

INICAL HEALTH PSYCHOLOGY AND PRIMARY CARE (2003) – Robert J. Gatchel & Mark S. Oordt. Washington: APA Books, American Psychological Association, 261 pp.

Trata-se de um dos primeiros, senão o primeiro livro norte-americano sobre intervenção da psicologia clínica no sistema de cuidados de saúde primários, introduzindo uma perspectiva de colaboração com os outros técnicos de saúde e sistematizando as técnicas que têm aplicabilidade nesse contexto de saúde. Nesse aspecto pode considerar-se uma obra de referência, em particular no que se refere às intervenções, com carácter eminentemente prático.

O primeiro capítulo do livro delimita, do ponto de vista dos autores, o que é a psicologia clínica da saúde nos cuidados primários, destacando que não se trata apenas de intervir sobre a saúde mental dos indivíduos mas sim sobre a saúde no sentido global. Tem o mérito de situar o modelo biopsicossocial da saúde e da doença, que é adaptado ao contexto dos cuidados de saúde primários e, sobretudo, identifica os modelos psicológicos nos cuidados primários. Este último aspecto é uma mais valia desta obra, particularmente para compreender como é que o psicólogo pode inserir-se na equipa de cuidados de saúde primários em termos de modelos de colaboração: colaborador independente não-integrado, prestador de cuidados psicológicos nos cuidados primários, consultor na área da saúde comportamental, consultor da equipa e modelos combinados. São discutidas vantagens e desvantagens de cada modelo, a nosso ver com bastante interesse para reflectir sobre as implicações que as mudanças em curso actualmente no sistema de saúde em Portugal podem ter para

o papel do psicólogo nos cuidados de saúde primários.

Muito importante também é o reconhecimento de que a intervenção psicológica nos cuidados de saúde primários exige o desenvolvimento de competências profissionais específicas para o contexto, que são abordadas na parte final do primeiro capítulo, com destaque para a avaliação psicológica focalizada, gestão eficiente do tempo de consulta, domínio de técnicas cognitivas e comportamentais e centração na mudança de comportamentos, integração na equipa, entre outras.

O segundo capítulo é dedicado à organização duma consulta e/ou serviço de psicologia nos cuidados de saúde primários, desenvolvendo aspectos profissionais e interprofissionais que podem ser cruciais para a inserção do psicólogo e para o sucesso da implantação da psicologia nos cuidados de saúde primários. A integração na equipa, o desenvolvimento de relações interprofissionais-chave, a integração na cultura dos cuidados primários e alguns aspectos éticos são abordados de forma clara e compreensiva, adaptável à nossa realidade.

Seguidamente, nos 8 capítulos seguintes, os autores, R. J. Gatchel e M. S. Oordt, começam por introduzir a informação médica que permite aos psicólogos colaborar de maneira informada com os médicos em problemas de saúde comuns, tais como:

- Diabetes mellitus
- Hipertensão arterial
- Doenças cardiovasculares
- Asma brônquica
- Dor
- Insónia
- Obesidade
- Doenças gastrointestinais

Em cada capítulo os autores descrevem e caracterizam as implicações psicológicas e psicossociais da doença em causa e abordam detalhadamente as estratégias de intervenção psicológica que podem ser utilizadas em benefício do bem-estar psicológico e da qualidade de vida do doente, no contexto específico da consulta psicológica nos cuidados primários de saúde.

Adicionalmente, alguns capítulos dedicam-se às intervenções psicológicas noutras áreas, nomeadamente:

- Mudança de comportamentos relacionados com tabagismo, consumo excessivo de álcool, drogas e sedentarismo
- Confronto com doença crónica ou terminal
- Utilização excessiva de serviços de saúde

É importante notar que nos EUA, a perspectiva denominada psicologia clínica da saúde está predominantemente focalizada nas doenças e nos seus aspectos curativos, o que é claramente insuficiente no contexto dos cuidados de saúde primários. Contudo, os autores fizeram um esforço louvável, mas na nossa opinião insuficiente, em incluir áreas mais relacionadas com a saúde e com a própria prestação dos cuidados de saúde, em dois capítulos: um sobre mudança de comportamentos de risco para a saúde e outro sobre comportamentos de procura de cuidados de saúde. Este último é particularmente inovador. Apesar disto, não deixa de ser relevante que cerca de dois terços da obra seja dedicada à intervenção psicológica com indivíduos doentes.

O último capítulo é dedicado a algumas reflexões sobre o futuro da intervenção psicológica neste contexto de saúde.

Seja como for, este livro interessará certamente a todos os que estudam e/ou praticam a intervenção psicológica nos cuidados de saúde primários, especificamente nos Centros de Saúde.

Para além dos psicólogos, os outros técnicos das equipas dos cuidados de saúde primários ficarão a saber o que podem esperar dos psicólogos. Nele encontram informação fundamental para o desenvolvimento de boas práticas e para uma prestação de cuidados psicológicos de qualidade.

Apesar do “peso” excessivo das doenças (onde, não aborda o cancro, a infecção VIH/SIDA nem a depressão, que são problemas clínicos centrais nos cuidados primários) e de não abordar a intervenção psicológica em áreas fundamentais como a saúde materna, saúde infantil, saúde do idoso e cuidados continuados, humanização e qualidade, no essencial este livro vale por três áreas-chave que aborda: a sistematização baseada na evidência das diferentes técnicas psicológicas que podem ser úteis no trabalho psicológico com indivíduos doentes; a delimitação do campo da psicologia clínica da saúde nos cuidados primários e, ainda, a reflexão sobre a organização da consulta e/ou serviço de psicologia nos cuidados primários.

*José A. Carvalho Teixeira / Isabel Trindade*