

# *Behaviour Change Wheel (BCW): Guia para Intervenções de Mudança de Comportamento*

## *Behaviour Change Wheel (BCW): A Guide for Behaviour Change Interventions*

Leonardo Essado Rios<sup>1</sup>

### **PALAVRAS-CHAVE**

- Comportamento;
- BCW Behaviour Change Wheel;
- Ciências do Comportamento;
- Estudos de Intervenção;
- Educação Médica.

### **KEYWORDS**

- Behaviour;
- BCW Behaviour Change Wheel;
- Behavioural Sciences;
- Intervention Design;
- Medical Education.

### **RESUMO**

*Trata-se da resenha da obra *The behaviour change wheel: a guide to designing interventions*, de Michie, Atkins e West, publicada no Reino Unido pela Silverback Publishing em 2014.*

### **ABSTRACT**

*This is a book review of the work by Michie, Atkins and West, entitled *The Behaviour Change Wheel: a guide to designing interventions*, published in the UK by Silverback Publishing in 2014.*

Recebido em: 30/05/2015

Aprovado em: 30/05/2015

A mudança de padrões de comportamento pode ser uma tarefa das mais difíceis. No campo do ensino na saúde, pode-se afirmar que alguns problemas estão intimamente relacionados a comportamentos arraigados, como, por exemplo, a questão da dificuldade de mudanças na prática docente, muitas vezes influenciada pelo modelo flexneriano. Segundo Costa<sup>1</sup>, há uma resistência de alguns professores, que persistem em lecionar de forma resistente a novas metodologias de ensino-aprendizagem.

Neste sentido, podem assumir destacado valor instrumentos que ajudem a pôr em prática ações ou conjuntos de ações a fim de obter mudanças de comportamentos de indivíduos ou grupos, de forma rigorosa e baseada em evidências. É o caso do guia *Behaviour Change Wheel (BCW)*<sup>2</sup>, uma ferramenta para a concepção e avaliação de intervenções que visa à mudança de comportamento nas mais variadas situações e contextos. Representa uma síntese de 19 modelos de mudança de comportamento disponíveis na literatura de pesquisa. Baseia-se num modelo conhecido como *COM-B*, iniciais que significam *Capability, Opportunity, Motivation – Behaviour*, considerados componentes envolvidos num sistema dinâmico do qual o comportamento faz parte.

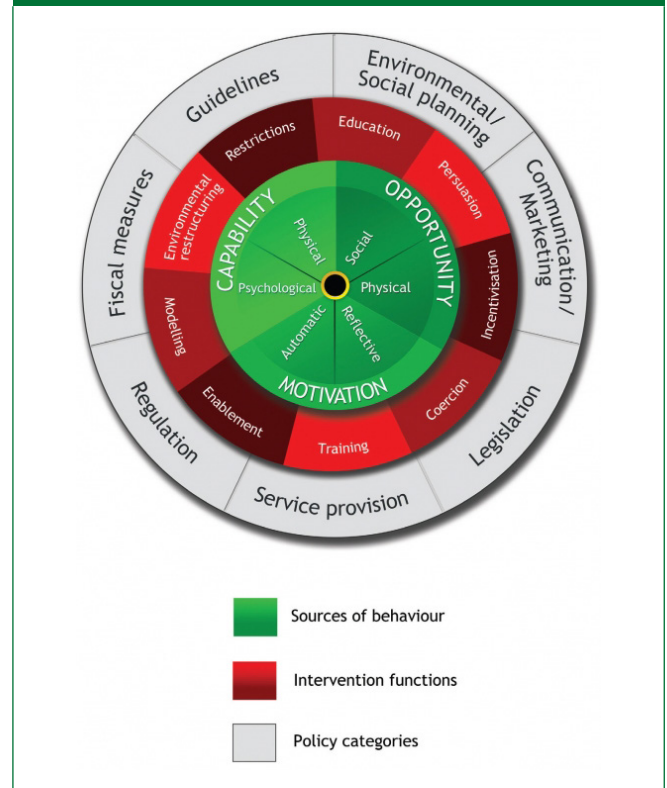
O *BCW* é direcionado a pesquisadores, profissionais e gestores de políticas públicas interessados em aplicar sistematicamente teorias e evidências para mudanças de comportamento. Como discutido anteriormente, diversos problemas no campo do ensino médico envolvem padrões comportamentais que necessitam ser mudados. O guia foi desenvolvido para, além de auxiliar a concepção, melhorar o processo, a avaliação e o desenvolvimento teórico das intervenções. Divide-se em três estratos, tendo como eixo o modelo *COM-B*, em torno dele nove funções de intervenção e, na camada mais externa (o aro da roda), sete tipos de políticas em que se podem aplicar tais funções de intervenção (Figura 1).

Os capítulos de 1 a 3 do *BCW* descrevem um método passo a passo para a concepção de intervenções de mudança de comportamento. Estudos de caso são apresentados para auxiliar a tradução dos princípios em práticas e mostrar a gama de aplicações do modelo *COM-B*.

O capítulo 1 trata da compreensão do problema, abrangendo quatro etapas que estabelecem as bases para a compreensão do comportamento-alvo: (i) definir o problema a ser abordado em termos comportamentais; (ii) selecionar o comportamento-alvo, ou seja, o comportamento com maior probabilidade de trazer mudanças para resolver o problema; (iii) especificar o comportamento-alvo o mais detalhadamente possível; (iv) identificar o que precisa ser mudado usando o modelo *COM-B* e, opcionalmente, usando o *Theoretical Do-*

*main's Framework (TDF)*, um esquema conceitual integrativo que sintetiza constructos teóricos-chave, passível de ser vinculado ao *COM-B*.

FIGURA 1



Retomando-se o exemplo da prática docente, pode-se dizer que o problema envolve ou é consequência de diversos fatores, entre os quais a falta de profissionalização docente, a desvalorização da formação docente, a resistência docente a mudanças e o individualismo da prática docente<sup>2</sup>. Melhorar as práticas de ensino-aprendizagem poderia requerer mudanças em um ou mais destes fatores. Neste caso, os comportamentos-alvo poderiam ser, por exemplo, o desenvolvimento da identidade docente, a valorização da formação, a sensibilização para as mudanças, a prática docente solidária.

O capítulo 2 trata das opções de intervenção, abrangendo as etapas 5 e 6 do passo a passo: (v) identificação das funções de intervenção e (vi) identificação das categorias de políticas públicas. O diagnóstico comportamental resultante da análise pelo modelo *COM-B* (ou pelo *TDF*) é o ponto-chave de partida para iniciar uma intervenção. Destaca-se que o *BCW* não fornece um plano detalhado para a concepção de intervenções de mudança de comportamento, mas um método sistemático e teoricamen-

**Quadro 1.**  
Definições das funções de intervenção do BCW e exemplos no campo do ensino médico

Função de intervenção	Definição	Exemplos no campo do ensino médico
Educação	Aumento de conhecimento ou compreensão.	Palestra sobre avaliação formativa.
Persuasão	Uso da comunicação para induzir sentimentos, negativos ou positivos, ou estimular ações.	Utilização de imagens ou figuras a fim de motivar ou sensibilizar para o aumento da atividade de ensino.
Incentivo	Criação de uma expectativa de recompensa.	Premiações para induzir à valorização do trabalho em sala de aula.
Coerção	Criação de uma expectativa de punição ou custo.	Imposição de dedicação exclusiva.
Formação	Difusão de competências.	Utilização de portfólio para melhorar os processos de ensinagem.
Restrição	Utilização de regras para limitar a oportunidade de desenvolvimento do comportamento-alvo.	Diretrizes Curriculares Nacionais para os cursos de graduação.
Reestruturação ambiental	Mudanças no contexto físico ou social.	Ampliação dos cenários de prática com ênfase no papel político-social docente.
Modelagem	Uso da exemplificação para que as pessoas aspirem ou imitem.	Divulgação, na mídia, de histórias que envolvam práticas docentes de destaque.
Capacitação	Aumentar meios ou reduzir barreiras para aumentar a aptidão (além da educação e da formação) ou a oportunidade (além da reestruturação ambiental).	Suporte docente com vistas à reorientação dos métodos de ensino-aprendizagem.

te guiado para identificar funções de intervenção e políticas de suporte que, esperadamente, sejam eficazes para um dado comportamento, contexto, indivíduo, grupo ou população-alvo.

As funções de intervenção que compõem o estrato em torno do eixo da roda (o COM-B) são: educação, persuasão, incentivo, coerção, formação, restrição, reestruturação ambiental, modelagem e capacitação. As definições e exemplos de como poderiam ser traduzidas para o campo do ensino médico podem ser visualizados No Quadro 1. Ressalta-se que a identificação de funções de intervenção e tipos de políticas públicas requer o uso constante de julgamentos sobre o que é mais apropriado a cada contexto.

O capítulo 3 descreve as etapas para identificação das opções de conteúdo e prática: (vii) técnicas de mudança de comportamento (TMC) e (viii) modo de realização. Uma TMC é definida como o componente ativo de uma intervenção elaborada para mudança de comportamento e pode ser usada isoladamente ou combinada com outras TMC. Por exemplo, uma TMC para formação de hábito, definida como ensaios e repetições de comportamento em um mesmo contexto seguidamente, a fim de que o contexto induza ao hábito, como no caso, por exemplo, de associar recomendações aos acadêmicos sobre a importância das atividades de leitura ou sobre o controle da frequência ao ato da chamada. Ou, ainda, a formação do hábito docente de começar e terminar cada aula com pontualidade. Uma linguagem padrão para descrever os ingredientes ativos das intervenções, intitulada *BCT Taxonomy*

(v1), com definições e exemplos de TMC, é disponibilizada nos apêndices do BCW.

Passando-se ao capítulo 4, encontra-se um estudo de caso em que se utilizou o BCW no *design* de uma intervenção para prevenir melioidose no Nordeste da Tailândia, onde foram aplicadas as oito etapas descritas nos capítulos de 1 a 3.

Por fim, o capítulo 5 descreve um breve guia para usar o BCW na avaliação antes e durante as intervenções, com vistas a mudanças comportamentais em estudos primários, bem como uma síntese de evidências, e discute cada uma das diversas possibilidades de aplicações, com exemplos.

Assim, o BCW apresenta-se como um guia prático para estudos de intervenção, trazendo elementos importantes para mudanças de comportamento, alguns dos quais, conforme se tentou brevemente comentar, passíveis de aplicação no campo do ensino médico.

## REFERÊNCIAS

- Costa NMSC. Docência no ensino médico: por que é tão difícil mudar?. Rev. Bras. Educ. Med. [online]. 2007.31(1) [capturado 30 mai 2015]; 21-30 . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-55022007000100004&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022007000100004&lng=pt&nrm=iso)>. ISSN 1981-5271. <http://dx.doi.org/10.1590/S0100-55022007000100004>.
- Michie S, Atkins L, West R. The Behaviour Change Wheel: a Guide to Designing Interventions. Reino Unido: Silverback Publishing; 2014.

## CONFLITOS DE INTERESSE

O autor declara não haver conflito de interesses.

## ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Leonardo Essado Rios  
Av. Bernardo Sayão, 1694  
Centro – Inhumas  
CEP 75400-000 – GO  
E-mail: leonardo.rios@ifg.edu.br