



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

PARECER OPP

Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD)

PARECER OPP – Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD)

Parecer OPP – Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD), publicado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

A informação que consta deste documento, elaborado em Julho de 2022, e na qual ele se baseia foi obtida a partir de fontes que os autores consideram fiáveis. Esta publicação ou partes dela podem ser reproduzidas, copiadas ou transmitidas com fins não comerciais, desde que o trabalho seja adequadamente citado, conforme indicado abaixo.

Sugestão de citação: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2022). Parecer OPP - Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD). Lisboa: Ordem dos Psicólogos Portugueses.

Para mais esclarecimentos contacte Ciência e Prática Psicológicas:
andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt.

Ordem dos Psicólogos Portugueses Av. Fontes Pereira de Melo 19 D 1050-116 Lisboa T: +351 213 400 250
Tlm: +351 962 703 815 www.ordemdospsicologos.pt.

Parecer OPP

Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD)

Recomendações para a Acção

- Manter um alinhamento estratégico e intersectorial de combate aos comportamentos aditivos e dependências, que considere as situações de pobreza e exclusão social, as disparidades de género, as desigualdades e a discriminação.
- Reconhecer e integrar o contributo das psicólogas e dos psicólogos na sustentação dos três grandes pilares do Plano e na prossecução dos nove objectivos gerais e dos seus respectivos objectivos específicos.
- Garantir a presença e a continuidade das psicólogas e dos psicólogos em todas as equipas multidisciplinares envolvidas na resposta aos comportamentos aditivos e dependências.

O presente documento surge na sequência da colocação, em consulta pública, do novo Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD) e do Plano de Acção para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências, horizonte 2024 (PARCAD).

O novo Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD) terá a duração de dez anos, divididos por três períodos (2021-2024/2025-2027/2028-2030), cada um com o seu plano de acção. O Plano de Acção para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências, horizonte 2024 (PARCAD) traça as prioridades do primeiro ciclo de intervenção com base em três pilares (Empoderar, Cuidar e Proteger) que concretizam as linhas estratégicas para a construção de comunidades mais saudáveis.

Começamos por louvar o **alinhamento estratégico dos planos apresentados com o de outros planos nacionais** (nomeadamente, com o Plano Nacional de Saúde (Revisão e Extensão a 2021), Programas Nacionais de Saúde (e.g., Saúde Mental, Prevenção e Controlo do Tabagismo, etc), Plano de Acção para a Literacia em Saúde, Referencial para a Educação em Saúde, Plano Nacional para a Juventude, Estratégia Nacional de Segurança Rodoviária 2021-2030 – Visão Zero 2030, Estratégia Nacional para a Igualdade e a Não-Discriminação Portugal + Igual (ENIND) 2018-2030, Estratégia Nacional para a Integração das Pessoas em Situação de Sem-Abrigo 2017-2023 e Estratégia Nacional de Combate à Pobreza 2021-2030) e **internacionais** (nomeadamente, Agenda 2030 e os Objectivos para o Desenvolvimento Sustentável (ODS), bem como com os mais recentes planos de acção das Nações Unidas e da Organização Mundial de Saúde), o que denota o amplo **compromisso com o combate aos comportamentos aditivos e dependências, na sua complexidade e transversalidade**.

PARECER OPP – Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD)

Subscrevemos o primeiro pressuposto mencionado nas Orientações Estratégicas do PNRCAD 2021-2030 (p. 15) que reconhece que **os comportamentos aditivos e dependências não são uma questão exclusiva da saúde**, mas antes um **fenómeno biopsicossocial, multidimensional**, que deve envolver uma grande diversidade de situações e implicar **cooperação intersectorial**.

Dois dimensões que ganham particular relevância no Plano são o **desenvolvimento ao longo do ciclo de vida** e o **género**. Diversos períodos de transição durante o **ciclo de vida** (designadamente, gravidez e período neonatal, crianças até aos 9 anos, jovens dos 10 aos 24 anos, adultos dos 25 aos 64 anos e adultos acima dos 65 anos) têm uma relação com os comportamentos aditivos. A **nível do género** são reconhecidas disparidades nos padrões dos comportamentos aditivos e dependências. Deste modo, concordamos que é essencial delinear políticas, estratégias e intervenções que tenham em consideração a fase do ciclo de vida e sejam diferenciados em função do género.

Além das diferenças individuais, são ainda consideradas **as diferenças marcadas pelos diferentes contextos de vida**. O Plano **considera diferentes contextos de intervenção** – Familiar, Escolar (Básico, Secundário, Profissional e Universitário), Recreativo, Laboral, Comunitário, Rodoviário Prisional, Desportivo, Virtual e Ambiental - **ponderando os seus factores protectores ou de risco** de comportamentos aditivos.

Considerando este enquadramento e os seus conhecimentos e competências, julgamos incontornável a relevância dos contributos dos Psicólogos e Psicólogas para o sucesso do PNRCAD 2021-2030. Os profissionais da Ciência Psicológica detêm conhecimentos específicos na avaliação e na intervenção em comportamentos aditivos e dependências. São inúmeras as evidências científicas que demonstram que os comportamentos aditivos e dependências se regem por princípios e processos mentais e comportamentais (objecto de estudo da Ciência Psicológica); que ocorrem frequentemente em concomitância com diversos problemas de Saúde Psicológica; que as abordagens de intervenção custo-efectiva têm uma natureza predominantemente psicológica; que as técnicas de intervenção cognitivo-comportamental são benéficas na motivação para a mudança de comportamentos aditivos e de dependência; que as competências profissionais comuns à formação dos Psicólogos/as (por exemplo, a empatia) são determinantes importantes dos resultados da intervenção neste tipo de problemáticas.

Deste modo, e em particular, os e as profissionais da Ciência Psicológica são vitais para a prossecução dos **objectivos específicos prioritários** constantes no primeiro Plano de Acção com o Horizonte de 2024, nomeadamente:

- **Realização de intervenções psicológicas nos problemas ligados aos comportamentos aditivos e dependências** (e.g., Entrevista motivacional, intervenções breves, prevenção da recaída, educação psicológica deliberada, treino de competências, intervenções familiares e conjugais) a todos os níveis (Prevenção, Dissuasão, Redução de Riscos e Minimização de Danos), Tratamento, Reinserção) (OE1 – Acção 1 e 4; OE2 – Acção 8 e 9; OE7 – Acção 22; OE9 – Acção 31; OE12 – Acção 39; OE 14 – Acção 42; OE 15 – Acção 45 e 46).

PARECER OPP – Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD)

- **Promoção da literacia em Saúde e Saúde Psicológica**, focando em particular a literacia em comportamentos aditivos e dependências (OE1 – Acção 2; OE5 – Acção 20).
- **Promoção de programas de detecção precoce** de problemas associados aos comportamentos aditivos e dependências (OE1 – Acção 3).
- Integração e dinamização do **Fórum Nacional Álcool e Saúde** (OE1 – Acção 5).
- Apoio na criação do **Fórum Nacional para o Jogo** e integração do respectivo Fórum (OE1 – Acção 6).
- Desenvolvimento de programas de intervenção a actuar na **promoção de competências pessoais, sociais e vocacionais** e na **redução das situações de pobreza e de exclusão social**. Estes programas podem ser construídos tendo por base populações-alvo específicas como as populações em situação de maior vulnerabilidade e/ou necessidades específicas (e.g., minorias étnicas, migrantes, refugiados, pessoas em situação de pobreza ou LGBTQIA+) (OE 3 - Acção 11, 12 e 13; OE4 – Acção 15 e 16).
- Elaboração de um **guia de boas práticas**, baseadas nas evidências, dirigido a diferentes contextos (OE7 – Acção 24).
- **Promoção da igualdade de acesso e tratamento** nos diferentes serviços existentes e de iniciativas anti-estigma junto de profissionais de saúde, das famílias e da comunidade (OE8 – Acção 26; OE10 – Acção 32).
- Melhorar os processos de **sinalização e intervenção com crianças e jovens** com problemas associados aos comportamentos aditivos e dependências, em articulação com as Comissões de Protecção de Crianças e Jovens (OE 8 – Acção 28).
- Construção de **linhas orientadoras para a intervenção** em comportamentos aditivos e dependências (OE12 – Acção 36).
- Monitorização de **indicadores e avaliação da eficácia** das intervenções (OE12 – Acção 37 e 38).
- Participação e dinamização de **Grupos Técnicos de reflexão** e aprofundamento das matérias relacionadas com os desafios na promoção e sustentabilidade da saúde mental das crianças, adolescentes e jovens na abordagem dos CAD sem substância (OE16 – Acção 47).
- Construção de novas estratégias para **intervenção em novos contextos** (e.g., uso nocivo da internet e do ecrã, do jogo e apostas online, do jogo de base territorial (*gambling*), no domínio da perturbação de videojogos pela internet (*gaming*) (OE17 – Acção 50 e 51).

PARECER OPP – Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD)

- Desenvolvimento de **grupos de intervenção e supervisão** para a promoção de boas práticas nas respostas da saúde aos problemas ligados aos comportamentos aditivos e dependências (OE17 – Acção 52).
- Criação de **recursos para utilização por parte de docentes** para uso em contexto de sala de aula, subordinados à temática dos comportamentos aditivos e dependências (OE 19 – Acção 58).
- Promoção de medidas conducentes à **mitigação do problema da condução sob efeito de substâncias psicoactivas** e de medidas de carácter comunitário visando o **jogo responsável** (OE 23 – Acção 66 e 68).
- Consolidar as **ferramentas de observação e de monitorização** dos indicadores do Sistema Nacional de Informação sobre Substâncias Psicoactivas, Comportamentos Aditivos e Dependências (SNISPACAD) (OE34 – Acção 124 e 125).
- Criação de linhas de **investigação sobre comportamentos aditivos e dependências** e criação de sinergias na comunidade científica nacional e internacional – aprofundando áreas que carecem de investigação, como a relação entre os comportamentos aditivos e dependências e a identidade de género que não o binário (OE 35 – Acção 126, 127 e 128).
- Criação de uma maior **interacção entre a ciência, os decisores políticos e os cidadãos** nos processos de elaboração e implementação de políticas públicas neste âmbito (OE36 - Acção 129, 130 e 131).
- Desenvolvimento e implementação de **acções de formação** com base em necessidades identificadas pelos profissionais ou com base em problemas emergentes e prioritários (OE 37 – Acção 132).
- Criação de **campanhas de sensibilização e disseminação de informação** em diferentes contextos (contexto escolar, comunitário, prisional, laboral, desportivo, de formação profissional, entre outros) (OE38 – Acção 134).
- Participação na **construção de Locais de Trabalho Saudáveis** e culturas organizacionais que previnam comportamentos aditivos e dependências junto dos/as trabalhadores/as, lideranças (e.g., promoção de estilos de vida saudáveis, programas de preparação para a reforma).

Afigura-se, pois, necessário **assegurar o envolvimento e a acção transversal dos Psicólogos e Psicólogas na sustentação dos três grandes pilares do Plano**, bem como na prossecução dos nove objectivos gerais e respectivos objectivos específicos, sendo os seus contributos globalmente pertinentes para a compreensão dos comportamentos aditivos e dependências e para as diferentes formas de intervenção neste fenómeno multidimensional. Neste sentido, é essencial **garantir a presença e a continuidade de profissionais da Psicologia em todas as equipas multidisciplinares** envolvidas na resposta aos comportamentos aditivos e

PARECER OPP – Plano Nacional para a Redução dos Comportamentos Aditivos e Dependências (2021-2030) (PNRCAD)

dependências. Em particular, é necessário reforçar o número de Psicólogos e Psicólogas nos Cuidados de Saúde Primários – ação fundamental para o sucesso do PNRCAD no que diz respeito à garantia de acessibilidade, globalidade, equidade, qualidade e continuidade dos Cuidados de Saúde Primários.

A OPP é uma associação pública profissional que representa e regulamenta a prática dos profissionais de Psicologia que exercem a profissão de Psicólogo em Portugal (de acordo com a Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, com as alterações da Lei nº 138/2015, de 7 de Setembro). É missão da OPP exercer o controlo do exercício e acesso à profissão de Psicólogo, bem como elaborar as respectivas normas técnicas e deontológicas e exercer o poder disciplinar sobre os seus membros. As atribuições da OPP incluem ainda defender os interesses gerais da profissão e dos utentes dos serviços de Psicologia; prestar serviços aos membros em relação à informação e formação profissional; colaborar com as demais entidades da administração pública na prossecução de fins de interesse público relacionados com a profissão; participar na elaboração da legislação que diga respeito à profissão e nos processos oficiais de acreditação e na avaliação dos cursos que dão acesso à profissão.

Neste sentido, sublinhamos, uma vez mais, a disponibilidade para continuar a funcionar como parceiro activo na elaboração de estratégias de prevenção dos riscos de comportamentos aditivos e dependências, de combate ao estigma e discriminação, da justiça social, da promoção da Literacia em Saúde, bem como de promoção da Saúde, do bem-estar e da qualidade de vida para todos os cidadãos.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

www.ordemdospsicologos.pt
www.recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio
www.eusinto.me