

# Psicologia da saúde em Portugal (II)

JOSÉ A. CARVALHO TEIXEIRA (\*)

Em continuidade com o referido em artigo anteriormente publicado (Carvalho Teixeira, Cima & Santa Cruz, 1999) pretende-se agora passar em revista alguns acontecimentos que tiveram lugar depois de 1998 e que permitem recolher mais dados para a história da psicologia da saúde em Portugal. Esses acontecimentos foram três reuniões científicas de âmbito nacional – o 3.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde, subordinado ao tema «Psicologia da saúde nas doenças crónicas» (Lisboa, Fevereiro de 2000), a III Conferência «Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários» (Miraflores, Maio de 2000) e o 1.º Congresso Internacional de Psicologia da Saúde Ocupacional (Maia, Maio de 2000) – que, consideradas no seu conjunto, traduzem uma nova etapa do desenvolvimento da psicologia da saúde no nosso país. Adicionalmente referem-se iniciativas de formação contínua dirigidas a profissionais.

## 1. PSICOLOGIA DA SAÚDE NAS DOENÇAS CRÓNICAS

Subordinado ao tema *Psicologia da saúde nas doenças crónicas*, o 3.º Congresso Nacional

foi organizado pela Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde e incluiu 159 intervenções provenientes de 38 instituições, entre conferências, comunicações e posters que abrangeram áreas diversas da investigação e intervenção psicológicas no âmbito das doenças crónicas, cuja relevância para a mortalidade e para a morbilidade dos Portugueses é bem conhecida.

Em termos quantitativos verificou-se um aumento importante do número de intervenções realizadas e de instituições participantes em comparação com os congressos nacionais anteriores de 1994 e de 1997 (Quadro 1).

QUADRO 1  
*Comparação entre os 3 congressos nacionais*

	Comunicações	Instituições
1994	69	27
1997	92	26
2000	159	38

### 1.1. Áreas de investigação / intervenção

*Confronto e adaptação à doença* foi a área de investigação/intervenção na qual se realizaram mais intervenções (22.4%), o que era esperável tendo em conta o tema do congresso. Foi seguida pela de *programas de intervenção psicológica*

(\*) Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa. Sócio fundador da Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde.

(12.0%), que incluiu programas de intervenção na diabetes, dor crónica, hipertensão arterial e em Centros de Saúde. Em terceiro lugar situou-se a *intervenção psicológica na prevenção da doença* (10.3%), aqui predominantemente relacionada com a prevenção da infecção pelo VIH.

Estudos sobre *instrumentos de avaliação psicológica* em saúde (6.8%), *qualidade de vida na doença* (6.0%) e *adesão a rastreios oncológicos* (5.1%) ocuparam lugar intermédio nas intervenções realizadas.

Pela primeira vez foram apresentados estudos sobre *satisfação dos utentes* (3.4%), mas registaram-se poucas intervenções sobre *adesão a tratamentos* (2.5%), *confronto com procedimentos médicos* (1.7 %) e *utilização dos serviços de saúde* (0.8%), áreas de importância no âmbito das doenças crónicas.

Como em congressos nacionais anteriores, também se registaram poucas intervenções sobre *formação em psicologia da saúde* (2.5%) e sobre *organização de serviços de psicologia* em serviços de saúde (1.7%).

### 1.2. Relação da psicologia com as especialidades médicas

As intervenções realizadas relacionaram-se de forma diferentes com as diversas especialidades médicas.

Mais de metade (59.1%) das intervenções relacionou-se com três especialidades médicas: *obstetrícia/ginecologia* (29.6%), *oncologia* (16.6%) e *pediatria* (12%).

Esta relação reflecte, por um lado, o investimento realizado em psicologia da gravidez e da maternidade e em psicologia pediátrica e, por outro, o aparecimento de estudos sobre adesão a rastreios oncológicos e sobre adaptação a doença oncológica.

### 1.3. Abordagem psicológica da patologia médica

Registou-se uma distribuição diversificada no que respeita aos estudos psicológicos realizados com várias patologias médicas, destacando-se em primeiro lugar o *cancro da mama* (12.5%), as *perturbações mentais* (12.5%) e *VIH/SIDA*,

que no conjunto representaram 36.1% das intervenções. Colocaram-se imediatamente a seguir a *diabetes mellitus* (8.3%) e a *doença coronária* (6.9%).

Em relação a doenças crónicas que são problemas relevantes na saúde dos Portugueses foram escassas as intervenções sobre *doenças osteoarticulares* (1.3%), *tabagismo* (1.3%), *acidentes* (1.3%) e *alcoolismo* (1.3%). Não foram explicitamente abordadas as doenças crónicas do idoso e não se registaram intervenções significativas sobre *doença cerebrovascular* nem *hepatite B*.

### 1.4. Participação das instituições

Registaram-se intervenções provenientes de 38 instituições, assim distribuídas: Lisboa (22), Porto (7), Coimbra (2), Braga (1), Almada (1), Setúbal (1), Castelo Branco (1), Aveiro (1), Viseu (1) e Faro (1).

Tal como já tinha ocorrido nos dois congressos nacionais anteriores (1994, 1997), o *Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA)* foi a instituição com maior número de intervenções: 36 (22.9%). Estas relacionaram-se com áreas temáticas muito diversificadas: psicologia da saúde em Portugal, psicologia da gravidez e da maternidade, adesão aos rastreios de doenças oncológicas, percepção de doença e  *coping*, representações de doença e adesão, prevenção da SIDA, sexualidade e saúde reprodutiva, psicologia pediátrica, qualidade de vida relacionada com a saúde, formação para a intervenção em Centros de Saúde e satisfação dos utentes com os cuidados de saúde.

Cerca de metade das intervenções (52.2%) foi realizada por quatro instituições: *ISPA* (22.9%), *Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto* (10.1%), *Universidade do Minho* (9.5%) e *Maternidade Dr. Alfredo da Costa* (9.5%).

Registaram-se 104 intervenções (65% do total das intervenções realizadas no congresso) provenientes de 11 instituições de ensino superior de psicologia, sendo 6 de Lisboa, 3 do Porto, 1 de Braga e 1 de Coimbra. Cerca de metade (49%) dessas intervenções foi realizada apenas

## QUADRO 2

### Áreas temáticas da III Conferência «Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários»

---

Actividades dos psicólogos nos Centros de Saúde da Sub-Região de Saúde de Lisboa  
Intervenção em saúde escolar, saúde juvenil e saúde materna  
Intervenção em projectos de cuidados continuados  
Intervenção em projectos de humanização e qualidade  
Psicologia pediátrica nos cuidados de saúde primários  
Modelos de intervenção psicológica nos cuidados de saúde primários  
Violência contra as mulheres  
Experiências de articulação de universidades com Centros de Saúde  
Experiências de estagiários de psicologia em Centros de Saúde  
Atitudes dos médicos de família em relação à intervenção de psicólogos

---

por duas instituições: *ISPA* (34.6%) e *Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto* (15.3%). Seguiram-se a *Universidade do Minho* (14.4%) e o *Instituto Superior de Ciências da Saúde-Sul* (10.5%).

Nos congressos nacionais de 1997 e de 1994 tinham participado, respectivamente, 8 e 6 instituições de ensino superior de psicologia.

Registaram-se 56 intervenções (35% do total das intervenções realizadas no congresso) provenientes de 28 serviços de saúde e outras instituições, sendo 17 de Lisboa, 4 do Porto, 2 de Coimbra, 1 de Aveiro, 1 de Castelo Branco, 1 de Faro, 1 de Setúbal e 1 de Viseu.

A *Maternidade Dr. Alfredo da Costa* realizou o maior número de intervenções: 27.2% das intervenções realizadas por serviços de saúde e outras organizações relacionadas com a saúde.

As intervenções de serviços de saúde foram provenientes de *Hospitais* (32.7%), *Maternidades* (29.0%) e *Centros de Saúde* (7.2%).

## 2. PSICOLOGIA NOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS

A intervenção de psicólogos em Centros de Saúde é bastante recente, quando comparada com a intervenção em maternidades e hospitais. Contudo, desde 1997 que através da realização destas conferências, organizadas conjuntamente pelo Centro de Saúde da Parede e pelo ISPA, tem sido realizada uma reflexão ampla sobre a intervenção psicológica nos cuidados de saúde primá-

rios, no sentido de delimitar um modelo estruturante das práticas profissionais adaptado à realidade portuguesa. Em parte como resultado desta dinâmica foi recentemente publicado um primeiro livro sobre psicologia nos cuidados de saúde primários (Trindade & Teixeira, 2000) e está a ser criada a *Associação Portuguesa de Psicólogos dos Cuidados de Saúde Primários*, que se destina a promover formação científica e o exercício da psicologia nos Centros de Saúde.

A III Conferência teve um programa científico essencialmente centrado na comunicação de experiências concretas de psicólogos em Centros de Saúde (*ISPA* e Centro de Saúde da Parede, 2000), embora tenham sido também apresentados resultados de trabalhos de investigação e realizadas algumas reflexões teóricas.

Subordinada ao tema *Psicólogos em Centros de Saúde*, as áreas temáticas abrangidas foram as apresentadas no Quadro 2.

No que concerne à *participação de instituições* verificou-se um aumento significativo em relação às iniciativas anteriores. Assim, nesta III Conferência participaram psicólogos de vários Centros de Saúde da Sub-Região de Saúde de Lisboa (Paredes, Odivelas, Carnaxide, Benfica, Rio de Mouro, Algueirão-Mem Martins) e da Administração Regional de Saúde do Algarve (Olhão, Tavira e Vila Real de Santo António), além do Instituto Superior de Psicologia Aplicada (*ISPA*) e da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto.

### 3. PSICOLOGIA DA SAÚDE OCUPACIONAL

A psicologia da saúde ocupacional é actualmente uma área emergente na ciência e na prática da psicologia, que resulta da confluência da psicologia da saúde e da psicologia das organizações e que pretende promover um ambiente de trabalho onde as pessoas possam produzir, crescer e serem valorizadas e, ao mesmo tempo, serem mais competentes, produtivas e sentirem-se mais satisfeitas no trabalho. Assim, a psicologia da saúde ocupacional focaliza a sua atenção na organização e ambiente do trabalho (fontes de stress e de riscos profissionais para a saúde), no comportamento individual e na interface trabalho/família, constituindo-se como um domínio do conhecimento psicológico indispensável na consideração de todas as questões relacionadas com a saúde ocupacional (Carvalho Teixeira, 2000b).

Esta iniciativa do *Instituto Superior da Maia* contou com a colaboração da *Universidade do Minho* e concretizou-se como uma importante reunião científica internacional, na qual participaram vários convidados estrangeiros (Instituto Superior da Maia, 2000). De facto, este congresso internacional, para além de ter contribuído para delimitar de forma muito clara uma área de interesse para o *desenvolvimento da psicologia da saúde em contextos organizacionais*, abriu amplas perspectivas de colaboração interdisciplinar e trouxe até nós um grupo muito representativo de investigadores ingleses, canadianos e alemães. No vasto programa científico, entre

outros, foram abordados e discutidos temas de grande actualidade (Quadro 3).

No âmbito da intervenção da psicologia na estratégia de saúde nacional poderia também ser útil delimitar objectivos para essa intervenção nos locais de trabalho, aproveitando as experiências comunicadas neste congresso internacional e adaptando-as às realidades portuguesas. Assim, trata-se essencialmente de contribuir para a diminuição do número de doenças profissionais e de acidentes de trabalho, para a adopção de comportamentos saudáveis em meio ocupacional e para a prevenção e gestão do stress ocupacional. Para atingir estes objectivos são necessárias estratégias, tais como (Carvalho Teixeira, 2000c): participar no delineamento e execução de acções de educação para a saúde no local de trabalho; participar no delineamento e execução de programas de promoção de alimentação saudável e de prevenção do consumo excessivo de álcool, do tabagismo, uso de drogas e doenças sexualmente transmissíveis; participar em iniciativas de empresas e organizações que visem a promoção da saúde no local de trabalho e a prevenção e gestão do stress ocupacional.

### 4. FORMAÇÃO CONTÍNUA

Desde há cinco anos que o Departamento de Formação Permanente do *Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA)* tem vindo a promover acções de formação no campo da psicologia da saúde, inseridas num programa mais vasto de

#### QUADRO 3

##### *Áreas temáticas do 1.º Congresso Internacional de Psicologia da Saúde Ocupacional*

---

Psicologia da saúde ocupacional e mudanças na organização do trabalho  
Desenvolvimento da psicologia da saúde ocupacional na Europa  
Prevenção da violência no local de trabalho  
Teletrabalho e qualidade de vida no trabalho  
Stress ocupacional: Conceito e formas de intervenção  
Stress no trabalho por turnos  
Saúde dos profissionais da saúde em Portugal  
Estratégias e programas de intervenção no stress ocupacional  
Factores psicossociais e doenças músculo-esqueléticas  
Promoção da saúde dos trabalhadores mais velhos

---

formação contínua destinada a profissionais, estando a instituição acreditada pelo INOFOR nos domínios da concepção, organização e desenvolvimento/execução de acções de formação.

Esta referência destaca-se pelo seu carácter ímpar, uma vez que se trata da única instituição de ensino superior de psicologia que desenvolve, em permanência, acções de formação em psicologia da saúde. Os domínios abrangidos pelas acções de formação são variados e indiciam uma preocupação de acompanhar as necessidades de formação contínua dos profissionais da saúde em várias áreas relacionadas com a estratégia nacional de saúde (ISPA, 2000):

- Psicologia da gravidez e da maternidade
- Aconselhamento VIH/SIDA
- Prevenção primária das toxicodependências
- Violência doméstica: Prevenção e programas de intervenção
- Aspectos psicossociais da SIDA
- Promoção da adesão a rastreios oncológicos.

Exclusivamente destinadas a psicólogos têm sido desenvolvidas regularmente acções de formação sobre:

- Neuropsicologia clínica do adulto
- Introdução à neuropsicologia pediátrica
- Implicações psicológicas da psicofarmacoterapia
- Consulta psicológica em Centros de Saúde.

## 5. CONCLUSÕES

Actualmente, verifica-se que o campo da psicologia da saúde em Portugal evidencia manifestações de um desenvolvimento sustentado, que assenta nos seguintes aspectos: existência de uma sociedade científica, a Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde e, mais recentemente, de uma organização socioprofissional, a Associação Portuguesa de Psicólogos dos Cuidados de Saúde Primários; realização regular de reuniões científicas de âmbito nacional, designadamente os Congressos Nacionais de Psicologia da Saúde (1994, 1997, 2000) e as Conferências «Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários» (1997, 1998, 2000); desenvolvimento significativo da formação pós-graduada, nomeadamente ao nível dos cursos de mestrado em várias facul-

dades e ao nível de cursos de formação contínua dirigidos a profissionais.

No contexto específico do desenvolvimento da psicologia da saúde em Portugal, as três reuniões científicas realizadas, embora com objectivos e importância diferentes, constituíram-se como elementos essenciais de uma nova etapa histórica.

Em relação ao 3.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde verificou-se uma evolução em relação a iniciativas anteriores (Carvalho Teixeira, 2000a), caracterizada por:

- Aumento do número de comunicações sobre experiências concretas de intervenção realizadas por profissionais a partir de necessidades identificadas nos próprios serviços de saúde, começando a contrariar a tendência anterior de predomínio de comunicações sobre investigação de base académica relacionada com a obtenção de graus
- Aumento significativo das instituições participantes, que ao mesmo tempo foram muito diversificadas, entre serviços de saúde (Hospitais, Maternidades e Centros de Saúde) e instituições de ensino superior de psicologia, de medicina, de enfermagem e de tecnologias de saúde
- Aparecimento de vários trabalhos realizados por parcerias entre universidades e serviços de saúde, sendo que houve aumento significativo da participação de serviços de saúde de várias regiões do País
- Desenvolvimento de investigação com finalidade de adaptação e aferição de instrumentos de avaliação psicológica em saúde.

Apesar disto, persistiram alguns aspectos menos positivos, a saber: quase não se discutiram modelos de formação em psicologia da saúde; estiveram pouco representados trabalhos relacionados com a prevenção das doenças crónicas; continua a evidenciar-se uma política de investigação pouco orientada para prioridades da saúde dos Portugueses, mesmo no campo das doenças crónicas que foi o tema deste congresso nacional, no qual os trabalhos sobre hipertensão arterial, doença isquémica do coração e acidentes vasculares cerebrais estiveram pouco representados.

Em relação à III Conferência «Psicologia

nos Cuidados de Saúde Primários» verificou-se também uma evolução positiva em relação às conferências anteriores, essencialmente evidenciada pela diversificação dos temas abordados e discutidos (Carvalho Teixeira, 2000c), bem como pelo aumento de instituições participantes.

Ficou patente a existência de um número crescente de psicólogos com experiências já muito significativas de intervenção em Centros de Saúde, *experiências orientadas por um quadro conceptual de referência que é congruente com a estratégia nacional de saúde*. Ao mesmo tempo, os psicólogos participantes mostraram uma excelente inserção profissional nas equipas de cuidados de saúde primários, embora com distribuição assimétrica a nível nacional: o distrito de Lisboa é o que tem mais psicólogos em Centros de Saúde.

Entre as várias questões identificadas como necessitando de reflexão mais aprofundada contaram-se: o papel profissional generalista/não-generalista, o modelo de consulta psicológica em Centros de Saúde (referência limitada/abertura à comunidade), formação específica, intervenções específicas em projectos de humanização e qualidade em saúde, relações interprofissionais, articulação da psicologia dos Centros de Saúde com os serviços de saúde mental e com as escolas, entre muitas outras que permitiram a criação de uma agenda para iniciativas futuras.

A realização do *1.º Congresso Internacional de Psicologia da Saúde Ocupacional* veio testemunhar a existência de estudos e de intervenções psicológicas numa área de grande importância em psicologia da saúde que é a do stress profissional dos técnicos de saúde (Carvalho Teixeira, 2000c) e que vêm dar resposta a necessidades identificadas nos próprios serviços de saúde.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Carvalho Teixeira, J. A. (2000a). 3.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde. *Análise Psicológica*, 18 (1), 101-102.
- Carvalho Teixeira, J. A. (2000b). 1.º Congresso Internacional de Psicologia de Saúde Ocupacional – A organização do trabalho numa economia global. *Análise Psicológica*, 18 (2), 237-238.
- Carvalho Teixeira, J. A. (2000c). III Conferência Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários – Psicólogos em Centros de Saúde. *Análise Psicológica*, 18 (2), 238-240.
- Carvalho Teixeira, J. A., Cima, M., & Santa Cruz, C. (1999). Psicologia da saúde em Portugal. *Análise Psicológica*, 17 (3), 435-455.
- Instituto Superior da Maia (2000). *Programa e resumos das comunicações do 1.º Congresso Internacional de Psicologia da Saúde Ocupacional*. Maia: Instituto Superior da Maia.
- Instituto Superior de Psicologia Aplicada (2000). *Acções de formação 2000*. Lisboa: ISPA, Departamento de Formação Permanente.
- Instituto Superior de Psicologia Aplicada e Centro de Saúde da Parede (2000). *Programa e resumos das comunicações da III Conferência Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários – «Psicólogos em Centros de Saúde»*. Lisboa: ISPA, Departamento de Formação Permanente.
- Pais Ribeiro, J. L., Leal, I., & Dias, M. R. (Eds.) (2000). *Actas do 3.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*. Lisboa: ISPA.

## RESUMO

Esta nota didáctica dá seguimento ao estudo da história da psicologia da saúde em Portugal. O autor apresenta uma panorâmica geral da investigação, da prática e da formação, desde 1998.

*Palavras-chave:* Psicologia da saúde, Portugal.

## ABSTRACT

This paper follows the study of health psychology history in Portugal. The author presents a survey of research, practice and training since 1998.

*Key words:* Health psychology, Portugal.

