



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

Psicoterapia HBM (Clínica da Mente)

Parecer da OPP

Categoria

Pareceres

Autoria

Gabinete de Estudos OPP

Documento

Novembro 2018
Lisboa

Parecer da OPP

Psicoterapia HBM (Clínica da Mente)

Cabe à Ordem dos Psicólogos Portugueses, de acordo com o art.º 3º, alíneas a), b) e c) da Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, com a redacção dada pela Lei nº 138/2015, de 7 de Setembro, a defesa dos interesses gerais dos utentes, a representação e a defesa dos interesses gerais da profissão de Psicologia e a regulação do acesso e do exercício da mesma.

Nesse sentido, julgamos pertinente esclarecer alguns factos relativamente à “**Psicoterapia HBM**”, ainda que se considere, porque resulta claro da inexistência de informação e, particularmente, de evidência científica, que a “**Psicoterapia HBM**” **não é uma terapia reconhecida pelas ciências psicológicas**.

A “**Psicoterapia HBM**” é descrita como sendo um método de tratamento rápido e seguro que utiliza técnicas, **aleadamente**, psicológicas e validadas cientificamente, para mudar comportamentos, sentimentos ou pensamentos. As referidas técnicas chamam-se “**Morfese**” e “**Athenese**” e são, **aleadamente**, baseadas na Hipnose Clínica (sobre a qual é possível consultar um Parecer da OPP, disponível em <http://recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio/estudo/parecer-sobre-hipnose>) e na Programação Neurolinguística (sobre a qual existe, igualmente, um Parecer da OPP, disponível em <http://recursos.ordemdospsicologos.pt/repositorio/estudo/a-programacao-neuro-linguistica-pnl-uma-perspectiva-critica> e que, aliás, para além de levantar preocupações éticas, também não apresenta uma base empírica validada cientificamente).

Não há informação e, muito menos, estudos científicos, que permitam compreender exactamente o que é e como funciona esta “Psicoterapia”, ou como se avalia a sua eficácia.

Deste modo, a “**Psicoterapia HBM**” **carece de enquadramento científico, teórico ou académico. Carece ainda de enquadramento socioprofissional**. Não há referência a formação idónea na área, nem qualquer tipo de regulamentação profissional.

Pelo contrário, a **Psicologia é uma ciência**, logo, corresponde a um corpo sistematizado de conhecimentos objectivos e baseados na realidade empírica, obtidos através das leis e do rigor que regem o **método científico**. Com base nesses conhecimentos científicos, e através da intervenção psicológica e da **Psicoterapia** (ou **Terapia**), os Psicólogos utilizam diferentes abordagens que estão associadas às principais **perspectivas teóricas da ciência psicológica** e aplicam procedimentos e técnicas baseadas na investigação e evidência científicas (Gleitman, Fridlund & Reisberg, 2008).

A **Psicoterapia** é um método **baseado nas evidências científicas das ciências psicológicas**. Tal como outras intervenções psicológicas, **os métodos psicoterapêuticos são alvo de constante estudo científico**, os seus resultados e práticas derivam por isso da implementação de protocolos de avaliação de qualidade, da recolha sistemática de dados, da formulação e (re)teste de hipóteses e de ensaios clínicos randomizados.

No caso de modelos ou técnicas terapêuticas ainda em **fase experimental**, é imperativo que exista uma **referência explícita** a esse facto em todos os locais e formas de divulgação do modelo/técnica

terapêuticos, tornando claro a todos os possíveis destinatários que o modelo/técnica terapêuticos em causa ainda não são baseados em evidências científicas, assim como cuidados éticos redobrados na obtenção do **Consentimento Informado**. Será ainda necessária a demonstração do processo de validação científica do modelo/técnica terapêuticos, assim como da avaliação da eficácia das intervenções associadas.

A Psicologia é, concretamente, a ciência que estuda a mente e o comportamento humanos. A **prática profissional da Psicologia** consiste no desenvolvimento e aplicação de princípios psicológicos, conhecimentos, modelos e métodos, de uma forma **ética e científica**, no sentido da prevenção da doença, intervenção e promoção do desenvolvimento, saúde e bem-estar dos indivíduos, grupos, organizações e sociedade, não só, mas também através da **Psicoterapia**.

Os **Psicólogos** aplicam procedimentos e técnicas baseadas na **investigação e evidência científicas**, que garantem a sua **segurança e eficácia**. Para além da sua actividade profissional ser sempre suportada por investigação científica válida, é-o ainda pelo cumprimento de um **Código Deontológico**, que promove um conjunto de princípios éticos fundamentais e assegura a prestação de **serviços de qualidade**.

A intervenção dos Psicólogos é autónoma e auto-suficiente, podendo funcionar ou não em complementaridade com outras formas de terapia. Os Psicólogos têm um perfil de competências profissionais próprio que lhes permite realizar actos profissionais específicos – actos do Psicólogo – tais como, a avaliação e intervenção psicológica, incluindo a psicoterapia, segundo diferentes modelos teóricos com métodos e técnicas cientificamente validadas. Ressalve-se que a Psicoterapia pode ser igualmente praticada por outros profissionais de Saúde (nomeadamente, Médicos e Psiquiatras) que tenham a devida formação em Psicoterapia.

A actividade profissional de Psicólogos é regulamentada pela **Ordem dos Psicólogos Portugueses** (Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, com a redacção dada pela Lei nº 138/2015, de 7 de Setembro), entidade onde é obrigatório estarem inscritos e respectivo **Conselho Jurisdicional**, que zela pela protecção dos utentes combatendo as más práticas em Psicologia. Os Psicólogos (assim como os estabelecimentos onde exercem a sua actividade) são ainda regulados pela **Entidade Reguladora da Saúde** (ERS).

A prática da Psicoterapia, tal como a prática psicológica é regulamentada e regulada pela OPP, no caso dos Psicoterapeutas serem Psicólogos (tal como o é pela Ordem dos Médicos, caso os Psicoterapeutas sejam Psiquiatras). As pessoas que se intitulam Psicólogas e praticam Psicologia/Psicoterapia têm de, segundo a Lei, estar registadas na OPP como Membros Efectivos. Os Membros Efectivos precisam de ter um mínimo de 5 anos de formação universitária e 1 ano de experiência profissional supervisionada, além de se comprometerem com a realização de formação contínua, no sentido de manterem os seus conhecimentos e competências actualizados.

Os Psicólogos podem ainda candidatar-se à Especialidade Avançada em Psicoterapia. Um Psicólogo Especialista, para além da formação geral em ciência Psicológica, é um profissional com formação e experiência, especializadas, em determinada área da Psicologia. Para além do mínimo de 5 anos de formação académica e de 1 ano de experiência profissional, tem também, pelo menos mais 4 anos de

prática profissional numa área específica da Psicologia, acompanhados de formação específica supervisão e outras actividades relevantes (tais como comunicações em eventos científicos, publicações em revistas científicas e orientações de estágios).

Especificamente, os Psicólogos Especialistas em Psicoterapia deverão apresentar uma formação concluída numa das Associações ou Sociedades de Psicoterapia com protocolo com a OPP. Foram estabelecidos protocolos com as Associações ou Sociedades, cujas formações estão de acordo com os critérios definidos pela Federação Europeia de Associações de Psicologia, que seguem modelos teórico-clínicos globais e cientificamente reconhecidos de Psicoterapia, os quais, independentemente das suas especificidades, possibilitam a intervenção em diferentes situações e problemáticas. A formação em Psicoterapia, para além de cumprir requisitos científicos e ético-deontológicos, implica a realização de 400 horas de formação teórico-clínica; 150 horas de supervisão de casos de Psicoterapia; e 100 horas de Terapia pessoal ou desenvolvimento pessoal. Deste modo, os Psicólogos Especialistas em Psicoterapia têm formação, treino e experiência profissional acrescidas na área do comportamento humano. Realizam acções de avaliação da Saúde Mental e Psicológica, diagnóstico, tratamento e mudança comportamental. Os Psicólogos Especialistas em Psicoterapia trabalham em conjunto com os clientes no sentido de compreenderem e alterarem os seus pensamentos, sentimentos e atitudes, para desenvolver padrões de comportamento mais adaptados, saudáveis e eficazes.

Por último, reforça-se que **as ciências Psicológicas não reconhecem, utilizam ou recorrem à “Psicoterapia HBM”**. No seu trabalho e nos diversos contextos da sua actuação, os Psicólogos utilizam apenas abordagens, procedimentos e técnicas baseadas na investigação e evidência científica, sublinhe-se, **utilizam apenas abordagens psicoterapêuticas baseadas em sólidas evidências científicas**. A prática da Psicologia e a prestação de serviços psicológicos que não cumpram estes princípios ou que sejam prestados por profissionais não qualificados colocam uma **ameaça à saúde pública**, assim como ao bem-estar da população.

Referências Bibliográficas

Gleitman, H.; Fridlund, A. J.; & Reisberg, D. (2008). *Psicologia* (7.ª edição). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

RECURSOS.ORDEMDOSPSICOLOGOS.PT
WWW.ORDEMDOSPSICOLOGOS.PT

Para mais esclarecimentos contacte o Gabinete de Estudos:
andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt

Sugestão de Citação:
Ordem dos Psicólogos Portugueses (2018). Psicoterapia HBM (Clínica da Mente) –
Parecer OPP. Lisboa