

# A Comunicação Eficaz na Base da Educação Terapêutica

## *Effective Communication at the Basis of Therapeutic Education*

Paula Ribeiro Martins<sup>1</sup>, Catarina Campos Pinto<sup>1</sup>

**Autor Correspondente/Corresponding Author:**

Paula Ribeiro Martins [psmartins1995@gmail.com]  
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-7901-2706>

**PALAVRAS-CHAVE:** Comunicação; Cooperação e Adesão ao Tratamento; Relações Médico-Doente

**KEYWORDS:** Communication; Physician-Patient Relations; Treatment Adherence and Compliance

A educação terapêutica do doente é um processo estruturado de aprendizagem centrado na pessoa que proporciona os meios necessários para que os indivíduos que vivem com condições crónicas possam gerir a sua saúde, apoiados pelas suas famílias. É parte integrante do tratamento de doenças crónicas de forma individualizada, tendo como objetivo conduzir a melhores resultados em saúde.<sup>1</sup>

A comunicação é a base dos cuidados de saúde de qualidade, sendo o ponto de partida para a mudança de conhecimentos, atitudes e comportamentos dos doentes e, consecutivamente, a capacitação dos mesmos para gestão da sua saúde e bem estar.

A comunicação nos cuidados de saúde é uma competência clínica fundamental dado que fortalece a confiança entre o médico e o doente, criando uma relação terapêutica com impacto na tomada de decisões, gestão de emoções e adesão terapêutica. É um processo

complexo de apoio ao cuidado do doente que engloba o comportamento verbal e não verbal, bem como recursos visuais e outros materiais de apoio (como infográficos, folhetos e ferramentas digitais). Vários estudos reforçam que a comunicação eficaz melhora significativamente o prognóstico da doença, a satisfação do doente e reduz os custos em saúde.<sup>2</sup>

O modelo biopsicossocial defende que os fatores sociais e psicológicos podem ter influência quer como causa da doença, quer como fator determinante da sua gravidade. Na prática clínica o médico deve compreender a reciprocidade da causalidade das doenças e saber que a relação médico-doente tem um efeito significativo na doença e no seu curso, devendo entender quer o doente, quer a natureza física da doença e o significado que esta tem para ele.<sup>2</sup>

Segundo a Organização Mundial da Saúde, a educação terapêutica do paciente é a intervenção custo-efetiva

1.Unidade de Saúde Familiar Ara de Trajano - Unidade Local de Saúde do Alto Ave, PORTUGAL

Recebido/Received: 2024-06-30; Aceite/Accepted: 2024-08-06; Publicado online/Published online: 2024-09-05

© Author(s) (or their employer(s)) and Gazeta Médica 2024. Re-use permitted under CC BY-NC 4.0. No commercial re-use.

© Autor (es) (ou seu (s) empregador (es)) e Gazeta Médica 2024. Reutilização permitida de acordo com CC BY-NC 4.0. Nenhuma reutilização comercial.

que demonstrou melhorar resultados e qualidade de vida para as pessoas que vivem com condições crônicas.<sup>1</sup>

A educação terapêutica baseia-se em dois pilares, nomeadamente as técnicas que ajudam os doentes na definição de objetivos, planeamento de ações e tomada de decisão partilhada, considerando as necessidades de cada doente, e a realização de intervenções educativas que apoiam o doente na aquisição de conhecimentos, competências e confiança.<sup>1</sup>

Como tal, é fundamental que os médicos reconheçam a importância da comunicação eficaz, do contacto emocional interpessoal e das capacidades relacionais que melhorem a qualidade da prática médica. Desta forma, aumentam a eficácia dos procedimentos médicos, a confiança e a satisfação do doente bem como a satisfação profissional do médico e a sua autoconsciência.

Desta forma, sendo a comunicação eficaz de elevada importância na relação médico doente, os médicos deveriam ser suficientemente treinados durante a sua formação pré e pós-graduada em técnicas de comunicação em saúde. Não há dúvida que é necessário aumentar a compreensão dos benefícios e das barreiras sistémicas à comunicação eficiente, de modo a intervir também a nível organizacional.

Os grupos *Balint* são a oportunidade de o médico aprender e dominar a resposta emocional, adquirindo conhecimentos teóricos e aprendendo a reconhecer reações, atitudes e padrões de comportamento. Assim permite que os médicos ganhem confiança, autoestima e satisfação profissional, aumentando a compreensão empática dos casos, com maior assertividade no diagnóstico holístico, eficácia do tratamento e evitando conflitos desnecessários.<sup>3</sup>

Sendo conhecedores do seu impacto positivo em diferentes vertentes da relação médico-doente, os grupos Balint deveriam ser incluídos na formação académica de um médico, a fim de colmatar esta lacuna na prática clínica. Afinal, a comunicação está na base de todas as relações interpessoais.

## RESPONSABILIDADES ÉTICAS

**CONFLITOS DE INTERESSE:** Os autores declaram não possuir conflitos de interesse.

**SUPORTE FINANCEIRO:** O presente trabalho não foi suportado por nenhum subsídio ou bolsa.

**PROVENIÊNCIA E REVISÃO POR PARES:** Não comissionado; revisão externa por pares.

## ETHICAL DISCLOSURES

**CONFLICTS OF INTEREST:** The authors have no conflicts of interest to declare.

**FINANCIAL SUPPORT:** This work has not received any contribution grant or scholarship.

**PROVENANCE AND PEER REVIEW:** Not commissioned; externally peer reviewed.

## REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. Therapeutic patient education: an introductory guide. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2023. [acedido em Junho de 2024]. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/372743>.
2. Zota D, Diamantis DV, Katsas K, Karnaki P, Tsiampalis T, Sakowski P, et al. Essential Skills for Health Communication, Barriers, Facilitators and the Need for Training: Perceptions of Healthcare Professionals from Seven European Countries. *Healthcare*. 2023;11:2058. doi: 10.3390/healthcare11142058.
3. Balint M. The doctor, his patient, and the illness. *Lancet*. 1955;268:683-8. doi: 10.1016/s0140-6736(55)91061-8.