



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

MARIA EDUARDA GIBSON SANTOS

**A RELEVÂNCIA DA PSICOTERAPIA EM PACIENTES PÓS-BARIÁTRICOS: UMA
ANÁLISE SISTEMÁTICA DE LITERATURA**

CAMPINA GRANDE

2024

MARIA EDUARDA GIBSON

**A RELEVÂNCIA DA PSICOTERAPIA EM PACIENTES PÓS-BARIÁTRICOS: UMA
ANÁLISE SISTEMÁTICA DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)
apresentado a/ao Coordenação
/Departamento do Curso de Psicologia da
Universidade Estadual da Paraíba, como
requisito parcial à obtenção do título de
Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Aline dos Santos Soares.

CAMPINA GRANDE

2024

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto em versão impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que, na reprodução, figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S237r Santos, Maria Eduarda Gibson.

A relevância da psicoterapia em pacientes pós-bariátricos [manuscrito] : uma análise sistemática de literatura / Maria Eduarda Gibson Santos. - 2024.

33 f. : il.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia)
- Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2024.

"Orientação : Prof. Ma. Aline Santos Soares, Departamento de Psicologia - CCBS".

1. Psicoterapia. 2. Bariátrica. 3. Terapia cognitivo comportamental. 4. Pós-bariátrico. I. Título

21. ed. CDD 616.89

MARIA EDUARDA GIBSON SANTOS

**A RELEVÂNCIA DA PSICOTERAPIA EM PACIENTES PÓS-BARIÁTRICOS: UMA
ANÁLISE SISTEMÁTICA DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Coordenação do Curso
de Psicologia da Universidade Estadual
da Paraíba, como requisito parcial à
obtenção do título de Psicóloga

Aprovada em: 22/11/2024.

Documento assinado eletronicamente por:

- **Livania Beltrão Tavares** (***.915.084-**), em **02/12/2024 17:06:11** com chave **e037056cb0e811efabf51a7cc27eb1f9**.
- **Aline Santos Soares** (***.079.754-**), em **02/12/2024 17:08:59** com chave **44bbf010b0e911ef93a21a1c3150b54b**.
- **Viviane Alves dos Santos Bezerra** (***.632.914-**), em **02/12/2024 19:41:02** com chave **82078000b0fe11ef92f21a1c3150b54b**.

Documento emitido pelo SUAP. Para comprovar sua autenticidade, faça a leitura do QRCode ao lado ou acesse https://suap.uepb.edu.br/comum/autenticar_documento/ e informe os dados a seguir.

Tipo de Documento: Termo de Aprovação de Projeto Final

Data da Emissão: 12/12/2024

Código de Autenticação: 26e950



A todos aqueles que acreditaram em mim,
DEDICO.

"O homem não é apenas o que ele é, mas também o que ele faz de si mesmo."

(Jean-Paul Sartre)

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Bancos de dados, escopo e localização eletrônica.....	17
Tabela 2 – Publicações utilizadas na revisão sistemática.....	20

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CFP	Conselho Federal de Psicologia
TCC	Terapia Cognitivo-Comportamental

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	REFERENCIAL TEÓRICO	10
2.1	<i>Psicoterapia</i>	10
2.2	<i>A Terapia Cognitivo-Comportamental</i>	12
2.3	<i>O paciente bariátrico</i>	13
2.4	<i>Psicoterapia em pacientes pós-bariátricos</i>	15
3	METODOLOGIA	17
4	RESULTADOS E DISCUSSÕES	20
5	CONCLUSÃO	29
	REFERÊNCIAS	31

A RELEVÂNCIA DA PSICOTERAPIA EM PACIENTES PÓS-BARIÁTRICOS: UMA ANÁLISE SISTEMÁTICA DE LITERATURA

THE RELEVANCE OF PSYCHOTHERAPY IN POST-BARIATRIC PATIENTS: A SYSTEMATIC LITERATURE ANALYSIS

Maria Eduarda Gibson*

RESUMO

A obesidade é um problema de saúde pública global, associada a diversas comorbidades, como diabetes e hipertensão, e impacta profundamente a qualidade de vida. No Brasil, a prevalência da obesidade tem aumentado consideravelmente, refletindo fatores como o sedentarismo e a alimentação consumida. Em casos graves, a cirurgia bariátrica surge como uma alternativa eficaz para a perda de peso e controle de condições metabólicas, mas também impõe desafios psicológicos, exigindo um acompanhamento especializado para lidar com as adaptações emocionais e comportamentais no pós-operatório. Este artigo tem como objetivo investigar o papel do acompanhamento psicoterapêutico, com destaque para a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), no processo de adaptação de pacientes após a cirurgia bariátrica. O estudo busca responder à questão: "Por que o acompanhamento psicoterapêutico é essencial no período pós-operatório da cirurgia bariátrica?", utilizando, como metodologia, uma revisão sistemática de literatura, envolvendo análise de publicações brasileiras dos últimos dez anos. As fontes de dados incluíram bases como SciELO, Redalyc e Google Acadêmico, resultando na seleção de seis artigos que atenderam aos critérios de inclusão. Os resultados apontam que o suporte psicoterapêutico é fundamental para lidar com as transformações emocionais e comportamentais decorrentes da cirurgia. Para tal, reitera-se a eficácia da TCC, além do acompanhamento psicoterapêutico na fase pós-operatória.

Palavras-Chave: psicoterapia; bariátrica; TCC; pós-bariátrico.

ABSTRACT

Obesity is a global public health issue associated with various comorbidities, such as diabetes and hypertension, and it profoundly impacts quality of life. In Brazil, the prevalence of obesity has increased considerably, reflecting factors such as physical inactivity and dietary habits. In severe cases, bariatric surgery emerges as an effective alternative for weight loss and metabolic condition management; however, it also imposes psychological challenges, requiring specialized support to address emotional and behavioral adjustments in the postoperative period. This

* Graduada em Psicologia pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB).

article aims to investigate the role of psychotherapeutic support, with an emphasis on Cognitive-Behavioral Therapy (CBT), in the adaptation process of patients after bariatric surgery. The study seeks to answer the question: "Why is psychotherapeutic support essential in the postoperative period of bariatric surgery?" by using a systematic literature review methodology, involving the analysis of Brazilian publications from the last ten years. Data sources included databases such as SciELO, Redalyc, and Google Scholar, resulting in the selection of six articles that met the inclusion criteria. The results indicate that psychotherapeutic support is fundamental in dealing with the emotional and behavioral transformations stemming from the surgery. In order to achieve this aim, the effectiveness of CBT, along with psychotherapeutic support in the postoperative phase, is reaffirmed.

Keywords: psychotherapy; bariatric; CBD; post-bariatric

1. INTRODUÇÃO

A obesidade é um problema de saúde pública que, segundo dados do Ministério da Saúde (Brasil, 2020), afeta cerca de 21,5% da população brasileira adulta. Este quadro coloca um desafio significativo para o sistema de saúde, levando muitos indivíduos a buscarem a cirurgia bariátrica como um meio de controle de peso e das comorbidades associadas, como diabetes e hipertensão (Malta et al., 2017). Contudo, embora essa intervenção cirúrgica promova uma perda de peso específica, ela também exige adaptações emocionais e comportamentais dos pacientes, especialmente no período pós-operatório. Nesse sentido, a psicoterapia, particularmente a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), surge como um recurso relevante para auxiliar os pacientes na adaptação a essas mudanças (Cordioli, 2008)

Este trabalho busca compreender a importância do acompanhamento psicoterapêutico em pacientes pós-bariátricos, com ênfase no TCC, abordagem amplamente utilizada para trabalhar com pensamentos e comportamentos disfuncionais relacionados à autoimagem e à alimentação. Conforme destaca Beck (1979), um dos pioneiros da TCC, esta abordagem é fundamental na premissa de que as cognições influenciam diretamente as emoções e comportamentos, e que a modificação de pensamentos disfuncionais pode trazer melhorias significativas para o bem-estar do paciente no contexto pós-bariátrico. Além disso, essa terapia pode

auxiliar os pacientes a superar problemas como a ansiedade, os desafios de baixa autoestima e o risco de transtornos alimentares (Duchesne; Almeida, 2002).

O presente estudo propõe-se a exploração, por meio de uma revisão sistemática da literatura, como o suporte psicoterapêutico, e mais especificamente o TCC, contribui para a recuperação e adaptação de pacientes que passaram pela cirurgia bariátrica. Esse estudo se justifica pela necessidade de ampliar a compreensão sobre o papel da psicoterapia no pós-operatório, uma vez que muitos pacientes desenvolvem quadros de ansiedade e depressão devido à rápida perda de peso e à nova percepção corporal, que muitas vezes desencadeiam uma desconexão com a própria imagem (Cordioli, 2008). O objetivo central é investigar a contribuição da psicoterapia na melhoria da qualidade de vida desses pacientes, fornecendo evidências que demonstrem a necessidade de um acompanhamento psicológico contínuo.

Além disso, a delimitação do presente estudo encontra a análise da TCC como principal abordagem terapêutica, considerando sua eficácia documentada em estudos que envolvem mudanças comportamentais e emocionais pós-cirurgia bariátrica (Fernandes; Fensterseifer, 2021). O trabalho está estruturado de forma a abordar, no referencial teórico, como bases da TCC e sua aplicação em pacientes com problemas alimentares e de autoimagem. Em seguida, uma metodologia detalha o processo de revisão sistemática, seguida pelos resultados e investigação dos achados, finalizando com uma reflexão conclusiva sobre a importância do acompanhamento psicoterapêutico para pacientes pós-bariátricos.

Assim, ao investigar os benefícios do TCC no acompanhamento desses pacientes, esperamos contribuir para a construção de protocolos terapêuticos mais eficazes e acessíveis, ampliando o entendimento sobre o papel essencial da psicoterapia na saúde e bem-estar de indivíduos submetidos à cirurgia bariátrica.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Psicoterapia

A psicoterapia é uma prática essencial dentro do campo da psicologia e da saúde mental, destinada a promover o bem-estar emocional, psicológico e comportamental dos indivíduos. Sua importância na sociedade moderna é inegável, oferecendo suporte e intervenções para pessoas que enfrentam uma série de desafios emocionais e psicológicos. Dentro desse contexto, de acordo com o Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2022), definir a psicoterapia se constitui como uma tarefa árdua, tendo em vista a enorme gama de referenciais teóricos, técnicas, estratégias, locais de atuação e contextos em que a atividade do psicólogo se faz necessária.

Apesar disso, o CFP (2023) afirma que a psicoterapia é um processo técnico e científico que se baseia na relação entre terapeuta e paciente para tratar problemas psíquicos, sejam eles de ordem emocional, comportamental ou cognitiva. Esse processo é conduzido por psicólogos ou outros profissionais da saúde mental habilitados, que utilizam uma variedade de técnicas e abordagens teóricas para ajudar o paciente a compreender, lidar e superar suas dificuldades. Além disso, destaca a importância de uma prática ética e fundamentada, enfatizando que a psicoterapia deve ser realizada com responsabilidade, respeitando a singularidade de cada indivíduo e considerando os contextos socioculturais em que estão inseridos (CFP, 2023).

Dessa maneira, a finalidade principal da psicoterapia é promover o bem-estar mental e emocional do paciente. Martins e Vandenberghe (2016) destacam que a psicoterapia visa não apenas aliviar sintomas, mas também promover um processo de autoconhecimento e autodesenvolvimento, tornando o indivíduo capaz de enfrentar os desafios da vida de maneira mais equilibrada e consciente.

Somado a isso, Knapp (2004) ressalta que a psicoterapia é um processo colaborativo, no qual o terapeuta e o paciente trabalham juntos para identificar objetivos terapêuticos e estratégias para alcançá-los. Isso significa que o paciente tem um papel ativo em seu próprio processo de cura, sendo incentivado a refletir sobre suas experiências e a participar ativamente na construção de soluções.

Dentro desse contexto, existem diversas abordagens psicoterapêuticas amplamente utilizadas no tratamento de questões emocionais e psicológicas, cada

uma com fundamentos teóricos e metodologias próprias. Entre elas, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é frequentemente destacada por sua eficácia comprovada. De acordo com *American Psychological Association* (2021), a TCC baseia-se na premissa de que os pensamentos influenciam diretamente as emoções e comportamentos, e que a reestruturação cognitiva pode levar a mudanças significativas no bem-estar psicológico. Beck (1997) ainda complementa que os transtornos emocionais resultam de pensamentos distorcidos ou disfuncionais, e a TCC busca identificar e corrigir essas distorções para promover melhorias na saúde mental.

2.2. Terapia Cognitivo-Comportamental

A TCC é uma abordagem psicoterapêutica que se baseia na premissa de que os pensamentos influenciam diretamente as emoções e comportamentos e, de acordo com Beck (1979, p. 23), um dos pioneiros da TCC, "os transtornos psicológicos resultam de distorções cognitivas, ou seja, erros no processamento da informação". Esta abordagem foca na identificação e modificação de padrões disfuncionais de pensamento que podem levar o sujeito a comportamentos prejudiciais e a sintomas emocionais como a ansiedade e a depressão.

Desse modo, a TCC envolve uma interação ativa entre terapeuta e paciente, sendo caracterizada por seu caráter diretivo, estruturado e orientado para a resolução de problemas específicos. O tratamento geralmente é de curto prazo e visa a ensinar ao paciente estratégias para lidar com seus problemas de maneira mais funcional. Um dos principais fundamentos desta abordagem é o conceito de pensamentos automáticos, que se caracterizam por ideias que surgem de maneira espontânea e rápida em resposta a situações cotidianas, muitas vezes distorcidas ou irracionais. Nesse sentido, Dobson (2001, p. 45) afirma que "a TCC é baseada na hipótese de que pensamentos automáticos influenciam as reações emocionais e comportamentais de uma pessoa".

Outro pilar importante da TCC é a reestruturação cognitiva, que busca desafiar e modificar esses pensamentos automáticos e crenças disfuncionais. Nesse contexto, o terapeuta auxilia o paciente a identificar e questionar a validade dessas cognições e a substituí-las por pensamentos mais realistas e equilibrados. Conforme

Beck (2013), esse processo envolve ensinar o paciente a questionar seus pensamentos disfuncionais e adotar interpretações mais precisas da realidade. Somado a isso, a terapia envolve a realização de tarefas práticas, como a exposição gradual a situações temidas pelo indivíduo, no caso de pacientes com transtornos de ansiedade, ou o desenvolvimento de habilidades sociais e de resolução de problemas.

Segundo Knapp e Beck (2008, p. 102), “a TCC utiliza técnicas comportamentais para modificar padrões de comportamento mal-adaptativos, como reforçamento positivo, modelagem e dessensibilização”. As intervenções comportamentais estão frequentemente associadas à modificação de hábitos que reforçam os sintomas psicológicos. Dessa forma, a TCC é uma abordagem integrativa, que combina técnicas cognitivas e comportamentais com o objetivo de promover mudanças significativas na vida do paciente.

Portanto, a TCC é uma abordagem eficaz, não apenas para o tratamento de uma ampla gama de transtornos psicológicos, como depressão, ansiedade e transtornos alimentares, mas também em situações específicas, como o controle da dor crônica, o manejo do estresse e a adesão a tratamentos médicos (Cordioli, 2008). No contexto de transtornos alimentares, Duchesne e Almeida (2002) apontam a TCC como uma intervenção eficaz para a reestruturação de padrões de pensamento disfuncionais e comportamentos que mantêm o ciclo alimentar desordenado. Essa versatilidade da TCC se estende, também, ao acompanhamento de candidatos à cirurgia bariátrica, atuando desde o pré até o pós-operatório. Conforme Cordás (2014, p. 89), a “TCC tem sido amplamente utilizada no acompanhamento de pacientes bariátricos”, sendo fundamental na modificação de comportamentos alimentares disfuncionais e na adaptação emocional ao processo cirúrgico.

2.3. O paciente bariátrico

A obesidade é uma problemática mundial que tem se expandido de forma significativa na América Latina, atingindo proporções epidêmicas. No Brasil, segundo dados do Ministério da Saúde (Brasil, 2020), a prevalência de obesidade entre adultos tem aumentado constantemente, atingindo 21,5% da população em 2019.

Esse fenômeno é impulsionado por fatores como a urbanização, o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e o sedentarismo, refletindo uma transição alimentar e nutricional vivenciada por muitos países em desenvolvimento (Malta et al., 2017). Além disso, estudos indicam que a obesidade está fortemente associada a diversas comorbidades, como hipertensão, diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares, contribuindo significativamente para o aumento da mortalidade e morbidade no país (Vieira; Sichieri, 2008). No contexto latino-americano, a obesidade afeta desproporcionalmente as populações de baixa renda, exacerbando desigualdades sociais e de saúde. Essa crescente epidemia torna essencial a implementação de políticas públicas de prevenção e controle da obesidade, além de tratamentos adequados, como a cirurgia bariátrica para casos graves (Costa; Cintra, 2016).

O paciente bariátrico enfrenta uma série de dificuldades relacionadas ao peso corporal, muitas das quais estão associadas a uma relação complexa com a comida. A obesidade é uma condição multifatorial, envolvendo aspectos comportamentais, genéticos e emocionais, sendo que a alimentação muitas vezes se torna uma maneira de lidar com o sofrimento psíquico. Dessa maneira, Wanderley e Ferreira (2010) colocam que a obesidade não deve ser vista apenas como um problema físico, mas como um fenômeno multidimensional, que inclui questões metabólicas, sociais e emocionais. O comportamento alimentar compulsivo surge, então, como uma tentativa de aliviar questões emocionais, o que perpetua um ciclo vicioso entre ganho de peso e sofrimento psicológico (Leal; Baldin, 2007).

Do ponto de vista metabólico, a obesidade está associada a várias complicações, como hipertensão, diabetes tipo 2 e dislipidemias. O acúmulo excessivo de gordura também aumenta a resistência à insulina, favorecendo o armazenamento de gordura e agravando as condições metabólicas (Ayoub; Alonso; Guimarães, 2011). Como resultado, muitos pacientes obesos recorrem à cirurgia bariátrica como uma alternativa para perda de peso e controle das comorbidades relacionadas à obesidade. Conforme Novelle e Alvarenga (2016), o procedimento é amplamente utilizado para tratar pacientes com obesidade severa, pois se mostrou eficaz tanto na perda de peso quanto na redução de comorbidades metabólicas.

Além disso, a decisão de optar pela cirurgia bariátrica vai além das questões físicas. Para muitos pacientes, ela representa uma esperança de mudança de vida após várias tentativas frustradas de emagrecimento. Conforme afirmam Ribeiro et al. (2016, p. 45), "o processo decisório envolve tanto fatores emocionais quanto físicos, especialmente para aqueles que já tentaram várias alternativas sem sucesso." No entanto, é fundamental que o paciente entenda que a cirurgia, por si só, não é uma solução completa e exige uma mudança comportamental significativa para que os resultados sejam duradouros.

Após a cirurgia, muitos pacientes enfrentam mudanças psicológicas consideráveis. Segundo Leal e Baldin (2007, p. 89), "a cirurgia bariátrica pode desencadear sentimentos de luto pela perda da relação anterior com a comida, que frequentemente era usada como uma forma de lidar com emoções negativas". Além disso, há uma incidência significativa de transtornos emocionais, como depressão e ansiedade, após o procedimento, especialmente quando os pacientes desenvolvem expectativas irreais sobre os resultados da operação (Novelle; Alvarenga, 2016). Esses impactos psicológicos são amplamente explorados por Luna e de Sousa Ferreira (2022), que apontam a necessidade de um acompanhamento psicológico contínuo para minimizar os efeitos negativos e promover uma adaptação saudável ao novo estilo de vida pós-cirurgia.

Portanto, o sucesso do tratamento bariátrico está ligado a uma abordagem multidisciplinar. O acompanhamento psicológico e nutricional no pós-operatório é um elemento essencial para garantir que o paciente consiga se adaptar às mudanças tanto físicas quanto emocionais trazidas pelo processo cirúrgico (BACCHI; BACCHI, 2012). Essa assistência é fundamental para minimizar o risco de transtornos alimentares e outros problemas psicológicos que podem surgir após a intervenção.

2.4. Psicoterapia em pacientes pós-bariátricos

A psicoterapia desempenha um papel crucial no tratamento de pacientes bariátricos, auxiliando não apenas na preparação para a cirurgia, mas, sobretudo, no acompanhamento pós-operatório. No pré-operatório, o psicólogo atua na avaliação de aspectos psicológicos e emocionais que possam interferir no sucesso da cirurgia, como compulsões alimentares e expectativas irreais em relação ao procedimento.

Assim, Faria (2021) diz que a avaliação psicológica no pré-operatório é essencial para identificar questões emocionais que possam comprometer a adesão ao tratamento e o sucesso a longo prazo da cirurgia.

No entanto, o foco do acompanhamento psicológico está no pós-operatório, onde o paciente enfrenta uma série de desafios emocionais e psicológicos. A perda rápida de peso e a nova imagem corporal podem desencadear questões de autoestima, ansiedade e depressão, além de dificultar a adaptação à nova realidade alimentar e social. De acordo com Marchesini (2010, p. 108), "os pacientes desejam a operação, mas não percebem a necessidade de maior preparação para o procedimento e não conseguem mudar padrões de comportamento necessários para o sucesso em longo prazo, pois abandonam o tratamento".

Nesse sentido, Habr et al. (2024) trazem que os pacientes pós-bariátricos podem desenvolver distúrbios emocionais devido às mudanças drásticas em seu corpo e estilo de vida, o que torna o suporte psicológico indispensável. Muitas vezes, essas mudanças provocam o surgimento de novos problemas, como o medo de reganho de peso ou a dificuldade em lidar com a atenção e as expectativas sociais, que podem levar à frustração e desmotivação. O acompanhamento psicológico regular auxilia na promoção da resiliência e no desenvolvimento de novas estratégias de enfrentamento.

Franques e Arenales-Loli (2011, p. 45) ressaltam que "o pós-operatório exige uma reestruturação completa da imagem corporal e do estilo de vida do paciente". A psicoterapia atua na prevenção de transtornos alimentares, ajudando a controlar compulsões que, se não tratadas, podem levar ao fracasso da cirurgia. A terapia cognitivo-comportamental, por exemplo, tem se mostrado eficaz na abordagem de Esquemas Iniciais Desadaptativos (Camargos, 2019), que são padrões de pensamento e comportamento disfuncionais frequentemente presentes em pacientes obesos.

Além disso, Cunha et al. (2019) indicam que o acompanhamento psicológico também ajuda a reduzir a prevalência de transtornos mentais no pós-operatório, como a depressão e a ansiedade, que podem surgir devido à necessidade de adaptação às novas condições físicas e sociais impostas pela cirurgia bariátrica.

Nesse contexto, a psicoterapia em pacientes bariátricos torna-se essencial para garantir não apenas a perda de peso, mas também a saúde mental e o bem-estar a longo prazo, oferecendo suporte emocional contínuo ao longo do processo de mudança.

3. METODOLOGIA

A metodologia utilizada nessa investigação se propõe a analisar a importância da psicoterapia no paciente pós-bariátrico a partir de uma revisão sistemática da literatura existente sobre o assunto. A revisão sistemática, de acordo com Sampaio e Mancini (2007), tem a finalidade de nortear o desenvolvimento de projetos, a partir da indicação de novos rumos para futuras investigações e da identificação de quais métodos de pesquisa foram utilizados em determinada área. Partindo desta definição, este estudo visou investigar a importância do acompanhamento psicoterápico em pacientes que já passaram pela cirurgia bariátrica e a atuação da Terapia Cognitivo-Comportamental nesse contexto. O levantamento sistematizado ocorreu entre os meses de Junho e Julho de 2024 e os dados coletados nessa pesquisa foram obtidos através de quatro bases de dados eletrônicas indexadas, sendo elas: Sistema de Informação Científica Redalyc, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e a plataforma Google Acadêmico.

A escolha por estas bases de dados se deu a partir da tentativa de obter uma maior variedade de materiais úteis para a pesquisa, tendo em vista que a Redalyc possui um conteúdo voltado para todas as áreas de conhecimento e o Google Acadêmico é capaz de trazer resultados de diversas bases de dados – como LILACS, Medline, PsycINFO, etc. – e revistas científicas a nível mundial. Desse modo, buscou-se coletar materiais em bases de dados que não se limitam apenas a área de Psicologia, a fim de alcançar uma visão mais completa e diversa sobre o tema.

Tabela 1 - Bancos de dados, escopo e localização eletrônica

Banco de dados	Escopo	Localização Eletrônica
-----------------------	---------------	-------------------------------

SciELO	Biblioteca digital de acesso livre que reúne uma coleção de periódicos científicos brasileiros.	https://www.scielo.br/
Redalyc	Sistema de indexação sem fins lucrativos que agrega revistas científicas de alta qualidade de diferentes regiões, como América Latina, Caribe, Espanha e Portugal.	https://www.redalyc.org/
BVS	Recurso público que promove o acesso e a utilização de informações científicas e técnicas na área da saúde.	https://bvsalud.org/
Google Acadêmico	Ferramenta virtual de busca acadêmica capaz de organizar e exibir publicações científicas de diversas bases de dados.	https://scholar.google.com.br/?hl=pt

Fonte: Elaborada pela autora, 2024.

Este estudo utilizou abordagens quantitativas e qualitativas com caráter exploratório, realizando uma revisão sistemática de publicações brasileiras dos últimos dez anos. A revisão sistemática é considerada qualitativa por consistir na síntese de pesquisas relacionadas ao tema central, agrupando e interpretando os resultados obtidos pelos autores, sem, no entanto, realizar uma análise estatística completa. O objetivo desse tipo de pesquisa, portanto, é investigar as principais semelhanças e diferenças identificadas na literatura encontrada, a fim de ampliar a análise dos dados coletados (Gomes & Caminha, 2014).

A coleta de dados para a revisão sistemática foi guiada pela seguinte questão: “Por que o acompanhamento psicoterapêutico é essencial no período pós-operatório da cirurgia bariátrica?”. Os critérios de inclusão abrangeram artigos, dissertações e teses publicados entre 2014 e 2024, que estivessem em português e

disponíveis na íntegra. Após a seleção inicial, foi realizada uma busca ativa nas referências bibliográficas dos trabalhos selecionados para encontrar artigos relevantes que não haviam surgido no levantamento inicial. Foram excluídos os artigos não indexados em bases de dados, capítulos de livros, livros, relatórios técnicos, artigos duplicados e aqueles que apresentavam apenas resumos ou que não se alinhavam ao objetivo da pesquisa, além das publicações que abordavam apenas o acompanhamento psicoterápico no pré-operatório da cirurgia bariátrica.

Para identificar as publicações nas bases de dados mencionadas, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: Psicoterapia no pós-bariátrico, pós-bariátrico, psicologia bariátrica, pós-cirurgia bariátrica, bariátrica. A seleção dos artigos de interesse começou com uma leitura preliminar dos títulos e resumos, priorizando aqueles que ofereciam informações pertinentes ao estudo. Posteriormente, os textos de interesse foram selecionados com base nos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos previamente, a partir da análise dos resumos. A última etapa consistiu na extração de dados, permitindo uma análise detalhada das publicações completas e a escolha daquelas que abordavam temas relevantes para o trabalho.

Na base de dados SciELO, foram identificados 16 artigos utilizando as palavras-chave selecionadas. No entanto, nenhum desses artigos atendeu aos critérios de inclusão, pois tratavam de temas que não contribuíam diretamente para esta pesquisa. Na plataforma Redalyc, foi encontrado um único artigo relevante a partir das palavras-chave, o qual foi selecionado para análise. Na BVS Saúde, a mesma combinação de palavras resultou em 12 teses e dissertações. Após a análise completa dessas publicações e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, apenas uma foi escolhida para o estudo. Devido ao número limitado de artigos nas bases citadas, também foi realizada uma busca manual no Google Acadêmico, utilizando os mesmos termos. Essa pesquisa resultou em 64 trabalhos, dos quais, após a leitura dos resumos, 6 foram selecionados para leitura integral. Destes, 4 atenderam aos critérios de inclusão. No total, 6 publicações foram escolhidas para leitura completa e incluídas nesta revisão sistemática.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Tabela 2 – Publicações utilizadas na revisão sistemática

Título	Autor(es)	Ano de publicação	Área	Objetivos	Resultados
Cirurgia Bariátrica: Intervenções psicológicas no processo emocional de pacientes no pré e pós-cirúrgico	SOUZA, Anne Caroline Lopes	2020	Ciências Sociais	Discutir os fatores que geram impacto emocional e apresentar os benefícios do acompanhamento psicológico no pré e pós-operatório, bem como conhecer os fatores que contribuem para a decisão de realizar a cirurgia e apresentar os avanços na qualidade de vida dessas pessoas.	A perda de peso após a cirurgia bariátrica afeta diretamente a autoestima, comportamento e percepção social do indivíduo, resultando em uma transformação pessoal significativa. O sucesso do procedimento depende de um acompanhamento multidisciplinar, que leva em consideração fatores psicológicos, sociais e familiares, promovendo mudanças no estilo de vida e hábitos alimentares. A família desempenha um papel crucial nesse processo. A preparação emocional e psicológica antes da cirurgia é essencial, e há uma necessidade de mais estudos sobre o acompanhamento pós-operatório para garantir benefícios duradouros e saudáveis.
Alimentação e seus Efeitos: Contribuições do psicólogo ao contexto da obesidade e da cirurgia bariátrica	FERNANDES, Luciane Cristina de Souza; FENSTERSEI FER, Liza	2021	Psicologia	Buscar subsídios para compreender o papel e contribuição do psicólogo em pacientes obesos em contexto de cirurgia bariátrica.	A pesquisa revelou que o acompanhamento psicológico é essencial tanto na fase pré-operatória quanto no pós-operatório, aumentando as chances de sucesso no tratamento. As entrevistas com psicólogos mostraram a importância da avaliação psicológica em etapas, apesar da falta de

					padronização nesse processo e do desafio de convencer os pacientes da relevância do acompanhamento pós-cirúrgico. O estudo também destacou a crescente valorização do trabalho do psicólogo nesse contexto e a necessidade de maior investimento nessa etapa, dado o impacto positivo do acompanhamento psicológico no tratamento da obesidade.
Aspectos Psicológicos do Paciente Pós Bariátrico: Uma Revisão de Literatura	HABR, Lara Elias, et al.	2024	Medicina	Analisar os transtornos psiquiátricos que afetam o paciente pós-bariátrico, bem como as estratégias terapêuticas utilizadas para lidar com essas questões.	A obesidade é uma epidemia global, resultante de fatores genéticos, comportamentais e sociais, e a cirurgia bariátrica é uma opção eficaz para tratar a obesidade grave, promovendo perda de peso e melhora de comorbidades. Contudo, a cirurgia envolve riscos, como o desenvolvimento de transtornos psiquiátricos, especialmente depressão e ansiedade, que podem prejudicar os resultados. O tratamento desses transtornos exige uma abordagem multidisciplinar com psicoterapia, farmacoterapia e suporte nutricional. A identificação precoce e o tratamento personalizado são cruciais para garantir o sucesso da cirurgia e melhorar a qualidade de vida dos pacientes.
Impacto de fatores psicológicos o fracasso da cirurgia bariátrica	VALENTE, Sibelie Souto, et al.	2023	Psicologia	Investigar a influência das expectativas e motivações pré-operatórias, bem como a presença de transtornos	A obesidade traz graves consequências psicossociais, sendo comum que indivíduos tenham expectativas irreais em relação à cirurgia bariátrica, como

				psicológicos que podem estar relacionados ao insucesso da cirurgia bariátrica.	melhorar condições de trabalho ou reduzir o preconceito social. Além disso, transtornos como depressão, ansiedade e compulsão alimentar são comuns em candidatos à cirurgia e podem afetar negativamente os resultados. A avaliação psicológica pré-cirúrgica é essencial para ajustar expectativas e garantir o sucesso a longo prazo, já que a cirurgia, por si só, não corrige os fatores psicológicos subjacentes. O estudo enfatiza a necessidade de abordagens multidisciplinares para garantir a adaptação comportamental pós-cirúrgica.
Acompanhamento Psicológico Pós Cirurgia Bariátrica: Revisão de Literatura	MATIAS, Fabiana Carvalho	2020	Medicina	Buscar produções científicas que abordem a obesidade e seu tratamento a partir da bariátrica e verificar o acompanhamento psicológico dos pacientes no pós-bariátrico.	Este estudo destaca a importância do acompanhamento psicológico regular após a cirurgia bariátrica, associando-o a melhores resultados. No entanto, a prática revela uma negligência nesse suporte, com pouca contratação de profissionais de saúde mental e baixa visibilidade do seu papel. Grupos terapêuticos, embora eficazes, não atendem todos os pacientes de maneira ideal. O primeiro protocolo de atendimento psicológico para cirurgia bariátrica no Brasil foi criado em 2014, e há uma necessidade de mais capacitação e atualização. As intervenções devem incluir familiares e

					se estender por mais de dois anos, devido à alta taxa de recuperação de peso após a cirurgia. O uso de intervenções remotas e de novas abordagens, como a Terapia de Aceitação e Compromisso, é promissor, mas ainda pouco estudado. O estudo ressalta a necessidade de monitorar os efeitos psicológicos pós-cirúrgicos, que muitas vezes são subestimados, e de criar políticas públicas que atendam às necessidades dessa população.
A Importância do Acompanhamento Psicológico no Pré e Pós-Operatório da Cirurgia Bariátrica	DELAPRIA, Adrielle Maria Toledo	2019	Psicologia	Realizar um levantamento bibliográfico sobre a importância do trabalho feito pelo psicólogo no pré e pós-operatório da cirurgia bariátrica.	O aumento da obesidade mórbida tem levado muitos a buscar a cirurgia bariátrica como solução definitiva, mas o acompanhamento psicológico pré-cirúrgico é crucial. Ele visa compreender o paciente em seu contexto social e subjetivo, identificando doenças associadas e avaliando riscos cirúrgicos. Além disso, o acompanhamento prepara o paciente para as mudanças pós-operatórias, ajudando-o a adotar novos hábitos e estilos de vida. O foco na orientação cognitivo-comportamental auxilia na reestruturação do pensamento e comportamento, aumentando as chances de sucesso da cirurgia.

Fonte: Elaborada pela autora, 2024.

A análise dos textos selecionados para esta revisão sistemática permite uma compreensão aprofundada da importância do acompanhamento psicoterápico em pacientes pós-bariátricos, com especial destaque para a TCC. A psicoterapia não apenas apoia os pacientes na adaptação emocional e comportamental necessárias após a cirurgia, mas também promove o enfrentamento de desafios psicológicos que surgem no processo de recuperação. A seguir, discutem-se os principais achados das publicações revisadas, destacando as contribuições da TCC no manejo dos aspectos emocionais e cognitivos do paciente bariátrico.

A cirurgia bariátrica traz uma série de transformações físicas e emocionais que impactam diretamente a qualidade de vida dos pacientes. Segundo Souza (2020), essas transformações são profundas e exigem um acompanhamento psicológico contínuo para auxiliar na adaptação do paciente. A autora observa que, sem suporte emocional adequado, há riscos consideráveis de desenvolvimento de ansiedade, depressão e distúrbios alimentares, como bulimia e compulsão alimentar, mesmo após a cirurgia. Além disso, o manejo de questões relacionadas à autoimagem é especialmente relevante, uma vez que muitos pacientes enfrentam dificuldades para se ajustarem à nova aparência corporal.

No contexto pós-cirúrgico, o paciente se vê confrontado com uma realidade que envolve a perda rápida de peso e a transformação corporal, o que, à primeira vista, poderia ser percebido como algo exclusivamente positivo. No entanto, essa mudança repentina pode gerar sentimentos de estranhamento e desconexão com a nova aparência. Esse fenômeno, conhecido como "disforia corporal", é comum em pacientes pós-bariátricos, conforme descrito por Souza (2020), e pode desencadear uma série de conflitos emocionais. De acordo com a autora:

“A psicologia trabalha sob o enfoque cognitivo-comportamental, contribuindo para melhoria da imagem corporal em pacientes obesos à medida que promove a reestruturação de distorções cognitivas a respeito da imagem corporal, já que esta é formada a partir das experiências dos indivíduos as quais contribuíram para a construção de sua maneira de pensar, sentir e agir.” (Souza, 2020, p. 19).

Desse modo, a TCC é capaz de atuar de maneira eficaz ao ajudar o paciente a reconhecer e modificar padrões de pensamento negativos associados à autoimagem e à autoestima. A psicoterapia cognitivo-comportamental fornece ferramentas para que o paciente possa reconstruir a forma como percebe seu corpo

e suas habilidades, promovendo uma aceitação mais saudável dessas mudanças - muitas vezes radicais.

Nesse sentido, essa resignificação da autoimagem se reflete diretamente nos padrões comportamentais pós-cirúrgicos, incluindo a relação com a alimentação. Fernandes e Fensterseifer (2021) corroboram essa visão ao destacar que a cirurgia bariátrica, embora intervenha na estrutura física do corpo, não altera imediatamente as questões emocionais e cognitivas que levam à obesidade. Segundo as autoras, muitos pacientes utilizavam a alimentação como uma forma de compensação emocional antes da cirurgia, especialmente em momentos de estresse, ansiedade ou frustração. Esse comportamento, se não tratado adequadamente, pode persistir mesmo após a cirurgia, resultando em "comportamento alimentar de risco" que compromete os resultados do procedimento. Assim, o apoio psicoterapêutico, com ênfase na TCC, torna-se crucial para que o paciente reconheça essas tendências e trabalhe na modificação desses padrões.

A TCC tem ganhado destaque como uma abordagem eficaz para o manejo das questões psicológicas associadas ao pós-operatório bariátrico. Conforme salientado por Habr et al. (2024), muitos pacientes desenvolvem quadros de ansiedade, depressão e anorexia nervosa após a cirurgia, resultado tanto de expectativas irreais sobre os resultados do procedimento quanto das dificuldades em lidar com as mudanças corporais e comportamentais exigidas. A TCC, ao focar na reestruturação cognitiva e na modificação de comportamentos disfuncionais, surge como uma ferramenta essencial para ajudar esses pacientes a enfrentarem tais desafios.

Uma das principais contribuições da TCC é a possibilidade de trabalhar com os pensamentos automáticos que os pacientes frequentemente desenvolvem em relação à sua autoimagem e à relação com a alimentação. Habr et al. (2024) apontam que, ao fornecer técnicas para identificar e modificar esses pensamentos, a TCC ajuda os pacientes a desenvolverem estratégias de enfrentamento mais saudáveis, evitando recaídas em comportamentos prejudiciais, como a compulsão alimentar. Além disso, a abordagem permite que o paciente desenvolva um senso

de controle sobre seu comportamento, fator fundamental para a manutenção do peso a longo prazo.

Valente et al. (2023) expandem essa discussão ao abordar o impacto dos fatores psicológicos no insucesso da cirurgia bariátrica. De acordo com os autores, um número significativo de pacientes experimenta fracasso na manutenção da perda de peso a longo prazo devido a problemas emocionais que não foram devidamente abordados. Esses pacientes podem retomar antigos padrões alimentares, como o uso da comida como válvula de escape emocional, resultando em ganho de peso. A ausência de um acompanhamento psicológico contínuo, segundo Valente et al. (2023), é uma das principais razões para esses resultados negativos, sendo que a TCC se apresenta como uma abordagem preventiva, por fornecer ferramentas eficazes para a identificação precoce de comportamentos disfuncionais.

Além dessas questões, é importante destacar a influência das expectativas que os pacientes bariátricos possuem em relação ao procedimento e suas consequências. De acordo com Souza (2020), muitos pacientes entram no processo com expectativas elevadas e, em alguns casos, irreais sobre os resultados da cirurgia, acreditando que a operação, por si só, resolverá problemas de autoestima e questões interpessoais. Essa percepção, no entanto, pode gerar frustrações significativas no pós-operatório, caso as mudanças esperadas, especialmente no âmbito social, não se concretizem. Segundo a autora, “a cirurgia bariátrica não pode ser vista como uma solução mágica para todos os problemas que envolvem a obesidade”. (Souza, 2020, p. 48)

Fernandes e Fensterseifer (2021) reforçam a importância de gerenciar as expectativas, apontando que muitos pacientes subestimam a necessidade de adaptação emocional e comportamental após a cirurgia. Para as autoras, o acompanhamento psicológico é crucial para ajudar os pacientes a ajustarem suas expectativas e se prepararem para os desafios emocionais que surgirão. Habr et al. (2024) também destacam que muitos pacientes, ao entrarem no processo bariátrico, acreditam que a perda de peso rápida resolverá questões emocionais e sociais de maneira automática, o que frequentemente não ocorre, gerando frustrações que podem desencadear quadros de depressão e ansiedade. Segundo os autores:

“A expectativa irreal de que a cirurgia bariátrica trará soluções imediatas e completas para problemas emocionais e relacionais é uma fonte comum de frustração. Muitos pacientes acreditam que, ao perder peso rapidamente, suas dificuldades interpessoais e de autoestima serão automaticamente resolvidas. Contudo, essa perspectiva frequentemente resulta em sentimentos de decepção, que podem se agravar, levando ao desenvolvimento de quadros clínicos de ansiedade e depressão no pós-operatório.” (Habr et al., 2024, p. 85).

Somado a isso, Valente et al. (2023) discutem que, em alguns casos, a perda de peso pode até mesmo gerar novos conflitos em relacionamentos interpessoais, especialmente quando as dinâmicas sociais ou familiares mudam de forma inesperada. O acompanhamento psicológico pode ajudar o paciente a lidar com essas mudanças de maneira mais adaptativa, conforme reforçado por Matias (2020), que aponta o papel preventivo da psicoterapia no ajustamento dessas expectativas.

Em contrapartida, um dos grandes desafios apontados por Matias (2020) é a adesão dos pacientes ao tratamento psicoterápico após a cirurgia. Embora os benefícios da psicoterapia sejam amplamente documentados, muitos pacientes não dão continuidade ao acompanhamento psicológico no pós-operatório, o que compromete significativamente o sucesso do procedimento. A autora aponta que a adesão ao tratamento psicoterápico é um dos fatores preditivos mais importantes para o sucesso da cirurgia bariátrica, tanto em termos de manutenção da perda de peso quanto em relação à saúde mental do paciente.

Além disso, Fernandes e Fensterseifer (2021) ressaltam que a dificuldade de adesão ao acompanhamento psicoterápico também pode estar relacionada a questões financeiras e à limitação de cobertura dos planos de saúde para sessões de psicoterapia. Muitas vezes, os pacientes não conseguem arcar com os custos do tratamento contínuo, o que acaba limitando o acesso ao suporte emocional necessário para garantir o sucesso a longo prazo da cirurgia bariátrica. A falta desse acompanhamento, segundo as autoras, prejudica a capacidade do paciente de enfrentar os desafios emocionais e comportamentais do pós-operatório.

Nesse sentido, a TCC surge como uma abordagem que pode facilitar a adesão ao tratamento, pois é focada em resultados práticos e objetivos, o que costuma ser valorizado pelos pacientes. Matias (2020) ressalta que a TCC promove uma mudança de comportamento a partir da conscientização do paciente sobre seus próprios pensamentos e ações, facilitando a internalização dos novos hábitos

necessários para o sucesso pós-cirúrgico. Ao identificar os fatores que levam à alimentação emocional, por exemplo, o paciente consegue evitar comportamentos autossabotadores e aumentar suas chances de sucesso a longo prazo.

Delapria (2019) complementa essa pauta ao destacar que o acompanhamento psicológico no pré e pós-operatório é indispensável para o sucesso da cirurgia bariátrica. A autora enfatiza que, durante o pré-operatório, a psicoterapia pode preparar o paciente para as mudanças que virão, ajudando-o a desenvolver expectativas mais realistas sobre o procedimento e suas consequências. Já no pós-operatório, a continuidade desse acompanhamento é essencial para apoiar o paciente na adaptação a um novo estilo de vida e na manutenção dos resultados cirúrgicos.

Entretanto, a falta de acessibilidade ao acompanhamento psicoterápico dentro do sistema público de saúde é uma preocupação recorrente nos estudos sobre pacientes pós-bariátricos. Segundo Fernandes e Fensterseifer (2021), a demanda por serviços de saúde mental no contexto da cirurgia bariátrica é elevada, mas o acesso a esses serviços pelo Sistema Único de Saúde (SUS) ainda é limitado. As autoras observam que "muitos pacientes enfrentam dificuldades em conseguir apoio psicológico no pós-operatório devido à escassez de profissionais especializados disponíveis no serviço público" (Fernandes; Fensterseifer, 2021, p. 45). Isso compromete diretamente o sucesso a longo prazo do procedimento, já que o suporte psicológico contínuo é essencial para a adaptação emocional e comportamental.

Adicionalmente, Matias (2020) destaca que a falta de acessibilidade a psicoterapeutas no sistema público também impacta negativamente a saúde mental dos pacientes, que muitas vezes recorrem ao atendimento privado ou interrompem o tratamento devido à falta de alternativas. Segundo a autora, "o acompanhamento psicoterapêutico é uma peça fundamental no processo de reeducação alimentar e na manutenção dos resultados da cirurgia bariátrica" (Matias, 2020, p. 73), mas a indisponibilidade de recursos no SUS dificulta a adesão ao tratamento, aumentando os riscos de recaída em padrões alimentares desadaptativos e em transtornos como ansiedade e depressão.

Diante disso, a análise comparativa dos textos revisados revela um consenso entre os autores sobre a importância da psicoterapia no contexto da cirurgia bariátrica. Souza (2020), Fernandes e Fensterseifer (2021) e Habr et al. (2024) são unânimes em afirmar que a TCC é uma ferramenta eficaz para ajudar os pacientes a lidarem com as mudanças psicológicas e comportamentais que ocorrem após a cirurgia. Eles destacam a importância da modificação dos padrões cognitivos e comportamentais relacionados à alimentação e à autoimagem como elementos fundamentais para o sucesso a longo prazo.

Por outro lado, Valente et al. (2023) trazem uma perspectiva mais focada nas consequências negativas da falta de acompanhamento psicológico, enquanto Matias (2020) e Delapria (2019) enfatizam a importância de uma abordagem contínua, que inclua tanto o pré quanto o pós-operatório. Essas divergências de foco refletem diferentes preocupações dentro do campo da psicologia bariátrica, mas todos os autores concordam que a psicoterapia, especialmente a TCC, é essencial para garantir o sucesso do procedimento e a manutenção da qualidade de vida do paciente.

5. CONCLUSÃO

A obesidade é um problema de saúde pública que afeta uma parcela significativa da população mundial, sendo associada não apenas a comorbidades físicas, mas também a um impacto psicológico expressivo. Para os casos de obesidade severa, a cirurgia bariátrica tem se mostrado uma opção eficaz na redução de peso e melhora de condições metabólicas; no entanto, as mudanças físicas proporcionadas pela cirurgia nem sempre são acompanhadas de transformações emocionais e comportamentais, ou seja, mesmo após a perda de peso, o paciente bariátrico não apenas corre o risco de desenvolver transtornos mentais – principalmente os de caráter alimentar – como também perpetua comportamentos disfuncionais que existiam antes da cirurgia. Esse descompasso pode levar a dificuldades de adaptação e, em alguns casos, ao ganho de peso, quando o paciente não recebe suporte emocional adequado. Nesse cenário, a psicoterapia — com destaque para a TCC — surge como uma intervenção essencial, ajudando o paciente bariátrico a lidar com os desafios psicológicos e

comportamentais do pós-operatório e fornecendo ferramentas para promover um bem-estar emocional duradouro.

Dentro desse contexto, conclui-se que a psicoterapia em pacientes pós-bariátricos – especialmente com o uso da TCC - é essencial no suporte às complexidades emocionais, cognitivas e comportamentais que surgem após a cirurgia. A TCC oferece recursos importantes para que o paciente reestruture pensamentos e comportamentos disfuncionais, facilitando a adaptação ao novo corpo e prevenindo recaídas em padrões prejudiciais relacionados à alimentação e à autoimagem.

A literatura revisada aponta que muitos pacientes pós-cirúrgicos enfrentam dificuldades significativas de adaptação emocional, frequentemente caracterizadas por sentimentos de estranhamento diante da nova aparência e pelo impacto de mudanças repentinas de estilo de vida. A TCC tem se mostrado eficaz na redução de sintomas de ansiedade, depressão e transtornos alimentares, capacitando os pacientes a gerenciar suas expectativas e a construir uma imagem corporal mais positiva. No entanto, há uma lacuna de pesquisas que explorem os efeitos de longo prazo do acompanhamento psicoterapêutico para pacientes bariátricos, especialmente no que diz respeito à manutenção dos resultados psicológicos e comportamentais após a alta do acompanhamento formal.

Diante disso, recomenda-se que o tratamento de pacientes pós-bariátricos inclua um acompanhamento psicoterapêutico contínuo e duradouro, com a aplicação de técnicas cognitivo-comportamentais específicas para a relação com a alimentação e com a autoimagem. Além disso, é necessário aprimorar o suporte psicológico no sistema público de saúde, garantindo que esse acompanhamento esteja disponível como parte do protocolo de cirurgia bariátrica. Essa medida poderia contribuir para uma adaptação emocional mais sustentável, reduzindo as taxas de insucesso no controle do peso e as complicações emocionais que muitas vezes surgem após o procedimento.

Assim, enquanto a TCC se consolida como uma abordagem valiosa na recuperação de pacientes bariátricos, futuros estudos podem enriquecer o campo, explorando modelos de intervenção contínua e adaptados aos diferentes contextos

de acesso à saúde mental. Isso possibilitaria um atendimento mais abrangente e eficaz a essa população, ampliando as chances de sucesso e qualidade de vida a longo prazo.

REFERÊNCIAS

APA DIV. 12 (SOCIETY OF CLINICAL PSYCHOLOGY). **What is Cognitive Behavioral Therapy?** Disponível em: <<https://www.apa.org/ptsd-guideline/patients-and-families/cognitive-behavioral.pdf>>. Acesso em: 4 out. 2024.

AYOUB, J. A. S.; ALONSO, P. A.; GUIMARÃES, L. M. V. **Efeitos da cirurgia bariátrica sobre a síndrome metabólica.** *ABCD. Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva (São Paulo)*, v. 24, n. 2, p. 140–143, abr. 2011.

BACCHI, R. R.; BACCHI, K. M. S. **Cirurgia bariátrica: aspectos clínicos e nutricionais.** *Motricidade*, v. 8, n. 2, p. 89–94, 2012.

BECK, Aaron T. **Cognitive Therapy and the Emotional Disorders.** New York: Penguin, 1979.

BECK, Judith S. **Terapia Cognitivo-Comportamental: Teoria e Prática.** 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

BINSWANGER, Ludwig. **Sobre a psicoterapia.** In: *Introdução à análise existencial.* São Paulo: Cultrix, 2014.

CALLEGARO, Marco Montarroyos. **Psicoterapias: abordagens atuais.** *Rev. bras.ter. cogn.*, Rio de Janeiro, v. 3, n. 2, dez. 2007. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872007000200007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 06 nov. 2024.

CAMARGOS, Samara Pereira da Silva et al. **Esquemas iniciais desadaptativos em pacientes pré e pós-bariátricos.** *Rev. bras.ter. cogn.*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 34-41, jun. 2020. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872020000100006&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 13 set. 2024.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de ética profissional do psicólogo.** Brasília: CFP, 2005. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wpcontent/uploads/2012/07/Co%CC%81digo-de-%C3%89tica.pdf>. Acesso em: 28 jun. 2024.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). **Reflexões e orientações sobre a prática da Psicoterapia**. 2017. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2023/06/caderno_reflexoes_e_orientacoes_sobre_a_pratica_de_psi_coterapia.pdf. Acesso em: 28 jun. 2024.

CORDÁS, Taki Athanássios. **Aspectos psicológicos da cirurgia bariátrica**. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 36, supl. 1, p. 59-62, 2014.

CORDIOLI, A. V. (2008). **Psicoterapias: Abordagens Atuais** (3ª ed.). Porto Alegre: Artmed.

CUNHA, C. S. O. et al. **Impactos psicológicos em pacientes submetidos à cirurgia bariátrica**. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – [Instituição], 2019.

DOBSON, Keith S. **Manual de Terapias Cognitivo-Comportamentais**. 2. ed. Nova York: Guilford Press, 2001.

DUCHESNE, M.; ALMEIDA, P. E. DE M.. **Terapia cognitivo-comportamental dos transtornos alimentares**. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 24, p. 49–53, dez. 2002.

FARIA, L. G. **A importância do processo de avaliação psicológica no pré-operatório da cirurgia bariátrica**. Centro Universitário de Brasília, 2021.

FRANQUES, A. R. M.; ARENALES-LOLI, M. S. **Novos corpos, novas realidades: reflexões sobre o pós-operatório da cirurgia da obesidade**. São Paulo: Vetor Editora, 2011.

HABR, L. E. et al. **Aspectos psicológicos do paciente pós bariátrico: uma revisão de literatura**. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 3, p. 1733-1747, 2024.

KLAUCK, Caroline; ZENATTI, Gabriel; PAPPEN, Débora; et al. **COMORBIDADES ASSOCIADAS À OBESIDADE EM PACIENTES CANDIDATOS À CIRURGIA BARIÁTRICA**. São Paulo: *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 13, n. 79, p.351-356. Maio/Jun. 2019.

KNAPP, Paulo. **Psicoterapia: Teoria e Prática**. São Paulo: Vetor, 2004.

LEAL, C. W.; BALDIN, N. **O impacto emocional da cirurgia bariátrica em pacientes com obesidade mórbida**. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v. 29, n. 3, p. 324–327, set. 2007.

MALTA, D. C. et al.. **Tendência temporal dos indicadores de excesso de peso em adultos nas capitais brasileiras, 2006-2013.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 21, n. 4, p. 1061–1069, abr. 2016.

MALTA, Deborah Carvalho et al . A Política Nacional de Promoção da Saúde e a agenda da atividade física no contexto do SUS. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília , v. 18, n. 1, p. 79-86, mar. 2009. . Disponível em: <http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742009000100008&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 06 nov. 2024. <http://dx.doi.org/10.5123/S1679-49742009000100008>.

MARTINS, Eduardo; VANDENBERGHE, Luc. **Psicoterapia na prática clínica.** São Paulo: Editora Blucher, 2016.

MARCHESINI, S. D. **Acompanhamento psicológico tardio em pacientes submetidos à cirurgia bariátrica.** *ABCD. Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva (São Paulo)*, v. 23, p. 108-113, 2010.

NOVELLE, J. M.; ALVARENGA, M. S. **Cirurgia bariátrica e transtornos alimentares: uma revisão integrativa.** *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 65, n. 3, p. 262–285, jul. 2016.

RIBEIRO, G. A. N. DE A. et al. **Psychological profile of patients eligible for bariatric surgery.** *ABCD. Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva (São Paulo)*, v. 29, p. 27–30, 2016.

VIEIRA, A. C. E .; SICHIERI, R.. **Associação do status socioeconômico com obesidade.** *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 18, n. 3, p. 415–426, set. 2008.

Vigitel Brasil 2019 : **vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico : estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2019** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2020

WANDERLEY, E. N.; FERREIRA, V. A. **Obesidade: uma perspectiva plural.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, n. 1, p. 185–194, jan. 2010.