

**CATEGORIA**  
Perfis do Psicólogo

**AUTORIA**  
Gabinete de Estudos  
Técnicos

**ABRIL '16**



# O Perfil dos Psicólogos da Saúde

## *Sugestão de Citação*

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2016). O Perfil dos Psicólogos da Saúde. Lisboa.

Para mais esclarecimentos contacte o Gabinete de Estudos Técnicos:  
[andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt](mailto:andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt)



**ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS**

[recursos.ordemdospsicologos.pt](http://recursos.ordemdospsicologos.pt)  
[www.ordemdospsicologos.pt](http://www.ordemdospsicologos.pt)

# ÍNDICE

1. A Importância dos Psicólogos da Saúde

2. Funções e Actividades

3. Colaboração com Outros Profissionais

4. Exercício Profissional



# O Perfil dos Psicólogos da Saúde

## 1. A Importância dos Psicólogos da Saúde

O **âmbito de actuação** dos Psicólogos da Saúde é alargado e diverso, estendendo-se a todos os contextos e comportamentos de saúde. Os Psicólogos da Saúde aplicam as teorias e as evidências da ciência psicológica à saúde (e à doença), procurando provocar mudanças que conduzam a comportamentos saudáveis. O seu conhecimento sobre os aspectos motivacionais, cognitivos e inconscientes dos hábitos e comportamentos humanos é fundamental para iniciar e manter acções que previnam doenças e promovam a saúde.

A sua **intervenção** pode ser preventiva, promocional e remediativa e tem como **objectivo** geral melhorar a saúde e a qualidade de vida da população assim como melhorar a qualidade do sistema de saúde. Abrange múltiplos **destinatários** (indivíduos, grupos e organizações) que vão desde os utilizadores dos serviços de saúde, seus cuidadores e familiares, aos profissionais e autoridades de saúde.

Entre outros **benefícios**, as actividades dos Psicólogos da Saúde podem contribuir para o desenvolvimento saudável e integral, o bem-estar e a Saúde Física e Psicológica da população; o aumento da qualidade e da satisfação com a vida; a adopção de comportamentos e estilos de vida saudáveis; o aumento da longevidade e da resiliência; a melhoria da adesão terapêutica, da recuperação após a doença e da gestão da dor ou das doenças crónicas. Por outro lado, os Psicólogos da Saúde também podem contribuir para a diminuição da mortalidade e morbilidade, dos comportamentos de risco para a saúde e das desigualdades em saúde, assim como para a melhoria dos cuidados de saúde, diminuindo o tempo e frequência de hospitalização, o número de consultas médicas e idas às urgências. Em termos gerais, os Psicólogos da Saúde podem ajudar a atingir os objectivos colocados pelas iniciativas políticas e programas do Sistema Nacional de Saúde, assim como os Objectivos de Desenvolvimento Sustentável propostos pelas Nações Unidas, nomeadamente no que diz respeito à promoção da saúde e do bem-estar e à redução das desigualdades.

Neste sentido, as capacidades dos Psicólogos da Saúde constituem um **apoio fundamental para as realidades individuais, sociais e económicas dos contextos de saúde**, sendo inúmeras as evidências científicas da **eficácia**, do **custo-benefício** e dos **resultados positivos** da sua acção.

**As competências e multiplicidade de funções dos Psicólogos da Saúde valorizam os contextos de saúde e contribuem para uma prestação de serviços mais eficaz.**

## 2. Funções e Actividades

De seguida enumeram-se algumas das funções e actividades que é possível os Psicólogos realizarem nos contextos de saúde tendo em conta o seu perfil de competências. Estas competências capacitam os Psicólogos da Saúde para enriquecer e contribuir para os serviços de saúde das mais diversas formas.

### A. Avaliação Psicológica e Psicossocial

- **Avaliação, diagnóstico, análise e monitorização do estado de saúde, funcionamento psicológico, necessidades e indicadores psicossociais** de indivíduos, grupos, instituições e comunidades, incluindo as características de saúde; o bem-estar e a qualidade de vida; as capacidades cognitivas, emocionais e psicológicas; os problemas de Saúde e do comportamento. Os Psicólogos da Saúde descrevem, analisam, interpretam e comunicam sobre os determinantes e o nível de saúde das populações e elaboram prognósticos de saúde através da identificação e projecção das consequências dos problemas de saúde.
- **Avaliação e monitorização dos processos e resultados dos projectos e programas de saúde comunitários** para resolver necessidades de saúde e psicossociais, de modo a implementar uma melhoria contínua dos serviços oferecidos à população e informar o desenho e planeamento de projectos e programas subsequentes. A formação dos Psicólogos em metodologias de investigação, planeamento e avaliação, assim como o seu conhecimento das realidades de saúde e sociais, posiciona-os vantajosamente para a realização destas funções.
- **Avaliação da qualidade, da humanização e do impacto na saúde da população da prestação dos cuidados de saúde**, forma a garantir a adequação às necessidades individuais e comunitárias, assim como a sua efectividade.

Os Psicólogos da Saúde realizam avaliações psicológicas e psicossociais através de **diversos métodos** (por exemplo, testes, questionários, observação ou entrevistas) para que, com base nos resultados obtidos, possam produzir Relatórios de Avaliação, participar em processos de identificação de necessidades e respostas adequadas e propor e realizar intervenções que visam melhorar as condições de saúde, as dificuldades e as necessidades identificadas. Recolhem ainda dados sobre a eficácia das intervenções realizadas.

É o conhecimento científico dos Psicólogos, nomeadamente no que diz respeito à psicometria, à investigação e à estatística (ou seja, às técnicas para medir, de forma adequada e válida, características e comportamentos) que os tornam especialistas na avaliação e análise do comportamento humano, sobretudo no que diz respeito ao funcionamento psicológico, à saúde e a indicadores psicossociais.

## B. Intervenção

- **Prevenção da doença e dos problemas de saúde.** Os Psicólogos da Saúde procuram evitar que determinadas doenças ou problemas de saúde ocorram (por exemplo, implementando programas de combate ao tabagismo ou à violência) e identificar e tratar precocemente doenças ou problemas de saúde para reverter ou atrasar a sua progressão (por exemplo, realização de rastreios de saúde mental ou acompanhamento de puérperas). As estratégias de prevenção podem ser focadas em grupos de risco, determinadas comunidades ou em toda a população. Os Psicólogos da Saúde procuram ainda aumentar o nível de conhecimento sobre determinadas doenças e factores de risco e comportamentos que lhes estão associadas (por exemplo, no caso da diabetes ou da hipertensão).
- **Promoção da saúde.** Os Psicólogos da Saúde procuram reforçar as competências e os recursos dos indivíduos e das comunidades de forma a evitar o aparecimento de doenças e melhorar o bem-estar e a qualidade de vida. As estratégias de promoção da saúde podem incluir a implementação de políticas públicas de melhoria da saúde (por exemplo, aumento da acessibilidade aos serviços de saúde ou diminuição das desigualdades), criação de ambientes e grupos de apoio (por exemplo, programas de apoio à parentalidade), desenvolvimento de programas com o objectivo de reduzir comportamentos negativos relacionados com a saúde (por exemplo, maus hábitos alimentares, tabagismo, abuso de álcool e drogas, inactividade física) ou factores de risco associados, por exemplo, a doenças crónicas, à obesidade, às doenças coronárias, à diabetes, ao cancro ou a acidentes.
- **Planos de acção e intervenção em saúde.** Os Psicólogos da Saúde identificam necessidades de serviços e recursos de saúde, fixam objectivos de saúde e operacionais, seleccionam as estratégias de intervenção, desenham planos de acção e programas de intervenção em saúde, participam na sua implementação, execução e avaliação. Estas intervenções podem ser dirigidas a todos os grupos populacionais e são baseadas em evidências técnico-científicas. Por exemplo, programas de preparação para cirurgias ou procedimentos de diagnóstico invasivos, de incentivo à adesão terapêutica ou adaptação à doença crónica ou à hospitalização.
- **Educação para a literacia em saúde.** A literacia em Saúde diz respeito à forma como os indivíduos compreendem informação acerca da Saúde (Física e Psicológica) e dos cuidados de Saúde e de como a aplicam às suas vidas, utilizando-a para tomar decisões e interagir com os profissionais de Saúde. Exemplos concretos podem ser o conhecimento e a adopção de uma dieta alimentar saudável, o auto-exame da mama, a utilização racional e adequada dos serviços de saúde ou saber como procurar informação sobre Saúde na internet. A literacia para a saúde está relacionada com a capacidade de autogestão da doença e outros resultados de saúde. Os Psicólogos da Saúde podem desenvolver estratégias de educação para a Saúde em qualquer contexto.
- **Capacitação dos consumidores de saúde.** Os serviços de saúde modernos são processos partilhados entre os profissionais de saúde e os consumidores que, cada vez mais, esperam ser participantes dos procedimentos de diagnóstico e tratamento. Os Psicólogos da Saúde têm experiência na promoção da participação dos indivíduos e das comunidades e no

*empowerment* dos consumidores para que realizem escolhas e decisões de saúde de modo informado. O envolvimento dos consumidores nas decisões que impactam a sua saúde (incluindo quais e como os serviços de saúde são fornecidos) é, reconhecidamente, um elemento chave para assegurar serviços acessíveis e relevantes e melhorar a capacidade do sistema de saúde para responder a desafios de saúde emergentes.

- **Comunicação pública de informação relevante sobre saúde.** Os Psicólogos da Saúde estão preparados para informar o público em geral (ou grupos específicos desse público) sobre comportamentos que podem proteger ou promover o seu estado de saúde (por exemplo, campanhas de segurança rodoviária ou cessação tabágica), assim como divulgar informação relativa ao curso de fenómenos de saúde que possam fazer perigar a saúde da população e medidas tendo em vista o seu controlo e mitigação.
- **Diminuição das desigualdades em saúde.** Existe um reconhecimento crescente da forma como as influências e os factores sociais afectam a saúde individual. As disparidades socioeconómicas na saúde são uma preocupação crescente, uma vez que o aumento da qualidade dos serviços de saúde não se traduz automaticamente no aumento da igualdade em saúde. Factores psicológicos (como o sentido de coerência, o controlo percebido ou o optimismo) podem desempenhar um papel importante nestas desigualdades. Os Psicólogos da Saúde desenvolvem esforços para envolver comunidades com pouca acessibilidade aos serviços, fazem advocacia de políticas que se adequem às necessidades culturais das populações e pesquisam fundos de financiamento que permitam apoiar programas inovadores que diminuam as disparidades nos cuidados de saúde.
- **Acompanhamento psicológico** de crianças, jovens, adultos e idosos.
- **Intervenção psicológica junto de grupos.** Facilitação e dinamização de grupos de auto-ajuda ou grupos de intervenção psicológica – por exemplo, grupos dirigidos a vítimas de violência doméstica, agressores, doentes com cancro, cuidadores ou idosos. As técnicas de intervenção grupal permitem ainda aos Psicólogos dinamizar as Instituições e fomentar a participação e a cidadania activa.
- **Intervenção em situações de crise e emergência.** Os Psicólogos da Saúde elaboram e colaboram em planos de contingência em situações de emergência de saúde.

A intervenção dos Psicólogos nos contextos de saúde traz benefícios únicos. Só com base em competências de comunicação interpessoal e trabalho em equipa, e em competências específicas de prevenção, intervenção e promoção da Saúde é possível responder de forma correcta às necessidades de indivíduos, famílias, grupos e instituições, reduzindo os factores de risco para a saúde e aumentando os respectivos factores de protecção e resiliência.

### C. Investigação

- **Conceber, executar, redigir e apresentar investigação na área da saúde**, nomeadamente sobre problemas de saúde (e seus factores determinantes) com repercussão populacional. Os Psicólogos da Saúde recolhem, analisam, interpretam e comunicam dados e informação sobre saúde, de forma a contribuir para a divulgação do conhecimento científico que fundamenta as políticas, as práticas e os serviços de saúde; e melhorar a actuação e a competência técnica dos profissionais de saúde. Os Psicólogos da Saúde usam ainda a investigação para alavancar políticas de saúde baseadas em evidências científicas.

Os Psicólogos da Saúde estão orientados para a investigação e esta actividade é também uma das suas características distintivas relativamente a outros profissionais de saúde. Deste modo, a investigação é um dos contributos importantes dos Psicólogos no contexto da saúde, passando pela construção e validação de instrumentos de avaliação de comportamentos e serviços de saúde, pelo estudo dos processos e resultados de intervenções em saúde, pelo estabelecimento do valor de prognóstico de variáveis de saúde específicas.

### D. Coordenação

- **Coordenação e Gestão de Projectos.** Os Psicólogos da Saúde podem contribuir para a dinamização de projectos e instituições e do seu potencial de recursos, assim como para a construção de fluxos e redes sociais de apoio nas comunidades ou para a adaptação dos projectos às necessidades particulares de cada instituição. As competências de comunicação interpessoal e trabalho em equipa, de planeamento e avaliação das intervenções, tornam os Psicólogos uma mais-valia para este tipo de função.
- **Coordenação e Supervisão** da actividade de outros profissionais de saúde. Enquanto especialistas em comunicação e dinâmicas de grupo, os Psicólogos da Saúde podem ser úteis enquanto coordenadores de actividades e na resolução de dificuldades que advém do trabalho em equipa, com o objectivo de melhorar o desempenho das equipas e a qualidade dos serviços de Saúde. As funções de coordenação podem estender-se à coordenação de serviços hospitalares ou (extra hospitalares) especializados.

### E. Consultadoria

- **Consultadoria na área da saúde.** Os Psicólogos da Saúde podem prestar serviços de consultadoria a diversas entidades (agências governamentais, tribunais, estruturas de saúde, centros de educação e reabilitação, advogados, profissionais de saúde, etc.) através de aconselhamento directo (acerca de casos, organizações, intervenções ou programas), de processos de intervenção (por exemplo, psicodiagnóstico e processos de mudança organizacional) ou formação.

- **Assessoria aos decisores no planeamento estratégico, desenvolvimento, implementação e avaliação de políticas e projectos de saúde**, considerando a sua importância e impacto na população.
- **Colaboração na criação de sistemas tecnológicos de informação de saúde** de base populacional, assim como, participar na melhoria dos sistemas tecnológicos de informação de saúde existentes, nomeadamente na criação ou adequação de indicadores de saúde.
- **Colaboração no desenvolvimento de tecnologias de saúde** que permitam apoiar o planeamento, vigilância, intervenção e investigação em saúde.
- **Concepção e implementação de auditorias no contexto da saúde**, por exemplo, auditoria de serviços, programas e projectos de saúde, tendo como referência normas técnicas nacionais e internacionais. Elaboração de relatórios de recomendações correctivas e/ou manuais de melhoria da qualidade.
- **Colaboração no desenvolvimento de políticas e procedimentos operacionais das organizações da saúde**, por exemplo, colaborar na construção de normas e orientações técnicas e de outros instrumentos de apoio técnico à actividade dos estabelecimentos de saúde, apoiar a sua implementação e monitorizar a sua execução.
- **Promoção das condições de trabalho e de Saúde (Física e Psicológica)**, nomeadamente no que diz respeito à prevenção e intervenção dos riscos psicossociais, à promoção de locais de trabalho saudáveis, à intervenção em psicopatologias que impliquem a incapacidade laboral; e à melhoria da eficácia e desempenho organizacional das instituições.
- **Seleção, avaliação e orientação de recursos humanos**, nomeadamente no que diz respeito a processos de recrutamento e seleção de recursos humanos, apoio à tomada de decisão em matérias de recursos humanos, planeamento e desenvolvimento de carreiras.

Os conhecimentos teóricos e práticos sobre o funcionamento do comportamento humano, do comportamento organizacional e das necessidades dos diferentes contextos de saúde tornam os Psicólogos da Saúde profissionais muito vantajosos para a gestão de recursos humanos e a organização dos sistemas de saúde, não só do ponto de vista operacional, mas também do ponto de vista consultivo no apoio à tomada de decisões executivas.

## F. Formação

- **Desenvolvimento e implementação de acções de formação, educação e sensibilização** para a saúde. Ao Psicólogo da Saúde competem funções que vão desde a valorização da necessidade de formação ao desenho e elaboração de acções de formação/educação/sensibilização, assim como a sua implementação e avaliação.
- Organização e gestão de actividades de **formação de outros profissionais da saúde**.



Os Psicólogos desempenham um papel insubstituível na capacitação das instituições e dos seus elementos. Da mesma forma, são os profissionais indicados para alavancar o desenvolvimento profissional de outros profissionais, sobretudo no que diz respeito às capacidades de comunicação, liderança, trabalho em equipa ou gestão de conflitos, por exemplo.

#### **G. Outras**

- Participação na elaboração de processos de **candidatura a financiamentos de projectos na área da saúde**, nomeadamente no que diz respeito aos factores humanos, aspectos comportamentais e impacto psicossocial e psicopedagógico dos projectos – aspectos cada vez mais valorizados nestes processos.
- Elaboração e emissão de **opiniões, declarações, pareceres e relatórios técnico-científicos**, escritos ou orais, na área da Psicologia da Saúde e do comportamento humano.
- **Docência**. Difusão do conhecimento da Psicologia da Saúde entre outros profissionais da saúde e nos grupos sociais implicados em processos de saúde (por exemplo, Psicólogos, estudantes de Psicologia e outros profissionais).

A multiplicidade de competências e áreas de actuação dos Psicólogos da Saúde atribui-lhes valências polifuncionais. Dada a sua compreensão holística da realidade humana e social, o contributo dos Psicólogos pode ser valioso também noutras áreas e papéis.

### **3. Colaboração com Outros Profissionais**

Dada a complexidade das realidades que são âmbito da sua actuação, a abordagem dos Psicólogos que trabalham em contextos de saúde deve ser **multidisciplinar** e privilegiar a **colaboração próxima com outros profissionais**, nomeadamente médicos, enfermeiros, e outros profissionais de saúde. E também professores e outros agentes educativos, assistentes sociais e técnicos de acção social, sociólogos, advogados, gestores ou economistas.

O trabalho dos Psicólogos da Saúde envolve ainda, muitas vezes, **dinamizar parcerias, colaborar e facilitar o intercâmbio com outras Instituições**, como por exemplo, as autoridades e os Serviços de Saúde locais e regionais (Hospitais e Centros de Saúde), os Serviços de Acção Social, a Comissão de Protecção de Crianças e Jovens em Risco, as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSSs), as Organizações Não-Governamentais (ONGs), as Associações Locais e Juntas de Freguesia; as Redes Sociais ou Polícia e GNR.

### **4. Exercício Profissional**

Os serviços de Psicologia da Saúde só devem ser prestados por profissionais devidamente qualificados e reconhecidos, uma vez que estes são os únicos com competência para o fazer, não gerando perigos para as Instituições e a Saúde Física e Psicológica dos seus elementos e destinatários.

Neste sentido, deve ser considerado **requisito imprescindível ser Membro (Efectivo ou Estagiário) da Ordem dos Psicólogos Portugueses** para exercer o papel de Psicólogo da Saúde e realizar actos psicológicos.

Os Psicólogos da Saúde são obrigados a cumprir um **Código Deontológico** que promove um conjunto de princípios éticos fundamentais para qualquer forma de intervenção psicológica, assegurando a prestação de serviços de qualidade.

Para desempenhar o papel de Psicólogo da Saúde é ainda aconselhável o seguinte **perfil de competências básicas**:

- **Conhecimento científico na área da Psicologia** (por exemplo, bases biológicas, cognitivas, afectivas, sociais e culturais do comportamento; desenvolvimento ao longo da vida; avaliação e diagnóstico; tratamento, intervenção, prevenção e supervisão; métodos de investigação e estatística; assuntos éticos, legais e profissionais);
- **Conhecimento científico na área da Psicologia da Saúde** (por exemplo, determinantes e processos de saúde e doença, factores de risco e de protecção na saúde, comportamentos e hábitos de vida saudáveis, bioestatística, saúde ambiental, epidemiologia – conhecimentos dos determinantes, das causas e da distribuição de determinadas doenças; incidência, prevalências e populações em risco);
- **Conhecimento científico em áreas relevantes para a saúde** (por exemplo, organização do sistema de saúde – estrutura, financiamento e gestão; planeamento em saúde; políticas de saúde – dimensões sociais, económicas, legais e éticas; novas tecnologias aplicadas à saúde; políticas e gestão de Saúde Pública; demografia; economia da saúde);
- **Competência cultural e interpessoal** (por exemplo, aplicação integrada da teoria e comunicação eficaz com indivíduos, famílias, grupos, comunidades e organizações; atitude colaborativa; gestão do conflito) e capacidade de **trabalho em equipa**;
- **Competências pessoais** como a integridade, a responsabilidade, a preocupação com o bem-estar dos outros e uma identidade pessoal enquanto Psicólogo, que integre o conhecimento científico e a prática e envolva um compromisso com os valores da solidariedade, igualdade e respeito pela diversidade;
- **Avaliação Psicológica e Psicossocial** (por exemplo, aplicação de critérios baseados na evidência na selecção e utilização de métodos de avaliação; administração, cotação, interpretação e síntese de resultados de vários métodos de avaliação de acordo com as regras e a investigação psicométrica; formulação de diagnósticos, recomendações e opiniões profissionais com base em resultados de avaliação; comunicação de resultados de avaliação de modo integrado);
- **Intervenção Psicológica, Psicopedagógica e Socioeducativa, supervisão e consultadoria** (por exemplo, selecção e aplicação de intervenções que respondam às necessidades de

indivíduos, famílias, grupos, organizações e comunidades; selecção e aplicação de intervenções com o objectivo de tratar problemas específicos; prevenção da doença e promoção da saúde e do bem-estar; melhoria do desempenho individual e organizacional; redução dos factores de risco; aumento dos factores de protecção e resiliência; desenvolvimento de actividades de consultadoria com outros profissionais e profissões);

- **Raciocínio crítico e tomada de decisão** baseada em metodologias e conhecimentos validados e comprovados (**evidências científicas**) provenientes da investigação científica em várias áreas;
- **Profissionalismo, ética e responsabilidade social.**