Uso da Inteligência Artificial (IA) na intervenção em Psicologia

- FÓRUM NACIONAL DE PSICOLOGIA –

TOMADA DE POSIÇÃO (março de 2025)

O Fórum Nacional de Psicologia - estrutura que reúne as 31 Instituições de Ensino Superior (IES) que asseguram a formação em Psicologia em Portugal e a Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) - entende que deve ser aprofundado o potencial papel da IA na intervenção em Psicologia, sendo necessária investigação rigorosa para o efeito, contribuindo para a literacia e segurança dos utilizadores e para a proteção da saúde pública.

O primeiro *chatbot* surgiu há 60 anos – chama-se Eliza - e há atualmente uma enorme diversidade de aplicações e *chatbots* disponíveis no mercado. É necessário que estas ferramentas sejam validadas cientificamente, antes do seu uso por utentes ter lugar.

Zac Imel, um conhecido especialista na investigação em psicoterapia e no uso de IA, contou recentemente que estando sob stresse perguntou ao ChatGPT o que poderia fazer para o reduzir. O ChatGPT não hesitou, e baseado em questões anteriores que Imel tinha feito sobre como preparar cocktails, sugeriu que este tomasse um. Este exemplo permite alertar para os perigos da utilização da IA e os cuidados que devem ser tidos neste âmbito.

Recentemente, num artigo intitulado “Psicólogo virtual português arranca este ano” (Expresso, 14-02-2025), foi divulgada a criação de um psicólogo virtual, capaz de simular consultas de psicoterapia. Aparentemente, este *chatbot* terá sido criado a partir da “uma extensa bibliografia, incluindo os principais manuais

de psicologia que são estudados na formação dos psicólogos" e pretende simular um psicólogo "com uma média de 10 anos de carreira e com experiência em abordagens como psicanálise, terapia cognitiva-comportamental, sistémica, familiar ou rogeriana". Somos ainda informados que o programa foi alimentado por 50 consultas reais de psicoterapia realizadas por psicólogos de uma plataforma de serviços online. E, mais adiante, que o "projeto partiu de um estudo realizado junto de mais de 30 pacientes que estão em tratamento" e que formularam perguntas, incluindo "como posso reduzir a minha ansiedade?". O estudo depois realizado envolveu a comparação das respostas dadas por psicólogos com as respostas dadas pelo "agente virtual", verificando-se não existirem diferenças significativas na qualidade das respostas.

Esta situação levanta vários questões que obrigam a um olhar mais atento e que passamos a descrever:

1. Parece ser ignorada a diferença entre **conhecimento e desempenho** que ocorre na Psicologia, tal como em qualquer outra atividade profissional. Os conhecimentos contidos nos manuais usados na formação, incluindo os utilizados na formação em Psicologia, é algo bem diferente desaber utilizar este conhecimento na prática profissional, em particular numa relação terapêutica.

2. O pressuposto dos **anos de experiência** como Psicólogo é outro problema, pois os anos de experiência não implicam necessariamente maior eficácia na intervenção. Por exemplo, há evidência empírica que mostra que há Psicólogos que têm mais sucesso na sua intervenção clínica e há outros que sistematicamente fracassam em facilitar a mudança nos seus pacientes, independentemente do número de anos de prática profissional.

3. A suposta ***expertise*** **na diversidade de modelos de intervenção** referidos em simultâneo é também problemático. Os diferentes modelos referidos conduzem a práticas clínicas muito diferentes. Mesmo numa única modalidade terapêutica, **não é credível que 50 sessões possam criar uma ferramenta de IA que seja precisa**. Este problema é ainda mais acentuado pela diversidade de intervenções referidas.

4. Mesmo que a IA seja baseada numa quantidade muito mais elevada de casos, procurando ser aumentada a precisão, a**s decisões tomadas por um Psicólogo**, por exemplo numa sessão de psicoterapia, **são de natureza muito complexa**. Nomeadamente quando há vários modelos de intervenção possíveis para o mesmo tipo de casos, a decisão do Psicológo sobre o caminho de intervenção a seguir depende de múltiplas variáveis, incluindo o estilo pessoal do próprio Psicólogo e a preferência expressa pelo cliente.

5. Importa definir o papel destas ferramentas na avaliação e intervenção psicólogica, nomeadamente como ferramenta de utilização autónoma ou como apoio à prática clínica, ambos mencionados como opções no artigo em análise, mas cujas implicações são diversas. Uma dessas implicações remete para a **responsabilidade profissional** que será inimputável a uma ferramenta de AI de uso autónomo, e que será imputada a um profissional que recorra a esta ferramenta como apoio à sua própria intervenção. Neste último caso, será o Psicólogo responsável por selecionar uma ferramenta de AI que se coadune e complemente a sua forma de trabalhar, em prol da beneficência do cliente, e para isso precisará de informação precisa e rigorosa sobre a eficácia destas ferramentas.

6. As **questões éticas** também devem ser tidas em conta, nomeadamente se os participantes aceitaram de um modo informado e sem constrangimentos participar em projetos que envolvem o uso da IA, ou se foi obtido o parecer de uma comissão de ética sobre atividades que usam dados sensíveis.

Os *chatbots* e a IA têm certamente um lugar no futuro da Psicologia, tal como terão seguramente um lugar em muitas outras profissões, mas são precisos todos os cuidados no desenvolvimento deste tipo de ferramentas, até porque em Psicologia estamos a lidar com pessoas, muitas vezes em situação de fragilidade. A IA, tal como as intervenções dos psicólogos, devem ser suportadas pela evidência científica, com estudos de eficácia claramente desenhados e implementados e não por meras impressões e estudos rudimentares.

Embora existam já estudos internacionais que suportam o uso de IA, a investigação ainda é insuficiente, pois são ainda reduzidos os estudos publicados com planos metodológicos rigorosos que permitam a sua replicação e a sua validação por pares, através da publicação de protocolos de intervenção e respetivos resultados publicados em revistas científicas.

O Fórum considera adequado o reconhecimento e aproveitamento de potenciais benefícios que possam decorrer da utilização da IA na intervenção psicológica, visando contribuir para o bem-estar das pessoas, devendo a investigação em Psicologia considerar este um tema prioritário na sua agenda. Além disso, as evidências científicas neste âmbito deverão procurar ser incorporadas na formação superior em Psicologia, na linha do proposto numa Tomada de Posição anterior do Fórum, intitulada “Transição Digital e Formação Superior em Psicologia” (2021).

O Fórum alerta ainda que os potenciais utentes de ferramentas de IA devem ser cuidadosos na utilização autónoma das mesmas pois, apesar de aparentemente inócuas, podem ter efeitos adversos para o utilizador. A segurança e eficácia das *app* só podem ser aferidas através de estudos empíricos rigorosos.

Em síntese, o Fórum Nacional de Psicologia considera ser essencial o aprofundamento da investigação sobre os potenciais contributos da IA na intervenção em Psicologia, desde que as investigações conduzidas sejam realizadas de forma rigorosa, com protocolos transparentes, cujos resultados deverão ser publicados em revistas científicas credíveis de modo a poderem ser alvo de replicação.

MORADA
AV. FONTES PEREIRA DE MELO 19D, 1050-116 LISBOA

CONTACTO
forumpsicologia@ordemdospsicologos.pt