

# A importância do Médico de Família na abordagem da Sexualidade



do profissional de saúde e, ainda, de vergonha ou embaraço, quer do utente quer do profissional que o acompanha. Para ultrapassar estas e outras eventuais barreiras e melhorar a abordagem há que saber comunicar com os nossos utentes de uma forma inteligente, demonstrando respeito e sempre livre de preconceitos e juízos de valor. Foi precisamente a noção da existência destas lacunas e da necessidade imperativa de formação na área que motivou a formação do Grupo de Estudos da Sexualidade (GESEX) da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar (APMGF). O grupo, iniciou funções em maio de 2017, tendo como principais objetivos promover a área da Saúde Sexual em eventos científicos; promover a formação e o treino contínuo direcionado às necessidades

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a Saúde Sexual é parte integrante do conceito de bem-estar físico e psíquico de cada indivíduo. A sexualidade, definida pela OMS, em 1992, como “uma energia que nos motiva a procurar amor, contacto, ternura e intimidade, que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados, é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual”, é transversal a todos os in-

divíduos, desde o nascimento até à morte, integrando a personalidade de cada um e constituindo uma necessidade básica que se manifesta das mais diversas formas, influenciando pensamentos, sentimentos, ações e interações. Neste contexto, e sendo a Medicina Geral e Familiar uma área tão abrangente, que pressupõe uma abordagem holística e que é sobretudo caracterizada pela proximidade a todo aquele que nos procura, faz todo o sentido abordar este tema de uma forma mais individualizada, específica e aprofundada, dado o seu impacto na saúde dos nossos utentes. Apesar de grande parte da população reconhecer os profissionais de saúde como interlocutores preferenciais

“Apesar de grande parte da população reconhecer os profissionais de saúde como interlocutores preferenciais na discussão da sexualidade, a sua abordagem fica muito aquém do que seria necessário e desejado”

divíduos, desde o nascimento até à morte, integrando a personalidade de cada um e constituindo uma necessidade básica que se manifesta das mais diversas formas, influenciando pensamentos, sentimentos, ações e interações. Neste contexto,

na discussão da sexualidade, a sua abordagem fica muito aquém do que seria necessário e desejado. As dificuldades prendem-se, entre outras, com as limitações de tempo de consulta por utente, de falta de preparação específica por parte

## ABORDAGEM DA SEXUALIDADE

### Modelo PLISSIT

Ferramenta útil para screening de patologia sexual em consulta

P  
LI  
SS  
IT

Permissão (Permission)

Informação Limitada (Limited Information)

Sugestões Específicas (Specific suggestions)

Terapia Intensiva (Intensive therapy)

Por exemplo:

**P** - 'Será que podemos falar do foro sexual?' ou 'Se me permite, tem alguma questão relacionada com sexualidade? Está satisfeito?'

**LI** - 'Algumas pessoas com o seu problema de saúde (HTA, DM...) referem alguns problemas a nível sexual. Isto acontece consigo?'

**SS** - 'Há várias opções de tratamento, por vezes basta apenas trocar um dos seus medicamentos'

**IT** - Proceder à abordagem terapêutica/ comportamental adequada.

(Anon J. The Plissit Model: a proposed conceptual scheme for the behavioral treatment of sexual problems. *Journal of sex education and therapy* 1976.)

GESEX

GRUPO DE ESTUDOS DA SEXUALIDADE



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR

Exemplo de folhetos elaborados e distribuídos no 21º Congresso Nacional de Medicina Geral e Familiar

práticas do Médico de Família no contexto da consulta diária, sendo um exemplo disso os folhetos elaborados e distribuídos no 21º Con-

como *workshops* já realizados neste âmbito (Figura 2); cooperar com os vários Grupos de Estudos da APMGF e outras entidades que abordem

ção na área da Saúde Sexual direcionados para o âmbito dos cuidados de saúde primários e colaborar com instituições escolares na pro-

escolar em colaboração estreita com o corpo docente.

Em 2018, como projetos a curto prazo, o GESEX marcará presença ativa no

“Em 2018, como projetos a curto prazo, o GESEX marcará presença ativa no *5th Vasco da Gama Forum*, no Encontro Nacional de Medicina Geral e Familiar, no *Yes Meeting 2018* (à semelhança do que aconteceu em 2017, após convite que nos foi endereçado) e colaborará ainda com a Sociedade Portuguesa de Andrologia”



Exemplo de colaboração do GESEX para esforços de sensibilização



Workshop do GESEX no 21º Congresso Nacional de Medicina Geral e Familiar

gresso Nacional de Medicina Geral e Familiar e que se encontram disponíveis para consulta no *site* do GESEX da APMGF (Figura 1), assim

a área da sexualidade visando a melhoria e a aprendizagem mútua constantes (Figura 3); fomentar e desenvolver projetos de investiga-

ção da saúde e prevenção da doença ao nível da área da Saúde Sexual e dos Afetos, ampliando assim a literacia em saúde no meio

*5th Vasco da Gama Forum*, no Encontro Nacional de Medicina Geral e Familiar, no *Yes Meeting 2018* (à semelhança do que aconteceu em 2017, após convite que nos foi endereçado) e colaborará ainda com a Sociedade Portuguesa de Andrologia.

Como elementos do GESEX fazem parte, atualmente, a comissão coordenadora presidida pela Carla Veiga Rodrigues, acompanhada pela Andreia Rodrigues Silva e Filipa Vilaça, e que, juntamente com a Ana Beatriz Figueiredo e Sara Rita constituem a comissão executiva. Importa referir que todos os associados que desejem integrar o grupo e apresentem interesse nesta área são sempre bem-vindos.

Em suma, como futuras médicas de família, a comissão executiva do GESEX sente-se pois na obrigação de prestar os melhores cuidados de saúde aos nossos utentes, de forma longitudinal e transversal, integrando a abordagem da saúde sexual na prática clínica diária e salvaguardando sempre a individualidade de cada um.

Contacto: [sexualidade@apmgf.pt](mailto:sexualidade@apmgf.pt)

## FICHA TÉCNICA

**JORNAL MÉDICO DE FAMÍLIA** Publicação trimestral dirigida exclusivamente a profissionais de saúde • 1º Trimestre de 2018 - IV Edição - Órgão Oficial da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar **DIRETOR** Nuno Jacinto **EDITOR** Susete Simões **REDAÇÃO E CONTEÚDOS** APMGF **DESIGN E PRODUÇÃO** APMGF **FOTOGRAFIA** APMGF **ILUSTRAÇÕES** APMGF **PUBLICIDADE** APMGF **ANO DE FUNDAÇÃO** 1988 **PROPRIEDADE** APMGF - Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar **TIRAGEM** 5000 exemplares **CONTACTOS** Av. da República, 97 - 1.º 1050-190 Lisboa - Portugal - Telf. + 351 217 615 250 Fax: + 351 217 933 145 e-mail: [medicofamilia@apmgf.pt](mailto:medicofamilia@apmgf.pt) **ASSINATURAS** [secretariaapmgf@apmgf.pt](mailto:secretariaapmgf@apmgf.pt) **REGISTO** Isenção de registo na ERC, nos termos da alínea a) do n.º I do artigo 12º do Decreto Regulamentar n.º 8/99, de 9 de Junho **DEPÓSITO LEGAL** 84639/94, 4.ª Edição - ISSN 0871-763X **IMPRESSÃO/DISTRIBUIÇÃO** Empresa Gráfica Funchalense • Morelena • Pêro Pinheiro **MANUSEAMENTO E DISTRIBUIÇÃO** Mailtec/CTT **Médico de Família** é uma marca registada pela APMGF, com Registo de Marca Nacional n.º 512005 emitido pelo Instituto Nacional da Propriedade Industrial **PREÇO DE ASSINATURA ANUAL** 20€ (IVA incluído)