



Contrato Psicoterapêutico

O presente documento constitui o Contrato Psicoterapêutico celebrado entre a psicóloga responsável e o(a) cliente, com o objetivo de formalizar o compromisso mútuo entre ambas as partes no âmbito da prestação de serviços de psicologia clínica e psicoterapia.

A psicoterapia é um processo colaborativo e confidencial, que visa promover o bem-estar emocional e psicológico do cliente, através de um espaço seguro, empático e livre de julgamentos. Neste processo, a psicóloga e o(a) cliente constroem juntos uma relação terapêutica baseada na confiança, na escuta ativa e na corresponsabilidade, respeitando sempre os ritmos, necessidades e singularidade de cada pessoa.

Este contrato tem como finalidade definir, de forma clara e transparente, os termos e condições do acompanhamento psicoterapêutico, incluindo a duração e frequência das sessões, modalidades de atendimento, condições de pagamento, cancelamentos e outros aspetos práticos da relação profissional. Também assegura o respeito pelo Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses.

Além disso, o contrato reconhece que o processo psicoterapêutico desenvolve-se dentro de um contexto relacional, no qual as características pessoais e a dinâmica entre cliente e psicóloga influenciam diretamente o curso e os resultados do acompanhamento. Por isso, é fundamental que ambas as partes se comprometam com uma comunicação aberta, transparente e ética ao longo do processo.

Ao assinar este documento, o(a) cliente declara ter lido, compreendido e aceite os termos aqui estabelecidos, reconhecendo o seu papel ativo na construção de um percurso terapêutico significativo, seguro e transformador.

1. Identificação da Psicóloga

Isabel Monteiro, Membro Efetivo da Ordem dos Psicólogos (OPP), com Cédula Profissional n.º 23239.

2. Meios de Contacto e Processo de Agendamento

O cliente manifesta a intenção de agendar consulta mediante submissão do formulário disponível no website (www.psicóloga.pt). A psicóloga responderá por e-mail, no prazo máximo de até 48 horas, informando sobre a disponibilidade para o agendamento. Caso o cliente aceite a proposta apresentada, deverá efetuar o pagamento antecipado e enviar o respectivo comprovativo, por e-mail ou WhatsApp. Após confirmação do pagamento, o cliente receberá uma mensagem de confirmação da sua marcação, contendo todas as informações necessárias. No dia anterior a cada sessão, será enviado um lembrete da consulta, solicitando a confirmação da sua presença.



3. Especialidade

Psicologia Clínica e Psicoterapia

4. Abordagens Teóricas Utilizadas

Psicoterapia Cognitivo-Comportamental e Terapia do Esquema

5. População Atendida

Atendimento direcionado a adultos, em regime individual.

6. Modalidades de Atendimento

- **Consulta Presencial:** Realizada no consultório, proporcionando um ambiente seguro e confidencial para o acompanhamento psicoterapêutico.
- **Consulta Online:** As consultas online são realizadas através de plataformas digitais seguras, nomeadamente **Google Meet** ou **WhatsApp**, que garantem encriptação ponta-a-ponta e proteção da privacidade dos dados partilhados. Recomenda-se que o cliente se encontre num local reservado, silencioso e com boa ligação à internet durante as sessões, de forma a assegurar a confidencialidade e a eficácia do acompanhamento. O link de acesso à consulta online via Google Meet será enviado pela psicóloga por e-mail, com aproximadamente 1 a 2 minutos de antecedência em relação ao horário previamente agendado. Nenhuma sessão é gravada, respeitando integralmente os princípios éticos e legais de privacidade.

7. Horário de Atendimento

- **Consulta Presencial:** Segunda a sexta-feira, em sessões de 50 minutos, nos seguintes horários: 09h00 – 09h50 | 10h00 – 10h50 | 11h00 – 11h50
- **Consulta Online:** Segunda a sexta-feira, em sessões de 50 minutos, nos seguintes horários: 14h00 – 14h50 | 15h30 – 16h20 | 17h00 – 17h50

8. Duração da Consulta

A duração de cada sessão, seja presencial ou online, é de 50 minutos.

9. Processo psicoterapêutico

Todas as informações partilhadas em consulta são confidenciais, nos termos do Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Contudo, a confidencialidade pode ser excepcionalmente quebrada quando o cliente revela intenção clara e credível de causar dano grave a si próprio ou a terceiros. Nestes casos, a psicóloga poderá tomar medidas adequadas para garantir a segurança, nomeadamente contactando serviços de emergência ou familiares,



sempre que a situação assim o exigir. Esta exceção está prevista no artigo 2.8.º do Código Deontológico da OPP. Durante o processo psicoterapêutico, a psicóloga realiza registos clínicos para garantir um acompanhamento rigoroso e adequado. Poderá ainda sugerir tarefas para realização entre as sessões, recomendar materiais de apoio (p.e., artigos, livros, newsletters profissionais ou encaminhamentos para outros serviços/profissionais de áreas complementares), bem como propor a aplicação de testes psicológicos considerados pertinentes para avaliação e intervenção. No término do processo, poderá ser solicitado ao cliente que participe numa avaliação do serviço prestado, contribuindo para a melhoria contínua da prática clínica. O cliente mantém sempre total autonomia e liberdade para aceitar ou recusar quaisquer propostas apresentadas ao longo do acompanhamento.

10. Regularidade das Sessões

A frequência das sessões é definida em função das necessidades e objetivos psicoterapêuticos do cliente, podendo ocorrer **semanalmente**, **quinzenalmente** ou **mensalmente**. Durante a fase inicial do processo psicoterapêutico, é habitual que as sessões sejam mais frequentes, geralmente com periodicidade semanal, tornando-se progressivamente espaçadas conforme o cliente avança e alcança maior autonomia. O cliente mantém a liberdade de interromper o acompanhamento psicoterapêutico a qualquer momento, respeitando-se o seu direito à decisão.

11. Pontualidade, Cancelamentos e Faltas

A psicóloga e o cliente comprometem-se a iniciar a consulta pontualmente, respeitando mutuamente o tempo reservado. Cada sessão tem a duração máxima de 50 minutos, sendo que a psicóloga sinaliza quando faltam 10 minutos para o término, assegurando um encerramento adequado. Cancelamentos devem ser comunicados com uma antecedência mínima de 48 horas, sempre que possível, para viabilizar a reorganização da agenda. Cancelamentos justificados, como por exemplo por motivo de doença comprovada mediante apresentação de atestado médico, poderão ser reagendados sem custos adicionais ou ter o valor previamente pago transferido para uma nova sessão, desde que haja acordo entre as partes. Em caso de reagendamento, este deverá ser realizado conforme disponibilidade da psicóloga, preservando a continuidade e o compromisso do processo psicoterapêutico. Faltas não justificadas ou cancelamentos fora do prazo implicam a não devolução do valor previamente pago, em compensação pela reserva do horário. Caso a falta seja por parte da psicóloga, será efetuada a devolução integral do valor pago antecipadamente, pelo cliente. Existe uma tolerância de 10 minutos para atrasos, válida para ambas as partes; se o cliente se atrasar, a sessão será reduzida ao tempo remanescente, sem possibilidade de extensão além do horário previsto. No caso de atraso por parte da psicóloga, o tempo perdido será compensado.

12. Localização

- **Consulta Presencial:** Rua das Mercês, nº 41, 1.º andar, Sala 1 — 9000-244 Funchal
- **Consulta Online:** Realizada através das plataformas Google Meet ou WhatsApp.



13. Valor da Consulta

O valor da consulta é fixado em **55,00€**, aplicável tanto a consultas presenciais como a sessões realizadas em formato online. Este montante está em conformidade com os valores correntemente praticados por psicólogos em Portugal, considerando a complexidade inerente ao serviço prestado, bem como os custos associados à formação e especialização profissional. Os valores praticados poderão ser objeto de revisão, sendo que quaisquer alterações serão comunicadas aos clientes com uma antecedência mínima de **30 dias**, assegurando assim a transparência do processo e permitindo aos clientes a necessária adequação às novas condições.

14. Prazo e Meios de Pagamento

Para consultas, presenciais ou online, solicita-se que o pagamento seja efetuado com, pelo menos, **48 horas de antecedência**. Esta medida visa assegurar o compromisso com o processo psicoterapêutico, prevenir prejuízos em caso de faltas ou cancelamentos de última hora, facilitar a gestão da agenda e garantir que o tempo da consulta seja integralmente dedicado ao acompanhamento clínico, sem interrupções administrativas. O pagamento poderá ser realizado através de: **MB Way** (931 464 845) ou **Transferência bancária** (IBAN: PT50 0035 0824 0069 5093 9304 5). A marcação da consulta apenas será considerada confirmada após a **recepção e validação do comprovativo de pagamento**, o qual deverá ser enviado por e-mail (psi.isabeljff@gmail.com) ou via WhatsApp (931 464 845).

15. Faturação

A fatura-recibo será emitida e enviada por e-mail **após a realização da consulta e a confirmação da recepção do pagamento**, no prazo máximo de **5 dias úteis**, conforme o estipulado na legislação fiscal em vigor.

16. Parcerias e Protocolos

A psicóloga não possui, de momento, protocolos ou parcerias estabelecidas com seguradoras, subsistemas de saúde ou outras entidades. Contudo, mediante solicitação do cliente, poderá ser incluída na fatura-recibo a informação relativa ao respectivo subsistema de saúde ou seguro, bem como o número de beneficiário, para efeitos de eventual reembolso. Algumas seguradoras e subsistemas de saúde podem reembolsar parte do valor pago, mediante apresentação da fatura-recibo emitida pela psicóloga. Recomenda-se aos clientes que confirmem junto das respectivas entidades a cobertura e condições para reembolso.

17. Contactos Fora do Horário das Consultas

A psicóloga não realiza atendimentos ou interações clínicas fora do horário previamente agendado para as consultas. Isso inclui a não resposta a mensagens, e-mails ou chamadas com conteúdo clínico ou relacionado aos temas abordados em sessão, resguardando a integridade do processo terapêutico e os limites éticos da prática profissional. Excepcionalmente, poderão



ser mantidos contactos para fins administrativos, como: agendamento, reagendamento ou cancelamento de sessões; Envio de lembretes de marcação; Confirmação de presença; Questões relacionadas a pagamentos; Envio de material de apoio recomendado: Envio de contactos de outros serviços/profissionais de áreas complementares (Psiquiatria e outras especialidades médicas); Envio de documentos psicológicos; Envio de testes psicológicos; Envio de Newsletter. Em caso de urgência psicológica, o cliente poderá solicitar a marcação de uma consulta extraordinária, cuja realização dependerá da disponibilidade da Psicóloga. Em situações de crise ou risco iminente, é recomendado que o cliente contacte os serviços de emergência (112), a Linha de Aconselhamento Psicológico (808 24 24 24) ou se dirija ao serviço de urgência hospitalar mais próximo.

18. Emissão de Documentos Psicológicos

A psicóloga disponibiliza gratuitamente aos seus clientes os seguintes documentos: Declaração de presença/Justificação de falta; Comprovativo de acompanhamento psicológico. Está sujeita a honorários adicionais a emissão de **outros documentos clínicos**, como relatório de avaliação psicológica (80,00€), parecer psicológico (20,00€), documento de encaminhamento para outra especialidade (5,00€) ou declarações personalizadas. O valor será previamente comunicado ao cliente, sendo a sua elaboração realizada apenas mediante consentimento informado.

19. Férias

As ausências por motivo de férias, da parte da psicóloga, são comunicadas com uma antecedência mínima de 2 semanas, de forma a permitir o adequado planeamento e reorganização do processo psicoterapêutico.

20. Tratamento de Dados Pessoais

Todos os dados pessoais e clínicos fornecidos pelo cliente são tratados com confidencialidade e em conformidade com o Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD – Regulamento (UE) 2016/679). A recolha, armazenamento e utilização da informação têm como finalidade exclusiva a prestação de cuidados psicológicos adequados, bem como o cumprimento de obrigações legais e fiscais associadas à atividade profissional. Os dados são armazenados de forma segura, em suportes protegidos e acessíveis apenas à psicóloga responsável. O cliente tem o direito de aceder, retificar ou solicitar a eliminação dos seus dados, nos termos previstos pela legislação em vigor, podendo fazê-lo mediante pedido escrito dirigido à psicóloga, para o e-mail: psi.isabeljff@gmail.com.

Data: ____ / ____ / _____

Assinatura do cliente: _____

Assinatura da psicóloga: _____