CAIO FÁBIO MARTINS
DESENVOLVIMENTO HUMANO

E-BOOK GRATUITO · NEXSTECH

Carreira em Psicologia na era da IA

O que muda, o que permanece e como se preparar

Caio Fábio Martins
Psicólogo · Mestre e doutorando em Psicologia

E-BOOK · 2026

UM CONTEÚDO ALLNEXS

ALLNEXS CONHECIMENTOS · NEXSTECH

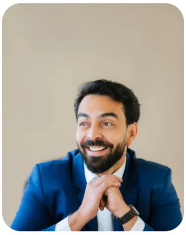
Carreira em Psicologia na era da IA

O que muda, o que permanece e como se preparar

Este e-book é material de orientação e reflexão. Não substitui atendimento psicológico, supervisão ou consultoria individualizada.

© 2026 Caio Martins Desenvolvimento Humano. Distribuição gratuita; proibida a venda.
@caiofabiomartins · caiofabiomartins.com · allnexs.com/e-books

---



SOBRE O AUTOR

Caio Fábio Martins

Psicólogo · Mestre e doutorando em Psicologia

Ciência, Sentido e Prosperidade Humana

- Psicólogo (CRP 09/10676) e psicoterapeuta desde 2016, com base na Gestalt-terapia em diálogo com o humanismo, o existencialismo e a Logoterapia de Viktor Frankl.
- Mestre em Psicologia (UFG) e doutorando em Psicologia (PUC Goiás), onde pesquisa o sentido do trabalho de líderes na cadeia produtiva de grãos em Goiás.
- Professor universitário, supervisor clínico e consultor em desenvolvimento humano, gestão de pessoas e lideranças. Autor de *O Surgimento da Gestalt-Terapia* (2026) e NEXsPERT da ALLNEXS.

CAIO FÁBIO MARTINS
DESENVOLVIMENTO HUMANO

PARA COMEÇAR

Por que este e-book

Nos últimos dois anos, quase toda turma de estágio que acompanho me fez a mesma pergunta, às vezes em voz baixa, no fim da aula: "Professor, ainda vale a pena ser psicólogo com a inteligência artificial fazendo tudo?". Colegas que atendem há mais de dez anos me fazem a versão adulta da mesma pergunta: "Preciso usar isso? E se eu usar errado?".

Escrevo como psicólogo clínico, supervisor e professor, alguém que passa os dias numa sala com pessoas e que, ao mesmo tempo, trabalha num ecossistema de tecnologia e educação. Não sou entusiasta ingênuo nem inimigo da tecnologia. Quero olhar para o que está acontecendo do jeito que a fenomenologia ensina: primeiro descrever, depois julgar. O que a IA já faz de fato? O que ela não faz? O que o nosso Conselho já disse? E o que isso muda na formação e na carreira de quem está chegando agora?

Não há aqui promessa de que a profissão está garantida nem previsão de que ela vai acabar. Ninguém sabe ao certo como será a Psicologia daqui a dez anos, e desconfie de quem fala com certeza. O que eu posso oferecer é um **mapa**: o que já está em uso, onde estão os limites éticos e legais, quais riscos merecem atenção e quais competências tendem a ganhar valor, com um plano para começar a se preparar.

Como usar

- Leia na ordem: as partes vão do que a IA faz hoje ao plano de preparação.
- As normas e os posicionamentos do CFP citados foram conferidos nas fontes oficiais em 31/10/2026. O tema muda rápido: antes de decidir, confira a versão atual no site do CFP ou do seu CRP.
- Faça o exercício do fim com calma. Ele ajuda a transformar a ansiedade com o futuro em decisões para os próximos meses.
- Este e-book não indica ferramentas comerciais nem substitui a orientação do seu Conselho Regional ou da sua supervisão.

ROTEIRO

O caminho deste e-book

01 **O que a IA já faz na Psicologia**

Usos reais na clínica, nas organizações e na educação, do lembrete de consulta à triagem de currículos.

02 **O que continua humano**

Relação, presença e juízo clínico: o que a pesquisa sobre aliança terapêutica ensina sobre o nosso lugar.

03 **Ética, normas e o que o CFP já disse**

Código de Ética, sigilo, atendimento on-line, documentos, LGPD e o posicionamento do CFP sobre IA.

04 **Os riscos que pedem atenção**

Chatbots que se apresentam como terapeutas, vieses dos algoritmos e dados sensíveis fora de controle.

05 **Competências que ganham valor**

O que estudar e praticar para trabalhar bem num mundo com IA, sem perder o centro da profissão.

06 **Um plano de preparação**

Passos para estudantes, recém-formados e profissionais experientes, com perguntas para a supervisão.

01

PARTE 1 · PANORAMA

O que a IA já faz na Psicologia

Quando se fala em inteligência artificial na Psicologia, a imagem que aparece primeiro é a de um robô atendendo pacientes. Ela existe, e vamos falar dela, mas é só uma parte da paisagem. A maior parte da IA que já toca o nosso trabalho é mais discreta: está na agenda, no editor de texto, na plataforma de recrutamento, no ambiente virtual de aprendizagem. Antes de opinar, vale descrever.

O próprio Conselho Federal de Psicologia fez esse exercício. Na *Nota de posicionamento sobre Inteligência Artificial e Psicologia*, publicada em julho de 2025, o CFP reconhece que a IA já aparece na prática profissional, desde a automação de tarefas administrativas, como agendamento, lembretes e registros, até funções mais complexas, como transcrição de sessões, análise de linguagem emocional e sugestão de hipóteses diagnósticas. E acrescenta que esses usos mais complexos exigem supervisão crítica do profissional.

Na clínica

No consultório, a IA costuma entrar pela porta dos fundos, na gestão: confirmação automática de horários, organização da agenda, cobrança, resumo de mensagens. Depois chega mais perto da sessão: programas que transcrevem o atendimento, que sugerem rascunhos de evolução, que "leem" emoções na voz ou no texto. Cada passo nessa direção aumenta o que está em jogo, porque aumenta a quantidade de informação sensível que sai da sala.

Nas organizações

Para quem trabalha com Psicologia Organizacional e do Trabalho, a presença é ainda mais visível. Sistemas que filtram currículos, entrevistas gravadas analisadas por software, painéis que cruzam dados de desempenho, absenteísmo e clima, assistentes virtuais que respondem a dúvidas de colaboradores. Muitas dessas decisões já foram tomadas pela empresa antes de o psicólogo chegar. O papel dele passa a ser perguntar o que o sistema mede, com que critério e com que consequência para as pessoas.

Na educação

Na escola e na universidade, a IA aparece como tutor, corretor, gerador de exercícios e, cada vez mais, como companhia de estudo dos próprios alunos. Para o psicólogo escolar e educacional, surgem perguntas novas: como fica a relação do estudante com o esforço, com o erro e com a autoria? Como acolher o professor que se sente substituído? Como orientar famílias que não sabem o que os filhos conversam com um chatbot à noite?

Contexto	Usos que já existem	Pergunta para o psicólogo
Clínica	Agenda, lembretes, transcrição, rascunho de registros	Que dado sensível sai da sala, para onde vai e com que consentimento?
Organizações	Triagem de currículos, análise de entrevistas, painéis de pessoas	O que o sistema mede, com que critério e quem revisa a decisão?
Educação	Tutores, correção automática, apoio ao estudo	O que acontece com a autoria, o esforço e a relação com o professor?

E os chatbots de "apoio emocional"

Há também os programas conversacionais oferecidos direto ao público. A pesquisa sobre eles existe e merece ser lida com atenção, sem euforia e sem desprezo. Um ensaio clínico randomizado publicado por Fitzpatrick, Darcy e Vierhile em 2017 testou um agente conversacional com 70 jovens adultos que relatavam sintomas de ansiedade e depressão. Em duas semanas, o grupo que conversou com o programa teve redução maior dos sintomas de depressão do que o grupo que recebeu apenas um material informativo.

O resultado é interessante, mas o próprio desenho do estudo pede cautela: amostra pequena, universitários, sem cegamento, seguimento de poucas semanas e comparação com um e-book, não com psicoterapia. É um bom exemplo do que a ciência mostra até aqui: algumas ferramentas podem ajudar em situações delimitadas, como complemento. Isso é muito diferente de dizer que substituem o cuidado de um profissional.

PARA OBSERVAR

Descrever antes de julgar: na próxima semana, anote em que momentos do seu trabalho ou do seu estudo alguma IA já está presente, mesmo que você não a tenha escolhido. A lista costuma ser maior do que imaginamos.

02

PARTE 2 · RELAÇÃO

O que continua humano

Se a IA escreve, resume, organiza e até conversa, o que sobra para nós? A pergunta é legítima, mas parte de um engano: o de que o centro da Psicologia é produzir texto ou dar respostas. Quem já atendeu sabe que muitas sessões decisivas tiveram pouca resposta e muita presença.

A relação como fator de mudança

Em 1957, Carl Rogers propôs que a mudança terapêutica depende de condições da relação: o terapeuta congruente, que experimenta consideração positiva incondicional e compreensão empática pelo cliente, e um cliente que percebe, ao menos em parte, essa aceitação e essa empatia. Décadas de pesquisa depois, a ideia de que a relação importa deixou de ser só uma posição de escola.

Flückiger, Del Re, Wampold e Horvath publicaram em 2018 uma metanálise com 295 estudos independentes, que somavam mais de 30 mil pacientes. A associação entre aliança terapêutica e resultado foi consistente entre abordagens, medidas, tipos de paciente e países. Wampold e Imel, em *The Great Psychotherapy Debate*, reúnem evidências na mesma direção: fatores comuns, como a aliança, a empatia e as expectativas construídas na relação, têm peso importante no resultado da psicoterapia.

PARA LEMBRAR

Isso não significa que técnica e método não importam. Significa que eles acontecem dentro de uma relação, e que a qualidade dessa relação faz diferença. É exatamente essa parte que um sistema automatizado não oferece como uma pessoa oferece.

Eu-Tu e Eu-Isso

Martin Buber, em *Eu e Tu*, distingue duas atitudes diante do outro. Na relação Eu-Isso, o outro é objeto de conhecimento, de uso, de classificação. Na relação Eu-Tu, ele é encontrado como presença inteira, que não se reduz ao que sei sobre ele. A clínica precisa das duas: precisamos conhecer, registrar, formular hipóteses. Mas a mudança costuma acontecer quando a pessoa se sente encontrada, e não apenas analisada.

Um sistema treinado em grandes volumes de texto pode produzir frases empáticas com fluência impressionante. O CFP é direto sobre o que falta: no posicionamento de 2025, afirma que esses sistemas não possuem compreensão, consciência ou julgamento ético. A frase acolhedora pode até estar certa. O que não está ali é alguém que se implica, que sustenta o silêncio, que percebe o tremor na voz e decide, junto com a pessoa, o que fazer com isso.

Presença e juízo clínico

Juízo clínico é a capacidade de olhar para esta pessoa, nesta situação, e decidir. Decidir se é hora de confrontar ou de acolher, se o risco aumentou, se é preciso acionar a família ou a rede, se o caso é para outro profissional. Envolve conhecimento técnico, mas também ética, contexto, história e responsabilidade. O CFP resume assim:

> *A IA não substitui o juízo, técnico ou ético da psicóloga e do psicólogo.*
>
> CFP, Nota de posicionamento sobre IA e Psicologia (2025)

- **Presença:** estar inteiro na sessão, inclusive com o próprio corpo, o tom de voz e o silêncio.

- **Responsabilidade:** responder pelo que se decide, ética e legalmente, diante da pessoa e do Conselho.
- **Contexto:** conhecer a história, a cultura, a família, o território e o momento de quem chega.
- **Manejo de crise:** avaliar risco e agir, articulando a rede de cuidado quando necessário.

Na minha experiência, a pergunta mais útil não é "o que a IA consegue fazer?", mas "o que eu não quero deixar de fazer, mesmo que uma máquina consiga imitar?". A resposta a essa pergunta é o núcleo da sua carreira.

03

PARTE 3 · NORMAS

Ética, normas e o que o CFP já disse

Não existe, até a data desta edição, uma resolução do CFP específica sobre inteligência artificial. Mas isso não quer dizer que o tema esteja sem regra. O Código de Ética, as resoluções sobre atendimento mediado por tecnologia e sobre documentos e a Lei Geral de Proteção de Dados já dizem muito sobre o que pode e o que não pode. E o Conselho tem se posicionado com clareza.

O Código de Ética continua valendo

O Código de Ética Profissional do Psicólogo, aprovado pela Resolução CFP nº 10/2005, não fala em IA, mas os princípios dele alcançam qualquer ferramenta. O dever de prestar serviços com técnicas fundamentadas na ciência psicológica, na ética e na legislação profissional vale para o software que você adota. O sigilo previsto no artigo 9º, que protege a intimidade das pessoas atendidas, vale para a nuvem onde o programa guarda a transcrição. Uma pergunta resume bem: eu conseguiria explicar ao paciente, e ao Conselho, por que usei esta ferramenta e onde foram parar os dados dele?

Atendimento on-line: a resolução vigente

Por anos, a referência para o atendimento por tecnologias foi a Resolução CFP nº 11/2018. Ela foi **revogada**. Hoje vale a Resolução CFP nº 9/2024, que regulamenta o exercício profissional da Psicologia mediado por Tecnologias Digitais da Informação e da Comunicação (TDICs) e revogou também a Resolução nº 4/2020. A norma trata da responsabilidade com dados sensíveis e das condições tecnológicas que garantem a confidencialidade. Se você estudou pela resolução antiga, vale reler a nova inteira.

Documentos escritos

A Resolução CFP nº 6/2019 estabelece as regras para a elaboração de declarações, atestados, relatórios, laudos e pareceres. Um rascunho gerado por IA não muda nada disso: o documento é seu, assinado por você, e precisa seguir a estrutura, a linguagem e os cuidados previstos. O guia do CFP sobre IA lembra que a responsabilidade por qualquer relatório que use resultados de IA continua sendo do profissional.

LGPD e dados sensíveis

A Lei nº 13.709/2018 classifica como **dado pessoal sensível**, no artigo 5º, inciso II, entre outros, o dado referente à saúde ou à vida sexual quando vinculado a uma pessoa. O conteúdo de uma sessão de psicoterapia é quase todo dessa natureza. O artigo 11 traz regras mais restritas para o tratamento desses dados, e o artigo 20 garante ao titular o direito de pedir a revisão de decisões tomadas unicamente com base em tratamento automatizado que afetem seus interesses. Para o psicólogo organizacional, esse artigo é especialmente importante em seleção e avaliação.

O que o CFP já disse sobre IA

Conferi no site do Conselho os documentos publicados até agora. Em resumo:

Documento	O essencial
Nota de posicionamento sobre IA e Psicologia (jul. 2025)	Não nega o avanço tecnológico; aponta riscos de viés, de quebra do sigilo e de substituição do vínculo; rejeita chatbots não regulamentados que oferecem terapia automatizada; a psicóloga responde pelas ferramentas que usa, inclusive de terceiros, com consentimento informado e respeito à LGPD.
Nota sobre IA em saúde mental no SUS (set. 2025)	Defende cautela técnica e construção coletiva; afirma que algoritmos não devem assumir a aliança terapêutica, o manejo de crises nem a avaliação de riscos.
Guia *Inteligência Artificial na Psicologia: guia para uma prática ética e responsável* (dez. 2025)	Orientações práticas: supervisão humana, consentimento, cuidado com transcrições, nada de prontuários ou dados identificáveis em ferramentas de IA.
Cartilha *Chatbots, Inteligência Artificial e sua Saúde Mental* (dez. 2025)	Material para o público, sobre como usar essas ferramentas com mais segurança e quais direitos as pessoas têm.

> *A IA deve servir como ferramenta de apoio, jamais como substituto da atuação humana.*
>
> CFP, Guia Inteligência Artificial na Psicologia (2025)

O CFP também passou a integrar, em 2025, um grupo de trabalho da Frente Parlamentar Mista da Saúde para propor regras ao uso de IA na saúde, em diálogo com o projeto de lei que trata da regulação da IA no país (PL 2.338/2023). Ou seja: o quadro normativo está em construção. Acompanhar o site do CFP e do seu CRP passou a fazer parte do ofício.

LISTA MÍNIMA

Antes de usar qualquer recurso de IA com pacientes ou colaboradores, confira três coisas: se a pessoa foi informada e consentiu, onde os dados ficam e se são usados para treinar o sistema, e quem revisa o que a ferramenta produz. Se alguma resposta for "não sei", ainda não é hora de usar.

04

PARTE 4 · RISCOS

Os riscos que pedem atenção

Falar de riscos não é ser contra a tecnologia. É fazer o que fazemos com qualquer intervenção: perguntar o que pode dar errado, para quem e como prevenir. Destaco três riscos que considero centrais para a nossa profissão.

1. O chatbot que se apresenta como terapeuta

Há programas que se oferecem, direta ou indiretamente, como "terapeuta" disponível a qualquer hora. Para alguém sozinho às três da manhã, isso pode parecer um alívio. O problema é o que o programa não faz: não avalia risco como um profissional avalia, não aciona a rede, não responde eticamente pelo que diz e pode reforçar, sem perceber, uma ideia que machuca.

A Associação Americana de Psicologia publicou em novembro de 2025 um alerta de saúde sobre chatbots de IA generativa e aplicativos de bem-estar. A recomendação é clara: essas ferramentas não devem ser usadas como substitutas de um profissional qualificado de saúde mental e não deveriam afastar as pessoas das conversas da vida real. No Brasil, o CFP rejeitou, no posicionamento de 2025, o uso de chatbots não regulamentados oferecendo terapia automatizada.

NA CLÍNICA

Muitos pacientes já conversam com chatbots entre as sessões. Em vez de proibir ou ignorar, pergunte com curiosidade: o que você conversa com ele? Como se sente depois? A resposta costuma abrir um material clínico importante, sobre solidão, vergonha ou medo de ser julgado.

2. Os vieses dos algoritmos

Um sistema aprende com os dados que recebe, e os dados carregam as desigualdades do mundo. Obermeyer e colegas mostraram, em 2019, na revista *Science*, que um algoritmo amplamente usado nos Estados Unidos para identificar pacientes que precisariam de cuidado extra subestimava a necessidade de pacientes negros. O motivo: o sistema usava o gasto com saúde como indicador de doença, e o acesso desigual ao cuidado fazia com que se gastasse menos com esses pacientes.

A lição vale para a Psicologia. Um filtro de currículos treinado com o histórico de contratações de uma empresa pode repetir as exclusões desse histórico. Um sistema de "leitura de emoções" desenvolvido com um grupo de pessoas pode errar com quem fala, gesticula ou se expressa de outro jeito. O CFP pede atenção à diversidade cultural e social da população brasileira justamente por isso.

3. Dados sensíveis fora de controle

Este é o risco mais cotidiano e, talvez, o mais subestimado. Colar trechos de uma sessão num assistente de IA para "melhorar a redação" do prontuário pode parecer inofensivo. Mas, dependendo da ferramenta, aquele texto fica guardado em servidores de terceiros, pode ser usado para treinar o sistema e foge do controle do profissional. O guia do CFP é explícito: não insira prontuários, nomes e itens identificáveis e desative o treinamento com seus dados.

Risco para a pessoa atendida

Exposição da intimidade, uso dos dados para outros fins, decisões automatizadas sem revisão humana, perda de confiança no cuidado.

Risco para o profissional

Quebra do sigilo, documento com erro assinado por você, processo ético, responsabilidade civil e prejuízo à reputação.

Uma régua para decidir

A Organização Mundial da Saúde publicou em 2021 um guia sobre ética e governança da IA em saúde, com seis princípios de consenso, entre eles proteger a autonomia humana, promover o bem-estar e a segurança, garantir transparência, assegurar responsabilização e promover equidade. Gosto de transformar esses princípios em perguntas simples para a supervisão:

01 **Autonomia**

A pessoa sabe que há IA envolvida e pode dizer não sem perder o atendimento?

02 **Segurança**

O que acontece se a ferramenta errar? Alguém percebe a tempo?

03 **Transparência**

Eu consigo explicar, em linguagem simples, o que a ferramenta faz com os dados?

04 **Responsabilidade**

Quem responde pela decisão final? Se não for eu, quem?

05 **Equidade**

A ferramenta funciona igualmente bem para todas as pessoas que atendo?

05

PARTE 5 · COMPETÊNCIAS

Competências que ganham valor

Toda grande mudança tecnológica redistribui o valor do trabalho. Algumas tarefas ficam mais baratas, outras ficam mais raras e, por isso, mais preciosas. Não tenho bola de cristal, mas, olhando para a pesquisa sobre psicoterapia, para os documentos do CFP e para o que vejo na supervisão, arrisco dizer quais competências tendem a ganhar peso para psicólogos e psicólogas nos próximos anos.

Competência	Por que ganha valor	Como desenvolver
Relação e presença	É o que as pessoas não encontram numa tela que responde a tudo.	Psicoterapia pessoal, supervisão, prática com feedback.
Juízo clínico e manejo de risco	Decidir no caso concreto e responder pela decisão.	Estudo de casos, protocolos de risco, trabalho em rede.
Ética aplicada à tecnologia	Cada ferramenta nova traz uma decisão ética nova.	Ler o Código, a Resolução 9/2024, a LGPD e os documentos do CFP.
Letramento em dados e IA	Saber o que um sistema mede, onde erra e o que esconde.	Cursos introdutórios, leitura crítica de estudos, testar em situações sem dados reais.
Leitura crítica de pesquisa	Separar evidência de propaganda.	Grupo de estudos, leitura de metanálises e ensaios clínicos.
Trabalho interdisciplinar	Projetos com tecnologia envolvem desenvolvedores, gestores e juristas.	Participar de projetos fora da sala, aprender o vocabulário de outras áreas.

Letramento não é virar programador

Quando falo em letramento em IA, não estou sugerindo que todo psicólogo aprenda a programar. Estou falando de entender o básico: que esses sistemas trabalham com padrões estatísticos, que podem produzir respostas falsas com total segurança, que dependem dos dados com que foram treinados e que a forma como guardam informações varia muito de uma ferramenta para outra. Com isso, você consegue fazer boas perguntas, recusar o que não serve e usar com prudência o que pode ajudar.

Novos lugares para a Psicologia

A chegada da IA também abre frentes de trabalho. Equipes que desenvolvem produtos de saúde digital precisam de quem entenda de sofrimento psíquico, de ética e de relação humana. Organizações precisam de quem acompanhe o impacto da automação na saúde mental de quem trabalha. Escolas precisam de

quem ajude alunos, famílias e professores a conviver com essas ferramentas. Pesquisas sobre como as pessoas se relacionam com a tecnologia precisam de psicólogos.

Nenhuma dessas frentes dispensa a formação de base. Pelo contrário: é justamente quem conhece bem a clínica, o trabalho ou a escola que tem algo a dizer quando a tecnologia chega nesses lugares.

MUDANÇA DE PERGUNTA

Em vez de perguntar "a IA vai me substituir?", experimente perguntar "que parte do meu trabalho só eu faço bem, e como posso fazê-la ainda melhor?". A primeira pergunta paralisa; a segunda orienta a formação.

O tempo que a tecnologia devolve

Se uma ferramenta segura organiza a agenda e reduz o tempo gasto com tarefas administrativas, a pergunta é o que fazer com o tempo que sobra. Ele pode virar mais atendimentos encaixados, sem intervalo. Ou pode virar estudo, supervisão, registro mais cuidadoso e descanso. A tecnologia não decide isso por você. Essa decisão diz muito sobre o tipo de profissional que você quer ser.

06

PARTE 6 · PLANO

Um plano de preparação

Chegamos à parte prática. Proponho um plano em três momentos, que valem para quem ainda está na graduação, para quem acabou de se formar e para quem já atende há anos. Ajuste ao seu ritmo, mas tente não pular o primeiro momento: é ele que dá chão para os outros.

Quando	Foco	Ações
Meses 1 e 2	Ética	Reler o Código de Ética, a Resolução 9/2024 e a 6/2019; ler a nota de posicionamento e o guia do CFP sobre IA; entender os artigos 5º, 11 e 20 da LGPD.
Meses 3 e 4	Mapa	Listar onde a IA já aparece no seu trabalho; fazer um curso introdutório sobre IA; testar ferramentas só com textos fictícios, nunca com dados de pessoas atendidas.
Meses 5 e 6	Uso	Escrever a sua política pessoal de uso de tecnologia; revisar contratos e termos de consentimento; levar o tema à supervisão; escolher uma competência da Parte 05 para aprofundar.

Se você ainda é estudante

- Use a IA para estudar com honestidade: para explicar um conceito, gerar perguntas de revisão ou organizar a rotina, nunca para escrever o que deveria ser seu.
- Confira tudo o que ela disser sobre autores, normas e pesquisas. Respostas inventadas com aparência de verdade são comuns.
- Aproveite o estágio para observar o que acontece na relação com as pessoas atendidas. É a parte da formação que nenhuma ferramenta faz por você.

Se você acabou de se formar

- Escolha ferramentas de gestão do consultório que deixem claro onde os dados ficam e quem tem acesso a eles.
- Escreva no contrato terapêutico como você usa a tecnologia, e não use transcrição nem gravação sem consentimento informado.
- Encontre um supervisor com quem possa conversar abertamente sobre dúvidas de tecnologia.

Se você já atende há anos

- Faça um inventário: que dados de pacientes estão hoje em aplicativos de mensagens, e-mails e serviços de nuvem?

- Revise o que mudou com a revogação da Resolução 11/2018 e a entrada da 9/2024.
- Compartilhe a sua experiência com colegas mais novos. O juízo clínico que você construiu é exatamente o que eles mais precisam aprender.

A sua política pessoal de uso

Uma política pessoal é um texto curto, de uma página, em que você escreve o que usa, o que não usa e por quê. Por exemplo: "Uso sistema de agenda com confirmação automática. Não uso transcrição de sessões. Não insiro nomes nem trechos de atendimentos em assistentes de IA. Reviso todo documento que assino." Ela orienta as suas decisões, facilita a conversa com pacientes e com a supervisão e pode ser revista a cada semestre, à medida que as normas e as ferramentas mudam.

SEM PROMESSAS

Nenhum plano garante o futuro de uma carreira. O que ele faz é trocar a ansiedade difusa por passos concretos e revisáveis. Quem se prepara com base ética e boa formação tem mais condições de atravessar mudanças, quaisquer que sejam.

EXERCÍCIO · 20 MINUTOS

A minha carreira diante da IA

Responda por escrito, com calma. Não há resposta certa: é um retrato do seu momento. Depois, leve as respostas para a supervisão ou para um colega de confiança.

1 **Em que momentos do meu trabalho ou estudo a IA já está presente, mesmo sem eu ter escolhido?**

Agenda, e-mail, editor de texto, plataformas da empresa ou da faculdade.

2 **Que dados de pessoas atendidas podem estar hoje em lugares que eu não controlo?**

Pense em mensagens, áudios, arquivos na nuvem e textos colados em ferramentas.

3 **O que eu não quero deixar de fazer, mesmo que uma máquina consiga imitar?**

Descreva um momento de sessão, aula ou projeto em que a sua presença fez diferença.

4 **Qual competência da Parte 05 eu quero desenvolver primeiro? Por quê?**

Escolha só uma e escreva um primeiro passo para este mês.

5 **Que três frases entram na minha política pessoal de uso de tecnologia?**

Uma sobre o que uso, uma sobre o que não uso e uma sobre como reviso.

6 **Que documento do CFP eu vou ler nas próximas duas semanas?**

A Resolução 9/2024, a nota de posicionamento ou o guia sobre IA.

SÍNTESE

O que levar deste e-book

01 **Descrever antes de julgar**
A IA já está na clínica, nas organizações e na educação, muitas vezes de forma discreta. Conhecer os usos reais é o primeiro passo para decidir bem.

02 **A relação continua no centro**
A pesquisa sobre aliança terapêutica e a tradição humanista mostram que presença, vínculo e juízo clínico não se reduzem a respostas bem escritas.

03 **Já existem regras**
Código de Ética, Resolução 9/2024, Resolução 6/2019, LGPD e o posicionamento do CFP sobre IA orientam o que pode e o que não pode.

04 **Riscos com nome**
Chatbots que se apresentam como terapeutas, vieses dos algoritmos e dados sensíveis fora de controle pedem atenção e prevenção.

05 **Preparar-se com base**
Ética aplicada, letramento em IA, leitura crítica e trabalho interdisciplinar ganham valor, sempre a partir de uma formação sólida.

A inteligência artificial vai mudar muitas tarefas da Psicologia, e algumas já mudaram. O que ela não muda é a necessidade de alguém que encontre a pessoa, sustente a relação e responda pelo cuidado. Prepare-se para usar bem as ferramentas, sem esquecer que o centro da profissão continua sendo esse encontro.

PARA APROFUNDAR

Referências

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. Health advisory: use of generative AI chatbots and wellness applications for mental health. Washington, DC: APA, nov. 2025. Disponível em: https://www.apa.org/topics/artificial-intelligence-machine-learning/health-advisory-chatbots-wellness-apps. Acesso em: 31 out. 2026.

BRASIL. Lei nº 13.709, de 14 de agosto de 2018. Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD). Brasília, DF: Presidência da República, 2018.

BUBER, Martin. Eu e Tu. Tradução, introdução e notas de Newton Aquiles Von Zuben. 10. ed. São Paulo: Centauro, 2001.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Resolução CFP nº 10, de 21 de julho de 2005. Aprova o Código de Ética Profissional do Psicólogo. Brasília, DF: CFP, 2005.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Resolução CFP nº 6, de 29 de março de 2019. Institui regras para a elaboração de documentos escritos produzidos pela(o) psicóloga(o) no exercício profissional. Brasília, DF: CFP, 2019.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Resolução CFP nº 9, de 18 de julho de 2024. Regulamenta o exercício profissional da Psicologia mediado por Tecnologias Digitais da Informação e da Comunicação (TDICs) em território nacional e revoga a Resolução CFP nº 11/2018 e a Resolução CFP nº 4/2020. Brasília, DF: CFP, 2024.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Nota de posicionamento do Conselho Federal de Psicologia sobre Inteligência Artificial e Psicologia. Brasília, DF: CFP, 2025. Disponível em: https://site.cfp.org.br/cfp-divulga-posicionamento-sobre-inteligencia-artificial-no-contexto-da-pratica-psicologica/. Acesso em: 31 out. 2026.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Inteligência Artificial na Psicologia: guia para uma prática ética e responsável. Brasília, DF: CFP, 2025. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2025/12/Cartilha_IA_A5-1.pdf. Acesso em: 31 out. 2026.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Chatbots, Inteligência Artificial e sua Saúde Mental: um guia para navegar com mais segurança na nova fronteira digital. Brasília, DF: CFP, 2025. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2025/12/Cartilha_chatbot_IA_A5-1.pdf. Acesso em: 31 out. 2026.

FITZPATRICK, Kathleen Kara; DARCY, Alison; VIERHILE, Molly. Delivering cognitive behavior therapy to young adults with symptoms of depression and anxiety using a fully automated conversational agent (Woebot): a randomized controlled trial. JMIR Mental Health, v. 4, n. 2, e19, 2017. DOI: 10.2196/mental.7785.

FLÜCKIGER, Christoph; DEL RE, A. C.; WAMPOLD, Bruce E.; HORVATH, Adam O. The alliance in adult psychotherapy: a meta-analytic synthesis. Psychotherapy, v. 55, n. 4, p. 316-340, 2018. DOI: 10.1037/pst0000172.

OBERMEYER, Ziad; POWERS, Brian; VOGELI, Christine; MULLAINATHAN, Sendhil. Dissecting racial bias in an algorithm used to manage the health of populations. Science, v. 366, n. 6464, p. 447-453, 2019. DOI: 10.1126/science.aax2342.

ROGERS, Carl R. The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. Journal of Consulting Psychology, v. 21, n. 2, p. 95-103, 1957. DOI: 10.1037/h0045357.

WAMPOLD, Bruce E.; IMEL, Zac E. The great psychotherapy debate: the evidence for what makes psychotherapy work. 2. ed. New York: Routledge, 2015.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Ethics and governance of artificial intelligence for health: WHO guidance. Geneva: WHO, 2021. ISBN 9789240029200.

Conferidos em 31/10/2026 nas fontes oficiais: posicionamentos e guias do CFP sobre IA (site.cfp.org.br) e Resolução CFP nº 9/2024, que revogou a nº 11/2018 (atosoficiais.com.br/cfp). LGPD conferida em cópia do texto legal; o acesso ao planalto.gov.br não respondeu nesta data. Até esta data, o CFP não publicou resolução específica sobre IA.

PRÓXIMO PASSO

Próximo passo

Se este mapa ajudou, o próximo passo é transformar o plano em rotina de estudo e de trabalho. Na ALLNEXS, reunimos isso na **MyNEXs**, a plataforma de estudos e trabalho do ecossistema, onde ficam os meus cursos e os espaços de aprendizagem e de gestão em um só login.

Para começar sem custo, a ferramenta gratuita **Gestão de Estudos**, do NEXs TOOLS, ajuda a organizar o que você vai ler nos próximos meses, como as resoluções e os documentos citados aqui. Quem já atende pode conhecer o **NEXs Clinic**, a gestão de clínicas e consultórios da ALLNEXS, que faz parte da MyNEXs: agenda, prontuário e financeiro do consultório em um só lugar.

E, se quiser continuar a conversa sobre tecnologia e Psicologia, visite as áreas **NEXsTech** (allnexs.com/nex-tech.html) e **NEXsPsi** (allnexs.com/nex-psi.html) no portal da ALLNEXS. Sem pressa: conheça, compare e decida no seu tempo.

MyNEXs | Gestão de Estudos | NEXs Clinic | NEXsTech | NEXsPsi

Conhecer a MyNEXs →

Está no celular? Toque no botão acima. No computador, aponte a câmera para o código.
my.allnexs.com/