



RECOMENDAÇÕES DO CONSELHO DE ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

RECOMENDAÇÃO N.º 1/2021

Ficha Técnica

Recomendações do Conselho de Especialidade de Psicologia Clínica e da Saúde – Sobre a Estruturação do Tempo de Trabalho nos Contextos Clínicos e da Saúde publicado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

A informação que consta deste documento, elaborado em Maio de 2022, e na qual ele se baseia foi obtida a partir de fontes que os autores consideram fiáveis. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado, conforme indicado abaixo.

Sugestão de citação

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2022). Parecer OPP – Recomendações do Conselho de Especialidade de Psicologia Clínica e da Saúde SOBRE A ESTRUTURAÇÃO DO TEMPO DE TRABALHO NOS CONTEXTOS CLÍNICOS E DA SAÚDE. Lisboa: Ordem dos Psicólogos Portugueses.

Para mais esclarecimentos contacte Conselho de Especialidade de Psicologia Clínica e da Saúde

E-mail info@ordemdospsicologos.pt

Ordem dos Psicólogos Portugueses

Av. Fontes Pereira de Melo 19 D 1050-116 Lisboa

T. +351 213 400 250 | Tlm. +351 962 703 815

www.ordemdospsicologos.pt.

RECOMENDAÇÕES SOBRE A ESTRUTURAÇÃO DO TEMPO DE TRABALHO NOS CONTEXTOS CLÍNICOS E DA SAÚDE

Preâmbulo

Este documento pretende constituir-se como uma referência para a organização do tempo de trabalho dos psicólogos no contexto clínico e da saúde. As recomendações foram baseadas nas linhas de orientação para a prática da psicologia clínica e da saúde produzidas pela generalidade das entidades que regulam a prática psicológica, internacionalmente. O respeito pela autonomia técnica e científica¹ da/o psicóloga/o, é fundamental para promover uma prática de excelência da Psicologia, considerando a segurança e o melhor interesse dos utilizadores² dos seus serviços e dos próprios profissionais.

Considerando que:

1. A ciência psicológica é transversal a todas as dimensões que se ocupam do funcionamento do ser-humano e das perspetivas sociais relacionadas ao longo do ciclo de vida dos indivíduos. Neste sentido, a organização da profissão implica áreas de especialização que, independentemente de partilharem a mesma ciência, têm especificidades formativas, de treino e de práticas profissionais, bem como enquadramentos laborais distintos;
2. Tradicionalmente, o trabalho da/os psicóloga/os, sobretudo no contexto da clínica e da saúde, à semelhança de outros profissionais de saúde, é medido em número e duração de sessões. Contudo, importa sublinhar que o trabalho da/os psicóloga/os neste contexto, bem como a sua efetividade, vai muito além das sessões realizadas.
3. A frequência e a duração das sessões em Psicologia podem ser variáveis, consoante as necessidades dos clientes e os objetivos definidos. Todas as pessoas e grupos de pessoas são distintos, apresentam necessidades específicas, que devem ser avaliadas e consideradas de forma diferenciada pela/os psicóloga/os nas suas intervenções.

¹ A este propósito consultar:

A Autonomia Científica, Técnica e Organizativa da Psicologia [Internet]. (2011). Tomada de Posição da Ordem Dos Psicólogos Portugueses. [Consultado 19 julho 2021] Disponível [aqui](#).

Parecer 9/CEOPP/2015 sobre a Autonomia do Psicólogo na sua intervenção [Internet]. [Consultado 19 julho 2021] Disponível [aqui](#).

Parecer 65/CEOPP/2017 sobre a Autonomia Técnica e Científica do Psicólogo]. [Consultado 19 julho 2021] Disponível [aqui](#).

² Os utilizadores dos serviços dos psicólogos são normalmente designados por “clientes”, de acordo com o estabelecido no Código Deontológico da OPP e por “partes interessadas” tal como vem referido no Parecer 57/CEOPP/2017 da Comissão de Ética da OPP. Consultar em: Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses [Internet]. (2011). [Consultado 19 julho 2021] Disponível [aqui](#).

Parecer 57/CEOPP/2017 sobre o Cliente em Psicologia [Internet]. [Consultado 19 julho 2021] Disponível [aqui](#).

Recomendações sobre a estruturação do tempo de trabalho nos contextos Clínicos e da Saúde

Recomendamos que³:

1. A organização e estruturação da intervenção deve incluir todas as dimensões do trabalho da/o psicóloga/o, passando pelas sessões, tempos de preparação das mesmas, para a articulação com outros serviços/equipas, elaboração de registos, relatórios, aplicação, cotação e interpretação dos instrumentos de avaliação psicológica, reuniões, atividades de supervisão e de intervisão, formação contínua, autocuidado e desenvolvimento pessoal, atividades no âmbito dos diversos programas, projetos e planos de prevenção que podem envolver a produção de documentos para promoção da literacia, ações de sensibilização, ações de educação psicológica deliberada, entre outras.
2. A organização do trabalho do psicólogo deve prever o início de novos processos de intervenção psicológica, ou seja, o número de primeiras sessões. Uma intervenção psicológica no contexto clínico e da saúde requer, em muitas das situações⁴, sessões periódicas⁵. Deste modo, recomenda-se que apenas sejam levadas a cabo sessões a novos clientes quando for possível programar a provável necessidade de continuidade das intervenções com o intervalo e a regularidade que permita a sua efetividade.
3. A frequência das sessões em Psicologia deve variar consoante a necessidade dos clientes, a fase do processo e o contexto de intervenção. Poderão ser necessárias sessões semanais ou suficientes sessões quinzenais. Em algumas circunstâncias, sobretudo numa fase de seguimento⁶, a frequência pode até ser mensal ou até mais espaçada.
4. A duração das sessões deve variar de acordo com as necessidades do cliente⁷. As sessões com um/a Psicólogo/a devem durar, por norma, cerca de 45 a 50 minutos. A duração das primeiras sessões deve normalmente ser superior, podendo ser de cerca de 60 minutos. A/O psicóloga/o deverá fazer respeitar a sua autonomia na definição das necessidades específicas.
5. O tempo para uma sessão não deve ser considerado unicamente para o contacto direto com o cliente. É necessário prever um espaço para a preparação da sessão e para a elaboração de registos⁸. Deste modo, cerca de três quartos do tempo do psicólogo/a afeto a sessões deve ser alocado à intervenção da/o Psicóloga/o com cada cliente. As

³ Estas recomendações devem ser consonantes com as orientações constantes dos planos de atividades dos serviços/unidade/núcleo de psicologia autónomo, sempre que aplicável.

⁴ Algumas das intervenções psicológicas, como as de crise, a título de exemplo, podem não necessitar de sessões para a sua continuidade.

⁵ Em alguns contextos de intervenção, como, por exemplo, os Cuidados de Saúde Primários, o número de doze a dezasseis sessões é muitas vezes apontado como referência, se for excluída a necessidade de se realizar um processo de avaliação psicológica e/ou a fase de seguimento.

⁶ A fase de seguimento corresponde ao follow-up. Será uma fase posterior ao acompanhamento, se diferenciado, que visa avaliar a manutenção dos ganhos obtidos na intervenção.

⁷ Existe muita heterogeneidade consoante os objetivos das intervenções ou as idades dos participantes. Por exemplo, algumas sessões com crianças podem necessitar apenas de 30 minutos. Outras, pelo contrário, podem necessitar de mais do que 60 minutos, considerando a necessidade da participação de pessoas relevantes da esfera relacional da criança. Uma avaliação neuropsicológica, consoante as dificuldades dos clientes, pode requerer uma duração de 3 horas ou de várias sessões de 1 hora, em função da fadiga que este tipo de procedimento pode gerar no cliente.

⁸ Exemplo: articulação com a/o psicóloga/a do estabelecimento de ensino, articulação com o Médico de Família)

outras tarefas referidas devem ocupar cerca de um quarto desse tempo. Deste modo, a uma sessão de 45 a 50 minutos, devem ser acrescentados 10 a 15 minutos para atividades de preparação e registos das mesmas.

6. O trabalho deve ser reservado em pelo menos um terço do tempo para as outras atividades referenciadas no ponto 1 destas recomendações que não remetem para sessões individuais ou em grupo com clientes, sempre que tal se aplique ao contexto específico de intervenção.

