

TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL ASSOCIADA AO USO DE ISRS NO TRATAMENTO DE DEPRESSÃO MAIOR

Carolayne Mendes de Oliveira¹
Gabriel Vieira Marques¹
Nicole Galvão Bissuti¹
Sabrina Martins de Melo Cunha¹
Vinício José Lima Venâncio¹
Janine Lopes Carvalho²
Adriano Carlos Soares³

professoradrianosoares@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

PALAVRAS-CHAVE: IRSS; terapia cognitivo-comportamental; transtorno depressivo maior; psicofármacos.

1 INTRODUÇÃO

A depressão maior, conforme descrita no DSM-5 (2014), é um transtorno mental que envolve uma combinação de sintomas emocionais, cognitivos e somáticos. Entre eles, destacam-se o humor persistentemente deprimido, a perda de interesse por atividades anteriormente prazerosas, alterações no sono e no apetite, fadiga intensa, sentimentos recorrentes de culpa ou inutilidade, dificuldades de concentração e, em quadros mais severos, pensamentos suicidas. Essa compromete de forma significativa o funcionamento cotidiano do indivíduo, impactando diretamente sua qualidade de vida (Lima e Fleck, 2010). Diante disso, a depressão maior tem impulsionado a adoção de abordagens terapêuticas integradas, sendo as estratégias que associam intervenções farmacológicas e psicoterapêuticas cada vez mais valorizadas seja no aspecto da remissão dos sintomas, na prevenção de recaídas ou em outros dos diversos fatores (Brito *et al.*, 2018). A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é considerada uma das intervenções psicoterapêuticas mais eficazes no tratamento da depressão, por atuar na identificação e reestruturação de pensamentos disfuncionais, além de modificar comportamentos que contribuem para a manutenção do sofrimento emocional (Powell *et al.*, 2008). Quando associada aos Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS), seus efeitos podem ser potencializados. De acordo com Silva e Andrade (2008), os ISRS são antidepressivos que inibem a recaptação da serotonina pelas células nervosas, aumentando sua disponibilidade na fenda sináptica e favorecendo a comunicação entre os neurônios. A serotonina, por sua vez, está diretamente relacionada à regulação do humor, do

¹ Acadêmico(a)s do Curso de Psicologia – Centro Universitário Vértice - Univértix

² Psicóloga, Doutora em Educação pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), mestre em Psicologia pela Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), coordenadora do curso de Psicologia, docente, coordenadora do Núcleo de Atendimento Psicopedagógico (NAPE) e presidente da Comissão Própria de Avaliação (CPA) do Centro Universitário Vértice - UNIVÉRTIX campus Matipó.

³ Farmacêutico Bioquímico (UFOP); Cirurgião Dentista (UNIVÉRTIX); Doutor em Bioquímica Aplicada (Biotecnologia) (UFV); Professor dos cursos de Farmácia, Psicologia, Enfermagem, Biomedicina, Medicina e Odontologia do Centro Universitário Vértice – UNIVÉRTIX.

sono e do apetite, funções frequentemente comprometidas em quadros depressivos. Nesse contexto, a combinação entre TCC e ISRS, segundo Powell *et al.* (2008), tende a proporcionar uma resposta clínica mais rápida e efeitos terapêuticos mais duradouros. Dessa forma, torna-se relevante compreender como a associação entre TCC e ISRS atua na abordagem da depressão maior, considerando seus benefícios e limitações. Assim, este trabalho tem por objetivo analisar a eficácia do tratamento combinado entre a Terapia Cognitivo-Comportamental e os ISRS no manejo da depressão maior.

2 METODOLOGIA

A presente pesquisa configura-se como um estudo de natureza bibliográfica, com abordagem qualitativa, fundamentando-se na análise crítica de produções científicas previamente publicadas sobre o tema. Conforme Gil (2008), esse tipo de investigação permite o aprofundamento teórico e a identificação de lacunas relevantes na literatura. A coleta de dados foi realizada nas plataformas SciELO e Google Acadêmico, durante os meses de junho e julho de 2025, utilizando como descritores os termos controlados dos vocabulários DeCS e MeSH: “terapia cognitivo-comportamental”, “inibidores seletivos da recaptção de serotonina”, “transtorno depressivo maior”, “cognitive behavioral therapy”, “selective serotonin reuptake inhibitors” e “major depressive disorder”. Inicialmente, foram identificados 72 documentos, entre artigos científicos, teses e dissertações. Estabeleceram-se como critérios de inclusão: (i) pertinência temática direta com a associação entre TCC e ISRS no tratamento da depressão maior; (ii) disponibilidade gratuita e completa do texto; (iii) idioma em português, inglês ou espanhol; e (iv) preferência por publicações recentes. Foram excluídos os trabalhos que não apresentavam dados clínicos, revisões com baixa consistência metodológica ou que abordavam exclusivamente outras modalidades terapêuticas sem relação com a TCC. Após triagem e leitura dos resumos, 13 estudos foram selecionados para leitura integral, sendo que 7 publicações atenderam plenamente aos critérios e compuseram a base teórica do estudo. A análise dos dados seguiu uma abordagem interpretativa, com foco nos principais achados, benefícios terapêuticos, limitações e interações entre os recursos psicoterapêuticos e farmacológicos na redução dos sintomas do transtorno depressivo maior.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A combinação entre TCC e ISRS é recomendada como tratamento de primeira linha para casos moderados e graves de transtorno depressivo maior, por potencializar os efeitos terapêuticos e favorecer a remissão dos sintomas, a funcionalidade social e a qualidade de vida do paciente (Carneiro; Dobson, 2016; Volpe *et al.*, 2024). Do ponto de vista farmacológico, os ISRS atuam inibindo a recaptção de serotonina na fenda sináptica, aumentando sua disponibilidade e estimulando os receptores pós-sinápticos, o que contribui para a regulação do humor, da cognição e do comportamento (Lopes *et al.*, 2024; VOLPE *et al.*, 2024). Substâncias como fluoxetina, sertralina, escitalopram e citalopram demonstram eficácia comprovada na redução dos sintomas depressivos, com melhor tolerabilidade em comparação aos antidepressivos tricíclicos (LOPES *et al.*, 2024). Entretanto, a resposta aos ISRS pode ser limitada em parte dos pacientes. Estima-se que até 40% não apresentam resposta satisfatória ao primeiro medicamento, o que evidencia a necessidade de estratégias complementares (LOPES *et al.*, 2024). Nesse contexto, a TCC se mostra eficaz tanto no manejo de sintomas quanto na prevenção de recaídas, por meio da reestruturação

de pensamentos disfuncionais, treinamento de habilidades sociais, ativação comportamental e práticas de enfrentamento (Carneiro; Dobson, 2016). Estudos revisados indicam que a combinação entre ISRS e TCC oferece benefícios superiores quando comparada ao uso isolado de cada abordagem. Essa sinergia se traduz em maior taxa de adesão ao tratamento, menor risco de recaída após a remissão inicial e efeitos mais duradouros na melhora do humor e da funcionalidade (Carneiro; Dobson, 2016; Volpe *et al.*, 2024). Ademais, diretrizes internacionais recomendam essa combinação como escolha terapêutica segura e eficaz, especialmente quando se busca um plano de tratamento abrangente. Contudo, é importante considerar os efeitos adversos associados aos ISRS, como náuseas, disfunção sexual e agitação nos primeiros dias de uso, além da necessidade de acompanhamento contínuo em tratamentos prolongados (LOPES *et al.*, 2024). Portanto, a evidência atual confirma que a combinação entre TCC e ISRS é uma abordagem clínica eficaz, segura e bem fundamentada para o tratamento da depressão maior, promovendo tanto a remissão dos sintomas quanto a prevenção de recaídas e o fortalecimento de habilidades cognitivas duradouras (Carneiro; Dobson, 2016).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A literatura confirma que a combinação entre Terapia Cognitivo-Comportamental e Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina é altamente eficaz no tratamento do Transtorno Depressivo Maior moderado a grave. Essa abordagem integrada promove maior adesão, reduz recaídas e proporciona benefícios duradouros no humor e na funcionalidade. Trata-se de uma estratégia segura, bem fundamentada e eficaz tanto na remissão dos sintomas quanto na prevenção de recorrências.

REFERÊNCIAS

BRITO, Pâmella Eduarda Tavares de; CARVALHO, Fernanda Maria Gomes; MARQUES, Nilza Moura; RAMOS, Vivian Gadelha; SANTOS, Sofia Dionizio. **Psicoterapia e farmacoterapia no tratamento da depressão: uma revisão sistemática de literatura**. Anais III CONBRACIS. Campina Grande: Realize Editora, 2018. E-book. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/41350>. Acesso em: 17 jun. 2025.

CARNEIRO, Adriana Munhoz. Tratamento cognitivo-comportamental para depressão maior: uma revisão narrativa. **Rev. Bras. Ter. Cogn.**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 1, p. 42-49, jun. 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872016000100007&lng=pt&nrm=iso. doi:10.5935/1808-5687.20160007. Acesso em: 23 jun. 2025.

VOLPE, Lucas Américo Inácio; PEIXOTO, Leandro de Freitas; FERNANDES, Ana Edilza Cândido; MARTINS, Diana Dárlým Mascarenhas; MONTEIRO, Ana Paula Gomes; SILVA, Mateus de Grise Barroso da; MORAIS, Maria Eduarda Condé; DUARTE, Geovana Mancini dos Santos; NASCIMENTO, Rafael Maciel Catuladeira; PLÁCIDO, Marília Gabriela Xavier Andrade. Uso dos Inibidores Seletivos de Recaptação de Serotonina no tratamento da depressão. **Revista CPAQV – Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, [s.l.], v. 16, n. 2, 2024. Disponível

em: <https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV/article/view/2202>.
10.36692/V16N2-141R. Acesso em: 23 jun. 2025.

DOI:

LIMA, Ana Flavia Barros da Silva; FLECK, Marcelo Pio de Almeida. Qualidade de vida e depressão: uma revisão da literatura. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 31, 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rprs/a/S9qrRyQwJBtYgZYtVxSrgpg?utm_source. Acesso em: 17 jun. 2025.

LOPES, Héli da Sammara de Carvalho; ANDRADE, Maria Victoria Araújo de; ALVES, Stephanie Cassiano de Oliveira; MUNIZ, Jéssica dos Santos; SILVEIRA, Viviane Almeida da. O uso de inibidores seletivos da recaptção de serotonina no tratamento da depressão maior: uma revisão bibliográfica. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [s.l.], v. 10, n. 8, p. 339–346, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i8.15009. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/15009>. Acesso em: 23 jun. 2025.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

POWELL, Vânia Bitencourt; ABREU, Neander; DE OLIVEIRA, Irismar Reis; SUDAK, Donna M. Terapia cognitivo-comportamental da depressão. **Brazilian Journal of Psychiatry**, [s.l.], v. 30, Supl. 2, p. s73-s80, 2008. doi: 10.1590/S1516-44462008000600004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/XD3SXdNxQPMwj6gc4WRiqSB>. Acesso em: 18 jun. 2025.

SILVA, Diana Klanovicz; ANDRADE, Fabiana Michelsen de. Farmacogenética de inibidores seletivos de recaptção de serotonina: uma revisão. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 30, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/CZSKCmTzXJqdLH4L7W69f5g/?format=html>. Acesso em: 18 jun. 2025.