

Psicologia da saúde em Portugal

Panorâmica breve

JOSÉ A. CARVALHO TEIXEIRA (*)

O ensino da psicologia da saúde em Portugal iniciou-se formalmente em 1987, no *ISPA*, com uma cadeira anual de opção no 5.º ano da Licenciatura em Psicologia na área de psicologia clínica. De então para cá multiplicaram-se projectos de formação pré e pós-graduada em várias instituições de ensino superior público e privado, assistiu-se ao desenvolvimento da investigação, foram-se implantando cada vez mais psicólogos nos serviços de saúde, foi incluído o ramo de psicologia clínica na carreira dos técnicos superiores de saúde (Ministério da Saúde), realizaram-se *Congressos Nacionais* em Lisboa (1994), Braga (1997) e em Lisboa (2000), constituiu-se a *Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde* (1995) e, mais recentemente, a *Associação Portuguesa de Psicólogos dos Cuidados de Saúde Primários* (2001).

O interesse no País pela psicologia da saúde é, portanto, relativamente recente: tem pouco mais de uma década. Contudo, à semelhança do que aconteceu noutros países da Europa tem conhecido expansão significativa e mobilizado interesses variados, quer ao nível das instituições de ensino superior de Psicologia, quer ao nível dos

próprios serviços de saúde. Nestes, a inserção profissional de psicólogos verificou-se primeiramente em Hospitais e Maternidades e, só num segundo momento, nos Centros de Saúde.

O desenvolvimento da psicologia da saúde está associado a dois factores: pressões internas da própria ciência psicológica e resposta a necessidades sociais resultantes da evolução e progresso da própria medicina e das insuficiências do modelo biomédico em dar resposta a problemas de saúde relacionados com o comportamento. As mudanças sociais resultantes do desenvolvimento, da industrialização e da urbanização introduziram alterações profundas nos sistemas tradicionais de suporte familiar e social e, simultaneamente, induziram o aparecimento de factores de stress social com impactes significativos sobre a saúde dos indivíduos e dos grupos, especialmente nas crianças, adolescentes, mulheres, idosos e indivíduos em situação de fragilidade social. A psicologia da saúde tem vindo a adquirir cada vez maior importância ao *investigar e intervir sobre factores psicológicos relacionados com a promoção e manutenção da saúde, com a prevenção da doença, com o tratamento e reabilitação do doente, procurando simultaneamente contribuir para a humanização dos serviços de saúde e para a melhoria da qualidade dos cuidados.*

(*) Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa.

QUADRO 1

Etapas históricas do desenvolvimento da psicologia da saúde em Portugal

1987

- Início do *ensino de psicologia da saúde* no ISPA

1989

- Primeira reunião científica nacional, o *Seminário «A psicologia nos serviços de saúde»*, organizado pela Associação dos Psicólogos Portugueses (APPOR), em Lisboa

1992

- Publicação do primeiro número temático da revista *Análise Psicológica* sobre «Psicologia da Saúde» (n.º 2, série X, 1992), editado por Isabel Leal e José A. Carvalho Teixeira

1993

- Criação do *primeiro curso de Mestrado*, dirigido por L. Joyce-Moniz na Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação (FPCE) da Univ. de Lisboa

1994

- Realização do *1.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*, organizado por iniciativa do Departamento de Psicologia Clínica do ISPA em colaboração com a APPOR, em Lisboa

- Publicação do *Decreto-Lei n.º 241/94*, do Ministério da Saúde, que integrou o ramo de psicologia clínica na Carreira dos Técnicos Superiores de Saúde

1995

- Fundação da *Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde*

1997

- Realização do *2.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde* («A psicologia nos sistemas de saúde»), organizado pela Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde na Universidade do Minho

- Realização da *I Conferência Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários*, organizada pelo ISPA e Centro de Saúde da Parede, em Lisboa

- Publicação da *Portarias regulamentadoras do estágio profissional pré-carreira*, necessário para que os psicólogos clínicos possam ter acesso a concursos para ocupação de vagas na carreira dos técnicos superiores de saúde

2000

- Realização do *3.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde* («Psicologia da saúde nas doenças crónicas»), organizado pela Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde em Lisboa

- Lançamento da revista *Psicologia, Saúde & Doenças*, órgão oficial da Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde

2001

- Fundação da *Associação Portuguesa de Psicólogos dos Cuidados de Saúde Primários*, com a finalidade de promover o exercício profissional da psicologia nos Centros de Saúde

É neste contexto que se integra o desenvolvimento da psicologia da saúde em Portugal, em relação ao qual se destacam várias *etapas históricas* principais (Quadro 1).

Como se pode constatar, apesar da história ser relativamente curta, o desenvolvimento científico tem sido rápido, como testemunha a realização de 3 Congressos Nacionais amplamente par-

ticipados e nos quais foram apresentadas numerosas comunicações a propósito de projectos de investigação e de intervenção, reunidas e publicadas em volumes de Actas.

A *investigação* desenvolveu-se mais significativamente a partir de 1990, dominada por projectos realizados em contextos académicos e

com estudos mais centrados na doença do que na saúde, excepto no que se refere à educação para a saúde, psicologia da gravidez e da maternidade e aos comportamentos preventivos associados ao consumo de substâncias, infecção VIH/SIDA e rastreios oncológicos. A tendência principal tem sido a de focalizar predominantemente em variáveis psicológicas relacionadas com doenças em detrimento das relacionadas com a saúde. Mais recentemente, se considerarmos os artigos publicados por autores portugueses no ano 2000 em dois números da revista *Psicologia, Saúde & Doenças*, bem como os publicados no presente número temático da *Análise Psicológica*, num total de 20 estudos, continua a observar-se essa tendência: 11 estudos (55%) centram-se na doença, 6 (30%) na promoção da saúde e prevenção, 2 (10%) na adaptação de instrumentos de avaliação e apenas 1 (5%) na organização das actividades psicológicas em serviços de saúde. Especificamente, mais de metade dos estudos relacionados com doença inseriram-se no âmbito da psicologia pediátrica, dividindo-se os restantes por aspectos do confronto com sintomas (dor) e com procedimentos médicos (cirurgia), e da adaptação à doença (cancro, enfarte do miocárdio).

Continua a ser necessário interessar cada vez mais os investigadores pelos aspectos psicológicos ligados à prevenção de problemas importantes da saúde dos Portugueses (doença isquémica do coração, hipertensão arterial, acidentes vasculares cerebrais, cancro, diabetes, hepatite B, acidentes, entre outros), pela promoção da saúde (como já se verifica com projectos relacionados com os comportamentos alimentares e a actividade física desenvolvidos na Faculdade de Motricidade Humana), pelas variáveis familiares, sociais e culturais relacionadas com a saúde. Só uma cooperação alargada entre universidades e serviços de saúde permitirá desenvolver a investigação psicológica relacionada com a saúde de forma mais ajustada à realidade do País e às necessidades da comunidade.

No que se refere à *intervenção* de psicólogos em serviços de saúde, para além dos campos mais tradicionais ligados aos serviços de saúde mental, de alcoologia, de toxicodependências e de reabilitação, existem inúmeros profissionais que desde há vários anos trabalham em materni-

dades, centros de saúde, hospitais. No caso dos hospitais, a implantação de psicólogos esteve muito ligada a serviços de pediatria, diabetologia, neuropsicologia, pneumologia, infecciologia, cirurgia, oncologia e unidades de dor, entre outros. Em geral, a área da intervenção tem tido menor visibilidade do que os projectos de investigação e de formação, pelo que se tem registado um protagonismo das instituições académicas comparativamente com os profissionais ligados aos diferentes serviços de saúde. Esta tendência tem vindo a esbater-se desde o último congresso nacional, realizado em 2000.

Em qualquer caso, têm predominado modelos da psicologia clínica, coexistindo com um certo desinteresse aparente dos psicólogos ligados à psicologia comunitária, psicologia social e da organizações, psicologia ambiental e psicologia educacional por esta área de investigação/intervenção, o que explicará porventura a centração maior na psicologia da doença (processos de adaptação à doença, psicopatologia associada, entre outros aspectos) e em variáveis exclusivamente individuais. Como consequência, não têm sido abordados muitos aspectos ligados à promoção da saúde e à prevenção das doenças e ao comportamento social, nem tem havido a desejável contextualização social e cultural dos aspectos psicológicos associados à saúde, à doença e à prestação dos cuidados. Tal como McIntyre (1997), partilhamos a ideia de que a utilização do conceito de 'psicologia clínica da saúde' não só é inadequado ao contexto como também tem sido responsável por gerar alguma confusão entre estudantes e profissionais. Mais do que isso, consideramos que é inadequado e que também está associado a algumas contradições identificáveis no desenvolvimento da investigação e da formação.

É importante referir várias *iniciativas de formação e publicações científicas* com relevância no desenvolvimento da psicologia da saúde no nosso país, nomeadamente:

- Alargamento da formação académica, quer ao nível das *licenciaturas em psicologia* de universidades públicas e privadas, quer da formação pós-graduada, designadamente com abertura de *curios de mestrado* no ISPA e na Universidade do Minho

- 6 números temáticos da revista *Análise Psicológica*: Psicologia da Gravidez e da Maternidade (1990), Psicologia e Saúde (1992), Psicologia, Saúde e Doença (1994), Saúde e Reabilitação (1996), Psicologia Pediátrica (1998) e Psicologia da Saúde (1999), publicados pelo ISPA; 1 número temático da revista *Psicologia – Teoria, Investigação e Prática*: Psicologia da Saúde (1997), da Universidade do Minho, que tem outro em preparação
- Vários livros de autores portugueses directamente relacionados com a área: *Psicologia da Saúde e SIDA* (José A. Carvalho Teixeira, ISPA, 1993), *Psicologia da Saúde – Áreas de Intervenção e Perspectivas Futuras* (Editado por Teresa McIntyre, APPORT, 1994), *O Sofrimento do Doente – Leituras Multidisciplinares* (Teresa McIntyre & Carmo Vila-Chã, APPORT, 1995), *A Esmeralda Perdida – A Informação ao Doente com Cancro da Mama* (Maria do Rosário Dias, ISPA, 1997), *Psicologia e Saúde* (J. L. Pais Ribeiro, ISPA, 1998), *O Sorriso de Hipócrates – A Integração Biopsicossocial dos Processos de Saúde e Doença* (Joaquim da Cruz Reis, Vega, 1998), *Promoção da Saúde – Modelos e Práticas de Intervenção nos Âmbitos da Actividade Física, Nutrição e Tabagismo* (Editado por L. B. Sardinha, Margarida Gaspar de Matos & I. Loureiro, Faculdade de Motricidade Humana, 1999), *Psicologia Pediátrica – Perspectiva Desenvolvimentista* (Luísa Barros, Climepsi, 1999), *Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários* (Isabel Trindade & José A. Carvalho Teixeira, Climepsi, 2000), *Crianças (e Pais) em Risco* (António Pires, ISPA, 2001), *Territórios da Psicologia Oncológica* (Maria do Rosário Dias & Estrella Durá, Climepsi, 2002)
- A partir de 1995, com a criação do Departamento de Formação Permanente do ISPA registou-se o desenvolvimento de *formação contínua dirigida a profissionais* com acções de formação relacionadas com tabagismo, psicologia da gravidez e da maternidade, prevenção primária da toxicod dependência, neuropsicologia, aconselhamento psicológico na saúde, consulta psicológica em Centros de Saúde, aconselhamento VIH/SIDA, violência doméstica e adesão a rastreios oncológicos, entre outras
- Realização das *II, III e IV Conferências Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários*, em Carcavelos (1998) e Mirafleres (2000), respectivamente subordinadas aos temas «Medicina Familiar, Saúde Comunitária e Psicologia», «Psicólogos em Centros de Saúde» e «Consulta Psicológica em Centros de Saúde», organizadas conjuntamente pelo ISPA e Centro de Saúde da Parede
- Realização do *I Congresso Internacional de Psicologia da Saúde Ocupacional* (Maia, 2000), dedicado ao desenvolvimento da psicologia da saúde em contextos organizacionais e promovido conjuntamente pelo Instituto Superior da Maia e Universidade do Minho.

Nos últimos anos desenvolveu-se significativamente a formação com uma oferta diversificada de cursos a nível nacional e, simultaneamente, verificou-se uma grande expansão da prática psicológica no campo da saúde. Por seu turno, a criação, em Junho de 1995, da *Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde* (SPPS), veio formalizar um espaço de encontro entre a psicologia e a saúde nas suas vertentes científica e profissional. Os seus objectivos principais são a promoção e divulgação da psicologia da saúde, formação técnica, promoção de realizações científicas e divulgação de publicações periódicas. A SPPS organizou os 2 últimos congressos nacionais de psicologia da saúde e publicou já vários números do seu órgão oficial *Psicologia, Saúde & Doenças*.

Mais recentemente, em resultado do desenvolvimento da inserção profissional de psicólogos em Centros de Saúde, especialmente na região de Lisboa e Vale do Tejo, foi constituída em 2001 a *Associação Portuguesa de Psicólogos dos Cuidados de Saúde Primários* (APPCSP), destinada a promover a formação profissional e o exercício da psicologia nos Centros de Saúde.

Comparativamente com o desenvolvimento científico ao nível da investigação e da formação, a inserção profissional dos psicólogos no serviço nacional de saúde não tem sido tão rápida e parece estar ainda longe de corresponder às necessidades dos utentes e dos serviços. De facto,

a implementação da carreira profissional regulamentada em 1994 tem evoluído em ritmo mais lento do que seria desejável e conheceu algumas vicissitudes como as que rodearam a portaria regulamentadora do estágio profissional pré-carreira. Ainda assim, estão criadas as condições essenciais que permitem que os psicólogos contribuam para a satisfação mais completa das necessidades dos utentes do serviço nacional de saúde.

Perspectivam-se ainda para 2002 a organização em Lisboa da *Conferência Anual da Sociedade Europeia de Psicologia da Saúde* (EHPS) e do *4.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*.

O futuro da psicologia da saúde em Portugal dependerá da colaboração e organização dos psicólogos interessados nesta área, nomeadamente no que concerne a:

- *Definição da identidade e papel profissional do psicólogo da saúde no nosso país, em especial no âmbito do Serviço Nacional de saúde, conducente ao desenvolvimento de critérios de acreditação profissional*
- *Definição de uma estratégia nacional de formação profissional, que contemple a formação inicial e a formação contínua*
- *Criação e implementação de dispositivos de melhoria contínua da qualidade da intervenção de psicólogos em serviços de saúde.*

Trata-se de 3 questões de importância crucial para a credibilidade da intervenção dos psicólogos que, paradoxalmente, não têm sido praticamente debatidas.

Ao mesmo tempo, o futuro da psicologia da saúde dependerá também do reconhecimento por parte das várias instituições e grupos profissionais ligados à saúde do papel do psicólogo como técnico superior de saúde, capaz de integrar-se em equipas de saúde, visando a promoção da saúde dos cidadãos portugueses e dando contribuições específicas para a obtenção de ganhos em saúde. Mais especificamente, tornar-se-á desejável: prestar atenção às áreas prioritárias da saúde dos Portugueses, em especial as definidas no Plano de Acção do Ministério da Saúde, no âmbito das estratégias de saúde regionais e sub-regionais; construir e tornar cada vez mais

visível socialmente um discurso autónomo sobre a saúde e noutras organizações, ancorado nos modelos psicológicos de investigação e intervenção no sistema de cuidados de saúde, nomeadamente estimulando o interesse dos psicólogos por métodos qualitativos de investigação que permitam conhecer as experiências de saúde e de doença em diferentes contextos, bem como as interações entre os técnicos de saúde e os utentes; superar progressivamente a tendência para as perspectivas exclusivamente individuais e considerar simultaneamente as abordagens familiares, grupais, comunitária e cultural das questões psicológicas relacionadas com a saúde, a doença e a própria prestação dos cuidados de saúde; finalmente, importa reflectir sobre modelos de formação em psicologia da saúde e de colaboração interprofissional.

O futuro da psicologia da saúde no nosso país, em particular de uma psicologia da saúde intimamente ligada à realidade e que contribua para a melhoria da saúde e do bem-estar dos Portugueses, passa pelo desenvolvimento da investigação e da intervenção em 7 áreas estratégicas:

- *Promoção da saúde*, nomeadamente estudo dos factores psicológicos associados aos comportamentos promotores da saúde e à mudança de comportamentos das crianças e adolescentes em meio escolar, da população trabalhadora em meio laboral e de grupos sociais desfavorecidos, nomeadamente populações imigrantes e minorias
- *Prevenção e controlo de problemas de saúde prioritários*, designadamente os aspectos comportamentais associados à diabetes, cancro, doenças cardiovasculares, asma, SIDA e prevenção do tabagismo, do alcoolismo, das toxicodependências, dos maus tratos infantis, da violência doméstica e dos acidentes de trabalho e rodoviários. Interesse particular poderia ser dirigido à psicologia da saúde ocupacional
- *Saúde de grupos de maior vulnerabilidade*, nomeadamente estudo dos factores psicológicos que influenciam as saúdes materna e infantil, bem como a prevenção da gravidez na adolescência e promoção da saúde e do bem-estar dos idosos, com atenção especial

- ao estudo dos efeitos negativos do stress em grupos específicos (crianças, idosos e minorias) e em situações específicas (violência doméstica, acidentes, desastres naturais)
- *Comunicação em saúde*, designadamente análise dos diversos processos de informação e comunicação em saúde e desenvolvimento de programas de treino de competências comunicacionais para técnicos de saúde de diferentes grupos profissionais
 - *Utilização dos serviços e recursos de saúde*, especialmente estudo dos determinantes dos procura de cuidados relacionados com serviços de urgência, consultas e outros recursos de saúde
 - *Satisfação dos utentes* em relação aos cuidados de saúde e à qualidade dos serviços
 - *Doenças crónicas*, nomeadamente implementando programas de melhoria da qualidade de vida de doentes crónicos e identificando intervenções psicológicas específicas nos cuidados continuados e paliativos
 - *Humanização e qualidade*, contribuindo para a definição do papel e competências dos psicólogos em projectos de humanização dos serviços, acesso e atendimento, bem como em projectos de melhoria da qualidade nos cuidados de saúde

- *Participação dos cidadãos e da comunidade* na organização e gestão dos cuidados de saúde

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Carvalho Teixeira, J. A. (2000). Psicologia da saúde em Portugal (II). *Análise Psicológica*, 18 (3), 381-386.
- Carvalho Teixeira, J. A., Cima, M., & Santa Cruz, C. (1999). Psicologia da saúde em Portugal. *Análise Psicológica*, 17 (3), 435-455.
- McIntyre, T. M. (1997). A psicologia da saúde em Portugal na viragem do século. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 2, 161-178.

RESUMO

Neste artigo o autor traça uma panorâmica breve do desenvolvimento da psicologia da saúde em Portugal.
Palavras-chave: Psicologia da saúde, Portugal.

ABSTRACT

In this paper the autor presents a brief survey of health psychology in Portugal.
Key words: Health psychology, Portugal.