



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

Não há recuperação económica sem cuidar da Saúde Mental dos cidadãos

Na actual conjuntura de crise económica, a contenção dos gastos e o estabelecimento de prioridades com base em critérios de custo-efectividade e baseadas na evidência ganham especial relevância.

A Intervenção Psicológica permite uma redução dos gastos directos e indirectos com a saúde e com a doença e, neste sentido, contribui para a melhoria da eficiência dos serviços de saúde. Por outro lado, permite uma melhoria substancial na saúde e na qualidade de vida dos cidadãos que se reflectirá num aumento da produtividade e na redução do absentismo laboral.

É conhecido o impacto da crise económica na saúde dos cidadãos. Em Portugal este impacto reflecte-se num aumento do número de suicídios e de consumo de anti-depressivos e ansiolíticos que se tem vindo a acentuar nos últimos anos.

Existe evidência sobre a efectividade **da intervenção psicológica na melhoria do estado de saúde do cidadão e na redução dos custos directos** (redução número de consultas, do número de dias de internamentos e do consumo de fármacos) e **indirectos com a doença** (redução do absentismo; redução dos encargos do Estado com os benefícios fiscais para o doente e menor produtividade).



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

A Ordem dos Psicólogos Portugueses publicou um relatório¹ que reúne um conjunto de estudos que demonstram o contributo da Psicologia para a redução dos custos e melhoria da eficiência dos serviços de saúde.

A intervenção psicológica apresenta um custo-efectividade que possibilita não só pagar a própria intervenção como obter ganhos em saúde. Isto acontece porque a intervenção psicológica tem custos reduzidos e taxas de recuperação elevadas comparativamente aos custos elevados da incapacidade.

A evidência demonstra que a intervenção psicológica permite uma poupança de cerca de 20 a 30% nos custos directos da saúde, através da redução da utilização dos cuidados de saúde. A consulta psicológica chega mesmo a permitir uma diminuição das consultas de medicina familiar por utente. Em utentes com patologia crónica como a diabetes, a hipertensão arterial, cancro ou asma verifica-se que intervenção psicológica dirigida à depressão e ansiedade permite reduzir os custos totais com a doença em cerca de 20%.

Um estudo sobre a psicoterapia nos cuidados de saúde permitiu verificar que 60,4% dos participantes referiu ter procurado, nos últimos 3 anos, algum tipo de apoio psicológico. No período de tempo a que se referiu o estudo (últimos três anos), 28% da amostra total recorreu a profissionais de ajuda. Os resultados deste estudo permitem verificar que a maioria dos consumidores afirma ter melhorado e estar satisfeita com a intervenção psicológica desenvolvida, quando esta pressupõe terapia verbal. A intervenção apenas baseada em psicofármacos está associada a piores índices de melhoria e de satisfação. A melhoria do estado emocional geral é encontrada em 80% dos casos seguidos por psicólogos.

1

https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/1_evidencia_cientifica_sobre_custo_efectividade_de_intervencao_psicologicas_em_cuidados_de_saaode.pdf



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

Recentemente a Directora-geral da Comissão Europeia para a Saúde e Consumidores, Paola Testori-Coggi, afirmou a relevância da Psicologia para a melhoria da saúde e bem-estar dos cidadãos e para a implementação de estratégias europeias de saúde como a “Health for all”.

Análises desenvolvidas pela OPP têm demonstrado que existem Profissionais capacitados e prontos para contribuir para a melhoria da saúde mental da população e para recuperação económica do país. No entanto esta tem sido uma oportunidade perdida, pois não tem sido feita uma aposta política na implementação da consulta de psicologia a nível nacional.

A distribuição de psicólogos é assimétrica e desfasada das necessidades de procura, por exemplo o Alentejo é a região do país com maior número de suicídio e com um maior envelhecimento da população, sendo também das que apresenta menor número de psicólogos integrados no Sistema Nacional de Saúde. Desta forma desperdiçam-se recursos e não se melhora a saúde da população.

A ausência de um investimento forte na criação de uma boa cobertura nacional de consulta psicológica nos cuidados de saúde, nomeadamente nos cuidados de saúde primários, teria um impacto imediato na saúde dos cidadãos e na poupança para do Serviço Nacional de Saúde.

Neste dia da Saúde Mental a Ordem dos Psicólogos informa que está desenvolver um **plano de acção para a implementação da figura do Psicólogo de Família nos Cuidados de Saúde Primários**. O **Psicólogo de Família** será o primeiro elo de ligação entre o cidadão e os cuidados psicológicos e permitirá assegurar uma maior cobertura do acesso e das necessidades de saúde da população.

Uma melhor organização da consulta psicológica nos cuidados de saúde primários permitirá desenvolver respostas mais efectivas às necessidades e fazer face ao aumento esperado da procura de apoio psicológico.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

Este profissional deverá trabalhar em estreita colaboração com o médico de família na identificação e diagnóstico precoce de perturbações complexas que requerem referenciação para especialista. Assim, para além da intervenção psicológica, que já realiza no âmbito do seu trabalho, o Psicólogo poderá realizar actividades de triagem, reencaminhando os utentes para especialistas quando a complexidade e especificidade do caso assim o determinar (exemplo: psicólogo especialista em crianças e adolescentes). Através de um acompanhamento de proximidade, da identificação e de diagnóstico precoce de situações de maior complexidade é possível intervir adequadamente e referenciar os utentes para cuidados especializados, contribuindo assim para uma maior eficácia da intervenção psicológica, para melhoria da saúde dos cidadãos e para recuperação económica do país.

Tem de haver uma afirmação inequívoca de compromisso das autoridades e demais agentes de saúde com a promoção da saúde Mental dos Portugueses. A Ordem dos Psicólogos está disponível para contribuir activamente para o desenvolvimento de soluções inovadoras que permitam uma rápida recuperação da crise.

A Direcção

Lisboa, 10 de Outubro de 2012