

## **Contribuições da Terapia Cognitivo Comportamental para o tratamento de pacientes com transtorno por uso de substância: uma revisão de literatura**

### **Cognitive Behavioral Therapy for the treatment of patients with substance abuse disorder: a literature review**

Brenda Sales Leal<sup>1</sup>

Celeste Coutinho<sup>2</sup>

**Resumo:** O presente estudo foi conduzido sob a ótica da Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) e possíveis contribuições para o tratamento de pacientes que lidam com o Transtorno por Uso de Substância, através de uma revisão de literatura. Para isso, foram selecionados 18 artigos de revistas e bases de dados eletrônicas nacionais e internacionais, nos idiomas português e inglês. A partir da análise dos documentos triados, diversas possibilidades de intervenções cognitivo-comportamentais foram identificadas, com o objetivo de reabilitação física, psicológica e social do indivíduo. Após criteriosa leitura e condensação do material triado, foi possível analisar as diversas ferramentas eficazes dispostas pela TCC para tratamento da dependência química, e é necessária a capacitação do profissional para atuar com pacientes com essa demanda.

**Palavras-chave:** Dependência química; terapia cognitivo comportamental; transtorno por uso de substâncias; alcoolismo; intervenções cognitivo-comportamentais; uso problemático de substâncias.

**Abstract:** The present study was conducted from the perspective of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) and possible contributions to the treatment of patients dealing with Substance Use Disorder, through a literature review. To do this, 18 articles were selected from national and international journals and electronic databases, in both Portuguese and English. From the analysis of the screened documents, several possibilities for cognitive-behavioral interventions were identified, with the objective of physical, psychological and social rehabilitation of the individual. After careful reading and compilation of the selected material, it was possible to conclude that CBT has several effective tools for treating chemical dependency, and professional training is necessary to work with patients with this demand.

**Key-words:** Chemical dependency; Cognitive Behavioral Therapy; Substance Abuse Disorder; Alcoholism; cognitive behavioral interventions; problematic substance use.

## 1. Introdução

O Brasil apresenta um quantitativo notável de pacientes que buscam auxílio para questões relacionadas ao consumo abusivo de substâncias na rede pública de saúde. Somente no ano de 2021, o Sistema Único de Saúde (SUS) registrou 400,3 mil atendimentos a pacientes com transtornos mentais e comportamentais por uso de substância (SAPS, 2022). No entanto, esses números não refletem a condição total do país, uma vez que os dados comportam apenas aqueles que buscaram apoio na rede pública de atenção à saúde.

Os critérios que levam ao diagnóstico dos transtornos devido ao uso de substância ou comportamentos de dependência são categorizados pelo manual de Classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde (CID-10), e pelo Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-5).

De acordo com a Associação Psiquiátrica Americana (APA, 2014), o paciente que apresenta transtorno por uso de substância deve preencher critérios para um padrão problemático do uso de álcool/drogas levando a comprometimento ou sofrimento clinicamente significativo, além de manifestar sinais e sintomas de abstinência na ausência do consumo e aumento da tolerância, necessitando de maiores quantidades da droga para alcançar o efeito esperado, bem como critérios mais específicos para cada classe de substância.

Para além do comprometimento biológico e psíquico do paciente, Capistrano *et al.* (2013) destacam diversos prejuízos psicossociais ocasionados pela dependência química, que podem ser percebidos nas esferas de relações conjugais e familiares, na esfera laboral, e na acadêmica.

Diversos modelos e abordagens dentro da Psicologia buscam explicar a causa e a manutenção do consumo abusivo de drogas. No presente artigo, a dependência química será analisada sob a ótica da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC).

O modelo cognitivo sugere que o pensamento disfuncional é comum a todos os transtornos psicológicos, podendo apresentar-se de forma mais superficial como um pensamento automático, crenças intermediárias sobre, que se manifestam através de regras e pressupostos, ou de forma mais profunda com as crenças nucleares sobre si, o mundo e o futuro, que são irracionais, rígidas e super generalizadas. (Beck, 2022)

Seguindo por essa lógica, quando um indivíduo com crenças nucleares disfuncionais a seu respeito dá início ao uso de substâncias psicoativas, crenças intermediárias mais relacionadas ao consumo de drogas podem se desenvolver, como por exemplo, “só consigo me acalmar se beber álcool”. A partir dessa interpretação das situações desfavoráveis, o sujeito poderá se voltar ao comportamento de busca e uso das drogas, com o pressuposto de que “se usar, me sentirei melhor”, ativando um pensamento automático de que precisa consumir a substância, a fim de aliviar ou anular um pensamento disfuncional nuclear que deu início a essa sequência de eventos (Zanelatto & Laranjeira 2018).

A TCC, então, se faz presente para compreender quais pensamentos e crenças levaram o paciente a percorrer o caminho do abuso de substância, buscando melhora da qualidade de vida e saúde.

A escolha do modelo de tratamento a ser buscado pelo paciente deve ser feita baseando-se no grau de comprometimento e prejuízo biológico, psicológico e social do sujeito que lida com a dependência química, bem como do tipo de rede de apoio que este dispõe. Ainda assim, a TCC pode ser aplicada independente da modalidade de cuidado, seja em um espaço ambulatorial, hospitais, ou clínicas, realizando intervenções grupais ou individuais (Santos *et al.* 2017).

Para um tratamento com maiores chances de sucesso, Silva (2019) destaca a importância não apenas do apoio familiar e da rede de apoio do paciente, mas também da qualificação e preparação necessária dos profissionais que irão atuar diretamente com dependentes químicos,

buscando uma intervenção mais eficaz e adequada, bem como uma postura profissional e acolhedora.

Conforme os autores supracitados concordam entre si, os pacientes que enfrentam transtornos aditivos necessitam de cuidado multiprofissional e uma rede de apoio presente, bem como suporte psicológico qualificado para atender as demandas apresentadas durante o decorrer do tratamento.

O presente projeto de pesquisa justifica-se pela necessidade da investigação dos temas propostos, pois assim poderá contribuir para a produção acadêmica na área da Psicologia. Ademais, faz-se necessário analisar o material existente a respeito de intervenções cognitivo-comportamentais para pacientes dependentes químicos, especialmente pelo aumento da procura dos serviços de saúde pelo referido público. A partir disso, será possível ter um maior entendimento a respeito das intervenções existentes e sua eficácia.

## **2. Problema da Pesquisa**

Como a abordagem e técnicas desenvolvidas pela Terapia Cognitivo Comportamental podem auxiliar pacientes que sofrem com Transtorno por uso de substância?

## **3. Objetivo Geral**

Investigar na literatura científica como as intervenções cognitivo-comportamentais existentes atuam no tratamento de pacientes com dependência química.

### *3.1 Objetivos específicos*

- a) Analisar a literatura existente a respeito do tratamento dos transtornos por uso de substância sob a ótica da TCC;
- b) Examinar de que modo as intervenções cognitivo comportamentais atuam para a melhora de pacientes com dependência química.

## **4. Metodologia**

A pesquisa foi realizada a partir de uma revisão bibliográfica descritiva com abordagem qualitativa, com base em material cientificamente elaborado, disponível em banco de dados digitais.

Nesta pesquisa, objetivou-se seguir as fases que constituem esta revisão como elaboração da pergunta norteadora, amostragem na literatura, coleta e análise dos dados e apresentação dos resultados.

Os critérios de inclusão foram materiais publicados a partir de 2013, artigos publicados na íntegra e disponibilizados nos idiomas inglês e português. Os critérios de exclusão foram trabalhos publicados nos anos que antecedem 2013, resumos e materiais não concluídos. Os artigos foram buscados nas bases de dados eletrônicas: Scielo, PubMed e Google Scholar.

Foram utilizados um total de 18 (dezoito) artigos científicos que abordaram de forma satisfatória o tema investigado. Dentre o total de materiais selecionados, é relevante destacar que  $n = 10$  são investigações no idioma português em revistas brasileiras, e  $n = 8$  trabalhos publicados no idioma inglês e em revistas e bases de dados internacionais. Após a leitura e triagem, os artigos selecionados foram integrados na discussão.

## **5. Resultados e discussão**

Diante dos artigos selecionados que atenderam aos critérios descritos na metodologia, seguem os tópicos escolhidos com objetivo de maior esclarecimento sobre transtorno por uso de substância e os processos cognitivo-comportamentais envolvidos, bem como tratamentos com eficácia comprovada pela literatura científica. A seguir são apresentadas as discussões principais, seguindo os objetivos iniciais, baseados no material encontrado em bases de dados científicas.

### 5.1 O transtorno por uso de substância e a visão cognitivo comportamental

Um dos documentos que norteia a prática do psicólogo na identificação de psicopatologias é o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-5). Segundo o manual, os transtornos relacionados a uso de substância são divididos por categorias, e identificados através de critérios diagnósticos no comportamento, que incluem o baixo controle sobre o uso da substância, prejuízo social e funcional, uso arriscado da droga, e critérios farmacológicos como o aumento da tolerância a sintomas de abstinência (APA, 2014). A partir de tais critérios, se realiza, ou não, o diagnóstico do transtorno, realizando-se a especificação também da classe substância utilizada pelo indivíduo.

Achados na literatura defendem a importância do diagnóstico no planejamento das intervenções com o paciente. Merrill & Duncan (2014) apresentam o diagnóstico da dependência química como um desafio na saúde primária, já que, o paciente pode não apresentar sinais agudos clássicos como a intoxicação ou sintomas de abstinência, defendendo a necessidade de uma postura acolhedora do profissional que irá realizar os primeiros contatos, com o objetivo de deixar o indivíduo confortável para reportar os hábitos e padrões de uso de substância, bem como apoiá-lo na trajetória do tratamento.

Além disso, a dificuldade de identificar sinais e realizar o diagnóstico é aumentada quando o paciente não busca suporte em centros especializados para tratamento da dependência química, necessitando um olhar ainda mais capacitado do profissional de saúde, psicólogo ou não, que irá atender e investigar as queixas trazidas pelo indivíduo (Tenegra & Leebold, 2016).

Klein (2016) apresenta que embora a abstinência total do uso seja a conduta ideal em muitos casos, essa meta pode não condizer com as necessidades do paciente, destacando então a importância de um atendimento humanizado e acolhedor, com o objetivo de traçar metas mais assertivas com o desejo e possibilidades do sujeito, bem como alinhar estratégias de cuidado pertinentes.

No que tange à leitura cognitivo comportamental, Marquezini (2019) destaca a interpretação das crenças e do modelo cognitivo do usuário, onde o uso de substância pode ser lido como uma estratégia compensatória para lidar com as crenças disfuncionais do indivíduo (ao acreditar que não será aceito em certo meio social, por exemplo), neutralizando temporariamente o desconforto de tais pensamentos e sentimentos. Com a cronificação do uso, a autora ainda destaca o desenvolvimento de crenças que reforcem e mantenham o padrão de uso, como as crenças direcionadas ao alívio onde o indivíduo acredita que “beber relaxa”, fortalecendo pensamentos automáticos para o consumo, e impactando na sensação de fissura e no comportamento de ação e busca da substância.

An *et al.* (2017), destaca que aliado a reforçadores comportamentais, como pareamento de estímulos e hábitos e também fisiológicos como o sistema de recompensa químico no cérebro, o transtorno por uso de substância também está conectado a padrões e fatores cognitivos, com ênfase em distorções cognitivas, com pensamentos rígidos, super generalizados e catastróficos.

Desse modo, percebe-se a importância de um diagnóstico bem estabelecido, pois a partir dele é possível traçar uma intervenção condizente com as necessidades biológicas, sociais e psíquicas do paciente.

### 5.2 Tratamentos e intervenções cognitivo-comportamentais

Ao abordar um plano terapêutico para o paciente dependente químico, é importante compreender as amplas possibilidades de intervenções. Ao analisar a produção científica acadêmica, é possível notar uma gama de possibilidades terapêuticas que atuam no campo biopsicossocial da recuperação e tratamento.

A presença de psicofármacos na intervenção da dependência química é essencial, onde os fármacos podem auxiliar os processos bioquímicos e psicossociais da desintoxicação, bem

como na prevenção de recaídas, porém com benefícios limitados (Knevez & Buccini, 2018). O efeito terapêutico dos psicofármacos pode ser ampliado quando combinado a tratamentos comportamentais, segundo Klein (2016). O autor ainda informa que as dosagens, substâncias e o tipo de tratamento precisam ser adaptados ao sujeito, seu padrão e histórico de uso, o tempo de uso patológico da substância e à classe da substância utilizada. Apesar de ter um papel importante no tratamento, autores destacam a necessidade de um atendimento psicológico atrelado ao tratamento farmacológico, para desenvolvimento de outras habilidades sociais e de enfrentamento (Ray *et al.*, 2020).

No entanto, outros hábitos e práticas de saúde também devem ser levados em consideração durante o tratamento. Ferreira *et al.* (2017) apresentam resultados importantes em uma amostra de dependentes químicos (N = 16), onde após a realização de exercícios físicos durante 60 minutos foi possível observar aumento da concentração na realização de outras atividades, redução do desejo de consumo de drogas e redução da sensação de tensão. Além de ser uma grande aliada no tratamento de pacientes com transtornos relacionados a substâncias (como na redução dos sintomas de abstinência), a prática de atividades físicas também desempenha um caráter preventivo e de redução do risco de desenvolver adicção em substâncias (Zhang & Yuan, 2022).

Desse modo, percebe-se a importância de um trabalho conjunto de profissionais e integração dos diferentes saberes para um tratamento integral do paciente, bem como a difusão de medidas preventivas com objetivo de esclarecer informações a respeito do consumo de substâncias (Lopes, 2017).

No que tange à prática do psicólogo, Coriale *et al.* (2017) destacam desafios, como a aderência do paciente ao tratamento, especialmente nos três primeiros meses de abstinência, onde grande parte dos indivíduos abandonam o serviço. Devido a isso, os autores defendem a necessidade de abordagens diretas e especializadas para pacientes com abuso de substâncias.

A respeito de possíveis intervenções cognitivo-comportamentais, diversos autores investigam a eficácia da TCC como prática durante a recuperação de dependentes químicos. Lima & Pucci (2023) defendem a efetividade da TCC durante o tratamento de transtornos relacionados a substâncias, bem como na manutenção de abstinência do uso de álcool, destacando relevância para intervenções grupais. A eficácia da TCC para o abuso de substâncias também é verificada na manutenção da integridade do sujeito e na prevenção de recaídas, e já é utilizada para transtornos aditivos que não envolvem substâncias, como apostas e jogos (An *et al.*, 2017).

Magill *et al.* (2019) destacam intervenções que auxiliam o indivíduo nos níveis cognitivo e emocional, bem como em riscos ambientais para o uso de substância, ao mesmo tempo que fornecem treinamento para habilidades de enfrentamento para alcançar e manter a abstinência ou a redução de danos, auxiliando na prevenção de recaídas.

Durante os atendimentos com o paciente portador do transtorno por uso de substância, o terapeuta dispõe de técnicas cognitivo-comportamentais eficazes para lidar com momentos de fissura, com destaque para relaxamento, monitoramento de atividades, distração, cartões de enfrentamento e a substituição do pensamento disfuncional por uma imagem positiva (Lopes & Silveira, 2020). Outros autores também destacam a importância da técnica de psicoeducação, que combina técnicas educativas e terapêuticas, para informação do paciente a respeito de sua condição psiquiátrica e sobre o tratamento da dependência, atentando-se para o modo que as informações são transmitidas ao cliente, buscando que ele tenha o maior entendimento possível da informação compartilhada (Magill *et al.*, 2021)

Bittencourt & Alberton (2018) citam a possibilidade de diversas intervenções cognitivo comportamentais para que o dependente químico consiga gerar repertório de enfrentamento durante o curso da assistência, para evitar o contato com a droga. Dentre elas, é possível citar o

treinamento de habilidades sociais, com objetivo de que o paciente aprenda a interagir socialmente, enquanto expressa seus sentimentos e pensamentos.

Outro método de destaque para o tratamento do transtorno relacionado à substância, é a entrevista motivacional, aplicada no contexto de dependência química, com o objetivo de estimular a motivação do paciente a se comprometer e engajar-se no tratamento, e tornar-se protagonista de mudança de suas atitudes e escolhas (Martins *et al.*, 2022).

No entanto, para o viés da TCC, a presença de crenças nucleares e intermediárias inflexíveis, rígidas e desadaptativas influenciam diretamente no cultivo de pensamentos automáticos disfuncionais, distorcidos e exagerados, que por sua vez, mantêm o comportamento de consumo das substâncias (Mendonça & Coelho, 2018). Sendo assim, as autoras frisam que a atuação do psicólogo cognitivo comportamental acontece na estimulação de crenças nucleares e intermediárias e pensamentos automáticos mais adaptativos.

Essa mudança de crenças desadaptativas é abordada por Beck (2022) como um processo de atuações que permitam ao paciente identificar os pensamentos automáticos e as emoções associadas a eles, como forma de então identificar crenças nucleares mais arraigadas e rígidas. Durante o processo de mudança, a autora destaca a possibilidade do uso de técnicas a nível cognitivo, como o questionamento socrático, onde o cliente questiona a veracidade dos pensamentos automáticos disfuncionais, com a possibilidade de reestruturação, ou seja, uma visão alternativa mais adaptativa do que o pensamento disfuncional inicial.

Além das intervenções cognitivas, existem também técnicas a nível comportamental, como os experimentos comportamentais, onde o paciente planeja e executa determinados comportamentos com a objetivo de testar a validade de uma crença e conseqüentemente reduzir a comportamentos compensatórios disfuncionais, como a evitação; ou no caso da dependência química, o uso de drogas (Beck, 2022).

É de suma importância destacar que, embora o tratamento tenha como foco principal a abstinência ou redução do consumo de drogas e problemas associados, os seus efeitos podem ser percebidos no aumento da qualidade de vida, na saúde física e psicológica, relacionamentos interpessoais e no ambiente (DeMarce *et al.*, 2021).

A partir de todo o treinamento recebido durante as sessões de TCC, é possível que o paciente saiba identificar seus pensamentos automáticos e disfuncionais, podendo então dispor de estratégias de enfrentamento para manejar situações de fissura e comportamentos de risco, permitindo ao sujeito desenvolver maior controle e autonomia no seu curso de vida (Pinto, 2022).

## 6. Conclusão

A dependência química é um transtorno que gera grande impacto negativo nas mais diversas esferas vividas (exemplo: saúde física e mental, ocupacional, social), bem como na dinâmica familiar em que o sujeito está inserido (Capistrano *et al.*, 2013), necessitando intervenção de profissionais qualificados e técnicas funcionais para cada situação.

Desse modo, é importante salientar que a TCC dispõe de uma variedade de técnicas que permitem a atuação com pacientes dependentes químicos. Para além da identificação do modelo cognitivo de cada paciente e como isso influencia a sua manutenção no uso de substâncias (Marquezine, 2019; Mendonça & Coelho, 2018), a intervenção cognitivo comportamental também possibilita ao paciente realizar mudanças na qualidade de vida e saúde, bem como em relacionamentos interpessoais (DeMarce *et al.*, 2021).

Assim, o material analisado confirma a hipótese inicial da contribuição e da diversidade de intervenções cognitivo comportamentais no tratamento da dependência química. No entanto, é importante salientar que o profissional que busca trabalhar com o referido público precisa da devida qualificação para atuar na área.

Devido a isso, é imprescindível que a produção de material científico com o proposto tema de investigação continue em desenvolvimento no Brasil, buscando sempre intervenções eficazes que busquem ir de encontro às necessidades do paciente que lida com a dependência química. Assim, espera-se atender às demandas no campo acadêmico a respeito da eficácia das intervenções cognitivo comportamentais, bem como capacitar e embasar profissionais do campo da saúde mental com técnicas adequadas para o cuidado dos pacientes com transtornos por uso de substâncias.

## 7. Referências

An, H., He, R. H., Zheng, Y. R., & Tao, R. (2017). Cognitive-Behavioral Therapy. **Advances in experimental medicine and biology**, 1010, 321–329. Disponível em: [https://doi.org/10.1007/978-981-10-5562-1\\_16](https://doi.org/10.1007/978-981-10-5562-1_16)

Atendimento a pessoas com transtornos mentais por uso de álcool e drogas aumenta 12,4% no SUS. **Ministério da saúde**. Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS), 21 fev. 2022. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/noticia/15936>. Acesso em: 28/06/2023.

BECK, Judith, *et al.* Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática. 3 ed., Porto Alegre: Artmed 2022.

BITTENCOURT, Priscila dos Santos; ALBERTON, Karina Cornelli. Dependência química: os motivos que levam à recaída. 2018. **Repositório Universitário da Ânima**, <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/10469>.

CAPISTRANO, F. C., ZERWES FERREIRA, A. C., ALVES MAFTUM, M., PUCHALSKI KALINKE, L., & DE FÁTIMA MANTOVANI, M. Impacto social do uso abusivo de drogas para dependentes químicos registrados em prontuários. **Cogitare Enfermagem**, v 18, n. 3, pp. 468-474, 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=483649281007>. Acesso em: 12/07/2023.

DEMARCE, J. M., GNYS, M., RAFFA, S. D., KUMPULA, M., & KARLIN, B. E. (2021). Dissemination of cognitive behavioral therapy for substance use disorders in the Department of Veterans Affairs Health Care System: Description and evaluation of Veteran outcomes. **Substance abuse**, 42(2), 168–174. <https://doi.org/10.1080/08897077.2019.1674238>

FERREIRA, S. E. et al. (2017) Efeitos agudos do exercício físico no tratamento da dependência química. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 39, n. 2, p. 123–131. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/gCGsCj8CtYmkpnL7tthHDFS/#ModalHowcite>

KLEIN J. W. (2016). Pharmacotherapy for Substance Use Disorders. **The Medical clinics of North America**, 100(4), 891–910. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2016.03.011>

KNEVITZ, Marcos Fernando, e Danieli Fernanda Buccini. (2018). “PSICOFÁRMACOS NO TRATAMENTO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA: UMA REVISÃO”. **Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde**, vol. 7, nº 1, p. 205–19. *DOI.org (Crossref)*, <https://doi.org/10.33362/ries.v7i1.1124>.

LIMA, S. C. G. de; PUCCI, S. H. M. A eficácia da terapia cognitivo-comportamental no tratamento da dependência química de álcool em adultos: uma revisão integrativa. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 9, n. 7, p. 1116–1126,

2023. DOI: 10.51891/rease.v9i7.10688. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10688>. Acesso em: 6 out. 2023.

LOPES, Fernanda Machado; SILVEIRA, Kallinca Merillen. Efeito de estratégias e técnicas cognitivo- comportamentais no tratamento do tabagismo. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro , v. 16, n. 1, p. 59-66, jun. 2020 .Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872020000100009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872020000100009&lng=pt&nrm=iso).

LOPES, Liana Longo Teixeira. O trabalho da equipe multiprofissional no processo de desenvolvimento da dependência de álcool e outras drogas. 2017. master Thesis. **Repositório Institucional FURG**. Disponível em: <http://127.0.0.1:8080/handle/1/8357>.

MAGILL, M., RAY, L., KILUK, B., HOADLEY, A., BERNSTEIN, M., TONIGAN, J. S., & CARROLL, K. (2019). A meta-analysis of cognitive-behavioral therapy for alcohol or other drug use disorders: Treatment efficacy by contrast condition. *Journal of consulting and clinical psychology*, 87(12), 1093–1105. <https://doi.org/10.1037/ccp0000447>

MAGILL, M., MARTINO, S., & WAMPOLD, B. (2021). The principles and practices of psychoeducation with alcohol or other drug use disorders: A review and brief guide. *Journal of substance abuse treatment*, 126, 108442. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2021.108442>

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 / [American Psychiatric Association ; tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento ... et al.] ; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli ... [et al.]. – 5. ed. – Porto Alegre : Artmed, 2014.

MARTINS, V. . H. S.; LIMA OLIVEIRA, B. .; OLIVEIRA BELO, L. de .; HÉLCIAS PACHECO ACÁCIO, K. . Benefícios da entrevista motivacional na minimização/cessação do consumo de substâncias químicas para dependentes: uma análise sistemática . **Caderno de Graduação - Ciências Humanas e Sociais - UNIT - ALAGOAS**, [S. l.], v. 7, n. 3, p. 92, 2022. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/fitshumanas/article/view/11054>.

MARQUEZINI, Fernanda Bechara. (2019). “A terapia cognitiva-comportamental aplicada ao tratamento da dependência química”. **Revista Científica Universitas**, vol. 6, nº 3. Disponível em: <http://revista.fepi.br/revista/index.php/revista/article/view/730>.

MENDONÇA, L. G. T.; COELHO, T. C. A intervenção em terapia cognitivo- comportamental aplicada em dependentes químicos. **Caderno Científico UNIFAGOC de Graduação e Pós-Graduação**, v. 3, n. 1, 2 set. 2019.

MERRILL, Joseph O., & DUNCAN, Mark. H. (2014). Addiction disorders. **The Medical clinics of North America**, 98(5), 1097–1122. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2014.06.008>

O Tratamento da Dependência Química e as Terapias Cognitivo-Comportamentais: um guia para terapeutas [recurso eletrônico]/ Organizadores: Neide A. Zanelatto, Ronaldo Laranjeira. - 2 ed - Porto Alegre: Artmed 2018.

RODRIGUES PINTO, G. R. P. Contribuições da teoria cognitiva comportamental na compreensão e tratamento da dependência química em jovens. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, [S. l.], p. 1–9, 2022. Disponível em: <https://editoraime.com.br/revistas/index.php/rem/article/view/3501>.

SILVA, K. R. da; GOMES, F. G. C. DEPENDÊNCIA QUÍMICA: RESULTANTES DO USO ABUSIVO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS. **Revista Uningá**, [S. l.], v. 56, n. S1, p. 186–195, 2019. DOI: 10.46311/2318-0579.56.eUJ306. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/306>. Acesso em: 13 jul. 2023.

SANTOS, Daniela Luise Nicolau dos; SILVA, Giovana Bruno da; DOTA, Fernanda Piovesan. A terapia cognitivo-comportamental no tratamento de usuários de drogas lícitas. **XX Simpósio de Ciências Aplicadas da FAEF**. Anais – Garça: Editora FAEF, V 06, 2017. Disponível em: <https://www.faeff.br/userfiles/files/Anais%20FAEF%202017%20-%20Vol%2006%20-%20Psicologia.pdf#page=50>. Acesso em: 01/07/2023.

TENEGRA, J. C., & LEEBOLD, B. (2016). Substance Abuse Screening and Treatment. **Primary care**, 43(2), 217–227. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.pop.2016.01.008>

ZHANG, L., & YUAN, T. F. (2019). Exercise and substance abuse. **International review of neurobiology**, 147, 269–280. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/bs.irm.2019.07.007>