

VIII JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

Saúde digital: novas tecnologias na formação
e atuação do profissional de saúde.



O USO DE TECNOLOGIAS DIGITAIS NA ASSISTÊNCIA PSICOLÓGICA

THE USE OF DIGITAL TECHNOLOGIES IN PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE

Claudia Edlaine da Silva

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil
<https://orcid.org/0000-0003-3483-7346>

Taynara Maria da Silva Wanderley

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil
<https://orcid.org/0000-0002-2582-2161>

Fábio Alves dos Santos

Hospital Universitário Professor Alberto Antunes, Maceió-AL, Brasil
<https://orcid.org/0000-0003-3268-0066>

Resumo: No contexto da pandemia da covid-19 houve um prejuízo significativo à saúde física e mental da população. Buscou-se analisar o uso das tecnologias digitais na promoção da assistência psicológica. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura realizada nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed e composta por uma amostra de 5 trabalhos. Os achados apontaram que profissionais da psicologia tiveram que se adaptar e recorrer ao uso de tecnologias digitais, visando considerar as restrições sanitárias, bem como dar seguimento ao seu trabalho em prol do cuidado em saúde mental da população.

Palavras-chave: covid-19; pandemia; psicologia; tecnologia digital.

Abstract: In the context of the covid-19 pandemic, there was a significant damage to the physical and mental health of the population. We sought to analyze the use of digital technologies in the promotion of psychological assistance. This is an integrative literature review carried out in the Virtual Health Library (VHL) and PubMed databases, comprising a sample of 5 works. The findings showed that psychology professionals had to adapt and resort to the use of digital technologies, in order to consider health restrictions, as well as to continue their work in favor of the population's mental health care.

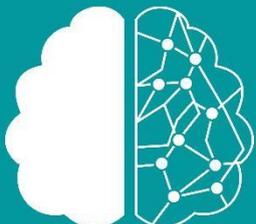
Keywords: covid-19; pandemic; psychology; digital technology.

1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS), no dia 11 de março de 2020, anunciou que a proliferação do vírus SARS-CoV-2, popularmente conhecido como coronavírus, passava do *status* de epidemia para pandemia. Foram imprescindíveis medidas urgentes de contenção da proliferação do vírus, e muitas delas se caracterizavam pela necessidade do isolamento e distanciamento social, fatos esses que vieram a causar um comprometimento considerável na saúde de uma grande parcela da população mundial (WORLD..., 2020).

Em razão do contágio do SARS-CoV-2 ser por vias aéreas, tornou-se indispensável a implantação de um rígido controle sanitário e isolamento domiciliar. Esta quebra brusca na dinâmica





VIII JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

Saúde digital: novas tecnologias na formação
e atuação do profissional de saúde.



e na rotina das pessoas causou diversos danos à saúde mental, que perduram atualmente, mesmo após o atravessamento da fase de maior gravidade da pandemia (VIANA, 2020).

Ainda que o uso das tecnologias e redes sociais para interação seja uma realidade para muitos, essas não substituem o contato físico e as relações interpessoais. Todavia, com a disseminação vertiginosa da covid-19, o Conselho Federal de Psicologia (CFP), em março de 2020, publicou uma nova norma visando regulamentar os atendimentos clínicos *on-line*. A Resolução CFP nº 04/2020 veio para auxiliar a prática do psicoterapeuta em um momento histórico delicado e comprometedor à condição psíquica dos indivíduos (CONSELHO, 2020).

Diante do exposto, o objetivo deste trabalho é o de analisar artigos científicos publicados em periódicos *on-line*, no cenário internacional, acerca do uso das tecnologias digitais na assistência psicológica ofertada no contexto da pandemia da covid-19, buscando colaborar com a ampliação sobre o conhecimento de novos modos de promoção da saúde mental na atualidade.

2 DESENVOLVIMENTO

Este trabalho é um estudo de natureza básica, de abordagem exploratória e qualitativa, feito a partir de uma revisão integrativa da literatura, que é um dos métodos de pesquisa utilizados na prática baseada em evidências, e que permite que os pesquisadores construam uma síntese de trabalhos para a realização de uma compreensão ampla do fenômeno que se deseja estudar. Nesse sentido, parte-se da inclusão de estudos experimentais e não experimentais para um maior entendimento acerca do fenômeno analisado (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Após a elaboração da questão norteadora, que foi: “A partir do contexto da pandemia da covid-19, cresceu o uso de tecnologias digitais nos serviços assistência psicológica?”, e o levantamento dos trabalhos, foi feita uma análise crítica dos artigos, avaliando se os dados e resultados destes respondiam à questão norteadora. Em sequência, houve uma síntese compreensiva dos dados encontrados.

Para o levantamento dos artigos, foi feita uma busca nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed. A pesquisa ocorreu no mês de outubro do ano de 2022. Utilizou-se, para a busca de artigos, nas línguas portuguesa e inglesa, os seguintes descritores: “Covid-19”, “Digital technology” e “Psychology”, utilizando a combinação com o *booleano* AND.

Os critérios de inclusão foram: artigos na íntegra publicados em inglês e português,



VIII JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

Saúde digital: novas tecnologias na formação e atuação do profissional de saúde.



publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos dois anos e disponíveis gratuitamente. Já os critérios de exclusão foram: teses, dissertações, monografias, artigos duplicados, capítulos de livros e os que abordavam temática tangencial à procurada. O universo do estudo foi constituído por 319 publicações pertinentes à temática investigada, das quais 5 compuseram a amostra por atenderem aos critérios de inclusão, conforme disposto na Tabela 1.

Tabela 1. Processo de seleção dos artigos após leitura integral do estudo. Maceió - AL, 2022.

Palavras-Chaves	Bases de Dados	Artigos Encontrados	Artigos Excluídos	Amostra
Covid-19 AND Digital technology AND Psychology	BVS	173	170	3
	PubMed	146	144	2

Fonte: Elaborado pelos autores, 2022.

Após passar pelos critérios de inclusão e exclusão, os trabalhos selecionados para compor a compreensão deste trabalho podem ser visualizados a partir da Tabela 2.

Tabela 2. Artigos selecionados para compor a análise do trabalho. Maceió - AL, 2022.

TÍTULO	AUTORES	PERIÓDICO O/ ANO	PRINCIPAIS RESULTADOS
Potencialidades e desafios do atendimento psicológico on-line durante a pandemia do COVID-19 na perspectiva dos profissionais	Torres, et al.	Cadernos de Psicologia/ 2022	Houve adaptação dos profissionais para a realidade de atendimento on-line. Além disso, eles perceberam a necessidade do ensino dessa modalidade aos estudantes, para que haja melhor formação teórico-técnica e ética.
Atendimento psicológico on-line no contexto da pandemia de COVID-19	Viana	CADERNOS ESP. CEARÁ/ 2020	Houve aumento de demandas de saúde mental e da procura pelo atendimento online nos meses de maior isolamento social imposto pela pandemia. Além disso, observou-se a necessidade de adequações legislativas nesta modalidade de atendimento, bem como houve



VIII JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

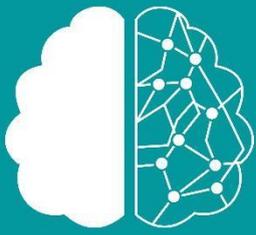
Saúde digital: novas tecnologias na formação e atuação do profissional de saúde.

			criação de plataformas e serviços para dar conta do crescimento da demanda percebida.
A tecnologia e a atividade dos psicólogos e psicólogas em tempos da pandemia de COVID-19: desafios e apontamentos	Araújo, et al.	Psicologia em Revista/ 2020	Observou-se o crescimento do número de cadastros de psicólogos e psicólogas interessados em realizar atendimento on-line, bem como a emergência de ações dos órgãos reguladores da profissão que objetivam fiscalizar tais práticas e impedir o uso indevido da tecnologia. Ressaltaram-se os riscos da uberização do trabalho do psicólogo e psicóloga e de uma retração do campo da Psicologia como profissão.
Intervenções em saúde mental em tempos de COVID-19:scoping review	Moreira, et al.	<i>SciELOpreprint</i> s/ 2020	Evidenciou-se que intervenções e telemonitoramento, jogos virtuais e estratégias focalizadas no suporte social e em técnicas de relaxamento muscular podem ser eficazes e necessitam serem incentivadas e incluídas em práticas de atenção à saúde mental no contexto do COVID-19.
Saúde Mental em tempos de COVID-19: a importância do atendimento psicológico remoto	Santos e Oliveira	Revista Transforma r/ 2020	Foram apontadas sugestões de cuidado mental e familiar, apontando o desenvolvimento de habilidades pessoais como exercício de autoregulação para reduzir os níveis de estresse em conjunto com a perspectiva do atendimento psicológico remoto durante e pós-pandemia.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2022.

Após a análise dos trabalhos, foram observados alguns caminhos e percalços que os atendimentos psicológicos *on-line* encontraram durante a pandemia, e como esta prática tem contribuído a saúde mental da população. Tornou-se perceptível e considerável que, um evento da magnitude da pandemia da covid-19 instaurou efeitos negativos na população como um todo.

De acordo com Santos e Oliveira (2020), durante o período pandêmico casos de ansiedade, estresse e depressão tiveram um aumento significativo chegando a apresentar um aumento de 90% quando comparado a anos anteriores. Muito se foi difundido a respeito da manutenção da saúde mental durante o período de isolamento, práticas terapêuticas como meditação, yoga, exercícios físicos e respiratórios, ganharam maior visibilidade, contudo, segundo Araújo *et al.* (2020), foi a procura de atendimento psicológico *on-line* que tivera uma notória adesão.



VIII JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

Saúde digital: novas tecnologias na formação
e atuação do profissional de saúde.



Sendo a psicologia uma área do saber voltada para a produção e promoção da saúde mental, não podemos deixar de observar este fenômeno que tem acontecido onde estudos mostram como o período de isolamento afetou diretamente nas relações inter e intra pessoais, deixando sinais de agravamento nos índices de diversos transtornos psicológicos. Ademais, o isolamento compulsório não abrangia possíveis questões adoeedoras de cunho domiciliar, “[...] em especial as condições adversas de realizar o isolamento social, aponta uma tendência de agravamento de questões de saúde mental nas famílias brasileiras” (VIANA, 2020, p. 3).

Neste sentido, fez-se necessário o ajustamento da prática psicoterápica a fim de abarcar este novo momento em que se torna imprescindível que a assistência se faça presente nos impactos referentes ao bem-estar emocional e as sequelas deixadas pela covid-19. Identifica-se portanto que, o manejo adequado fornecido pelo psicoterapeuta tem importante papel neste período pandêmico, assim como permanecerá no pós, pois, ainda não se sabe com infalibilidade as reais dimensões das consequências psíquicas causadas (MOREIRA *et al.*, 2020).

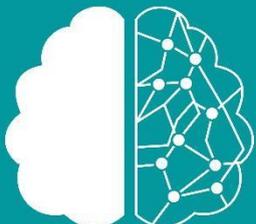
Torres *et al.* (2022) apontam que na conjuntura da modalidade de atendimento on-line, apesar de já ser uma prática já existente e utilizada antes da chegada da pandemia de 2019, se fez necessário que houvesse uma adaptação por parte dos profissionais, para garantir que a mudança do contexto em que o acolhimento psicológico estaria acontecendo não prejudicasse sua eficácia, assim como garantisse que o processo do vínculo psicoterapeuta-paciente não fosse prejudicado.

Ainda segundo o autor supracitado, a psicoterapia realizada de maneira virtual pode constituir-se tanto como um recurso positivo como negativo. Para o paciente, o ambiente domiciliar pode trazer benefícios como o relaxamento e conforto, por se estar em um espaço conhecido e confortável, todavia, podem causar o efeito reverso, pois a convivência familiar pode ser um dos fatores determinantes para o adoecimento psíquico do indivíduo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os artigos examinados neste estudo mostraram que, frente à pandemia da covid-19, que causou diversos impactos na qualidade de vida de uma grande parcela da população mundial, muitos profissionais tiveram que se adaptar e recorrer ao uso de tecnologias digitais, visando considerar as restrições sanitárias, bem como dar seguimento ao seu trabalho em prol do cuidado do outro,





VIII JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

Saúde digital: novas tecnologias na formação
e atuação do profissional de saúde.



incluindo assim os profissionais da psicologia e o atendimento on-line realizado por grande parte destes.

Neste sentido, cabe também ressaltar os benefícios que o acompanhamento psicológico, mesmo que de maneira virtual, trouxe em meio ao contexto pandêmico, respeitando o distanciamento social, fomentando a possibilidade de seguimento ao cuidado de pessoas, que se encontram em sofrimento psíquico, e atualizando as possibilidades de cuidado já existentes na promoção da assistência em saúde mental.

Nota-se, ainda, o fortalecimento de uma modalidade de trabalho, agora regulamentada, e que tende a se estabelecer ainda mais no futuro, tendo em vista a adesão, tanto de pacientes quanto de profissionais da psicologia, e o encurtamento de distâncias na prestação da assistência psicológica no contexto de pandemia pela covid-19 e para além desta.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, J. N. G. *et al.* A tecnologia e a atividade dos psicólogos e psicólogas em tempos da pandemia de covid-19: desafios e apontamentos. **Psicologia em Revista**. v. 26, n. 3, p. 1101-1120, 2020. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/psicologiaemrevista/article/view/21402>. Acesso em: 15 out. 2022.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Resolução nº 4, de 26 de março de 2020. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 30 mar. 2020, Seção 1, ed. 61, p. 251. Disponível em: <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-4-2020-dispoe-sobre-regulamentacao-de-servicos-psicologicos-prestados-por-meio-de-tecnologia-da-informacao-e-da-comunicacao-o-durante-a-pandemia-do-covid-19?origin=instituicao&q=04/2020>. Acesso em: 20 out. 2022.

MOREIRA, W. C. *et al.* **Intervenções em saúde mental em tempos de COVID-19: scoping review**. 2020. Preprint. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/1007>. Acesso em: 14 out. 2022.

SANTOS, M. F. R.; OLIVEIRA, M. E. F. Saúde Mental em tempos de Covid-19: a importância do atendimento psicológico remoto. **Revista Transformar**. v. 14, n. 2, p. 76-90, 2020.



VIII JORNADA ACADÊMICA DO HUPAA

Saúde digital: novas tecnologias na formação
e atuação do profissional de saúde.



Disponível em: <http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/article/view/378>.

Acesso em: 14 out. 2022

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer.

Einstein, São Paulo, v. 8, p. 102-106, 2010. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en&nr m=iso. Acesso em: 16 out. 2022.

TORRES, M. S. *et al.* Potencialidades e Desafios do Atendimento Psicológico on-line durante a Pandemia da Covid-19 na Perspectiva dos Profissionais. **Cadernos de Psicologia**. v. 2, n. 2, p. 12-12, 2022. Disponível em:

<https://www.cadernosdepsicologia.org.br/index.php/cadernos/article/view/136/71> Acesso em: 14 out. 2022.

VIANA, D. M. Atendimento Psicológico on-line no Contexto da Pandemia de Covid-19: on-line Psychological Care in the Context of Covid's Pandemic 19. **Cadernos ESP**. v. 14, n. 1, p. 74-79, 2020. Disponível em:

<https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/399/215>. Acesso em: 13 out. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **WHO characterizes COVID-19 as a pandemic**. 2022. Disponível em:

<https://www.paho.org/en/news/11-3-2020-who-characterizes-covid-19-pandemic>. Acesso em: 16 out. 2022.

