



FACULDADE DE  
MEDICINA  
LISBOA



ÁREA  
ACADÉMICA

## Unidade de Curricular Optativa

Designação da Unidade Curricular: Psicossomática

Ano letivo – 2020/2021

### Tipologia da Unidade Curricular

disciplina optativa

**Palavras chave:** Psicossomática; Emoção; Regulação Psicobiológica; Stress; Epigenética; Desenvolvimento Precoce.

**Área Científica:** Saúde Mental

Esta Unidade Curricular pode ser frequentada por estudantes do 3.º ao 5º ano

Número de vagas – 30

### Breve descrição da Unidade Curricular

A Psicossomática engloba o legado de uma antiga arte de curar e contribuições mais recentes, das neurociências, que facilitam a compreensão dos circuitos cerebrais envolvidos em quase todos os processos de regulação homeostática do organismo. Pode ser entendida como uma leitura da doença mas também como uma atitude médica, face ao doente.

O adoecer em geral, particularmente o adoecer somático, tem sido alvo de teorizações distintas ao longo do tempo, através de leituras que decorrem de um modelo biomédico, de causalidade linear, ou de um modelo biopsicossocial que representou um marco de mudança na compreensão da interação entre níveis, na saúde e na doença.

Num modelo atual, de integração entre as neurociências e as ciências psicológicas, poder-se-á pensar a saúde e o adoecer no contexto de uma vulnerabilidade psicobiológica, determinada pela herança genética, pelo desenvolvimento e experiências precoces e pela modulação epigenética. De facto, a Psicossomática integra a herança de várias perspetivas científicas, da fisiologia à psicanálise e a sua influência numa prática médica integradora e centrada no doente tem sido reconhecida e valorizada, no ensino da Medicina, na maioria dos países europeus e americanos.

Nesta Unidade Curricular Optativa procura-se, como objetivo geral, abordar a questão das relações psicossomáticas/somatopsíquicas, situando-a no contexto filosófico e científico que deu origem à sua fundamentação atual. Apresenta-se uma revisão das principais correntes teóricas e de investigação, com ênfase para as teorias integradoras e elabora-se o conceito de vulnerabilidade psicossomática a partir de fatores biológicos e psicológicos que interagem ao longo do ciclo de vida, visando o reconhecimento da sua importância em cada caso individual e nas diferentes patologias.

Como objetivos específicos, procura-se que os alunos desenvolvam a capacidade de discutir questões metodológicas e conceptuais e de estruturar diferentes intervenções terapêuticas, de forma a promover uma atitude integradora na prática médica e procurando o desenvolvimento das competências necessárias à aplicação destes conceitos.

Salienta-se que o avanço da investigação psicobiológica tem permitido fundamentar uma prática clínica integradora, valorizando a importância da empatia e a necessidade imprescindível de uma boa relação terapêutica.

## Equipa docente

Regente:

### MARCO ALBERTO VICENTE BARRETO TORRADO

Psicólogo Clínico, Professor Auxiliar Convidado da Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica, FMUL.

Membro dos Corpos Sociais da Sociedade Portuguesa de Psicossomática, Editor da Revista Portuguesa de Psicossomática.

Desenvolve investigação na área da regulação emocional, stress e modelos psicossomáticos do adoecer e atividade clínica de Psicologia da Ligação no Hospital Garcia de Orta, E.P.E.

Guest Associate Editor do Research Topic “Psychobiological Research in Psychosomatic Medicine”, secção “Affective Disorders and Psychosomatic Research” da Revista *Frontiers in Psychiatry*, desde 2013.

### SILVIA RAQUEL SOARES OUAKININ

Professora Auxiliar com Agregação da Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica. Regente da Disciplina optativa de Psicossomática entre 2010 e 2018, FMUL

Sócia fundadora e atual Presidente da Sociedade Portuguesa de Psicossomática.

Presidente da Secção de Psico-Oncologia da Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental desde 2016.

Desenvolve atividade clínica e de investigação no âmbito da adaptação à doença crónica, psicoimunologia, stress e regulação emocional.

Coordenação da Equipa de Apoio Psiquiátrico à Unidade de SIDA, do Serviço de Doenças Infecciosas do HSM - CHLN, desde 1994 até ao momento atual.

Guest Associate Editor do Research Topic “Psychobiological Research in Psychosomatic Medicine”, secção “Affective Disorders and Psychosomatic Research” da Revista *Frontiers in Psychiatry*, desde 2013.

### PEDRO MIGUEL ZUZARTE LUÍS

Doutor em Psiquiatria e Saúde Mental pela FMUL, Assistente Convidado da Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica, FMUL.

Desenvolve atividade clínica e de investigação no âmbito da fisiopatologia das perturbações do humor e doenças cardiovasculares, em colaboração com a Universidade de Toronto e a Health Sciences North, Canadá.

### PAULO DAVID PIRES BARREIRA

Psicólogo Clínico, Serviço de Gastrenterologia, HSM-CHLN. Assistente Livre de Psicologia, Tronco Comum III, Neurociências, FMUL.

Doutor em Ciências Biomédicas pela FMUL.

Guest Associate Editor do Research Topic “Psychobiological Research in Psychosomatic Medicine”, secção “Affective Disorders and Psychosomatic Research” da Revista *Frontiers in Psychiatry* desde 2013.

Desenvolve atividade clínica e de investigação na área da depressão e adaptação à doença crónica.

### SUSANA FILIPA GONÇALVES EUSÉBIO

Psicóloga Clínica, Assistente Convidada de Psicologia, Tronco Comum III, Módulo de Neurociências, FMUL.

Mestre em Neurociências pela FMUL, atividade clínica na área da Psico-Oncologia.

Guest Associate Editor do Research Topic “Psychobiological Research in Psychosomatic Medicine”, secção “Affective Disorders and Psychosomatic Research” da Revista *Frontiers in Psychiatry*, desde 2013.

Desenvolve investigação na área da regulação emocional, stress e modelos psicossomáticos do adoecer.

### MARIA INÊS do SOUTO CORREIA BRAZ

Especialista em Psiquiatria, Serviço de Psiquiatria do HSM – CHLN.

Desenvolve atividade clínica e de investigação na área da adaptação à doença crónica, colaborando na Consulta de Apoio Psiquiátrico à Unidade de SIDA, do Serviço de Doenças Infecciosas do HSM – CHLN.

## Conteúdo programático

Os conteúdos programáticos percorrem tópicos relevantes para a consolidação de conhecimentos e competências numa perspetiva psicossomática. Desde uma abordagem histórica que ajuda a compreender o percurso de diferentes correntes do pensamento científico até ao conjunto de dados da investigação atual, procura-se fundamentar a importância desta disciplina na investigação e na clínica. Os modelos de compreensão e explicação do adoecer são apresentados valorizando uma integração psicobiológica e psicossocial, bem como uma perspetiva do desenvolvimento individual. O papel da emoção, do stress e das relações entre diferentes sistemas do organismo permite explicitar a procura dos mecanismos psicofisiológicos e etiopatogénicos associados a várias doenças como o Cancro, a SIDA ou as Doenças cardiovasculares.

### Tópicos

- Evolução dos conceitos em Psicossomática I (Breve revisão de conceitos e perspetivas teóricas. Paradigmas de investigação em psicossomática);
- Evolução dos Conceitos em Psicossomática II (As teorias psicanalíticas e alguns modelos conceptuais);

- Relações entre os sistemas nervoso, endócrino e imunitário (Psiconeuroimunologia -PNI. Fatores psicossociais e função imunitária. PNI e SIDA);
- Patologia Psicossomática na Criança (Psicossomática do bebé e da criança. Vinculação e desenvolvimento. A asma);
- A Vulnerabilidade Psicossomática (Regulação psicobiológica. Emoção, regulação dos afetos e alexitimia);
- Stress e adoecer (Modelos conceptuais. Stress e patologia: Obesidade, doenças cardiovasculares);
- Psico-Oncologia (Fatores psicossociais, desenvolvimento e progressão do cancro);
- Psiquiatria e Saúde Mental de ligação, psicossomática e intervenção terapêutica (Modelos de intervenção terapêutica: psicofarmacológico e psicoterapêutico. A Equipa Multidisciplinar);
- Investigação em Psicossomática;
- Seminário de Apresentação e Discussão de Casos Clínicos.

## **Metodologia de ensino**

Em virtude da pandemia de COVID-19 em curso e das incertezas quanto à sua evolução, as aulas serão feitas por videoconferência. O programa em vigor mantém-se de forma global relativamente aos anos anteriores, excluindo-se apenas (em virtude do exposto) a observação presencial de doentes, metodologia frequentemente utilizada nas aulas práticas.

As outras metodologias de ensino a utilizar, em conformidade com os anos anteriores, procuram estimular a aquisição de conhecimentos específicos da disciplina através da apresentação e discussão de diferentes perspetivas teóricas, partindo de uma atitude de abertura a modelos de causalidade múltipla, de nível físico ou psicológico e à interação entre os diversos níveis.

Para além da exposição teórica, nas aulas práticas serão discutidos casos clínicos que exemplificam os temas abordados, a partir de vinhetas clínicas e com recurso a materiais didáticos audiovisuais. Serão fornecidos artigos relevantes para uma leitura crítica e discussão a propósito das metodologias de investigação em diferentes áreas, estimulando uma reflexão aprofundada e a participação ativa dos alunos.

Face aos dados da investigação, é estimulada uma atitude crítica que promova a capacidade de avaliação dos trabalhos apresentados, distinguindo os seus pontos fortes e as suas fragilidades. Através de exemplos práticos, discute-se a relevância dos conceitos introduzidos numa dimensão mais teórica e procura-se ensaiar as estratégias terapêuticas adequadas a cada situação, tendo em conta o doente na sua globalidade e a evolução da doença.

O quadro seguinte sintetiza o programa curricular adaptado para o próximo ano letivo (1º semestre):

Dia	Aula / formato	Temática	Metodologia
22.09.2020 11-12:50h	TP (plataforma zoom)	Introdução; Evolução dos Conceitos em Psicossomática I e II	Exposição teórica, recurso a powerpoint e materiais didáticos audiovisuais
22.09.2020 14-15:50h	TP (plataforma zoom)	Relações entre os sistemas nervoso, endócrino e imunitário - Psiconeuroimunologia	Exposição teórica, recurso a powerpoint e materiais didáticos audiovisuais Análise de publicações científicas
22.09.2020 16-17:50h	TP (plataforma zoom)	Psicossomática na criança	Análise de publicações científicas Discussão de vinheta clínica
23.09.2020 14-15:50h	TP (plataforma zoom)	Vinculação e Regulação emocional	Exposição teórica, recurso a powerpoint e materiais didáticos audiovisuais
23.09.2020 16-17:50h	TP (plataforma zoom)	Vulnerabilidade Psicossomática e Alexitimia Stress e Adoecer	Análise e discussão de vinhetas clínicas
24.09.2020 14-15:50h	P (plataforma zoom)	Psiquiatria e Saúde Mental de Ligação, intervenção farmacológica	Análise e discussão de vinhetas clínicas
24.09.2020 16-17:50h	P (plataforma zoom)	Psico-Oncologia, intervenção psicoterapêutica	Análise e discussão de vinhetas clínicas
25.09.2020 11-12:50h	P (plataforma zoom)	Investigação em Psicossomática	Análise de publicações científicas e recursos a materiais didáticos audiovisuais
25.09.2020 14-17:50h	S (plataforma zoom)	Avaliação: Apresentação e Discussão de Casos Clínicos	Apresentação com recurso a powerpoint

Legenda

TP – Aula Teórico-prática | P – Aula Prática | S – Seminário

## Bibliografia

- Eusébio S, Ouakinin S. “No Mundo não Tem Boa Sorte Senão quem Tem por Boa a (mãe) que Tem” - Da Vinculação à Saúde na idade adulta. *Revista Portuguesa de Psicossomática*. 2012; Vol (II On-Line): 1-27
- Fava GA, Cosci F, Sonino N. *Current Psychosomatic Practice*. *Psychother Psychosom* 2017; 86:13–30
- Gross JJ & Thompson RA. Emotion Regulation Conceptual Foundations. In: Gross JJ, ed. *Handbook of Emotion Regulation*. Guilford Publications; 2007
- Karatsoreos, IN and McEwen BS. Annual Research Review: The neurobiology and physiology of resilience and adaptation across the life course. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 54:4 (2013), pp 337–347
- LutgendorfSK, Sood AK. Biobehavioral factors and cancer progression: Physiological pathways and mechanisms. *Psychosom Med* 2011; 73,724–730.
- McDonald, PG, O’Connell M, Lutgendorf SK. Psychoneuroimmunology and cancer: A decade of discovery, paradigm shifts, and methodological innovations. *Brain Behav Immun*. 2013; 30(Suppl.), S1–S9
- Morey JN, Boggero IA, Scott AB, and Segerstrom SC. Current Directions in Stress and Human Immune Function. *Curr Opin Psychol*. 2015 October 1; 5: 13–17
- Mushtaq R, Shoib S, Shah T, Mushtaq S. Relationship between Loneliness, Psychiatric Disorders and Physical Health? A Review on the Psychological Aspects of Loneliness. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. 2014 Sep, Vol-8(9): WE01-WE04
- Nusslock R and Miller GE. Early-Life Adversity and Physical and Emotional Health Across the Lifespan: A Neuroimmune Network Hypothesis. *Biological Psychiatry* July 1, 2016; 80:23–32
- Ouakinin S, Torrado M, Eusébio S, Barreira D. Editorial: Psychobiological Research in Psychosomatic Medicine. *Front Psychiatry*. 2017 Feb 13; 8:19
- Ouakinin S. Regulação Psicobiológica e Vulnerabilidade Psicossomática. *Revista Portuguesa de Psicossomática*. 2011; Vol I (On-line): 1-13
- Raison CL, Miller AH. Malaise, melancholia and madness: The evolutionary legacy of an inflammatory bias. *Brain Behav. Immun*. 2013; 31:1-8

Slavich GM, Life Stress and Health: A Review of Conceptual Issues and Recent Findings. Teach Psychol. 2016 October; 43(4): 346–355.

Spiegel D. Mind Matters in Cancer Survival. Psychooncology. 2012 June; 21(6): 588–593.

Torrado M, Eusébio S & Ouakinin S. Alexithymia and Illness: Towards a psychosomatic perspective of emotion regulation deficits. In Teixeira, R., Bermond, B. & Moormann, P. (eds.), Current Developments in Alexithymia – A Cognitive and Affective Deficit (pp. 173-194). Nova Science Publishers, 2018.

Vicente LB. Psicanálise e Psicossomática – Uma Revisão. Revista Portuguesa de Psicossomática. 2005; vol. 7 (1-2,): pp. 257-267.

### **Carga horária de contacto, duração e distribuição ao longo do ano letivo**

Carga horária - 20 horas de contacto (por videoconferência)

Distribuição - Ao longo de uma semana no início de cada semestre letivo

Aulas Teórico-Práticas (TP) 10 horas

Aulas Práticas (P) 6 horas

Seminários (S) 4 horas

### **CrITÉRIOS de avaliação**

A avaliação final inclui o registo de presenças, a participação dos alunos ao longo do curso e a apresentação de um caso clínico na última aula (Seminário). Esta inclui uma apresentação breve da história clínica de um doente com patologia orgânica, o seu enquadramento teórico e discussão, numa perspetiva psicossomática.

Entrega de resumo escrito (2 páginas A4) para classificação de zero a vinte – resumo e apresentação

### **Creditação a atribuir: 2 ECTS**

<u>Tipologia</u>	<u>Carga horária</u>	<u>ECTS</u>
Disciplinas Optativas	20h contacto + 36h estudo	2