

Formação em Aconselhamento-SIDA

Experiência do ISPA em Formação numa Área Específica de Aconselhamento de Saúde

JOSÉ A. CARVALHO TEIXEIRA (*)

1. ACONSELHAMENTO RELACIONADO COM A INFECÇÃO VIH/SIDA

O aconselhamento psicológico na área da infecção pelo VIH e da SIDA é uma *relação clínica* face-a-face, que visa facilitar uma adaptação mais satisfatória do sujeito em relação à sua situação face ao VIH e uma optimização dos seus recursos pessoais. Está contida nesta conceptualização a ideia de que o aconselhamento visa ajudar o sujeito a mudar comportamentos, designadamente quando estão em causa comportamentos de risco em relação ao VIH. Assim, esta definição é suficientemente abrangente para englobar não só o aconselhamento de sujeitos seropositivos para o VIH e o aconselhamento de doentes de SIDA, mas também o aconselhamento preventivo, o aconselhamento pré-teste, o aconselhamento pós-teste de seronegativos e o aconselhamento de famílias, entre outros.

O aconselhamento relacionado com a infecção VIH/SIDA é um caso específico de *aconselhamento de saúde* que, em virtude do facto da prevenção ser a única estratégia eficaz em relação ao VIH, adquiriu grande importância e significado. Mais do que isso, disponibilizar nos serviços de saúde diferentes modalidades de aconselha-

mento-SIDA tem relação directa com a *qualidade dos cuidados* que são prestados.

O aconselhamento-SIDA envolve transmitir informação (sobre o VIH e a SIDA), ajudar a tomar decisões, a lidar com dificuldades (comunicacionais, relacionais e outras), e a encontrar soluções, nomeadamente na área da mudança de comportamentos.

Embora envolvendo métodos específicos (directivos ou semidirectivos), o aconselhamento-SIDA não é confundível com psicoterapia que, como se sabe, implica uma relação intensiva e regular, geralmente suportada por um vínculo contratual, e com finalidades de reestruturação mais ou menos profunda do funcionamento mental. No entanto, refira-se que, perseguindo objectivos diferenciados, as psicoterapias individuais, juntamente com os grupos de suporte e os de ajuda mútua, são também recursos importantes para a intervenção nesta área.

O aconselhamento enquadra-se na prevenção e controlo da infecção pelo VIH (tal como definidas pelo OMS) e visa motivar os sujeitos infectados ou com história de comportamentos de risco a mudar comportamentos que possam colocar os outros em risco ou a si próprios. Mas também visa os sujeitos preocupados («worried well») com a possibilidade de poderem estar in-

(*) Psiquiatra. Assistente, ISPA. Coordenador do Núcleo de Investigação de Psicologia da Saúde.

fectados mas sem história de comportamentos de risco.

Os principais *objectivos* do aconselhamento-SIDA são:

- Disponibilizar uma ajuda psicológica para dar resposta às necessidades emocionais dos sujeitos afectados (e suas famílias)

- Escutar e acolher o sofrimento

- Identificar as preocupações fundamentais e ajudar o sujeito a lidar com elas

- Fornecer informação sobre a infecção pelo VIH e a SIDA (vias de transmissão, comportamentos seguros, comportamentos de risco, etc.), mas naturalmente «à medida» da informação que o sujeito já dispõe

- Avaliar a ressonância afectiva das preocupações e da própria informação

- Detectar dificuldades relacionais entre o sujeito e a família, e entre o sujeito e outros técnicos de saúde, facilitando o desenvolvimento de estratégias que permitam a superação dessas dificuldades

- Ajudar o sujeito a tomar decisões informadas e a gerir a sua vida no quadro das circunstâncias concretas em que se encontra

- Orientar eventualmente para apoios especializados (psicoterapias, psiquiatria, apoio social, etc.) e facilitar o acesso do sujeito aos cuidados de saúde e aos serviços de apoio social e/ou comunitário.

Estes *objectivos* deverão *ser adaptados à preocupação que o sujeito apresenta como essencial para si próprio em cada sessão de aconselhamento*. Isto quer dizer que hoje a sessão de aconselhamento poderá consistir «apenas» em ouvir a história, enquanto que na seguinte poder-se-à ter que lidar com as dificuldades em comunicar ao companheiro (a) o resultado positivo do teste para o VIH.

Em síntese, os *objectivos* do aconselhamento-SIDA são: facilitar uma adaptação psicológica mais satisfatória à situação, transmitir informação, ajudar na resolução de problemas, promover e facilitar a mudança de comportamentos e aumentar a autonomia pessoal na gestão da situação concreta em que o sujeito se encontra.

O aconselhamento-SIDA é *indispensável* porque a infecção pelo VIH é uma situação de *ameaça à vida e geradora de sofrimento*: não há tratamento curativo eficaz nem vacina; é trans-

missível, e a transmissão relaciona-se com o comportamento; envolve níveis elevados de incerteza e, finalmente, confronta com diversas dificuldades (afectivas, comunicacionais, relacionais, familiares e sociais).

Dado que a prevenção (adopção de comportamentos seguros) é actualmente a única estratégia eficaz na luta contra a SIDA, *o aconselhamento psicológico pode desempenhar papel relevante na prevenção da infecção pelo VIH*, em particular porque, como se sabe, a informação é necessária mas não suficiente para a mudança de comportamentos. Apesar de adequadamente informadas, muitas pessoas mantêm comportamentos de risco em relação ao VIH, o que pode relacionar-se e/ ou implicar diferentes dificuldades emocionais e relacionais. Isto pode acontecer em relação com *factores psicopatológicos*, mas sobretudo com *factores psicológicos*, nomeadamente ligados aos significados que o envolvimento em comportamentos de risco pode ter para o sujeito (alívio de tensão emocional, atenuação da tristeza, escape comportamental em situações de confronto com o *stress* e crenças de que o próprio seria clarividente na escolha de parceiros sexuais seguros, entre outros).

Tenha-se em conta, também, que *são diferentes e multivariadas as estratégias de adaptação que são utilizadas para lidar com a ameaça da infecção pelo VIH*, nomeadamente em sujeitos seronegativos e mesmo em sujeitos que desconhecem o seu estado de imunidade em relação ao vírus. Neste particular, o aconselhamento individual poderá ter grande valor preventivo, nomeadamente porque essas estratégias de adaptação parecem depender do tipo de relação afectiva em causa (significado, expectativas), nível de informação, situação no ciclo de vida, confronto com o *stress*, crenças de saúde e suporte social, entre outros factores, cuja avaliação individualizada é quase sempre indispensável. Isto porque as estratégias de adaptação individual à ameaça da infecção podem resultar em comportamentos de risco efectivos.

Sem esquecer que, em certos casos, a estratégia de adaptação ao risco de infecção pode envolver o que o sujeito acredita ser (mas que pode não ser) uma gestão racional desse risco, mas também a realização recorrente do teste para o VIH sempre que o sujeito duvida de uma relação e/ou após um período da sua vida em que teve

realmente comportamentos de risco. Em conclusão: *os entraves à adopção de comportamentos sexuais seguros não remetem exclusivamente para a psicopatologia*, ao contrário do que certas abordagens reducionistas querem fazer crer.

Em geral, o aconselhamento-SIDA *deverá ser disponibilizado a qualquer sujeito que o solicite*. Não deverá ser obrigatório, mas sim disponibilizado a quem sinta que dele necessita num determinado momento. Mais particularmente, pode ser útil identificar sujeitos que podem ter necessidades específicas de aconselhamento psicológico nesta área:

- Sujeitos com história de comportamentos de risco, independentemente da sua orientação sexual
- Sujeitos dependentes de drogas intravenosas
- Sujeitos hemofílicos
- Parceiros sexuais de todos os anteriores
- Técnicos de saúde
- Sujeitos que se percebem em risco em relação ao VIH, independentemente de estarem ou não (ou seja: sujeitos preocupados com ou sem história de comportamentos de risco)
- Sujeitos seropositivos para o VIH
- Sujeitos doentes com SIDA
- Famílias de sujeitos seropositivos e de doentes de SIDA.

Mesmo tendo em conta que se trata de aconselhamento de saúde, o aconselhamento psicológico na área da SIDA pode ser realizado quer nos *serviços de saúde* quer na *comunidade* (organizações não governamentais, por exemplo). No caso dos serviços de saúde, a primeira dificuldade é a da implantação escassa dos psicólogos, em particular nos cuidados primários. Contudo, tenha-se em conta que não queremos com isto dizer que só seria possível disponibilizar aconselhamento-SIDA nos serviços de saúde desde que lá existam psicólogos, nomeadamente porque é inegável que algumas modalidades do aconselhamento – nomeadamente o aconselhamento pré e pós-teste terão que ser realizadas na maioria dos casos pelos próprios médicos. Isto quer dizer que existem necessidades duplas de formação em aconselhamento-SIDA. Ou seja: há que encontrar modelos de intervenção que sejam adequados a cada situação concreta, naturalmente diferente nos

centros de saúde, hospitais e centros comunitários.

O aconselhamento psicológico na área da infecção pelo VIH/SIDA é um *acto clínico*. Resulta daqui que *só deverá ser realizado por profissionais de saúde com formação e treino clínico* que, adicionalmente, façam *formação e treino específico* em aconselhamento-SIDA. Sem esquecer a necessidade imperiosa de assegurar, em todas as situações, os princípios da *confidencialidade* e do *consentimento informado*.

A relação de aconselhamento tem 3 componentes fundamentais, que podem ser agidas de forma diferente consoante as circunstâncias concretas e as modalidades de aconselhamento. Estas 3 componentes são:

- *Pedagógica*, relacionada com a transmissão da informação (sobre o VIH e a SIDA)
- *Ajuda*, a lidar com as dificuldades e a tomar decisões, bem como a mudar comportamentos
- *Apoio*, o que tem que ver com transmissão de segurança emocional, facilitação da auto-eficácia e do controlo pessoal, promoção de autonomia pessoal e das estratégias de confronto que pareçam mais adequadas.

O exercício clínico nesta área de aconselhamento de saúde exige algumas características profissionais e pessoais desejáveis, implica formação e supervisão de casos (intimamente relacionadas com a responsabilidade e competência profissionais) e obrigações indeclináveis na observância da confidencialidade, do consentimento informado e de aspectos éticos na investigação.

2. EXPERIÊNCIA DE FORMAÇÃO EM ACONSELHAMENTO-SIDA

Organizados pelo ISPA e pelo Instituto de Clínica Geral da Zona Sul realizam-se regularmente, desde 1992, *cursos de formação em aconselhamento-SIDA para Clínicos Gerais e Psicólogos*, alternadamente numa e noutra instituição. Até à data, foram realizados 7 cursos, frequentados por 142 formandos, sendo 101 Clínicos Gerais/Médicos de Família e 41 Psicólogos. Em geral, os médicos de família são provenientes de vários centros de saúde da Grande Lisboa e da

região sul do País, enquanto que os psicólogos têm sido profissionais ligados a serviços de aconselhamento telefónico, consultas hospitalares especializadas e organizações não governamentais.

Os modelos de formação e treino que têm sido desenvolvidos noutros países nesta área são muito variados e podem incluir sessões temáticas, seminários com especialistas, workshops experienciais e discussões de casos. Considerando as características das populações-alvo, optámos por uma acção de formação de 1 semana, com duração total de 33 horas, numa combinação flexível de sessões temáticas, workshop experiencial, seminários com especialistas e discussão de casos.

Refira-se que esta importante acção de formação, pioneira no nosso país, recebeu apoio activo da Comissão Nacional de Luta Contra a SIDA, quando presidida pela Prof.^a Doutora Laura Ayres e, mais tarde, pelo Prof. Doutor Machado Caetano. Finalmente, refira-se que formámos os primeiros psicólogos portugueses para aconselhamento telefónico na área da SIDA, nomeadamente para a Linha-SIDA, que esteve sob nossa supervisão desde a sua criação até Outubro de 1992.

Constituem *objectivos* deste curso:

- Proporcionar conhecimentos relevantes e actualizados sobre a virulogia, a epidemiologia e as manifestações clínicas da infecção pelo VIH

- Proporcionar formação em técnicas de aconselhamento para: (a) disponibilizar apoio psicológico a pessoas infectadas pelo VIH, a doentes com SIDA e suas famílias, bem como a pessoas preocupadas com a possibilidade de poderem estar infectadas; (b) promover e manter a modificação de comportamentos necessária à prevenção e controlo da infecção pelo VIH e, ainda (c) ajudar as pessoas infectadas a manter um nível máximo de funcionamento e qualidade de vida o máximo de tempo possível

- Promover a apreensão dos princípios, valores e atitudes no aconselhamento relacionado com o VIH/SIDA.

Subjacentes aos objectivos acima mencionados identificam-se as *estratégias* desenvolvidas para os atingir:

- Preparar os formandos para a comunicação de informação complexa que possa ser compreensível para as pessoas que desenvolvem comportamentos de procura de cuidados de saúde relacionados com a problemática do VIH/SIDA

- Desenvolver competências relacionais para o apoio e ajuda às pessoas afectadas e suas famílias

- Discutir questões éticas pertinentes, nomeadamente as relacionadas com a confidencialidade e o consentimento informado

- Treinar os participantes para o reconhecimento das opções que se colocam às pessoas afectadas pelo VIH

- Explorar as atitudes pessoais, crenças e medos em relação a temas como a morte, a sexualidade e o contágio.

Actualmente, o Clínico Geral/Médico de Família tenderá a assumir cada vez mais o acompanhamento de pessoas afectadas pelo VIH, ou simplesmente preocupadas. Assim, constitui-se como interlocutor privilegiado para assumir o suporte em cada uma das etapas, aconselhar e estabelecer ligação entre o paciente, os outros técnicos de saúde e agentes sociais.

A participação activa e empenhada do ISPA nesta iniciativa, juntamente com o Instituto de Clínica Geral da Zona Sul, representa o reconhecimento da importância da intervenção psicológica na prevenção e controlo da infecção pelo VIH e, ao mesmo tempo, abre perspectivas novas e aliciantes de diálogo entre os profissionais da Medicina e da Psicologia a propósito de um campo de intervenção e de investigação da máxima actualidade em Psicologia da Saúde e nos Cuidados Primários de Saúde.

No caso específico dos cuidados primários, a nossa experiência indica que existe grande interesse e utilidade em que a formação e treino em aconselhamento-SIDA inclua técnicos de saúde com conhecimentos e competências diferentes, como são os médicos de família e os psicólogos.

O *desenvolvimento curricular* destas acções de formação obedecem ao que tem sido internacionalmente aceite nesta área, nomeadamente no que se refere à inclusão de 3 dimensões consideradas fundamentais: *informação/conhecimento* sobre VIH e SIDA, *atitudes e crenças* em relação às práticas sexuais, diferenças culturais e dependência de drogas, bem como *desenvolvimen-*

to de competências específicas para transmitir informação, contribuir para a redução do risco de infecção pelo VIH e aconselhar em diferentes situações.

Assim, os conteúdos do curso incluem: aspectos médicos básicos (epidemiologia da SIDA, transmissão do VIH, manifestações clínicas da SIDA, tratamentos médicos, bem como informação essencial em matéria de virulogia e imunologia relacionada com o VIH e com o diagnóstico laboratorial da infecção); aspectos psicopatológicos da infecção pelo VIH e SIDA, bem como aspectos psicológicos, designadamente os relacionados com as estratégias de adaptação que os sujeitos utilizam para lidarem com a ameaça da infecção, juntamente com os associados à adaptação à infecção e à doença, e aos obstáculos de natureza psicológica (e psicossocial) que possam entravar as estratégias de prevenção, quer as individuais quer as de determinados grupos sociais; trabalho de grupo sobre as crenças e atitudes em relação à SIDA, que inclui também atenção especial aos aspectos éticos e legais envolvidos; aquisição e treino de competências em aconselhamento pré-teste, aconselhamento pós-teste, aconselhamento e familiar e aconselhamento preventivo. Finalmente, são discutidas as modalidades de desenvolvimento de aconselhamento-SIDA nos cuidados primários, sempre numa perspectiva centrada sobre os problemas, nomeadamente através da discussão de casos ou de problemas associados à prestação de cuidados de saúde, abordagem pedagógica que se revela sempre muito útil neste contexto. Neste particular são debatidas as possibilidades de realização de várias modalidades de aconselhamento e de outros serviços de apoio, os recursos humanos e técnicos necessários, os princípios gerais de actuação e as ligações a estabelecer com outros serviços e a comunidade.

BIBLIOGRAFIA

- Bor, R., Miller, R. & Goldman, E. (1993). *Theory and Practice of HIV Counselling (A Systemic Approach)*. London: Cassel.
- Carvalho Teixeira, J.A. (1993). *Psicologia da Saúde e Sida*. Lisboa: ISPA.
- Davis, H. & Fallowfield, L. (1991). Organizational and Training Issues. In *Counselling and Communication in Health* (H. Davis & L. Fallowfield, Eds.), pp. 319-342, Chichester: John Wiley and Sons.
- Green, J. & Mc Creaner, A. (Ed.) (1989). *Counselling in HIV Infection and AIDS*. Oxford: Blackwell Scientific Publications.
- Lewis, J.A., Sperry, L. & Carlson, J. (1993). *Health Counselling*. Pacific Grove: Brooks/Cole Publishing Company.
- Mc Creaner, A. (1989). Training Models. In *Counselling in HIV Infection and AIDS* (J. Green & A. Mc Creaner, Eds.), pp. 276-284, Oxford: Blackwell Scientific Publications.
- Miller, R. & Bor, R. (1990). *AIDS - A Guide to Clinical Counselling*. New York: Science Press.
- OMS (1993). *Pour une formation mieux adaptée des Professionnels de la Santé - Rapport d'un groupe d'étude de l'OMS sur l'apprentissage pour la résolution de problèmes des professionnels de la santé*. Genève: OMS, Série de Rapports Techniques, 838.
- Santos Lucas, J. & Santos, S. (1993). Médicos de Família e Prevenção da SIDA. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, II(2): 29-34.
- WHO (1987). *Training on AIDS for personnel in drug treatment centres* (Report on a WHO meeting). Bremen: WHO, Regional Office for Europe.
- WHO (1990). *Guidelines for Counselling about HIV Infection and Disease*. Genève: World Health Organization.

RESUMO

Neste artigo apresentam-se, em primeiro lugar, os aspectos essenciais do aconselhamento-SIDA, como área específica de aconselhamento de saúde, destacando a sua importância para a prevenção da infecção pelo VIH. Na segunda parte introduzimos a nossa experiência e modelo de formação em aconselhamento-SIDA para clínicos gerais/médicos de família e psicólogos.

ABSTRACT

This paper is divided into two main sections. In the first we approach the question of counselling in HIV infection and AIDS. In the second we introduce our experience and training model on HIV/AIDS counselling for family doctors and psychologists.