

CIÊNCIA COM EVIDÊNCIA

PARECER OPP

Psicoterapia

Parecer OPP – Psicoterapia, 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 – Psicoterapia. 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

Psicoterapia

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.

Tendo em consideração que existem profissionais que se intitulam Psicoterapeutas ou Psicólogos/as, mas não são Psicólogos/as, julgamos pertinente esclarecer alguns aspectos.

A Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) é o organismo regulador da profissão de Psicólogo/a, e não de Psicoterapeuta. Actualmente, a profissão de Psicoterapeuta não é regulada em Portugal. Salienta-se, no entanto, que a Psicoterapia deve apenas ser praticada **profissionais habilitados**, isto é, por quem tenha **formação em Psicoterapia**.

Apesar de a Psicoterapia não ser um campo profissional exclusivo das/os Psicólogos, a OPP defende que a formação em Psicologia, o conhecimento científico e o perfil de competências dos profissionais de Psicologia constituem uma mais-valia para a formação e para a prática da Psicoterapia, pelo que uma elevada percentagem das/os Psicoterapeutas em Portugal, e não só, são Psicólogas/os.

Faz parte do entendimento geral sobre a Ciência Psicológica, advogado pelas principais entidades relacionadas com o seu estudo e organização, que a **Psicologia** corresponde ao estudo da mente e do comportamento humanos e que os **pensamentos**, as **emoções** e os **comportamentos** constituem os **domínios de actuação dos Psicólogos**. A extensa formação de base em Psicologia permite aos Psicólogos compreender os processos de desenvolvimento emocional, social e cognitivo, assim como o funcionamento da personalidade e das relações interpessoais.

É ainda do entendimento comum que, com base nesse conhecimento científico, e através da intervenção psicológica e da **Psicoterapia** (ou **Terapia**), os Psicólogos e Psicólogas utilizam **diferentes abordagens** que estão associadas às principais **perspectivas teóricas da Ciência Psicológica** e aplicam **procedimentos e técnicas** baseadas na investigação e evidência científicas. Os objectivos centram-se na exploração da natureza dos problemas psicológicos, na promoção da autonomia, da autodeterminação individual e no desenvolvimento de novas competências, comportamentos, emoções e pensamentos mais saudáveis e adaptativos.

Consequentemente fazem parte do **perfil de competências profissionais dos Psicólogos e Psicólogas** e dos actos que estes/as podem realizar a avaliação psicológica, a consulta/acompanhamento/aconselhamento psicológico, a psicoterapia ou qualquer terapia psicológica de modificação do comportamento, assim como as intervenções psicológicas e psicoeducativas. Ressalte-se que a Psicoterapia pode igualmente ser praticada por outros/as profissionais de saúde (nomeadamente, Médicos/as Psiquiatras) que tenham a devida formação em Psicoterapia.

PARECER OPP – Psicoterapia

Tendo em conta este entendimento partilhado internacionalmente, fica clara a importância e a **necessidade de uma formação de base específica em Psicologia para compreender, avaliar e modificar o comportamento humano**. Para além de uma formação sólida, a actividade profissional dos Psicólogos e Psicólogas é baseada na experiência prática e supervisionada e suportada por investigação científica válida.

Os Psicólogos e Psicólogas são ainda 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.

Conforme o exposto, importa sublinhar que os serviços, actos e técnicas em causa são do domínio da Psicologia e da sua prática profissional e, portanto, devem ser realizados por Psicólogos/as. Sendo que, de acordo com o art.º 50.º do Estatuto da Ordem, aprovado pela Lei supracitada, o exercício da profissão de Psicólogo/a obriga à inscrição na Ordem dos Psicólogos Portugueses.

Com o objectivo de **contribuir para a regulação da Psicoterapia realizada por Psicólogos/os a OPP assinou um protocolo com a grande maioria (24) das Sociedades e Associações que em Portugal formam Psicoterapeutas, cuja lista pode ser consultada [no site da OPP](#). A formação que ministram, por cumprir os requisitos de qualidade técnico-científica definidos pela OPP, garante às/aos Psicólogos/os que a realizam o acesso à Especialidade Avançada de Psicoterapia** – que permite reconhecer e certificar a formação e a qualificação nesta área às/aos Psicólogos/os, melhor legitimando junto dos utentes e entidades o exercício profissional dos mesmos nesta área.

A OPP defende ainda que a prática da Psicoterapia, além de implicar a realização de formação específica, deve estar sempre enquadrada no âmbito de uma profissão de saúde auto-regulada (i.e., sujeita ao controlo normativo, ético e científico da respectiva Ordem profissional), assegurando desta forma a qualidade dos serviços prestados e salvaguarda e protecção da saúde pública e dos interesses dos cidadãos e cidadãs que procuram os serviços de Psicoterapia. A este propósito, recomendamos a leitura do documento sobre a [Formação em Psicoterapia](#) e da [posição conjunta com a Ordem dos Médicos](#) a propósito dos riscos da actividade de Psicoterapia para a saúde pública por profissionais não qualificados.

A prática da psicologia e a prestação de serviços psicológicos por **profissionais não qualificados** coloca uma **ameaça à saúde pública**, assim como à segurança e ao bem-estar da população, pelo que deverá ser ponderado com extrema cautela.



ORDEM
DOS
PSICÓLOGOS

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