RGe ISSN: 2177-3246

PSICOEDUCAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE ADESÃO AO TRATAMENTO PSICOLÓGICO EM PACIENTES COM TRANSTORNO DE SINTOMAS SOMÁTICOS: CONTRIBUIÇÕES PARA A PRÁTICA CLÍNICA

PSYCHOEDUCATION AS A STRATEGY FOR ADHERENCE TO PSYCHOLOGICAL TREATMENT IN PATIENTS WITH SOMATIC SYMPTOM DISORDER: CONTRIBUTIONS TO CLINICAL PRACTICE

LA PSICOEDUCACIÓN COMO ESTRATEGIA PARA LA ADHERENCIA AL TRATAMIENTO PSICOLÓGICO EN PACIENTES CON TRASTORNO DE SÍNTOMAS SOMÁTICOS: CONTRIBUCIONES A LA PRÁCTICA CLÍNICA

10.56238/revgeov17n6-004

Luciana Sena Campos Ribeiro
Graduanda em Psicologia
Instituição: Faculdade Boas Novas (FBN)
E-mail: luciana.ribeiro@aluno.fbnovas.edu.br

João Raimundo Santos Silva Júnior
Doutor em Psicologia da Educação
Instituição: Faculdade Boas Novas (FBN)
E-mail: joao.silva@fbnovas.edu.br

Leticia Nayra Bastos Fernandes
Mestre em Ciências aplicadas a Saúde
Instituição: Faculdade Boas Novas (FBN)
E-mail: leticia.fernandes@fbnovas.edu.br

RESUMO
Este estudo tem como objetivo analisar a psicoeducação como estratégia de promoção da adesão ao tratamento psicológico em pacientes com transtorno de sintomas somáticos (TSS), destacando suas implicações para a prática clínica no contexto da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, com enquadre descritivo, desenvolvida por meio de análise de conteúdo temática da literatura científica nacional e internacional sobre psicoeducação, adesão terapêutica e TSS. A busca bibliográfica foi realizada nas bases SciELO, PePSIC, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico, considerando produções publicadas entre 2019 e 2026. Foram selecionados 29 estudos após aplicação de critérios de elegibilidade, dos quais 10 compuseram o *corpus* principal da análise. Os resultados indicam que pacientes com TSS apresentam baixa adesão ao tratamento psicológico, frequentemente associada à predominância de explicações biomédicas, resistência à psicoterapia e fragilidade no engajamento terapêutico. A análise evidenciou que a psicoeducação favorece a compreensão do transtorno, reduz crenças disfuncionais, fortalece o vínculo terapêutico e amplia a participação ativa do paciente no processo terapêutico. Conclui-se que a psicoeducação constitui estratégia clínica essencial para qualificar a adesão terapêutica e potencializar a prática psicológica no manejo do TSS.

Palavras-chave: Psicoeducação. Transtorno de Sintomas Somáticos. Adesão ao Tratamento Psicológico. Terapia Cognitivo-Comportamental. Prática Clínica.

ABSTRACT
This study aims to analyze psychoeducation as a strategy to promote adherence to psychological treatment in patients with somatic symptom disorder (SSD), highlighting its implications for clinical practice in the context of Cognitive-Behavioral Therapy (CBT). This is a qualitative bibliographic research study, developed through thematic content analysis of national and international scientific literature on psychoeducation, therapeutic adherence, and SSD. The bibliographic search was conducted in the SciELO, PePSIC, Virtual Health Library (BVS), and Google Scholar databases, considering publications between 2019 and 2026. Twenty-nine studies were selected after applying eligibility criteria, of which 10 comprised the main corpus of the analysis. The results indicate that patients with SSD present low adherence to psychological treatment, frequently associated with the predominance of biomedical explanations, resistance to psychotherapy, and fragility in therapeutic engagement. The analysis showed that psychoeducation promotes understanding of the disorder, reduces dysfunctional beliefs, strengthens the therapeutic bond, and increases the patient's active participation in the therapeutic process. It is concluded that psychoeducation constitutes an essential clinical strategy to improve therapeutic adherence and enhance psychological practice in the management of Somatic Symptom Disorder (SSD).

Keywords: Psychoeducation. Somatic Symptom Disorder. Adherence to Psychological Treatment. Cognitive-Behavioral Therapy. Clinical Practice.

RESUMEN
Este estudio tiene como objetivo analizar la psicoeducación como estrategia para promover la adherencia al tratamiento psicológico en pacientes con trastorno de síntomas somáticos (TSS), destacando sus implicaciones para la práctica clínica en el contexto de la terapia cognitivo-conductual (TCC). Se trata de un estudio de investigación cualitativo, descriptivo y bibliográfico, desarrollado mediante el análisis temático de contenido de literatura científica nacional e internacional sobre psicoeducación, adherencia terapéutica y TSS. La búsqueda bibliográfica se realizó en las bases de datos SciELO, PePSIC, Biblioteca Virtual en Salud (BVS) y Google Scholar, considerando publicaciones entre 2019 y 2026. Se seleccionaron veintinueve estudios tras aplicar los criterios de elegibilidad, de los cuales diez conformaron el corpus principal del análisis. Los resultados indican que los pacientes con TSS presentan baja adherencia al tratamiento psicológico, frecuentemente asociada a un predominio de explicaciones biomédicas, resistencia a la psicoterapia y fragilidad en el compromiso terapéutico. El análisis mostró que la psicoeducación promueve la comprensión del trastorno, reduce las creencias disfuncionales, fortalece el vínculo terapéutico e incrementa la participación activa del paciente en el proceso terapéutico. Se concluye que la psicoeducación constituye una estrategia clínica esencial para mejorar la adherencia terapéutica y optimizar la práctica psicológica en el manejo del Trastorno de Síntomas Somáticos (TSS).

Palabras clave: Psicoeducación. Trastorno de Síntomas Somáticos. Adherencia al Tratamiento Psicológico. Terapia Cognitivo-Conductual. Práctica Clínica.

1 INTRODUÇÃO

O Transtorno de Sintomas Somáticos (TSS), definido pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - DSM-5-TR (APA, 2023), caracteriza-se pela presença de sintomas físicos persistentes associados a sofrimento psicológico significativo, elevada preocupação com a saúde e prejuízos no funcionamento cotidiano. Na compreensão contemporânea da patologia, o foco diagnóstico desloca-se da ausência de explicação médica para a forma como o indivíduo interpreta e responde às manifestações corporais, reconhecendo a influência de fatores cognitivos, emocionais e comportamentais na manutenção do sofrimento.

A literatura demonstra que o TSS possui impacto relevante nos serviços de saúde, especialmente devido à alta procura por atendimentos médicos, realização recorrente de exames e dificuldades de adesão ao tratamento psicológico. Nesse sentido, estudos realizados em nosso país, Miranda et al. (2025) e Fontes et al. (2024) apontam a prevalência significativa do transtorno em contextos de atenção primária, especialmente nos aspectos de saúde mental, evidenciando a necessidade de estratégias clínicas que favoreçam compreensão, engajamento terapêutico e continuidade do cuidado.

Nesse contexto, observa-se que muitos pacientes apresentam resistência em reconhecer a relação entre fatores emocionais e sintomas físicos, mantendo uma compreensão predominantemente biomédica do adoecimento. Essa característica tende a dificultar o estabelecimento da aliança terapêutica, além de comprometer a adesão ao tratamento psicológico. Dentre as estratégias disponíveis na prática clínica, a psicoeducação tem se destacado como uma intervenção relevante, especialmente no contexto da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), por favorecer a construção de um modelo explicativo compartilhado entre terapeuta e paciente. A partir disso, torna-se possível ampliar a compreensão acerca do transtorno e promover maior participação ativa no tratamento.

Diante dessa situação, o presente estudo teve como objetivo analisar as contribuições da psicoeducação como estratégia de adesão ao tratamento psicológico em pacientes com transtorno de sintomas somáticos, visando sistematizar implicações para a prática clínica. Para isso, realizou-se uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, balizada no enfoque descritivo (Gil, 2026), desenvolvida por meio de análise de conteúdo temática da literatura científica sobre psicoeducação, transtorno de sintomas somáticos e adesão ao tratamento psicológico. Os resultados indicaram, apesar do crescimento das discussões sobre TSS e intervenções cognitivas, a escassez de estudos nacionais que analisem especificamente a psicoeducação como estratégia de adesão ao tratamento psicológico nesse público.

A relevância deste estudo justifica-se em três dimensões. No âmbito científico, contribui para o aprofundamento teórico sobre a psicoeducação aplicada ao TSS, temática ainda pouco explorada na literatura nacional. No âmbito social, destaca-se pela possibilidade de contribuir para a melhoria da

qualidade de vida de pacientes que vivenciam sofrimento persistente associado aos sintomas somáticos. No âmbito clínico, oferece subsídios para a atuação do psicólogo, especialmente quanto ao fortalecimento da adesão terapêutica.

2 FUDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 O TRANSTORNO DE SINTOMAS SOMÁTICOS: CONCEITO E IMPLICAÇÕES CLÍNICAS

O TSS, conforme descrito no DSM-5-TR (APA, 2023), caracteriza-se pela presença de sintomas físicos persistentes associados a sofrimento significativo, preocupação excessiva com a saúde e prejuízos funcionais relevantes. A compreensão diagnóstica contemporânea do transtorno, não se concentra exclusivamente na ausência de explicação médica para os sintomas, mas na forma como o indivíduo experiencia, interpreta e responde às manifestações corporais, evidenciando o papel central dos fatores cognitivos, emocionais e comportamentais na manutenção do sofrimento.

Essa reformulação diagnóstica representa importante avanço para a prática clínica, uma vez que reconhece o sofrimento do paciente independentemente da confirmação orgânica dos sintomas. Assim, o TSS passa a ser compreendido sob uma perspectiva biopsicossocial, considerando a interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais na gênese e manutenção do adoecimento.

Segundo Bockian et al. (2026), a relação entre mente e corpo constitui um dos principais desafios da psiquiatria e da psicologia clínica, uma vez que os estados emocionais podem produzir alterações físicas significativas no organismo. Além disso, o corpo deixa de ser compreendido apenas como estrutura biológica isolada, passando a ser entendido como espaço de expressão do sofrimento psíquico. Os pacientes com TSS tendem a apresentar hipervigilância corporal, pensamentos catastróficos relacionados à saúde e busca recorrente por serviços médicos, mesmo na ausência de confirmação orgânica suficiente. Desse modo, tais características contribuem para a manutenção do sofrimento e dificultam a adesão ao tratamento psicológico.

As pesquisas de Miranda et al. (2025) e Fontes et al. (2024) apontam que o TSS apresenta prevalência significativa tanto na população geral quanto em contextos de atenção primária à saúde. Esses estudos indicam prevalência aproximada entre 5% e 7% na população geral, demonstrando impacto relevante do transtorno nos serviços de saúde mental. Em contextos clínicos, especialmente na atenção básica e em serviços especializados, os índices podem apresentar valores ainda mais elevados. Os dados apontam ocorrência significativa de sintomas somáticos em adultos brasileiros entre 20 e 49 anos, evidenciando a relevância clínica e social do transtorno.

Para Bockian et al (2026, p. 206), “o transtorno é diagnosticado mais frequentemente em mulheres, provavelmente porque elas tendem a relatar mais sintomas somáticos”. Essas informações indicam a ocorrência do transtorno e seu subdiagnóstico, em função da predominância de modelos biomédicos que tendem a negligenciar a dimensão psicológica dos sintomas. Outro aspecto refere-se

às dificuldades diagnósticas e terapêuticas relacionadas ao transtorno, pois muitos pacientes mantêm compreensão estritamente biomédica do adoecimento, demonstrando resistência em reconhecer a influência de fatores emocionais sobre os sintomas físicos. Essa característica favorece a busca excessiva por exames, procedimentos médicos e diferentes especialistas, ao mesmo tempo em que reduz o engajamento em intervenções psicológicas.

Nesse contexto, o manejo clínico do TSS não consiste em invalidar os sintomas apresentados pelo paciente, mas em auxiliá-lo a compreender a relação entre emoções, pensamentos, comportamentos e manifestações corporais. O tratamento deve priorizar redução da preocupação excessiva com a saúde, desenvolvimento de estratégias adaptativas de enfrentamento e ampliação do funcionamento global (IDEM, 2026). Entre outras abordagens terapêuticas, as fundamentadas na TCC apresentam importantes contribuições, especialmente por favorecerem a identificação de crenças disfuncionais, interpretações disfuncionais e padrões de busca excessiva de segurança.

Assim, compreender o TSS sob uma perspectiva biopsicossocial é fundamental para o objetivo deste estudo, pois evidencia que o sofrimento desses pacientes ultrapassa a dimensão exclusivamente orgânica, exigindo intervenções clínicas integrativas capazes de favorecer compreensão, vínculo terapêutico e adesão ao tratamento psicológico. Daí a necessidade de estratégias que auxiliem o paciente na ressignificação de seus sintomas, como a psicoeducação.

2.2 A PSICOEDUCAÇÃO COMO ESTRATÉGIA CLÍNICA NA TCC

A psicoeducação configura-se como uma estratégia clínica fundamental no contexto da TCC, inserindo-se no conjunto de intervenções voltadas à compreensão ativa do paciente acerca de seus sintomas, padrões cognitivos e objetivos terapêuticos. De acordo com Beck (2022), ela se fundamenta em um modelo cognitivo no qual pensamento–emoção–corpo estão inter-relacionados, sendo papel do terapeuta auxiliar o paciente a identificar, compreender e modificar padrões disfuncionais. Nesse contexto, a psicoeducação favorece a construção de um modelo explicativo compartilhado entre terapeuta e paciente, tornando o processo terapêutico mais transparente, colaborativo e orientado para resolução de problemas. Tal processo contribui para a redução de crenças disfuncionais, ampliação do senso de controle e fortalecimento do engajamento terapêutico, elementos associados à adesão e à continuidade ao tratamento.

Carvalho, Malagris e Rangé (2019) destacam que a psicoeducação ultrapassa a simples transmissão de informações, configurando-se como modalidade terapêutica que integra intervenções psicológicas e educacionais. Para Kojo (2022), trata-se de uma estratégia que articula acolhimento, vínculo e construção de sentido sobre o sofrimento, possibilitando ao paciente desenvolver maior autonomia e capacidade de enfrentamento. Dessa forma, a estratégia possibilita ao paciente

compreender o funcionamento do transtorno, reconhecer fatores de manutenção e desenvolver maior participação ativa no tratamento.

Estudos recentes demonstram que intervenções psicoeducativas produzem efeitos positivos em diferentes contextos de saúde mental, especialmente quanto ao autoconhecimento, manejo emocional, adesão terapêutica e fortalecimento da autonomia. Alves et al. (2024) destacam que a psicoeducação constitui importante ferramenta de promoção da saúde mental, apresentando benefícios relacionados à compreensão do adoecimento, qualidade de vida e continuidade ao tratamento.

Segundo Beck (2022), pacientes tendem a beneficiar-se mais do tratamento quando compreendem a relação entre pensamentos, emoções e respostas fisiológicas. Nesse sentido, recursos como metáforas clínicas, registros de pensamentos, exemplos práticos e monitoramento de sintomas favorecem maior compreensão do funcionamento psicológico. Nesse sentido, observa-se que a psicoeducação atua não apenas como estratégia informativa, mas como intervenção capaz de modificar interpretações cognitivas disfuncionais relacionadas aos sintomas físicos.

Nesse contexto, com base nos pressupostos da TCC e nos estudos sobre psicoeducação e adesão terapêutica, propõe-se um modelo teórico integrativo para compreensão dos mecanismos envolvidos na adesão ao tratamento psicológico em pacientes com TSS. Tal modelo foi elaborado a partir das contribuições teóricas da TCC propostas por Judith Beck (2022) e Carvalho, Malagris e Rangé (2019), especialmente no que se refere à relação entre cognições, emoções, comportamentos e participação ativa do paciente no tratamento.

Quadro 1 - Modelo Cognitivo-Psicoeducativo de Adesão ao Tratamento no TSS

Etapa	Mecanismo cognitivo-comportamental	Implicação para adesão
Sintoma físico	Presença de dor ou desconforto persistente	Busca por explicação médica
Interpretação cognitiva	Catastrofização e crença de doença grave	Aumento da resistência psicológica
Resposta emocional	Ansiedade, medo e insegurança	Maior sofrimento e desconfiança
Resposta comportamental	Evitação, exames repetidos, abandono	Redução da adesão
Psicoeducação em TCC	Explicação do modelo pensamento–emoção–corpo	Ampliação da compreensão
Reorganização cognitiva	Redução de crenças disfuncionais	Maior abertura ao tratamento
Engajamento terapêutico	Participação ativa e vínculo colaborativo	Fortalecimento da adesão

Fonte: elaborado pela autora com base em Beck (2022), Carvalho, Malagris e Rangé (2019).

O modelo apresentado evidencia que a adesão ao tratamento psicológico em pacientes com TSS não depende exclusivamente da motivação individual do paciente, mas da forma como seus sintomas são compreendidos e manejados no contexto terapêutico. Observa-se que percepções ameaçadoras, associadas à hipervigilância corporal e à busca recorrente por explicações médicas, tendem a intensificar resistência e insegurança terapêutica.

Essas características tornam o TSS um transtorno particularmente desafiador para a prática clínica psicológica, uma vez que o paciente frequentemente prioriza intervenções médicas em detrimento do acompanhamento psicoterapêutico. Nesse sentido, compreender os fatores cognitivos envolvidos no transtorno torna-se essencial para elaboração de estratégias que favoreçam adesão ao tratamento psicológico. Nesse sentido, a psicoeducação em TCC atua como estratégia mediadora ao favorecer reorganização cognitiva inicial, ampliação da compreensão do transtorno e fortalecimento do vínculo terapêutico, elementos diretamente relacionados ao engajamento e à continuidade do tratamento psicológico.

2.3 ADESÃO AO TRATAMENTO PSICOLÓGICO E IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA CLÍNICA

A adesão ao tratamento psicológico constitui um dos principais desafios na prática clínica contemporânea, especialmente em transtornos caracterizados por sofrimento persistente, elevada busca por serviços de saúde e dificuldades de compreensão diagnóstica, como ocorre no TSS. No contexto da TCC, a adesão não se limita à permanência do paciente no tratamento, mas envolve participação ativa, compreensão do modelo terapêutico, realização das tarefas propostas, construção de vínculo terapêutico e engajamento no processo de mudança cognitiva e comportamental.

Pacientes com TSS frequentemente apresentam forte preocupação com sintomas físicos, tendência à interpretação catastrófica das sensações corporais e busca recorrente por explicações exclusivamente orgânicas. Dessa forma, muitos chegam à psicoterapia com resistência inicial ao tratamento psicológico, especialmente quando interpretam a intervenção psicológica como tentativa de invalidar ou minimizar o sofrimento físico vivenciado. Nesse cenário, a adesão depende diretamente da capacidade do terapeuta de construir uma compreensão compartilhada do adoecimento, validando o sofrimento do paciente e apresentando gradualmente o modelo biopsicossocial do transtorno, Beck (2022).

Segundo Beck (2022), a TCC está fundamentada na formulação cognitiva dos transtornos psicológicos, considerando que pensamentos, crenças e interpretações influenciam emoções e comportamentos. Ela afirma que o tratamento deve considerar a conceitualização individualizada do paciente, envolvendo crenças subjacentes, estratégias comportamentais e fatores de manutenção do sofrimento psicológico. Essa compreensão torna-se particularmente relevante no TSS, uma vez que crenças disfuncionais relacionadas à saúde, ao corpo e à doença podem intensificar a atenção seletiva aos sintomas físicos e favorecer comportamentos de evitação, hipervigilância corporal e procura excessiva por serviços médicos.

Beck (2022) também destaca que a TCC possui caráter colaborativo, estruturado e orientado para objetivos, enfatizando a importância da participação ativa do paciente ao longo do processo terapêutico. Ela ressalta que o terapeuta deve ajudar o paciente a compreender a relação entre

pensamentos, emoções e comportamentos, promovendo maior consciência sobre os fatores envolvidos na manutenção do sofrimento. Em pacientes com TSS, esse processo favorece a compreensão de como estresse, ansiedade, interpretação catastrófica e focalização excessiva nas sensações corporais podem contribuir para a intensificação dos sintomas físicos.

A psicoeducação assume um papel central na adesão ao tratamento psicológico. Carvalho, Malagris e Rangé (2019) afirmam que ela deve integrar o tratamento em TCC, como recurso complementar ao tratamento e favorecendo a compreensão do paciente acerca de sua condição clínica. Os autores destacam que o material psicoeducativo deve ser utilizado de forma orientada pelo terapeuta, auxiliando o paciente a compreender seus sintomas, o funcionamento do transtorno e os objetivos da psicoterapia.

No TSS, a psicoeducação pode incluir explicações sobre o modelo biopsicossocial, relação mente-corpo, influência das emoções sobre o organismo, mecanismos de estresse e hipervigilância corporal. Essas intervenções ajudam a reduzir interpretações distorcidas, ampliar o insight e favorecer maior participação do paciente no tratamento. Além disso, a psicoeducação contribui para diminuir estigmas relacionados ao cuidado psicológico e para fortalecer a percepção de legitimidade da psicoterapia como intervenção clínica válida para o manejo do sofrimento somático, Carvalho, Malagris e Rangé (2019)

Beck (2022) enfatiza ainda que a adesão ao tratamento está relacionada à construção de uma boa relação terapêutica. A autora afirma que terapeutas cognitivo-comportamentais eficazes desenvolvem rapport, colaboração ativa e metas compartilhadas, auxiliando o paciente na superação de obstáculos ao progresso terapêutico. No TSS, essa aliança terapêutica torna-se essencial, pois pacientes frequentemente apresentam experiências prévias de invalidação, frustração diagnóstica e sentimentos de incompreensão diante do sofrimento físico persistente.

Miranda, Clasta e Feitosa (2023) compreendem a aliança terapêutica como elemento fundamental para o êxito psicoterapêutico, envolvendo confiança, colaboração, empatia e definição conjunta de objetivos e tarefas terapêuticas. Quando o paciente percebe acolhimento e validação do sofrimento, tende a apresentar maior abertura ao tratamento psicológico e maior disposição para experimentar estratégias cognitivas e comportamentais propostas pela TCC.

Além da relação terapêutica, a adesão também se relaciona à clareza das intervenções e à adaptação do tratamento às necessidades individuais do paciente. Beck (2022) ressalta que o terapeuta deve adaptar os planos de ação ao indivíduo, fornecer justificativas claras para as intervenções, definir tarefas de forma colaborativa e prever possíveis obstáculos ao cumprimento das atividades terapêuticas. Essas estratégias são particularmente importantes no TSS, considerando que pacientes podem apresentar baixa motivação para intervenções psicológicas quando esperam exclusivamente tratamentos médicos ou farmacológicos.

A literatura também aponta que dificuldades na adesão podem culminar em abandono psicoterápico. Rocha e Ferraz (2023) definem abandono terapêutico como a interrupção precoce do acompanhamento psicológico. Eles destacam que fatores como sintomas ansiosos e depressivos, baixa escolaridade, dificuldades na aliança terapêutica e expectativas inadequadas acerca do tratamento podem favorecer esse processo. Segundo os autores, falhas na construção da aliança terapêutica aumentam significativamente as chances de abandono, especialmente entre as sessões iniciais do tratamento.

No TSS, o abandono precoce pode ocorrer quando o paciente não compreende os objetivos da psicoterapia, sente-se invalidado ou mantém expectativas exclusivamente biomédicas sobre o tratamento. Por isso, torna-se fundamental que o terapeuta explique desde o início o funcionamento da TCC, os objetivos da psicoeducação, o papel ativo do paciente e a importância da continuidade terapêutica. Na prática clínica, recursos como registros cognitivos, metáforas clínicas, monitoramento de sintomas e formulação compartilhada de caso favorecem maior compreensão do transtorno e fortalecimento do engajamento terapêutico. Essas estratégias auxiliam o paciente a compreender a relação entre emoções, pensamentos e manifestações corporais, favorecendo maior participação ativa no tratamento e redução de comportamentos de evitação e busca excessiva por segurança médica.

Outro aspecto importante refere-se à motivação e ao fortalecimento da autonomia do paciente. Beck (2022) afirma que a TCC contemporânea também enfatiza valores, objetivos pessoais e fortalecimento de recursos adaptativos do indivíduo. Essa perspectiva aproxima-se da terapia cognitiva orientada para recuperação, na qual o terapeuta auxilia o paciente a desenvolver senso de propósito e percepção de competência diante da própria vida. No TSS, essa abordagem pode favorecer maior adesão ao tratamento ao deslocar o foco exclusivamente dos sintomas físicos para metas de funcionalidade, qualidade de vida e bem-estar emocional.

Bezerra (2025) acrescenta que a psicoeducação amplia a literacia em saúde mental, melhora do insight, fortalecimento da autonomia e participação ativa do paciente no tratamento. Embora direcionado ao contexto da doença mental grave, esse entendimento também contribui para o TSS, pois evidencia que pacientes mais informados sobre seu quadro clínico tendem a apresentar maior compreensão do tratamento e maior engajamento terapêutico.

Assim, a adesão ao tratamento psicológico em pacientes com TSS deve ser compreendida como fenômeno multifatorial, envolvendo aspectos cognitivos, emocionais, relacionais e psicoeducativos. A psicoeducação destaca-se como estratégia clínica essencial por favorecer compreensão diagnóstica, fortalecimento da aliança terapêutica, redução de resistências e ampliação do engajamento do paciente no tratamento psicológico.

A partir da literatura analisada, elaborou-se um quadro-síntese com os principais fatores associados à adesão ao tratamento psicológico em pacientes com TSS, buscando sistematizar aspectos

cognitivos, emocionais, relacionais, comportamentais e psicoeducativos discutidos ao longo do estudo. O modelo tem caráter teórico-explicativo e fundamenta-se nos pressupostos cognitivo-comportamentais descritos por Beck (2022) e Carvalho, Malagris e Rangé (2019).

Quadro 2 - Fatores associados à adesão ao tratamento psicológico no TSS

Dimensão	Fatores que dificultam a adesão	Fatores que favorecem a adesão	Implicações clínicas
Cognitiva	Crenças biomédicas rígidas; interpretações catastróficas dos sintomas; baixa compreensão psicológica do transtorno	Compreensão do modelo biopsicossocial; insight; reestruturação cognitiva	Utilização de psicoeducação e conceitualização cognitiva
Emocional	Ansiedade elevada; medo de invalidação; desesperança	Acolhimento emocional; validação do sofrimento; redução da ameaça percebida	Manejo empático e fortalecimento da segurança emocional
Relacional	Aliança terapêutica fragilizada; comunicação inadequada; baixa confiança	Relação colaborativa; empatia; definição conjunta de objetivos	Fortalecimento do vínculo terapêutico desde as sessões iniciais
Comportamental	Evitação; faltas frequentes; abandono precoce; baixa realização de tarefas terapêuticas	Participação ativa; monitoramento de sintomas; realização de tarefas graduais	Planejamento colaborativo de tarefas e revisão contínua
Psicoeducativa	Baixa literacia em saúde mental; desconhecimento sobre TSS; expectativas irreais	Compreensão do transtorno; autonomia; corresponsabilização terapêutica	Uso contínuo de materiais psicoeducativos e explicações acessíveis

Fonte: elaborado pela autora (2026).

O quadro demonstra que a adesão ao tratamento psicológico no TSS envolve múltiplas variáveis que interagem entre si. A dimensão cognitiva evidencia a importância de modificar crenças disfuncionais relacionadas ao adoecimento, especialmente interpretações catastróficas e compreensão exclusivamente orgânica dos sintomas. Já a dimensão emocional reforça a necessidade de acolhimento e validação do sofrimento. Na dimensão relacional, destaca-se a aliança terapêutica como elemento central para o engajamento do paciente. A construção de vínculo favorece maior abertura ao tratamento e reduz a probabilidade de abandono precoce.

Quanto aos aspectos comportamentais, torna-se importante estabelecer tarefas graduais, objetivos realistas e estratégias de monitoramento contínuo do progresso terapêutico. Por fim, a dimensão psicoeducativa atravessa todas as demais, pois fornece ao paciente informações que favorecem sua participação ativa no tratamento psicológico. Assim, a psicoeducação deve ser compreendida como processo contínuo integrado à prática clínica em TCC, especialmente no manejo de pacientes com TSS.

3 METODOLOGIA

A presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa, dentro do enfoque descritivo (Gil, 2026), com o objetivo do estudo é analisar a psicoeducação como estratégia de adesão ao tratamento psicológico em pacientes com transtorno de sintomas somáticos no contexto da prática clínica. Para isso, realizou-se um levantamento bibliográfico utilizando as plataformas: Scielo, Pepsic, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e o Google Acadêmico, sendo explorados os seguintes descritores: "psicoeducação", "transtorno de sintomas somáticos", "adesão ao tratamento psicológico", "terapia cognitivo-comportamental" e "somatização".

Durante o levantamento foram aplicados os critérios de inclusão dos trabalhos, anteriormente elaborados, os quais eram: estudos realizados que abordassem o tema, escrito ou traduzido para língua portuguesa, publicados no período de 2019 a 2026. Bem como, foram também executados os critérios de exclusão que consistiram nos critérios acima mencionados, acrescentando a baixa consistência teórico-metodológica, revisão de literatura e duplicados. Dessa maneira, ocorreu a composição do *corpus* analítico deste estudo.

Na etapa inicial da busca foram localizadas 67 produções científicas. Após leitura dos títulos, resumos e aplicação dos critérios de elegibilidade, 29 estudos foram selecionados para análise, dentre os quais 10 compuseram o *corpus* analítico da pesquisa, quadro 3. A apreciação dos dados foi realizada por meio do método análise de conteúdo temática proposta por Bardin (2011), permitindo organização e interpretação dos achados a partir de formação de categorias: o transtorno de sintomas somáticos: conceito e implicações clínicas, a psicoeducação como estratégia clínica na TCC e a adesão ao tratamento psicológico e implicações para a prática clínica.

Quadro 3 - Os trabalhos selecionados pelo Estudo

Autoria(s)	Título do Trabalho	Tipo do Trabalho	Ano da Publicação
BOCKIAN, N.; et al.	Transtornos de sintomas somáticos e transtornos relacionados	Capítulo de livro	2026
BEZERRA, M. de J. C.	Adesão terapêutica na pessoa com doença mental grave: a importância da psicoeducação	Dissertação de Mestrado	2025
MIRANDA, M. C.; et al.	Escala de Sintomas Somáticos-Revisada: tradução e adaptação transcultural para português do Brasil	Artigo	2025
ALTOÉ, P. S. de O.; INFANTINI, L.; SILVA, J.	A importância da psicoeducação das emoções e da regulação emocional para o processo psicoterapêutico em Terapia Cognitivo-Comportamental: uma revisão de literatura	Artigo	2024
ALVES, G. C.; et al.	Psicoeducação em contextos de saúde mental: uma revisão sistemática	Artigo	2024
MIRANDA, J. M. de; et al.	A aliança terapêutica na psicoterapia on-line: uma revisão sistemática de literatura	Artigo	2023
ROCHA, H. R.; FERRAZ, C. E. de O.	O abandono em psicoterapia como sinônimo de sucesso terapêutico e autonomia do sujeito	Artigo	2023
BECK, J. S.	Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática	Livro	2022
FREITAS, A. F.; et al.	Guia de preparação para alta em psicoterapia: contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental	Artigo	2022

CARVALHO, M. R. de; et al.	Psicoeducação em Terapia Cognitivo-Comportamental	Livro	2019

Fonte: elaborado pela autora (2026).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise da literatura, evidenciou-se que a psicoeducação desempenha papel fundamental na ampliação da compreensão do paciente acerca do transtorno, na modificação de crenças disfuncionais e no fortalecimento do vínculo terapêutico, elementos diretamente relacionados ao aumento da adesão ao tratamento.

Observou-se que pacientes com TSS apresentam, frequentemente, resistência à psicoterapia, associada à predominância de explicações biomédicas e à dificuldade em reconhecer a influência de fatores psicológicos nos sintomas. Deste modo, a psicoeducação mostrou-se uma estratégia clínica eficaz ao favorecer a construção de um modelo explicativo compartilhado, contribuindo para maior engajamento e continuidade no processo terapêutico.

O estudo reforça a relevância da psicoeducação como ferramenta central na prática clínica em TCC, especialmente no manejo de quadros caracterizados por baixa adesão. Recomenda-se que pesquisas futuras investiguem empiricamente os efeitos da psicoeducação sobre adesão terapêutica, abandono psicoterápico e fortalecimento da aliança terapêutica em pacientes com TSS, especialmente em contextos clínicos brasileiros.

A pesquisa reitera a compreensão do TSS sob uma perspectiva biopsicossocial e evidencia a psicoeducação como estratégia articuladora entre compreensão diagnóstica, vínculo terapêutico e adesão ao tratamento psicológico. No âmbito clínico, os achados oferecem subsídios para atuação do psicólogo no manejo do TSS, especialmente quanto ao planejamento de intervenções psicoeducativas voltadas à redução de resistência terapêutica, fortalecimento do engajamento do paciente e continuidade do acompanhamento psicológico.

Conclui-se que a psicoeducação, quando baseada nos pressupostos da TCC, constitui estratégia clínica relevante para promoção da adesão ao tratamento psicológico em pacientes com transtorno de sintomas somáticos. Ao favorecer compreensão ampliada do adoecimento, reorganização cognitiva e fortalecimento do vínculo terapêutico, essa intervenção contribui para maior engajamento do paciente e qualificação da prática clínica no manejo do TSS.

REFERÊNCIAS

ALTOÉ, P. S. de O.; INFANTINI, L.; SILVA, J. A importância da psicoeducação das emoções e da regulação emocional para o processo psicoterapêutico em Terapia Cognitivo-Comportamental: uma revisão de literatura. In: Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, São Paulo, v. 10, p. 120-136, 2024. Disponível em: https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/240516751.pdf Acesso em: 21 de março de 2026

ALVES, G. C.; PERES, F. S.; SILVA, C. M.; FRIEDRICH, J. de C. P; ZUCCO, J. V. G.; MACUCH, R. da S.; GROSSI-MILANI, R. Psicoeducação em contextos de saúde mental: uma revisão sistemática. In: Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, Umuarama, v. 28, n. 1, p. 577-592, 2024. Disponível em: https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/10906 Acesso em: 21 de março de 2026.

APA, AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM-5-TR: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023.

ALVES, M. C. P.; SOUZA, R. G. de; BARBOSA, L. M. Psicoeducação como estratégia terapêutica na prática clínica psicológica. São Paulo: Vetor, 2024.

BARDIN, L. Análise de conteúdo. 1. ed. São Paulo: Edições 70, 2011.

BECK, J. S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BEZERRA, Miguel de Jesus Carrajola. Adesão terapêutica na pessoa com doença mental grave: a importância da psicoeducação. 2025. Relatório de estágio (Mestrado em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica) – Instituto Politécnico de Beja, Beja, 2025. Disponível em: https://repositorio.ipbeja.pt/server/api/core/bitstreams/cd871f94-b76c-44c5-83d9-5d98b0230d58/content. Acesso em: 16 de março de 2026.

BOCKIAN, N.; SCOTT, E. S.; BLUVSHTEIN, M.; RICHARD, K. Transtornos de sintomas somáticos e transtornos relacionados. In: SPERRY, L.; SPERRY, J.; BLUVSHTEIN, M. (org.). Psicopatologia e psicoterapia: diagnóstico, formulação de casos e tratamento com base no DSM-5-TR. Trad. Fernanda Lee. 4 ed. Barueri: Manole, 2026.

CARVALHO, M. R. de; MALAGRIS, L. E. N.; RANGÉ, B. P. (Org.). Psicoeducação em Terapia Cognitivo-Comportamental. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2019.

FONTES, G. N.; AMARAL, F. M. B. H.; TATAYRA, J. S. M.; LIMA, A. K. P. C.; LEITE, P. K. N.; VIEIRA, A. V.; SILVA, S. C. A. da; MACIEL, L. T.; SANTOS, I. de A. S.; CAMPOS, N. M. A. Internações por transtornos neuróticos relacionados ao stress e sintomas somáticos no Brasil de 2019 a 2023: Uma abordagem sob a ótica da medicina integrativa. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences Volume 6, Issue 6 (2024). Disponível em: https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/2404. Acesso em: 07 de março de 2026.

FREITAS, A. F.; et al. Guia de preparação para alta em psicoterapia: contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. In: Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, v. 18, n. 2, 2022. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872022000200195 Acesso em: 04 de abril de 2026.

GIL, A. C. Como Elaborar Projetos de Pesquisa. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2026.

KOJO, J. T. da S. Transtorno do Déficit de Atenção/Hiperatividade: elaboração de material de psicoeducação para crianças. 2022. 82 f. Dissertação (Mestrado em Ensino) – Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Foz do Iguaçu, 2022. Disponível em: https://tede.unioeste.br/bitstream/tede/6275/5/Josiane_Teixeira_da_Silva_Kojo_2022.pdf. Acesso em: 07 de março de 2026.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. Fundamentos de metodologia científica. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

MIRANDA, J. M. de; CLASTA, N. C. R. A. dos S.; FEITOSA, F. de B. A aliança terapêutica na psicoterapia on-line: uma revisão sistemática de literatura. In: Revista Científica Inovação e Tecnologia, Medianeira, v. 14, n. 35, p. 45-59, 2023. Disponível em: https://periodicos.utfpr.edu.br/recit/article/view/17186. Acesso em: 11 de abril de 2026.

MIRANDA, M. C.; PEREIRA, S. B.; TUDESCO, I. S. S.; TOSCHI-DIAS, E. Escala de Sintomas Somáticos-Revisada: tradução e adaptação transcultural para português do Brasil. In: Cad Saúde Colet., v. 33, n. 2, 2025. Disponível em: https://www.scielo.br/j/cadsc/a/9qGjqZxdVFNGL7VqSXpj8qG/?format=html&lang=pt Acesso em: 14 de março de 2026.

ROCHA, H. R.; FERRAZ, C. E. de O. O abandono em psicoterapia como sinônimo de sucesso terapêutico e autonomia do sujeito. In: Revista Saúde.Com, Vitória da Conquista, v. 19, n. 1, p. 3089–3095, 2023. Disponível em: https://periodicos2.uesb.br/rsc/article/view/16393. Acesso em: 11 de abril 2016