

APOIO PSICOLÓGICO ONLINE DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

ONLINE PSYCHOLOGICAL SUPPORT DURING THE COVID-19 PANDEMIC: AN EXPERIENCE REPORT

APOYO PSICOLÓGICO EN LÍNEA DURANTE LA PANDEMIA DE COVID-19: UN RELATO DE EXPERIENCIA

Janine Gudolle de Souza¹

Resumo: O presente relato de experiência parte da inserção em um serviço de apoio a estudantes universitários de uma instituição pública de ensino superior. Em decorrência da pandemia de COVID-19, foram necessárias mudanças tanto no formato dos atendimentos, do presencial para o online, como na quantidade de atendimentos oferecidos para cada estudante. Neste artigo, objetivou-se discutir a realização de atendimento psicológico durante a pandemia de COVID-19, bem como compreender as principais demandas relatadas por estudantes universitários neste período. Para tanto, buscou-se articular as experiências vivenciadas com a literatura científica produzida sobre o tema. Foi possível constatar que a modalidade de apoio psicológico oferecida pelo serviço de apoio ao estudante tem se mostrado importante para os estudantes, a partir de seus relatos e também pela percepção de uma maior implicação destes nos encontros. Além disso, evidencia-se que a ansiedade tem sido a queixa prevalente, seguida de uma desorganização da rotina e diferentes momentos vivenciados ao longo da pandemia. Considera-se que a pandemia trará muitas mudanças na atuação da Psicologia, como a prática dos atendimentos online e as novas diretrizes a serem seguidas, bem como uma reorganização dos serviços que prestam atendimentos.

Palavras-chave: Serviços de saúde para estudantes; Psicologia clínica; Serviço online; Pandemia; COVID-19.

Abstract: This experience report starts from the insertion in a support service for university students from a public institution of college education. As a result of the COVID-19 pandemic, changes were necessary in the format of the attendance, from the face-to-face to the online, as well as in the amount of attendance offered to each student. This article aimed to discuss the provision of psychological assistance during the COVID-19, as well as to understand the main demands reported by university students in this period. Sought to articulate the experiences with the scientific literature produced about the subject. It was possible to verify that the type of psychological support offered by the student support service has been shown to be important for students, from their reports and also due to the perception

¹ Contato principal para correspondência editorial. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6477-4190>. E-mail: gudolle.janine@gmail.com

of a greater involvement of these in the meetings. In addition, it is evident that anxiety has been the prevalent complaint, followed by disorganization of the routine and different moments experienced throughout the pandemic. It is considered that the pandemic will bring many changes in the performance of Psychology, such as online practice and the new guidelines to be followed, even as a reorganization of the services that provide care.

Key-words: Health services for students; Clinical psychology; Online service; Pandemic; COVID-19.

Resumen: El presente relato de experiencia se basa en la inserción en un servicio de apoyo a estudiantes universitarios de una institución pública de educación superior. Como resultado de la pandemia de COVID-19, se requirieron cambios tanto en el formato de las atenciones, pasando de presenciales a en línea, como en la cantidad de atenciones ofrecidas a cada estudiante. En este artículo, se buscó discutir la realización de atenciones psicológicas durante la pandemia de COVID-19, así como comprender las principales demandas reportadas por los estudiantes universitarios en este período. Para ello, se procuró articular las experiencias vividas con la literatura científica producida sobre el tema. Se constató que la modalidad de apoyo psicológico ofrecida por el servicio de apoyo al estudiante ha demostrado ser importante para los estudiantes, según sus relatos y también por la percepción de una mayor implicación de estos en los encuentros. Además, se destaca que la ansiedad ha sido la queja prevalente, seguida por una desorganización de la rutina y diferentes momentos vividos a lo largo de la pandemia. Se considera que la pandemia traerá muchos cambios en la práctica de la Psicología, como la atención en línea y las nuevas directrices a seguir, así como una reorganización de los servicios que brindan atención.

Palabras clave: Servicios de salud para estudiantes; Psicología clínica; Servicio en línea; Pandemia; COVID-19.

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19 trouxe um novo cenário para os atendimentos realizados nas diversas áreas do conhecimento, sobretudo para a Psicologia. O atendimento na modalidade online já era previsto na legislação do Conselho Federal de Psicologia (CFP), no entanto sofreu profundas mudanças em decorrência do novo cenário imposto pela descoberta do novo coronavírus em dezembro de 2019. Ao buscar acontecimentos na história da profissão, em 1995, tem-se o “tele psicólogo”, prática anunciada em jornais da época, nos quais se disponibilizava telefones para ligação direta com psicólogo. Tal prática foi vedada pela Resolução 02/95 (Conselho Federal de Psicologia (CFP), 1995), entendendo que essa

atuação não poderia ser permitida. Destaca-se na resolução mencionada que era vedado prestar serviços ou mesmo vincular seu título de psicólogo a serviços de atendimento psicológico via telefônica. Já em 2000, por meio da Resolução 003 (CFP, 2000), o CFP começou a regulamentar o computador como um meio de atuação para atendimento psicoterapêutico. Em 2005, a Resolução 12 (CFP, 2005) revogou a Resolução 003/2000 e regulamentou pesquisas realizadas a partir do uso das tecnologias.

Posteriormente, a resolução 11/2012 (CFP, 2012) regulamentou os serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos de comunicação à distância, descrevendo que se deveria ter um selo do CFP para poder prestar os serviços. Ao psicólogo não era necessário um cadastro e, sim, o uso de algum site para a realização dos atendimentos, sendo permitidas somente 20 sessões e a prática do aconselhamento. Recentemente, com a resolução 11 de 2018 (CFP, 2018) outras práticas foram regulamentadas e deu-se início ao cadastro E-Psi. Este cadastro deve ser renovado anualmente e “os profissionais devem fundamentar tecnicamente o tipo de tecnologia utilizada, os tipos de serviços online disponíveis, o público a quem se destinam tais serviços, bem como limites e possibilidades de uso” (Viana, 2020, p. 75). Com esta resolução, tornou-se possível a realização de atendimentos, seleção de pessoal, utilização de instrumentos de avaliação psicológica, reconhecidos pelo Satepsi e, ainda, supervisões técnicas.

Essa breve revisão das legislações do CFP nos mostra que a Psicologia, historicamente, vem se movimentando em relação à inserção de suas práticas nas TICs (Tecnologias de Informação e Comunicação). No entanto, com a pandemia de COVID-19, tornou-se necessária a revisão de alguns artigos que constavam na resolução de 2018, criando, então, a Resolução 04 de 2020 (CFP, 2020). Esta resolução dispõe sobre a regulamentação dos serviços psicológicos durante a pandemia, flexibilizando a atuação de forma remota. Todos os profissionais da área atuantes na modalidade online precisaram cadastrar-se no site “Cadastro E-Psi”, não sendo necessário aguardar a autorização do órgão regulador para dar início ao trabalho remoto.

Diante disso, percebe-se que os profissionais de Psicologia, assim como os setores que ofertam serviços psicológicos necessitaram de uma reorganização. Tal fato ocorreu no setor, no qual se insere esta experiência, que presta atendimento a estudantes universitários. Até março de 2020, todos os atendimentos, grupos terapêuticos e oficinas eram ofertados pelo serviço de forma presencial. O setor na universidade objetiva oferecer atendimentos aos

estudantes universitários em relação às suas dificuldades de aprendizagem e problemas que venham a afetar o seu rendimento acadêmico, a partir de uma equipe multiprofissional composta por psicólogos, psicopedagogos, terapeuta ocupacional e psiquiatras. Os atendimentos são realizados de acordo com o calendário acadêmico de cada semestre, tendo previsão de atendimentos semanais com os estudantes. O número de atendimentos varia em decorrência do mês que o estudante inicia os seus atendimentos. Com a pandemia de COVID-19, foi necessária uma reestruturação dos atendimentos, para que o suporte aos estudantes universitários continuasse a ser oferecido.

Assim, a partir de um relato de experiência, este estudo objetiva discutir a realização de atendimento psicológico durante a pandemia de COVID-19, bem como compreender as principais demandas relatadas por estudantes universitários neste período. Para atingir os objetivos, buscou-se articular as experiências vivenciadas com a literatura científica produzida sobre o tema, sobretudo artigos científicos e documentos elaborados por órgãos nacionais. Ainda, foram criadas duas categorias para discussão sobre o tema: “Apoio psicológico online oferecido em uma Instituição de Ensino Superior” e “Principais demandas observadas no período da pandemia de COVID-19”.

Apoio psicológico online oferecido em uma Instituição de Ensino Superior

Entende-se que o contexto da pandemia nos convida a reinventar as nossas práticas, sempre estando atreladas à ética profissional da Psicologia. Por isso, para dar conta da procura por atendimentos psicológicos em virtude de um novo contexto vivenciado, o serviço se organizou a partir da modalidade de apoio psicológico, com previsão de quatro atendimentos com cada estudante, com frequência semanal. No entanto, tal número de atendimentos não é rígido, possibilitando estender os atendimentos dependendo de cada caso, considerando algum risco envolvido ou o início de alguma medicação.

O estudante busca pelos atendimentos preenchendo um formulário online, com seus dados pessoais, telefone, curso, matrícula, assim como e-mail e algum nome e telefone de contato para emergências. Após o cadastro, o estudante receberá em seu e-mail o dia e o horário marcado para o primeiro encontro. Nesse primeiro momento, é necessário explicar como funciona os atendimentos, a previsão de quatro encontros, bem como orientações quanto ao uso de fones de ouvido, estar em um ambiente que considere adequado para falar e

preceitos éticos e de sigilo que estão presentes nos atendimentos. Após a realização do atendimento, o profissional de Psicologia deve preencher um prontuário com o registro documental de cada encontro.

Compreende-se que a atuação do psicólogo durante a pandemia deve objetivar a promoção do bem-estar psicossocial e a redução de estresse agudo (Fiocruz, 2020). Além disso, a atuação deve oferecer apoio e cuidado, não sendo invasivo, “avaliar necessidades e preocupações, escutar sem pressionar a falar, oferecer conforto [...] orientar para a busca de informações confiáveis trazendo informações claras e oficiais, orientar sobre os serviços disponíveis de atenção psicossocial mais próximos e proteger as pessoas de danos adicionais” (Fiocruz, 2020, p. 4). A prática neste contexto de pandemia também visa ressaltar aos estudantes atendidos que muitos pensamentos, sentimentos e preocupações vivenciados nesse momento são esperados. No entanto, deve-se diferenciar situações esperadas com indicadores de risco, como sintomas persistentes, comprometimento significativo do funcionamento social e cotidiano, conduta suicida, entre outros (Fiocruz, 2020).

Além disso, a atuação do profissional de Psicologia se dá de forma diferenciada no formato de atendimentos limitados proposto pelo serviço. Considera-se uma atuação mais diretiva e ativa, objetivando um foco nos atendimentos. Mesmo havendo um foco e um número limitado de encontros, deve-se, sempre, levar em conta cada caso. Alguns precisarão de mais tempo de atendimento do que outros em decorrência de um maior sofrimento psíquico e, principalmente, um histórico de transtornos mentais prévios à pandemia.

Assim, nas modalidades de apoio deve-se promover acolhimento, encorajar a utilização de recursos pessoais de enfrentamento que deram certo quando utilizados em outras situações de crise, bem como propiciar o aprendizado de técnicas de relaxamento ou meditação e checar e estimular a rede de suporte emocional-social (Peuker & Almondes, 2020). Como salientam Quadros, Cunha e Uziel (2020) a prática do acolhimento não é nova no campo da Psicologia, nem na saúde mental. As autoras, a partir da experiência com atendimentos psicológicos em uma universidade pública, entendem que o ato de acolher é uma tecnologia de cuidado. No acolhimento promove-se a palavra, “como possibilidade de criação, de se inventar, de construir caminhos, destituí-los, inventar outros. A palavra de quem precisa falar e a palavra de quem se dispõe a ouvir.” (Quadros, Cunha & Uziel, 2020, p. 10). O encontro com o outro, mesmo que mediado pelas telas, torna-se fundamental para um melhor enfrentamento da pandemia. Nossos objetivos devem visar sempre cuidar e acolher o

outro, especialmente em um contexto de pandemia, em que muitas dificuldades são enfrentadas.

A partir da experiência aqui relatada, percebe-se que o formato de atendimento proposto tem se mostrado relevante, uma vez que os relatos dos estudantes demonstram uma certa melhora após os atendimentos. Em muitos casos, foi recorrente o relato de que o primeiro atendimento aliviou as tensões vivenciadas até então, o que demonstra a importância de se ofertar cuidado no período da pandemia. E, igualmente, percebe-se que os estudantes se mostraram mais implicados no processo, já que as faltas foram bem menores do que em anos anteriores, na modalidade de atendimento presencial. Certamente deve-se levar em conta que a maioria dos universitários atendidos se encontra em casa e que isso por si só poderia justificar uma diminuição na ausência aos atendimentos. Entretanto, percebeu-se uma relevante participação dos estudantes na proposta de apoio psicológico ofertada pelo serviço, isto é, os estudantes mostraram-se implicados em compreender melhor o que estão vivenciando e as suas questões pessoais, relacionais e profissionais.

Principais demandas observadas no período da pandemia de COVID-19

Em recentes revisões de literatura, confirma-se que a pandemia tem afetado a saúde mental da população (Borloti, Haydu, Kienen & Zacarin, 2020; Pereira et al., 2020). Os resultados obtidos no estudo de Pereira et al. (2020) demonstram que os sintomas psicológicos mais comuns são estresse, medo, pânico, ansiedade, culpa e tristeza. Já nos dados da pesquisa de Borloti, Haydu, Kienen e Zacarin (2020) os transtornos mentais mais prevalentes foram “transtornos da ansiedade, com frequência o transtorno agudo do estresse, o transtorno do estresse pós-traumático, e os transtornos de humor, frequentemente o transtorno depressivo maior” (p. 28).

No que se refere aos estudantes universitários, Maia e Dias (2020) realizaram uma pesquisa em Portugal com o objetivo de explorar os níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários portugueses, comparando dois momentos, um período normal (2018 e 2019) e o período pandêmico (entre a suspensão das aulas e a decretação do estado de emergência em Portugal). Os resultados apontam que houve um aumento significativo de ansiedade, depressão e estresse no período pandêmico comparado ao período de anos anteriores da pesquisa. Porém, os autores ressaltam que não se deve olhar para os resultados

entendendo que eles são consequências apenas da pandemia, há outros fatores como personalidade e apoio social percebido que afetam os estudantes. Tal fato pode ser considerado importante, visto que o estudo de Silva, Panosso e Donadon (2018) já demonstrava que os estudantes universitários são considerados grupo de risco com relação à ansiedade em anos anteriores à pandemia.

Dessa forma, em consonância com o que traz a literatura, a ansiedade tem sido uma das principais demandas trazidas pelos estudantes atendidos no contexto da pandemia. É importante questionar, junto aos pacientes, se essa ansiedade surgiu no momento da pandemia ou se a pessoa já sofria com ansiedade anteriormente. Uma vez que, em muitos relatos, a ansiedade já era vivida como um problema, porém a pandemia trouxe um agravamento ao caso. Tal diferenciação torna-se fundamental para que se compreenda como manejar os encontros com o paciente. Em muitos casos, os estudantes querem apenas minimizar os sintomas e não encarar o que, de fato, causa a sua ansiedade. Entende-se que na modalidade de apoio psicológico proposto durante a pandemia, geralmente, não será possível aprofundar totalmente a demanda trazida. Sendo essa uma das limitações da proposta do serviço. Por isso, deve-se levar em conta a gravidade do caso e, se necessário, prolongar alguns atendimentos para que se possa acompanhar melhor o estudante, assim como encaminhar para atendimento com psiquiatra.

Essa grande quantidade de relatos relacionados à ansiedade pode ser considerada levando em conta que em decorrência da pandemia muitos planos e objetivos para o ano de 2020 foram modificados e/ou interrompidos. A partir dos relatos, parece haver muita dificuldade em lidar com a prorrogação dos planos e com um replanejamento para o futuro. Além dessa demanda, há uma intensa desorganização do cotidiano. Percebe-se que têm sido recorrentes demandas atreladas a um novo funcionamento de rotina, havendo um mal-estar causado pela saída de cena da rotina acadêmica. Pode-se pensar que a estrutura acadêmica, com aulas, reuniões, estudos nas bibliotecas tem um caráter organizativo na rotina dos universitários. Com a pandemia, percebe-se uma desorientação quanto ao que fazer com todo o tempo livre dentro de casa. Assim, enquanto profissionais de Psicologia, deve-se construir, junto ao estudante, uma retomada de rotina, com uma organização de estudos e um planejamento semanal.

Ademais, pode-se constatar que cada pessoa, de acordo com seu funcionamento e sua forma de encarar as adversidades, irá apresentar diferentes momentos vivenciados na

pandemia. Há pessoas que, inicialmente, sentiram-se bem, queriam produzir, realizar atividades diferentes e que, meses depois, sentiram-se tristes e desmotivadas. Outras, ao contrário, no início sentiram-se impotentes e, posteriormente, conseguiram retomar suas atividades gradualmente. Já havia antes da pandemia, nas queixas dos estudantes, uma certa dificuldade em encontrar um equilíbrio entre as obrigações acadêmicas e momentos de lazer e descanso. Com a pandemia, isso se tornou ainda mais difícil, uma vez que trabalho da casa, estudos e lazer encontram-se sobrepostos em um mesmo ambiente físico. Dessa forma, deve-se questioná-los sobre quais atividades ele gostariam de fazer para além das obrigações acadêmicas. Caso o estudante não saiba ou não consiga identificar, podemos, em conjunto, construir possibilidades para uma vida que não se restrinja somente ao cotidiano acadêmico, mas que abarque momentos com a sua rede de apoio, atividades de criação, descanso, atividades físicas, criação de um novo hábito, etc.

Há ainda diferentes configurações do “fique em casa”. Há pessoas que estão muito sozinhas e outras que estão desconfortáveis com a intensa convivência com familiares. Percebe-se que, em alguns atendimentos, não há privacidade para que o estudante consiga relatar suas angústias, pois há pessoas escutando ou no cômodo ao lado. Além disso, alguns estudantes atendidos remeteram a uma ressignificação da vida, a percepção de um novo olhar para as minúcias do dia-a-dia, ao sentir falta de coisas simples do cotidiano. Atividades como, por exemplo, escutar música indo para a universidade e poder almoçar no restaurante universitário são trazidas como exemplo de algo “banal” que faz falta diante de um cenário pandêmico.

A partir do que foi relatado aqui, torna-se evidente que as formas de enfrentar as dificuldades são próprias de cada sujeito, estando atreladas a sua história de vida, suas relações interpessoais e seu contexto social e cultural. Entende-se que todas as pessoas possuem as suas estratégias e habilidades para encarar os desafios que se impõem à vida, entretanto, em momentos de crise, como a que vivenciamos durante a pandemia de COVID-19, alguns podem precisar de maior suporte psicossocial (Fiocruz, 2020). Em decorrência disso, enquanto profissionais de Psicologia, deve-se compreender o acolhimento ao outro, a proposta de apoio e suporte como “uma potência afirmativa que ratifica a noção de acolher como permanecer, estar presente, testemunhar, ficar, sustentar o momento e, portanto, produzir vida diante da possibilidade da perda e da morte, sem negá-las como possibilidade” (Quadros et al., 2020, p. 8).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente relato de experiência objetivou discutir a realização de atendimento psicológico durante a pandemia de COVID-19, bem como compreender as principais demandas relatadas por estudantes universitários neste período. Diante do exposto, foi possível destacar que a reorganização de um serviço direcionado a estudantes universitários de uma instituição pública de ensino superior mostrou-se importante. Tal reorganização consistiu em oferecer a modalidade de apoio psicológico com um número limitado de atendimentos no período da pandemia de COVID-19.

A prática da Psicologia neste contexto é atravessada por muitas mudanças, principalmente com a utilização de Tecnologias de Informação e Comunicação, além de diferentes cuidados relativos ao formato dos atendimentos, a um ambiente adequado e novas diretrizes profissionais a serem consideradas em um momento de pandemia. Além disso, percebe-se que algumas demandas têm se mostrado mais frequentes, sobretudo relatos de Ansiedade, destaca-se que a vivência de um novo formato de atendimento, online e de ansiedade, desorganização da rotina e diferentes momentos vivenciados no decorrer dos meses da pandemia.

Assim, destaca-se que a vivência de um novo formato de atendimento, online e de ansiedade, desorganização da rotina e diferentes momentos vivenciados no decorrer dos meses da pandemia, torna-se um desafio, bem como proporciona novas possibilidades de atuação. É possível prever profundas mudanças no fazer em Psicologia em virtude da pandemia de COVID-19. Certamente, deve-se levar em conta e refletir sobre os aspectos resultantes dessa experiência profissional, como dificuldades pessoais, problemas de conexão da internet, câmera ligada ou desligada, cansaço diante das telas, possibilidade de atender pessoas de outros lugares, dentre tantas outras questões, positivas ou negativas, que surgirão ao longo desse tempo vivenciado. Por fim, torna-se necessário outros estudos sobre o tema, investigando como os serviços e os profissionais que ofertam atendimento psicológico se reorganizaram nesse período, assim como conhecer as vivências de profissionais da Psicologia no formato de atendimento online.

REFERÊNCIAS

- Borloti, E., Haydu, V., Kienen, N., & Zacarin, M. (2020). Saúde mental e intervenções psicológicas durante a pandemia da COVID-19: Um panorama. *Revista Brasileira de Análise do Comportamento*, 16(1), 21-30. <http://dx.doi.org/10.18542/rebac.v16i1.8885>
- Conselho Federal de Psicologia. (1995). Resolução nº 002/95. Dispõe sobre prestação de serviços psicológicos por telefone. Recuperado de https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/1995/02/resolucao1995_2.pdf.
- Conselho Federal de Psicologia. (2000). Resolução nº 003/2000. Regulamenta o atendimento psicoterapêutico mediado por computador. Recuperado de <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-3-2000-regulamenta-o-atendimento-psicoterapeutico-mediado-por-computador?origin=instituicao>
- Conselho Federal de Psicologia. (2005). Resolução nº 012/2005. Regulamenta o atendimento psicoterapêutico e outros serviços psicológicos mediados por computador e revoga a Resolução CFP N° 003/2000. Recuperado de <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-12-2005-regulamenta-o-atendimento-psicoterapeutico-e-outros-servicos-psicologicos-mediados-por-computador-e-revoga-a-resolucao-cfp-n-0032000?origin=instituicao>
- Conselho Federal de Psicologia. (2012). Resolução nº 011/2012. Regulamenta os serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos de comunicação a distância, o atendimento psicoterapêutico em caráter experimental e revoga a Resolução CFP N.º 12/2005. Recuperado de https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/Resoluxo_CFP_nx_011-12.pdf
- Conselho Federal de Psicologia. (2018). Resolução nº 011/2018. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP N.º 11/2012. Recuperado de <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>
- Conselho Federal de Psicologia. (2020). Resolução nº 04/2020. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. Recuperado de <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333>
- Fiocruz. (2020). Recomendações ao psicólogo para o atendimento online. Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19. Recuperado de <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/42359/2/Sa%C3%BAde-e-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomenda%C3%A7%C3%B5es-aos-psic%C3%B3logos-para-o-atendimento-online-1.pdf>
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia*, 37, e200067. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>

- Pereira, M. D., Oliveira, L. C. de, Costa, C. F. T., Bezerra, C. M. de O., Pereira, M. D., Santos, C. K. A. dos, & Dantas, E. H. M. (2020). The COVID-19 pandemic, social isolation, consequences on mental health and coping strategies: an integrative review. *Research, Society and Development*, 9(7), e652974548. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4548>
- Peuker, A. C., & Almondes, K. M. (2020). Recomendações para o exercício profissional presencial e on-line da psicologia frente à pandemia de COVID-19. Tópico 5. Sociedade Brasileira de Psicologia. Recuperado de <http://www.sbponline.org.br/enfrentamento-covid19>
- Quadros, L. C. de T., Cunha, C. C. da, & Uziel, A. P. (2020). Acolhimento psicológico e afeto em tempos de pandemia: práticas políticas de afirmação da vida. *Psicologia & Sociedade*, 32, 1-15. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2020v32240322>
- Silva, D. R., Panosso, I. R., & Donadon, M. F. (2018). Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções – uma revisão crítica da literatura. *Psicologia - Saberes & Práticas*, 2(1), 1-10. Recuperado de <http://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/psicologiasaberes&praticas/sumario/64/16012019150843.pdf>
- Viana, D. M. (2020). Atendimento psicológico online no contexto da pandemia de COVID-19. *Cadernos ESP. Ceará*, 14(1), 74-79. Recuperado de <https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/399/215>