

CIÊNCIA COM EVIDÊNCIA

PARECER OPP

Brainspotting

Parecer OPP – Brainspotting, publicado pela Ordem dos Psicólogos Portugueses.

A informação que consta deste documento, elaborado em Maio de 2023, e na qual 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 (2023). Parecer OPP – Brainspotting. Lisboa.

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
www.ordemdospsicologos.pt

Parecer OPP

Brainspotting

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, 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 ao Brainspotting, ainda que se considere, porque resulta claro da inexistência de informação e, particularmente, de evidência científica, que **o Brainspotting não é uma terapia reconhecida pela Ciência Psicológica**.

O Brainspotting é descrito como sendo um método de diagnóstico e tratamento que funciona através da identificação, processamento e libertação de fontes neurofisiológicas de dor emocional ou física, trauma, dissociação e outros sintomas. Desenvolvido por David Grand, em 2003, durante a sua prática com EMDR, o Brainspotting assenta na premissa de que a direcção na qual a pessoa olha pode alterar a forma como esta se sente. Durante uma sessão de Brainspotting, o/a profissional orienta os olhos do cliente, dentro do seu campo de visão e através de um ponto (do inglês, *pointer*), para uma posição apropriada (brainspot) que permitirá a activação psicológica e fisiológica da memória traumática (Corrigan & Grand, 2013). Não existem dados suficientes, nem modelos validados, que permitam compreender completamente como este método funciona. A informação existente é escassa e, maioritariamente, de âmbito não científico. Embora exista alguma investigação sobre a utilização de Brainspotting no alívio de sintomas de ansiedade associados a eventos de vida negativos (e.g. D' Antoni et al., 2022), esta não apresenta quaisquer evidências sólidas da sua eficácia, que permitam justificar a sua aplicação clínica.

Embora pareça ter alguma semelhança com a terapia EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), ao contrário desta, **o Brainspotting 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**. As intervenções psicológicas 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.

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 promoção do desenvolvimento, saúde e bem-estar das pessoas, grupos, organizações e sociedade.

Os **Psicólogos e Psicólogas** utilizam diferentes abordagens que estão associadas aos principais modelos teóricos da Ciência Psicológica e 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 e Psicólogas é autónoma e auto-suficiente, podendo funcionar ou não em complementaridade com outras formas de terapia. Os Psicólogos e Psicólogas têm um perfil de competências profissionais próprio que lhes permite realizar actos profissionais específicos – actos do/a Psicólogo/a – tais como, a avaliação e intervenção psicológica, incluindo a psicoterapia, segundo diferentes modelos teóricos com métodos e técnicas cientificamente validadas.

A actividade profissional de Psicólogos e Psicólogas 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 e Psicólogas (assim como os estabelecimentos onde exercem a sua actividade) são ainda regulados pela **Entidade Reguladora da Saúde (ERS)**.

Por último, reforça-se que a **Ciência Psicológica não reconhece, utiliza ou recorre ao Brainspotting**. No seu trabalho e nos diversos contextos da sua actuação, os Psicólogos e Psicólogas utilizam apenas abordagens, procedimentos e técnicas baseadas na investigação e evidência científica. 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

D’Antoni, F., Matiz, A., Fabbro, F., & Crescentini, C. (2022). Psychotherapeutic Techniques for Distressing Memories: A Comparative Study between EMDR, Brainspotting, and Body Scan Meditation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*, 1-16. doi: 10.3390/ijerph19031142.

Corrigan, F. & Grand, D. (2013). Brainspotting: Recruiting the Midbrain for Accessing and Healing Sensorimotor Memories of Traumatic Activation. *Medical Hypotheses*, *80*, 759–766. doi: 10.1016/j.mehy.2013.03.005.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

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