



Exmo. Senhor Secretário, de Estado Adjunto e da Saúde
Professor Doutor Fernando Araújo
Ministério da Saúde
Av. João Crisóstomo, nº9
1049-062 LISBOA

Ref.: A0000045160011011002900100010

Assunto: Criação da Profissão de Psicoterapeuta – Comunicação conjunta da Ordem dos Médicos e da Ordem dos Psicólogos Portugueses

Lisboa, 22 de Maio de 2018

Exmo. Senhor Secretário, de Estado Adjunto e da Saúde,
Professor Doutor Fernando Araújo,

Na sequência do pedido de análise e emissão de parecer sobre a Criação da Profissão de Psicoterapeuta vem a Ordem dos Médicos e a Ordem dos Psicólogos Portugueses - tendo em consideração a temática em questão e o facto da grande maioria dos Psicoterapeutas em Portugal serem Médicos ou Psicólogos, logo inscritos nestas ordens profissionais – apresentarem pronúncia conjunta sobre a matéria em apreço, que são coincidentes na posição informada pela evidência científica, pela história, pela salvaguarda e protecção da saúde pública e dos interesses dos Portugueses que procuram os serviços de Psicoterapia.

Ao dispor para qualquer esclarecimento ou colaboração

Miguel Guimarães
Bastonário da Ordem dos Médicos

Francisco Miranda Rodrigues
Bastonário da Ordem dos Psicólogos



ORDEM DOS MÉDICOS
Colégio da Especialidade de Psiquiatria

**Parecer do Colégio de Psiquiatria relativo à proposta da criação da
profissão/atividade económica de psicoterapeuta**

1. A psicoterapia, de facto realizada por médicos e psicólogos (neste caso denominados psicólogos clínicos), é sempre uma actividade clínica, com as suas regras éticas, fundamentos teóricos e validação empírica ou científica.
2. Como tal, ela tem sido coordenada por instituições internacionais, que regem a formação individual, e validada, em Portugal, pelas Ordem dos Psicólogos (através da certificação de instituições protocoladas cujos requisitos de ensino e credenciação são cuidadosamente analisados) e da Ordem dos Médicos em mútua colaboração.
3. Com o avanço e discussão científica no âmbito da Psicologia e da Psicopatologia, reconhecem-se hoje alguns tipos de psicoterapia, apesar de tudo com corpo teórico identificável. Nada, porém, que se compare com a presente explosão de ofertas psicoterapêuticas que se apresentam, por vários meios, na Internet.
4. Esta oferta é incontrolável, mas deve-se atender que ela é protagonizada por muitos profissionais que, não tendo qualquer relação com a clínica nem um corpo teórico estabelecido, sendo por vezes centradas num autor que escreveu um *best seller* ou se tornou *guru*, se dirigem ao chamado *coaching* e à promoção de credices contemporâneas, enganosas ou malélicas.
5. Cumpre então recentralizar a profissão de psicoterapeuta na actividade clínica (de médicos e psicólogos, com eventual extensão a profissionais que com eles colaboram), com o controlo normativo, ético e científico das respectivas ordens profissionais.
6. A autonomização da profissão de psicoterapeuta, fora da actividade clínica e das ordens profissionais, banalizaria esta actividade e torná-la-ia potencialmente perigosa.
7. Acresce que o Decreto Lei 92/2010, de 26 de Junho, exclui, no seu art 3, 3, alínea e), os serviços de cuidados de saúde, prestados ou não no âmbito de uma estrutura de saúde.

Conclusão

Face ao exposto a posição do Colégio de Psiquiatria é atualmente contrária à criação da profissão de psicoterapeuta, considerando que esta prática carece de uma adequada regulação profissional e científica que não se encontra salvaguardada. Mais adverte de que a prática psicoterapêutica abusiva, inadequada e sem a devida formação e regulação, acarreta riscos para a saúde mental dos utentes. Estes riscos não são acautelados pela facilitação económica e mercantilização do acesso através da criação da profissão/atividade económica de psicoterapeuta.

Porto, 20 de abril de 2018



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

Criação da Profissão de Psicoterapeuta

Parecer da OPP

Categoria

Pareceres

Autoria

Gabinete de Estudos OPP

Documento

Março 2018
Lisboa

Parecer da OPP

Criação da Profissão de Psicoterapeuta

O presente documento surge no âmbito da solicitação de Parecer, por parte do Ministério da Saúde, acerca da proposta de Criação da Profissão de Psicoterapeuta, elaborada pela Federação Portuguesa de Psicoterapia e que tem como objectivo a autonomização da profissão em Portugal.

A Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) é uma associação pública profissional que representa e regulamenta a prática dos profissionais de Psicologia que exercem a profissão de Psicólogo em Portugal (de acordo com a Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, com as alterações da Lei nº 138/2015, de 7 de Setembro). É missão da OPP exercer o controlo do exercício e acesso à profissão de Psicólogo, bem como elaborar as respetivas normas técnicas e deontológicas e exercer o poder disciplinar sobre os seus membros. As atribuições da OPP incluem ainda defender os interesses gerais da profissão e dos utentes dos serviços de Psicologia; prestar serviços aos membros em relação à informação e formação profissional; colaborar com as demais entidades da administração pública na prossecução de fins de interesse público relacionados com a profissão; participar na elaboração da legislação que diga respeito à profissão e nos processos oficiais de acreditação e na avaliação dos cursos que dão acesso à profissão.

Neste sentido, julgamos pertinente esclarecer alguns aspectos relativamente à Psicoterapia e aos profissionais que a exercem.

Começamos por tentar definir o que é a **Psicoterapia**. Existem diferentes modalidades psicoterapêuticas (por exemplo, Psicoterapia Cognitivo-Comportamental, Psicanálise, Psicoterapia Humanista ou Psicoterapia Sistémica), contudo, em termos gerais, e de acordo com fontes de referência, podemos definir a Psicoterapia como:

- *“O tratamento das perturbações mentais ou emocionais ou de doenças físicas com elas relacionadas através de meios psicológicos”* (Merriam-Webster Dictionary).
- *“Método de tratamento dos sofrimentos psíquicos por meios essencialmente psicológicos”* (Dicionário de Psicologia).
- *“In the most inclusive sense, the use of absolutely any technique or procedure that has palliative or curative effects upon any mental, emotional or behavioural disorder”* (Penguin Dictionary of Psychology).

Decorrem destas definições três pressupostos essenciais:

1. **A Psicoterapia corresponde a um método, a um conjunto de técnicas e procedimentos.** Por isso, a **Psicoterapia não é uma profissão**, mas sim um método de intervenção utilizado por várias profissões/profissionais.

2. **A Psicoterapia é informada pela investigação e teorias da ciência psicológica.** As diferentes abordagens psicoterapêuticas estão associadas às principais perspectivas teóricas da ciência psicológica e aplicam procedimentos e técnicas baseadas nas evidências científicas e investigação realizadas no âmbito da ciência psicológica.
3. **A Psicoterapia tem como objectivo modificar comportamentos, pensamentos e emoções.** Ora, faz parte do entendimento geral sobre a ciência psicológica, advogado pelas principais entidades relacionadas com o seu estudo e organização, que a **Psicologia** corresponde ao estudo da mente e do comportamento humanos e que os **pensamentos, as emoções e os comportamentos** constituem os **domínios de actuação dos Psicólogos**.

Consequentemente:

1. **A Psicoterapia não é uma profissão, mas uma especialização adquirida por alguns profissionais da área da Saúde, nomeadamente Psicólogos.** As competências específicas em Psicoterapia são adquiridas através de diferentes tipos de programas formativos, após uma formação base na área da saúde. A Psicoterapia depende de conhecimentos basilares sobre saúde, desenvolvimento e diversas dimensões da experiência humana, por isso, parte do conhecimento dos Psicoterapeutas não é, nem deve ser, adquirido apenas na formação específica em Psicoterapia, vindo já da formação de base destes profissionais. Por exemplo, quando a Psicoterapia é realizada com pessoas que sofrem de Perturbações da Saúde Psicológica, o Psicoterapeuta deve **ter conhecimentos profundos de Psicopatologia e avaliação do risco** – esse conhecimento faz parte da formação base de alguns Profissionais de Saúde (como os Psicólogos ou os Psiquiatras), mas **não faz parte** da Formação em Psicoterapia. Para além disso, a Psicoterapia implica desenvolvimento pessoal que é promovido pela construção das competências em Psicoterapia com base em competências e conhecimentos gerais da saúde e funcionamento humano.
2. Esta é a **realidade histórica da Psicoterapia**. A prática da Psicoterapia acontece desde o início do século passado e, na maior parte dos países europeus (por exemplo, Portugal, Áustria, Finlândia, França, Alemanha, Itália, Holanda, Suécia e Suíça), é realizada por alguns profissionais de Saúde com formação especializada nessa área. Dada a variedade de abordagens psicoterapêuticas, a formação de base numa área da Saúde garante também coesão na prática da Psicoterapia.
3. **Fazem parte do perfil de competências profissionais dos Psicólogos e dos actos que podem realizar enquanto Psicólogos a psicoterapia ou qualquer terapia psicológica de modificação de comportamentos.** Ressalvando-se que a Psicoterapia pode igualmente ser praticada por alguns Profissionais de Saúde (nomeadamente, Médicos Psiquiatras) que tenham a devida formação em Psicoterapia.

- a. Em Portugal, para além da Lei nº 57/2008 (hoje com com a redacção da Lei n.º 138/2015) – que regula o exercício da profissão do psicólogo – foi aprovado em 2016, em Conselho de Ministros a proposta de lei que regula e define os **Actos em Saúde** e que hoje se encontra em discussão na Comissão de Saúde da Assembleia da República. No que se refere ao **Acto do Psicólogo**, este refere a **psicoterapia**. Visando o melhor esclarecimento do enquadramento da intervenção psicoterapêutica, a OPP propôs recentemente a seguinte alteração da redacção da lei: *“O acto do Psicólogo consiste na actividade de avaliação psicológica, que abrange diferentes áreas e que inclui os procedimentos de construção e aplicação de protocolo de avaliação, a elaboração de relatórios de avaliação e a comunicação dos respectivos resultados, assim como de diagnóstico, análise, prescrição e intervenção psicológica, incluindo actividades de promoção e prevenção”*. Constituem ainda atos do Psicólogo, quando praticados por Psicólogos: *“a) actividades de diagnóstico, análise, prescrição e **intervenção psicoterapêutica não farmacológica**; b) intervenções específicas aos diversos contextos relativas a indivíduos, grupos, organizações e comunidades; c) A elaboração de pareceres no âmbito da psicologia, e toda a actividade de supervisão dos atos psicológicos, incluindo os desenvolvidos no contexto da função de docente e de investigação; d) As actividades técnico-científicas de ensino, formação, educação e organização para a promoção da saúde e prevenção da doença.”*
- b. A prática profissional da Psicologia no Serviço Nacional de Saúde, onde o profissional da Psicologia é denominado **“Psicólogo Clínico”** (**Decreto-Lei nº 241/94 de 22 de Setembro**) e **referido como** *“o profissional habilitado com o grau de especialista que desenvolve funções científicas e técnicas de avaliação, psicodiagnóstico e tratamento no campo da saúde”*. Entre as funções que lhe são atribuídas podem enumerar-se: o estudo psicológico de indivíduos e elaboração de psicodiagnóstico; o aconselhamento psicológico individual, conjugal, familiar ou de grupo; e a intervenção psicológica e **psicoterapia**.
- c. O Conselho Nacional de Saúde Mental no documento **Competências dos Profissionais de Saúde Mental nos Cuidados Continuados Integrados de Saúde Mental (2015)** defende que a prática da psicoterapia em Portugal deve ser realizada por **técnicos de Saúde Mental** com formação pós-graduada numa das Sociedades de Psicoterapia reconhecidas para o efeito em Portugal.
- d. De acordo com o **Diploma Europeu em Psicologia (Europsy)**¹ existe um conjunto de competências relacionadas com o conteúdo psicológico da prática profissional

¹ O EuroPsy representou um passo muito significativo na promoção da mobilidade dos psicólogos e no acesso dos clientes a serviços psicológicos de elevada qualidade na Europa, apresentando-se como uma referência em termos de um conjunto de Standards Europeus de Psicologia, que servirão como base para a avaliação da formação académica e dos estágios profissionais dos psicólogos nos vários países da UE, e outros países que integram a EFPA, definindo os requisitos mínimos, que os psicólogos individuais devem exceder.

(competências-chave) do exercício da Psicologia. Também neste caso estas competências incluem a avaliação diagnóstica, o aconselhamento psicológico individual, a modificação do comportamento ou a **psicoterapia**.

- e. A Federação Europeia de Associações de Psicologia (EFPA) em posição recente (EFPA statement on psychologists practicing psychotherapy, 2017) defende que a Psicoterapia é uma das áreas da **Psicologia Aplicada**, praticada por **Psicólogos** que adquirem formação em diferentes programas formativos, com diferentes modelos, que incluem supervisão e a aquisição de competências em emoções, cognições e comportamentos humanos e em métodos de mudança, amplamente estudados e cientificamente validados.

É de notar ainda que os **Psicólogos são obrigados a cumprir um Código Deontológico** que promove um conjunto de **princípios éticos** fundamentais para qualquer forma de intervenção psicológica, assegurando a prestação de serviços de qualidade. Em 2011 foi publicado o regulamento disciplinar da OPP e o Código Deontológico, que integra os princípios éticos da atividade profissional em Psicologia, em qualquer área de aplicação e contexto. O Código tem como objetivo guiar os Psicólogos para práticas de excelência, garantindo que a referência do exercício profissional é o máximo ético. **O exercício da profissão de Psicólogo está ainda sujeito ao Conselho Jurisdicional**, que zela pela protecção dos utentes combatendo as más práticas em Psicologia e na Psicoterapia praticada por Psicólogos.

Sendo que a prática da Psicologia e da Psicoterapia pode afectar a segurança e o bem-estar da população, não apenas a título individual, mas também de Saúde Pública, **os cidadãos devem ser protegidos de más práticas e da prestação de serviços psicológicos por profissionais não qualificados. Esta protecção e regulação é garantida pelos estatutos das entidades que regulam as Profissões da Saúde, como é o caso da Ordem dos Médicos ou da Ordem dos Psicólogos, que já desempenham este papel.**

A partir de 2016, a OPP passou a reconhecer a **Especialidade Avançada em Psicoterapia**. Este título de Especialista é atribuído aos Psicólogos que concluíram com aproveitamento a formação especializada em Psicoterapia numa das Sociedades ou Associações de Psicoterapia com protocolo com a OPP (existem, neste momento, 21 Sociedades/Associações protocoladas que representam a quase totalidade das Sociedades/Associações existentes em Portugal). Este protocolo, a partir da acreditação pelo sistema de acreditação de acções formativas da OPP das respectivas formações, visou a definição de critérios mínimos obrigatórios para a formação em Psicoterapia das diferentes entidades e o alinhamento com as directrizes internacionais e com o preconizado pelo Conselho Nacional de Saúde Mental² sobre o que deve considerar a **formação especializada em Psicoterapia**, a saber: mínimo de 400 horas de formação teórico/clínica; 150 horas de supervisão de casos de psicoterapia; e 100 horas de terapia pessoal ou desenvolvimento pessoal. **Existem, actualmente em Portugal, 1272 Psicólogos Especialistas em Psicoterapia** e a OPP mantém um fórum regular com as Associações / Sociedades protocoladas, que, entre outras actividades já realizadas por este fórum, conta-se a elaboração de um documento de reflexão conjunto sobre as três dimensões fundamentais de formação em Psicoterapia, a realização de

² Ver "Competências dos Profissionais de Saúde Mental nos Cuidados Continuados Integrados de Saúde Mental (2015)"

2 Encontros Nacionais das Associações / Sociedades de Psicoterapia sobre Psicoterapia em Portugal e um inquérito acerca das características e necessidades dos Psicólogos Psicoterapeutas em Portugal.

Por todos estes motivos, tendo em conta o melhor interesse dos cidadãos, e no sentido de garantir a uma prática de excelência da Psicoterapia em Portugal e o cumprimento de todos os requisitos formativos e deontológicos que ela exige, a OPP não é favorável à consideração da Psicoterapia enquanto Profissão.

Por último, a OPP reforça como sendo fundamental:

- **Manter a Psicoterapia como prática especializada de alguns Profissionais de Saúde, nomeadamente Psicólogos, regulada pelas respectivas Ordens profissionais.**
- **Investir na formação inicial e contínua nas áreas da Saúde, nomeadamente da Psicologia.**
- **Promover a Literacia, a investigação e o conhecimento em Saúde, nomeadamente no que diz respeito à eficácia e custo-efectividade da Psicoterapia nos problemas de Saúde Psicológica.**
- **Garantir o acesso equitativo da população à Psicoterapia baseada em evidência científica, nomeadamente através do Serviço Nacional de Saúde.**



ORDEM
DOS
PSICOLOGOS

RECURSOS.ORDEMDOSPSICOLOGOS.PT
WWW.ORDEMDOSPSICOLOGOS.PT

Para mais esclarecimentos contacte o Gabinete de Estudos:
andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt

Sugestão de Citação:

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2018). Criação da Profissão de Psicoterapeuta –
Parecer da OPP. Lisboa