

**PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE
ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIÁTRICA
N.º 04/2023**

Assunto: DISTINÇÃO ENTRE AS INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM “EDUCAÇÃO EM SAÚDE” E “PSICOEDUCAÇÃO”

1. QUESTÃO COLOCADA

“...Qual é a diferença entre as intervenções de Enfermagem “Educação em saúde” e “Psicoeducação”?”

2. FUNDAMENTAÇÃO

2.1. DA REGULAÇÃO PROFISSIONAL

De acordo com o Regulamento de Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica (Regulamento n.º 515/2018, de 7 de agosto), este(a) profissional *“Presta cuidados psicoterapêuticos, socioterapêuticos, psicossociais e psicoeducacionais à pessoa, ao longo do ciclo de vida, mobilizando o contexto e dinâmica individual, familiar, de grupo ou comunitário, de forma a manter, melhorar e recuperar a saúde”* (p. 21430). Dentro dessa competência específica, enquanto unidade de competência e de acordo com o mesmo Regulamento, ressalva-se que o(a) enfermeiro(a) especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica (ESMP) *“Coordena, desenvolve e implementa programas de psicoeducação e treino em saúde mental”* (Regulamento n.º 515/2018, de 7 de agosto, p. 21430). Finalmente, enquanto critério de avaliação dessa mesma unidade de competência, pode ler-se no Regulamento supramencionado que o(a) enfermeiro(a) especialista em ESMP *“Implementa intervenções psicoeducativas para promover o conhecimento, compreensão e gestão efetiva dos problemas relacionados com a saúde mental, as perturbações e doenças mentais”* (Regulamento n.º 515/2018, de 7 de agosto, p. 21430).

Os Padrões de Qualidade dos Cuidados Especializados de Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica (Ordem dos Enfermeiros, 2017) fazem igual referência ao facto de o(a) enfermeiro(a) especialista em ESMP prestar *“cuidados de âmbito (...) psicoeducativo”* (p. 11) e utilizar *“técnicas psicoeducativas”* (p. 9). Nesse mesmo instrumento de regulação profissional pode ler-se uma definição de acordo com a qual o conceito de psicoeducação é apresentado nos seguintes termos: *“A psicoeducação é uma forma específica de educação. É destinada a ajudar pessoas com doença mental ou qualquer pessoa com interesse na doença mental, possibilitando a compreensão dos factos sobre uma ampla gama de doenças mentais, de forma clara e concisa. É também uma maneira de desenvolver compreensão e aprender estratégias para lidar com a doença mental e os seus efeitos. A psicoeducação não é um tratamento – é projetada para ser parte de um plano global de tratamento. Por exemplo, o conhecimento de uma doença é crucial para os indivíduos e sua rede de apoio poderem ser capazes de*



**PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE
ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIÁTRICA
N.º 04/2023**

conceber os seus próprios planos de prevenção de recaídas e de estratégias de gestão da doença”
(Ordem dos Enfermeiros, 2017, p. 15).

2.2. DO ENQUADRAMENTO TEÓRICO / CONCEPTUAL

A Organização Mundial da Saúde definiu o conceito de “educação em saúde” ou “educação para a saúde”, em 2011, como *“qualquer combinação de experiências de aprendizagem destinadas a ajudar as pessoas e as comunidades a melhorar a sua saúde através do aumento do seu conhecimento ou da influência das suas atitudes”*. Assim, atendendo a que o conhecimento, *per se*, pode não ser suficiente para motivar a mudança, a educação em saúde visa melhorar os conhecimentos, as atitudes e as competências de modo a influenciar positivamente os comportamentos de saúde das pessoas e das comunidades (Baumann & Karel *in* Gellman & Turner, 2013).

A educação em saúde pode ser realizada / concretizada em diversos contextos / *settings* e pode ter como alvo pessoas individuais, grupos, ou populações mais alargadas. Ainda que a educação em saúde seja geralmente enquadrada no âmbito da prevenção primária, enquanto estratégia de promoção da saúde, esta também pode ser realizada ao nível secundário e terciário. Assim, enquanto que a educação em saúde no nível de prevenção primário visa educar para promover comportamentos saudáveis e para prevenir a ocorrência de doença ou dano, nos níveis secundário e terciário esta foca-se no ensino de estratégias de deteção precoce de problemas, através da identificação de fatores de risco, e de reabilitação, para otimizar a funcionalidade e prevenir complicações de doenças (Baumann & Karel *in* Gellman & Turner, 2013).

Já a intervenção psicoeducacional visa, essencialmente, aumentar a literacia em saúde mental das pessoas-alvo da prestação de cuidados (Morgado, Loureiro, & Botelho, 2022). Assim, como forma de melhor compreender o fim último da intervenção, importa definir o conceito de “literacia em saúde mental”, termo introduzido por Jorm *et al.* em 1997, mas que foi sofrendo uma progressiva evolução ao longo do tempo. No ano 2000 o conceito de “literacia em saúde mental” foi alargado, tendo passado a incluir os seguintes componentes: (a) a capacidade para reconhecer doenças ou tipos de *distress* psicológico específicos; (b) o conhecimento e as crenças acerca das causas e fatores de risco; (c) o conhecimento e as crenças acerca das intervenções de autoajuda; (d) o conhecimento e as crenças acerca da ajuda profissional disponível; (e) as atitudes que facilitam o reconhecimento e uma procura de ajuda apropriada; e (f) o conhecimento acerca de como procurar informação acerca da saúde mental (Jorm, 2000). Já em 2016, Kutcher *et al.* alargaram ainda um pouco mais o conceito, passando a incluir no mesmo a compreensão acerca de como obter e manter uma boa saúde mental / saúde mental positiva.

Portanto, em síntese, a intervenção psicoeducacional refere-se ao uso de técnicas que visam aumentar a literacia em saúde mental das pessoas-alvo da prestação de cuidados. Esta trata-se, portanto, de acordo com a literatura, de um subtipo de educação em saúde (Atri & Sharma, 2007).



**PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE
ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIÁTRICA
N.º 04/2023**

2.3. DA PRÁTICA CLÍNICA

Relativamente à implementação da intervenção psicoeducacional nos contextos da prática clínica, é ampla a investigação realizada, com elevado nível de evidência, que sugere a sua efetividade. A título de exemplo, uma revisão sistemática da literatura com meta-análise realizada por Ong *et al.* (2023) permitiu concluir que a intervenção psicoeducacional melhora a autoeficácia, o suporte social e o nível de depressão de mulheres primíparas, ainda que se tenha verificado a necessidade de realização de estudos primários adicionais, principalmente em países não asiáticos.

Também no que diz respeito à doença mental propriamente dita a intervenção psicoeducacional tem vindo a apresentar resultados promissores. Assim, uma revisão sistemática da literatura com meta-análise realizada por Lincoln, Wilhelm e Nestoriuc (2007), incluindo estudos que se haviam debruçado sobre pessoas com perturbações do espectro psicótico, permitiu concluir que a intervenção psicoeducacional, independentemente da modalidade de tratamento, produziu um efeito moderado, após o término do tratamento, ao nível da recaída / descompensação, e um efeito reduzido, ainda que significativo, ao nível do conhecimento. Já no que concerne aos sintomas, à funcionalidade e à adesão ao regime medicamentoso, a intervenção não se revelou efetiva. Importa ainda notar que as intervenções psicoeducacionais que incluíram familiares da pessoa doente revelaram-se mais eficazes na redução dos sintomas e na prevenção da recaída / descompensação.

Finalmente, também em artigos publicados em revistas científicas de Enfermagem a intervenção psicoeducacional apresenta resultados sugestivos da sua efetividade. Assim, numa revisão sistemática da literatura com meta-análise realizada por Cheng *et al.* (2022), incluindo estudos que envolviam cuidadores de pessoas com cancro, as intervenções psicoeducacionais apresentaram efeitos de curto prazo positivos ao nível da ansiedade, depressão, qualidade de vida, sobrecarga e autoeficácia dos cuidadores, assim como efeitos positivos a longo prazo no que concerne à sua saúde física.

3. CONCLUSÃO

Tendo por base todas as informações e considerações supramencionadas, e no sentido de dar resposta à questão colocada, a Mesa do Colégio da Especialidade de Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica da Ordem dos Enfermeiros considera que:

- a)** A intervenção de Enfermagem “Executar [educação em saúde]” trata-se de um conceito amplo, dentro do qual se enquadra a intervenção de Enfermagem “Executar [intervenção psicoeducacional]”.
- b)** A intervenção de Enfermagem “Executar [intervenção psicoeducacional]” refere-se ao uso de técnicas que visam aumentar a literacia em saúde mental da(s) pessoa(s)-alvo da prestação de cuidados.
- c)** A intervenção de Enfermagem “Executar [intervenção psicoeducacional]” não se circunscreve somente ao ensino acerca da doença mental. Esta engloba, igualmente, (a) a capacitação para o



PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIÁTRICA N.º 04/2023

reconhecimento de doenças ou tipos de *distress* psicológico específicos, (b) o ensino acerca das causas e fatores de risco, (c) o ensino acerca das intervenções de autoajuda, (d) o ensino acerca da ajuda profissional disponível, (e) o ensino acerca das atitudes que facilitam o reconhecimento e uma procura de ajuda apropriada, (f) o ensino acerca de como procurar informação acerca da saúde mental, e (g) o ensino acerca de como obter e manter uma boa saúde mental / saúde mental positiva.

d) A intervenção de Enfermagem “Executar [intervenção psicoeducacional]”, pese embora se trate de um subtipo da intervenção de Enfermagem “Executar [educação em saúde]”, é apenas passível de realização por parte do(a) enfermeiro(a) especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica, já que apenas este(a) detém as competências específicas que permitem a realização da intervenção dando garantias de segurança e qualidade dos cuidados prestados à(s) pessoa(s)-alvo da mesma.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Atri, A., & Sharma, M. (2007). Psychoeducation: Implications for the profession of health education. *Californian Journal of Health Promotion*, 5(4), 32–39. <https://doi.org/10.32398/cjhp.v5i4.1266>

Baumann, L. C., & Karel, A. (2013). Health education. In M. D. Gellman, & J. R. Turner (Eds.), *Encyclopedia of behavioral medicine*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_320

Cheng, Q., Xu, B., Ng, M., Duan, Y., & So, W. (2022). Effectiveness of psychoeducational interventions among caregivers of patients with cancer: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 127, 104162. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2021.104162>

Jorm, A. (2000). Mental health literacy: Public knowledge and beliefs about mental disorders. *British Journal of Psychiatry*, 177(5), 396–401. <https://doi.org/10.1192/bjp.177.5.396>

Jorm, A., Korten, A., Jacomb, P., Christensen, H., Rodgers, B., & Pollitt, P. (1997). ‘Mental health literacy’: A survey of the public’s ability to recognise mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *Medical Journal of Australia*, 166(4), 182–186. <https://doi.org/10.5694/j.1326-5377.1997.tb140071.x>

Kutcher, S., Wei, Y., Costa, S., Gusmão, R., Skokauskas, N., & Sourander, A. (2016). Enhancing mental health literacy in young people. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25, 567–569. <https://doi.org/10.1007/s00787-016-0867-9>

Lincoln, T. M., Wilhelm, K., & Nestoriuc, Y. (2007). Effectiveness of psychoeducation for relapse, symptoms, knowledge, adherence and functioning in psychotic disorders: A meta-analysis. *Schizophrenia Research*, 96(1-3), 232–245. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2007.07.022>

Morgado, T., Loureiro, L., & Botelho, M. A. (2022). Acceptability and feasibility of the ProLiSMental psychoeducational intervention to promote adolescents' mental health literacy on anxiety in a school context. *Issues in Mental Health Nursing*, 43(6), 532–542. <https://doi.org/10.1080/01612840.2021.1999541>



**PARECER DA MESA DO COLÉGIO DA ESPECIALIDADE DE
ENFERMAGEM DE SAÚDE MENTAL E PSIQUIÁTRICA
N.º 04/2023**

Ong, Q. O., Ong, J. W., Ang, M. Q., Vehviläinen-Julkunen, K., & He, H. G. (2023). Systematic review and meta-analysis of psychoeducation on the psychological and social impact among first-time mothers. *Patient Education and Counseling*, 111, 107678. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2023.107678>

Ordem dos Enfermeiros. (2017). *Padrões de qualidade dos cuidados especializados de enfermagem de saúde mental e psiquiátrica*. https://www.ordemenfermeiros.pt/media/5685/ponto-2_padroesqualidadece_smp.pdf

Regulamento n.º 515/2018, de 7 de agosto (2018). Diário da República: Série II, n.º 151. <https://files.diariodarepublica.pt/2s/2018/08/151000000/2142721430.pdf>

Nos termos do n.º 5 do artigo 42.º do - Estatuto da Ordem dos Enfermeiros publicado no Decreto-Lei n.º 104/98, de 21 de Abril, alterado e republicado pelo Anexo II à Lei n.º 156/2015, de 16 de setembro.

Relatores: MCEESMP

Aprovada: Na reunião ordinária da MCEESMP, dia 29/06/2023

PI´ A Mesa do Colégio da Especialidade de Enfermagem
de Saúde Mental e Psiquiátrica
Enf. Francisco Sampaio
Presidente

