

Congresso Internacional

CONIPICS

Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

ATENÇÃO PLENA COMO INTERVENÇÃO A PESSOAS COM TRANSTORNO DE PERSONALIDADE BORDERLINE: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Congresso Online Internacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, 1ª edição, de 18/05/2026 a 19/05/2026
ISBN dos Anais: 978-65-5465-181-3

OLIVEIRA; Mayara Stefanie Sousa¹, ALVES; Verônica de Medeiros², SANTOS; Kaline Malu Gerônimo Silva dos³, LUNA; Mayra Correia Moraes⁴, SANTOS; Mário Vinicius Felisdorio dos⁵, ALMEIDA; Vitória Braz de⁶

RESUMO

O Transtorno de Personalidade Borderline (TPB) é definido pelo DSM-V como um padrão de comportamento caracterizado por instabilidade nas relações interpessoais, autoimagem e afetos, além de impulsividade acentuada potencialmente autodestrutiva. Em contrapartida, a atenção plena (mindfulness), conceituada como a capacidade de manter a atenção no momento presente sem julgamentos, relaciona-se com maior autocontrole e bem-estar físico e mental nessas pessoas. Mapear a literatura científica acerca da eficácia de intervenções baseadas em atenção plena em indivíduos com transtorno de personalidade borderline. Trata-se de uma revisão de literatura integrativa, realizada no mês de fevereiro de 2026. A pesquisa foi conduzida na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando as palavras-chave: "Mindfulness", "Atenção Plena", "Meditation, Mindfulness", "Transtorno da personalidade", "Troubles de la personnalité", "Personality Disorders", "Trastornos de la Personalidad", "Transtorno da Personalidade Borderline", combinadas com os operadores booleanos AND e OR. Os critérios de inclusão foram estudos publicados nos últimos 10 anos que abordassem atenção plena e transtorno de personalidade borderline. Foram excluídas revisões de literatura, relatos de casos e protocolos. A estratégia de busca identificou 80 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 74 foram excluídos, sendo selecionados 6 estudos. Participaram das pesquisas um total de 1.656 indivíduos. A maioria foi realizada no continente europeu (Espanha n=2, Hungria n=1, França n=1, Áustria n=1), seguida da América do Norte (Canadá n=1), nos anos 2019 (n=2), 2020 (n=1), 2021 (n=1), 2024 (n=1), utilizando as metodologias Ensaio Clínico Randomizado (n=4) e estudos Transversais (n=2). Em

¹ Universidade Federal de Alagoas, mayara.oliveira@eefn.ufal.br

² Universidade Federal de Alagoas, veronica.alves@eefn.ufal.br

³ Universidade Federal de Alagoas, kaline.santos@eefn.ufal.br

⁴ UNINASSAU, mayralunaa@hotmail.com

⁵ UNOPAR, institutocincosentidos@gmail.com

⁶ Universidade Federal de Alagoas, vitoria.almeida@eefn.ufal.br

relação aos resultados encontrados, um estudo de neuroimagem evidenciou maior ativação da ínsula esquerda durante intervenções baseadas em atenção plena, a qual é uma região relacionada ao processamento de informações internas, emoções e controle cognitivo. Observou-se também menor reatividade e julgamento, além de melhora dos sintomas do transtorno. As intervenções mostraram-se associadas ao aumento da autocompaixão e à melhoria da regulação emocional, bem como à redução de sintomas depressivos e ideação suicida. Um estudo realizado na Áustria identificou que indivíduos com TPB apresentavam estratégias de enfrentamento mal-adaptativas e níveis mais baixos de atenção plena e autocompaixão. Em estudo comparativo entre Terapia Dialética Comportamental e Mindfulness, a atenção plena mostrou-se mais eficaz na redução significativa dos sintomas do TPB, aumentando a capacidade de descentração e auxiliando na regulação emocional. Os resultados indicam que intervenções baseadas em atenção plena pode ser eficaz para pessoas com TPB, contribuindo para a regulação emocional, redução de sintomas ansiosos e depressivos, diminuição da reatividade e aumento da autocompaixão. Contudo, são necessárias pesquisas mais robustas e com outras alternativas de metodologias, como a Qualitativa, para que haja uma maior reflexão sobre o processo interno dos participantes. Além disso, é fundamental a realização de estudos futuros que abordem uma maior diversidade populacional, incluindo populações vulneráveis, bem como a ampliação da faixa etária.

PALAVRAS-CHAVE: Atenção Plena, Transtorno da Personalidade Borderline, Enfermagem

¹ Universidade Federal de Alagoas, mayara.oliveira@eefn.ufal.br

² Universidade Federal de Alagoas, veronica.alves@eefn.ufal.br

³ Universidade Federal de Alagoas, kaline.santos@eefn.ufal.br

⁴ UNINASSAU, mayralunaa@hotmail.com

⁵ UNOPAR, institutocincosentidos@gmail.com

⁶ Universidade Federal de Alagoas, vitoria.almeida@eefn.ufal.br