



Psicoterapia não é uma profissão

Ordem dos Médicos e Ordem dos Psicólogos alertam para os perigos da prática da Psicoterapia por profissionais não-qualificados

Recomendação conjunta sugere à DGS a elaboração de uma norma para a prática da Psicoterapia

Lisboa, 4 de dezembro de 2024 - A Ordem dos Médicos (OM) e a Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) recomendaram à Direção-Geral da Saúde (DGS) a elaboração de uma Norma para a Prática da Psicoterapia. O mecanismo permitirá garantir que todos os profissionais de saúde que exercem Psicoterapia possuem a formação adequada e regem-se por padrões éticos e deontológicos, assegurando a prestação de serviços de qualidade, baseados em evidência científica, e salvaguardando riscos para a Saúde pública e individual.

Num documento enviado à DGS, a OM e a OPP esclarecem que a Psicoterapia corresponde a um conjunto de **métodos, técnicas e procedimentos, baseados na evidência científica e eticamente informados**, que têm como objetivo orientar a pessoa na compreensão das diferentes dimensões da sua vida, de uma forma refletida, e em promover a sua transformação na relação com o meio, no sentido de reduzir o sofrimento psicológico e/ou promover o desenvolvimento pessoal e o bem-estar.

“Deste modo, a **Psicoterapia não é uma profissão, mas antes um conjunto de intervenções, médicas ou psicológicas, e uma especialização clínica**”, esclarecem.

O documento defende ainda que “a Psicoterapia deve apenas ser **praticada por profissionais da área da Saúde**, devidamente habilitados para a prática da Psicoterapia. Estes profissionais, para além da sua formação base, adquirem **competências específicas em Psicoterapia** através de diferentes programas formativos”.

A Ordem dos Médicos e a Ordem dos Psicólogos Portugueses defendem, por isso, que a **prática da Psicoterapia deve estar sempre enquadrada no âmbito de uma profissão de saúde autorregulada**, sujeita ao controlo normativo, ético e científico da respetiva Ordem profissional, por forma a assegurar uma formação de base na área da Saúde e da Saúde Mental e em intervenções relacionais, promovendo a qualidade dos serviços prestados e a salvaguarda e proteção da Saúde Pública e dos interesses dos cidadãos e cidadãs que procuram os serviços de Psicoterapia.

O **Bastonário da Ordem dos Médicos, Carlos Cortes**, refere que “a saúde mental deve ser uma prioridade”. Para isso, “é fundamental que o seu acompanhamento e tratamento, como em

outras áreas da saúde, seja feito exclusivamente por profissionais qualificados, com formação técnica. Só assim estaremos a garantir os cuidados que as pessoas necessitam.”

“A nossa preocupação é a segurança e a saúde das pessoas”, afirma o **Bastonário da Ordem dos Psicólogos Portugueses, Francisco Miranda Rodrigues**.

“Parece-nos muito importante garantir que a psicoterapia é exercida por profissionais qualificados, com a formação e as competências técnicas e científicas adequadas”, alerta **Manuela Silva, presidente do Colégio de Psiquiatria da OM**. “Esta prática deve ser regulada para assegurar a prestação de cuidados seguros, eficazes e de qualidade, baseados em evidência científica, salvaguardando riscos para a Saúde pública e individual”.

O **Presidente do Conselho de Especialidade de Psicologia Clínica e da Saúde da OPP, Miguel Ricou**, explica que “para a Psicologia Clínica a psicoterapia é basilar, pelo que não se pode colocar em causa a qualidade das suas práticas”.

As duas Ordens concordam com o facto de a formação em Psicoterapia ser acessível a profissionais de várias formações, desde que da área da Saúde, e alertam para alguns dos riscos da prática da Psicoterapia por Profissionais não Qualificados, nomeadamente:

- **Ausência das competências técnicas e científicas necessárias**, potencialmente conduzindo a imprecisões ou erros de diagnóstico e/ou intervenção.
- **Prestação de serviços baseados em teorias e modelos que carecem de validação científica e/ou não foram verificados** na sua eficácia, efetividade, qualidade e segurança pelo método científico convencional, potencialmente perpetuando mitos e crenças erradas e constituindo uma ameaça grave à Saúde pública e individual.
- **Aumento de situações de risco** por ausência de avaliação clínica competente, potencialmente colocando em perigo a segurança das pessoas envolvidas e/ou da comunidade.
- **Intervenções ineficazes e/ou prejudiciais** que, mesmo quando aparentemente inócuas, podem ser potencialmente danosas, exponenciando o agravamento de sintomas, exacerbando as dificuldades ou problemas de Saúde Mental, potenciando ou prolongando o sofrimento psicológico e/ou atrasando a procura e o acesso a cuidados realmente eficazes e cientificamente comprovados.
- **Ausência de competências ao nível da tomada de decisão ética e profissional**, potencialmente conduzindo a violações éticas, involuntariamente, como a não obtenção de consentimento informado para as intervenções, a quebra de privacidade e sigilo profissional, a exploração emocional e/ou financeira de pessoas vulneráveis, as dificuldades do trabalho em equipa ou conflitos de interesse.
- **Ausência de regulação legal perante más práticas profissionais**, tornando muito difícil a responsabilização em casos de quebras deontológicas.

Face ao exposto, a OM e a OPP vêm propor à DGS a **criação de um grupo de trabalho para a elaboração de uma norma para a prática da psicoterapia**.

As duas Ordens reforçam a inteira disponibilidade para funcionar como parceiros ativos nesta reflexão, contribuindo com comunicação e partilha de informação e conhecimento, no sentido de garantir a salvaguarda da Saúde Pública e a prestação de cuidados de Saúde de qualidade aos cidadãos e cidadãs.

Mais informações:

Ordem dos Médicos

João Camolas

Gabinete do Bastonário - Assessoria de Comunicação

Tel: 962907784

Ordem dos Psicólogos

Patrícia Batista

Gabinete do Bastonário - Assessora de Imprensa

Tel: 965646667

patricia.batista@ordemdospsicologos.pt