\\\*Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria\\\*\\\*. 2 ed. Porto Alegre: Artmed, 2011. cap. 2, p. 33-39.\\]\\(https://doi.org/10.1590/S0104-07072011000500025. Acesso em: 21 out. 2024.</a></p></div><div data-bbox=\\)\]\(https://doi.org/10.5294/aqui.2015.15.1.7. Acesso em: 21 out. 2024.</a></p></div><div data-bbox=\)](https://unisagrado.edu.br/uploads/2008/anais/mostra_psicologia_2018/abordagens/doenca-cronica-e-terapia-cognitivo-comportamental-.pdf. Acesso em: 01 out. 2024.</a></p></div><div data-bbox=)

SIFUENTES, Thirza Reis; DESSEN, Maria Auxiliadora; OLIVEIRA, Maria Cláudia Santos Lopes de. Desenvolvimento humano: desafios para a compreensão das trajetórias probabilísticas. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 23, n. 04, p. 379-385, 2007. Disponível em: [SILVA, Liliane de Lourdes Teixeira; VECCHIA, Bianca Penido; BRAGA, Patrícia Pinto. Adolescer em pessoas com doenças crônicas: uma análise compreensiva. \*\*Revista Baiana De Enfermagem\*\*, v.30, n. 2, p. 01-09, 2016. Disponível em: \[SOUZA, Candida de; SILVA, Daniele Nunes Henrique. Adolescência em debate: contribuições teóricas à luz da perspectiva histórico-cultural. \\*\\*Psicologia em Estudo\\*\\*, v. 23, p.\]\(https://doi.org/10.18471/rbe.v30i2.14281. Acesso em: 08 out. 2024.</a></p></div><div data-bbox=\)](https://doi.org/10.1590/S0102-37722007000400003. Acesso em: 07 out. 2024.</a></p></div><div data-bbox=)

01-12, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/psicoestud.v23.e35751>. Acesso em: 08 out. 2024.

STALLARD, Paul. **Bons pensamentos – bons sentimentos**: guia de terapia cognitivo-comportamental para adolescentes e jovens adultos. Porto Alegre: Artmed, 2021. 232 p.

VERZONI, André; LISBOA, Carolina Saraiva de Macedo. Digitalidade e tecnologia. *In*: NEUFELD, C. B. **Terapia cognitivo-comportamental para adolescentes**: uma perspectiva transdiagnóstica e desenvolvimental. Porto Alegre: Artmed, 2017. cap. 13, p. 381-396.

VIEIRA, Maria Aparecida; LIMA, Regina Aparecida Garcia de. Crianças e adolescentes com doença crônica: convivendo com mudanças. **Revista Latino-americana de Enfermagem**, v. 10, n. 04, p. 552-560, 2002. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692002000400013>. Acesso em: 10 out. 2024.

WRIGHT, Jesse H. *et al.* **Aprendendo a terapia cognitivo-comportamental**: um guia ilustrado. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019. 256 p.