



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 11, Issue, 05, pp. 47024-47028, May, 2021

<https://doi.org/10.37118/ijdr.21694.05.2021>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL EM GRUPOS ONLINE DIANTE DO ENFRENTAMENTO DA COVID-19: REVISÃO SISTEMÁTICA

Lívia Garcez¹, Christianne Leduc Bastos Antunes² and Silvana Alba Scortegagna¹

¹Universidade de Passo Fundo – UPF

²Instituto de Desenvolvimento Educacional de Passo Fundo – IDEAU

ARTICLE INFO

Article History:

Received 19th February, 2021
Received in revised form
26th March, 2021
Accepted 17th April, 2021
Published online 22th May, 2021

Key Words:

COVID-19, Grupos online,
Terapia cognitivo-comportamental.

*Corresponding author: Lívia Garcez,

ABSTRACT

Este estudo objetivou reunir evidências científicas sobre a aplicação da Terapia Cognitivo Comportamental em Grupos (TCCG) online, durante a pandemia COVID-19. A revisão seguiu recomendações da Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) e foram efetuadas nas bases de dados BVS Saúde; CAPES; PubMed; PsycINFO e SciELO, com descritores: Cognitive Behavioural Therapy Group and COVID-19 e Terapia Cognitivo Comportamental em grupos online e Covid-19, no período de 2020 a 2021. Dos 34 artigos encontrados, foram incluídos oito artigos que atenderam os objetivos deste estudo e os critérios de inclusão, quais sejam: revisão por pares, publicados entre 2020 a 2021 e aplicação TCCG online. A análise dos resultados considerou, ano de publicação, país de origem, objetivo e resultados. Entre os principais achados a maioria dos estudos reuniram pesquisadores do Canadá tendo como objetivo a validação de intervenções em grupos online. Verificou-se a necessidade de adaptação de técnicas aplicadas presencialmente para o formato online e concluiu-se que a prestação de serviços terapêuticos por meio do uso de Tecnologia da Informação e da Comunicação (TICs) vem ganhando espaço nesse período pandêmico, bem como que a utilização de métodos e técnicas interventivas presenciais tem se mostrado favoráveis e eficazes no contexto online.

Copyright © 2021, Emily Thays Jardim Santos et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Lívia Garcez, Christianne Leduc Bastos Antunes and Silvana Alba Scortegagna. 2021. "Terapia cognitivo comportamental em grupos online diante do enfrentamento da covid-19: revisão sistemática", *International Journal of Development Research*, 11, (05), 47024-47028.

INTRODUÇÃO

De acordo com o Ministério da Saúde do Brasil (2021), a COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus, chamado SARS-CoV-2 que acomete sintomas clínicos variados desde infecções assintomáticas a quadros graves. Grande parte (cerca de 80%) dos pacientes com COVID-19 podem ser assintomáticos ou apresentarem sintomas leves, aproximadamente 20% dos casos confirmados necessitam de atendimento hospitalar por desenvolverem problemas respiratórios, e em torno de 5% podem precisar de apoio ventilatório (OMS, 2021). A pandemia decorrente da COVID-19 pode ser considerada a maior crise de saúde enfrentada no mundo nas últimas décadas. O primeiro caso diagnosticado com coronavírus, ocorreu na China em dezembro de 2019 e rapidamente se disseminou por todo o mundo fazendo com que a Organização Mundial de Saúde (OMS) decretasse estado de pandemia global (Schmidt et al., 2020). Com isso, houve o decreto da quarentena em diversos países. Quarentena é o afastamento e restrição de circulação de indivíduos que podem ter tido contato com uma doença contagiosa com o intuito de averiguar se elas contraíram ou não a enfermidade, diminuindo a probabilidade de contaminarem outras pessoas.

Essa definição é diferente da descrição de isolamento social, que consiste em isolar aqueles que foram diagnosticados com uma doença contagiosa de outros que não estão enfermos. Porém, as duas definições descritas, são usualmente utilizadas de maneira equivalente, especialmente na linguagem popular (Brookset al., 2020). Incertezas que cercam esta doença, como transmissão, tempo de incubação, fatores que desencadeiam sintomas graves, taxa de mortalidade real, entre outros, levaram a população a desencadear emoções de medo e insegurança. O medo, especialmente, pode aumentar níveis de ansiedade e estresse em pessoas saudáveis e também intensificar sintomas em indivíduos já diagnosticados com transtornos psiquiátricos (Ornell et al., 2020). Estudos recentes apontam que pessoas submetidas ao isolamento social podem ser mais vulneráveis a apresentar transtornos psicológicos, em função da privação e diminuição de contato social. Estes indivíduos podem abarcar sintomas de sofrimento psíquico, sobretudo relacionados a ansiedade, estresse e depressão (Pereira et al., 2020). Durante uma epidemia, o número de pessoas que tem sua saúde mental afetada tende a ser maior do que o número de pessoas infectadas pelo vírus que gera esta situação (Ornell et al., 2020). Quanto maior for o tempo da quarentena, mais impactos psicológicos podem ocorrer (Brooks et al., 2020), o que demanda a oferta de serviços de intervenção em

saúde mental. Dentre as abordagens mais utilizadas, a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) aparenta ser uma escolha de intervenção psicológica promissora, que pode ser efetuada durante ou logo após às experiências relacionadas a pandemias, onde existirem isolamento e restrições sociais. Neste contexto danoso, a TCC permite a criação e execução de um plano de tratamento psicológico breve e apropriado às demandas de grupos distintos, que vivenciam situações traumáticas (Zwielewski et al., 2020). A TCC, foi desenvolvida na década de 1960 e causou uma grande revolução no campo da saúde mental. O modelo cognitivo sugere que os pensamentos disfuncionais são responsáveis por desencadear emoções e comportamentos nos seres humanos e que este modelo é aplicável a todos os transtornos psicológicos. Um dos objetivos da TCC é trabalhar com foco nos problemas atuais do paciente, realizando uma conceituação/compreensão de cada caso, visando a modificação de pensamentos automáticos e crenças distorcidas causando com isso uma influência significativa no humor e no comportamento dos mesmos (Beck, 2013). Inicialmente a TCC era voltada para o atendimento individual de adultos, foi a partir da década de 1970 que os pesquisadores deram início aos estudos da Terapia Cognitivo Comportamental em grupos (TCCG). A partir disso, essa modalidade passou a demonstrar eficácia para diferentes demandas e transtornos psiquiátricos e se mostrou mais efetiva para grupos homogêneos, estruturados e com tempo limitado. Adicionalmente, a TCCG oferece um processo de aprendizagem maior, devido as trocas de experiências que ocorrem entre os membros do grupo e tem um custo benefício mais viável, quando comparada a TCC de atendimento individual (Neufeld e Rangé, 2017). Em virtude da necessidade do distanciamento social, visando a contenção da contaminação e disseminação do coronavírus, muitos psicólogos passaram a aderir aos atendimentos online, visando com isso dar suporte de saúde mental a pacientes de diferentes demandas. Apesar de a modalidade online não agradar a todos os pacientes, pois muitos preferem os atendimentos presenciais, este formato de psicoterapia auxiliou na manutenção da saúde mental de diversas pessoas durante a pandemia (Danzmann et al., 2020). Com base no que foi descrito até aqui, supõem-se que a prática da TCCG online possa ser uma alternativa eficaz, com custo reduzido, no intuito de preservar a saúde mental das pessoas durante e após a pandemia. Sendo assim, o objetivo do presente estudo foi reunir evidências científicas sobre a aplicação da TCCG online, durante a pandemia COVID-19.

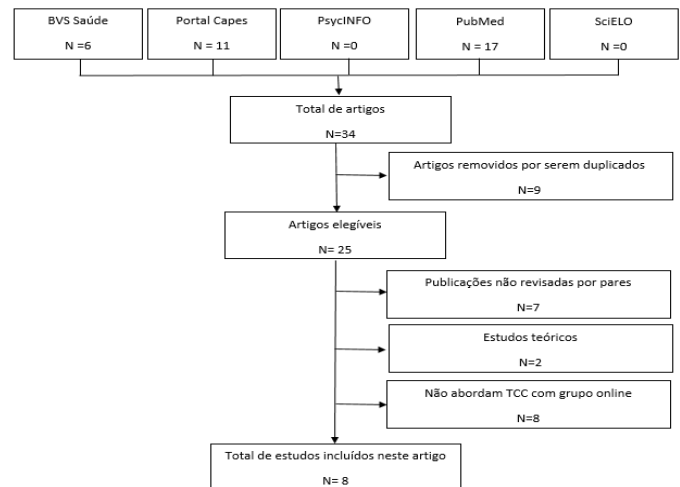
MATERIAS E MÉTODOS

Esta revisão sistemática seguiu as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses – PRISMA (Moher et al., 2009). Foram efetuadas buscas nas bases de dados Portal Capes, PubMed, SciELO, PsycInfo e BVS saúde, durante os meses de fevereiro e março de 2021, utilizando-se como descritores: Online Cognitive Behavioural Therapy Group and COVID-19 e Terapia Cognitivo Comportamental em grupos online e Covid-19. Como critérios de inclusão, foram considerados artigos publicados em revistas científicas revisadas por pares, entre os anos 2020 e 2021 e que tivessem a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) em grupo online como uma das variáveis de investigação da pesquisa. Excluíram-se dissertações, teses, monografias, livros, capítulos de livros, anuários e relatórios. Objetivando atingir uma fidedignidade maior dos resultados, as buscas foram efetuadas por dois avaliadores independentes. Após a consulta às bases de dados e a aplicação dos filtros de busca, efetuou-se a leitura dos resumos dos artigos identificados. Nos casos em que a leitura do resumo não foi suficiente para definir se o artigo deveria ser incluído no estudo, foi realizada a leitura na íntegra para constatar ou não sua elegibilidade. Caso houvesse discrepância dos dados obtidos, seria incluído um terceiro revisor (Zoltowski et al., 2014). Porém, houve consenso entre os pesquisadores e não foi necessária a avaliação de uma terceira pessoa. Na análise dos dados, foram consideradas as seguintes informações: título, ano de publicação, país de origem, objetivo da pesquisa e principais resultados.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A figura 1 apresenta a síntese do processo de seleção dos artigos para composição da amostra do estudo. A primeira busca nas bases de dados resultou em um total de 34 estudos; seis artigos na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS Saúde), 11 no Portal de Periódicos CAPES e 17 na PubMed. Nas bases de dados PsycINFO e Scientific Electronic Library On-line (SciELO) não foram encontrados estudos. Destes, nove foram imediatamente excluídos por serem duplicados. Dos 25 artigos elegíveis lidos integralmente, sete foram excluídos por não serem publicações em periódicos revisados por pares, dois por serem estudos teóricos e oito por não abordar a Terapia Cognitivo Comportamental em grupos online como uma das variáveis de investigação da pesquisa. Desta forma, foram considerados elegíveis para este estudo 8 artigos.

Figura 1. Fluxograma de informações das etapas realizadas na revisão sistemática



Fonte: Elaborado pelos autores.

Dos artigos selecionados, a maior concentração de publicações se estabeleceu no ano de 2020 com seis estudos comparado ao ano de 2021 com dois artigos. Porém, vale salientar que no ano de 2021 foram considerados os meses de janeiro, fevereiro e março tendo em vista a finalização deste estudo. Os periódicos foram: BMC Psychiatry; Clinical Social Work Journal; Clinical Trials; European Journal of Psychotraumatology; JMIR Publications; Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry; Psychother Psychosom e Somnologie. Não foi possível afirmar acréscimos temporais de interesse pelo tema, visto o período utilizado nesta revisão. As informações coletadas nesta revisão sistemática são apresentadas na Tabela 1.

Verifica-se na Tabela 1 que todos os estudos foram publicados na língua inglesa, contemplando, de maneira geral, 45 autores de diversos países. Especificamente, 35,5% dos autores envolvidos nas publicações sobre o tema se concentram no Canadá (n=16), seguidos de 17,7% do Reino Unido (n=8) e 15,5% da França (n=7) e Suécia (n=7). O Irã (n=3) com 6,6% e Estados Unidos (n=2) e Alemanha (n=2) com 4,4%, apresentaram menor quantidade. Não foram localizados estudos brasileiros, o que pode ser decorrente pelo fato que a psicoterapia online já vinha sendo estudada em outros países antes da pandemia, com resultados promissores. Os autores das publicações em sua maioria eram vinculados a instituições de ensino superior, predominantemente no departamento de Psicologia (n=5) e na Faculdade de Medicina (n=3) e, em menor frequência, nos cursos de Serviço Social (n=1); na área da Educação (n=1) e da Saúde (n=1). Esse dado, parece refletir o caráter interdisciplinar da abordagem da TCC que embora esteja amparado na Psicologia, não é essencialmente de uso exclusivo do Psicólogo (a), despertando interesse crescente de outros profissionais da área do conhecimento.

Tabela 1. Descrição dos artigos analisados considerando autor, ano da publicação, país de origem, título da obra, objetivos e resultados

Autor(es) e Ano	Título	Objetivos	Resultados
1 Craig et al., (2021) Canadá	Adapting Clinical Skills to Telehealth: Applications of Affrmative Cognitive-Behavioral Therapy with LGBTQ+ Youth	Apresentar uma intervenção de grupo de terapia cognitivo-comportamental afirmativa (AFFIRM) realizada por meio da telessaúde com jovens LGBTQ+.	Evidenciou a necessidade de adaptações para modalidade online, sendo elas: Necessidade maior de fornecer transparência e clareza quanto ao processo de intervenção, o esboço das sessões e o esclarecimento das expectativas; inclusão de etapas adicionais para manter uma postura afirmativa; realizar estratégias de apoio no domínio de habilidade; adaptação de habilidades comportamentais clássicas para desenvolver atividades de apoio; Aproveitar pontos fortes dos jovens LGBTQ+ para formação online de comunidades, criando um ambiente para compartilhar recursos, conectar-se a espaços sociais online, e formar laços com outros membros do grupo.
2 Wild et al., (2020) Reino Unido	Treating posttraumatic stress disorder remotely with cognitive therapy for PTSD	Descrever como administrar remotamente a CT-PTSD, para que paciente que apresente PTSD durante a pandemia COVID possam se beneficiar do tratamento.	CT-PTSD pode ser administrado remotamente usando os mesmos componentes de tratamento da entrega presencial, com alguns ajustes. Não tem dados suficientes para confirmar que o efeito do tratamento remoto permanece exatamente o mesmo que o presencial. Alguns pacientes podem achar mais difícil se envolver com a terapia remotamente e a terapia remota pode representar desafios para os terapeutas.
3 Schlarb et al., (2020) Alemanha	Online cognitive behavioral group therapy (iCBT-I) for insomnia for school children and their parents	Desenvolver e examinar a aceitação, adesão e eficácia de um tratamento de grupo iCBT-I para distúrbios do sono em crianças de 5 a 10 anos e seus pais.	A versão online foi considerada útil, economizadora de tempo, viável e eficaz. 67% das crianças apresentaram redução dos problemas de sono de acordo com a avaliação dos pais.
4 Wahlund et al., (2020) Suécia	Brief Online Cognitive Behavioural Intervention for Dysfunctional Worry Related to the COVID-19 Pandemic: A Randomised Controlled Trial	Investigar se uma breve intervenção psicológica autoguiada on-line pode reduzir o grau de preocupação disfuncional relacionada à pandemia de COVID-19 e sintomas associados.	A principal análise de intenção de tratar pré-especificada indicou reduções significativas na preocupação relacionada ao COVID-19 para o grupo de intervenção em comparação com a lista de espera ($\beta = 1,14$, $Z = 9,27$, $p < 0,001$), correspondendo a um tamanho de efeito médio (bootstrapped) $d = 0,74$ [IC 95%: 0,58-0,90]). Melhorias também foram observadas em todas as medidas secundárias, incluindo humor, funcionamento diário, insônia e intolerância à incerteza. A satisfação dos participantes foi alta. Nenhum evento adverso sério foi registrado.
5 Weiner et al., (2020) França	Efficacy of an online cognitive behavioral therapy program developed for healthcare workers during the COVID-19 pandemic: the REDuction of STress (REST) study protocol for a randomized controlled trial	Avaliar a eficácia do programa de TCC “Minha saúde também” - um programa desenvolvido para profissionais de saúde que enfrentam a pandemia - no estresse percebido imediato e no surgimento de transtornos psiquiátricos aos 3- e acompanhamento de 6 meses em comparação com um grupo de controle ativo.	O resultado primário é a diminuição das pontuações PSS-10 em 8 semanas. Os desfechos secundários incluem depressão, insônia e sintomas de PTSD; resiliência e ruminação autorreferidos; e credibilidade e satisfação. As avaliações são programadas no pré-tratamento, no meio do tratamento (em 4 semanas), no final do tratamento ativo (em 8 semanas) e no acompanhamento de 3 e 6 meses.
6 Malboeuf-Hurtubise et al., (2021) Estados Unidos	Philosophy for children and mindfulness during COVID-19: Results from a randomized cluster trial and impact on mental health in elementary school students	Avaliar a eficácia de duas intervenções baseadas em grupo, online e adequadas ao desenvolvimento e comparar seu impacto. Especificamente, avaliar o impacto de uma intervenção baseada em mindfulness (MBI) e de uma intervenção de filosofia para crianças (P4C) na saúde mental, no contexto da pandemia COVID-19.	Efeito significativo da intervenção P4C nas dificuldades de saúde mental, controlando os níveis basais. Os participantes do grupo P4C apresentaram pontuações mais baixas nos sintomas medidos no pós-teste do que os participantes no grupo MBI. Efeitos significativos do MBI nos níveis de BPN (necessidades psicológicas básicas) também foram encontrados. Os participantes da intervenção MBI relataram maior satisfação com o BPN no pós-teste do que os participantes da intervenção P4C.
7 Elmorr et al., (2020) Estados Unidos	Effectiveness of an 8-Week Web-Based Mindfulness Virtual Community Intervention for University Students on Symptoms of Stress, Anxiety, and Depression: Randomized Controlled Trial	Avaliar a eficácia de um programa de TCC e mindfulness baseado na web de 8 semanas na redução dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse (resultados primários) e aumentar a atenção plena (resultado secundário) em um ensaio clínico randomizado (RCT) com alunos de graduação em uma grande universidade canadense.	Com a intervenção do MVC, houve redução significativa dos sintomas de depressão e ansiedade, mas nenhum efeito significativo no estresse percebido. As intervenções online de mindfulness podem ser eficazes no tratamento de condições comuns de saúde mental entre as populações pós-secundárias em grande escala, reduzindo simultaneamente a carga atual sobre os serviços de aconselhamento tradicionais.
8 Shaygan et al., (2020) Irã	The effect of online multimediapsychoeducational interventions on the resilience and perceived stress of hospitalized patients with COVID-19: a pilot cluster randomized parallel-controlled trial	Avaliar uma intervenção psicoeducacional multimídia online quanto à viabilidade, adesão, satisfação do paciente e eficácia na resiliência e estresse percebido de pacientes hospitalizados com COVID-19 confirmado.	Efeitos positivos de uma intervenção psicoeducacional multimídia online baseada em terapia cognitivo-comportamental, redução de estresse baseada em atenção plena e psicoterapia positiva na resiliência e estresse percebido de pacientes hospitalizados com COVID-19 confirmado. Os presentes resultados podem ajudar os profissionais de saúde mental a determinar quais técnicas psicológicas devem ser enfatizadas para promover a resiliência dos pacientes no contexto da doença COVID-19. Dado que a rápida transmissão do coronavírus entre as pessoas dificulta as tradicionais intervenções psicológicas face a face, as intervenções on-line viáveis podem ser consideradas uma ferramenta econômica e conveniente para proteger os pacientes dos indesejáveis danos psicológicos da quarentena.

Fonte: Elaborado pelos autores.

Com relação ao delineamento dos estudos prevaleceram os ensaios clínicos randomizados (n=5). Ensaios clínicos consistem em estudos em que um grupo de interesse é acompanhado durante o uso de uma terapia ou exposição, comparando-se com um grupo controle. Este método difere-se de estudos observacionais em que os pesquisadores não interferem na exposição. Nos ensaios clínicos, o pesquisador projeta e intervém ativamente nos fatores influenciadores da amostra, a alocação dos participantes do estudo pode ser randomizada (aleatória) ou não aleatória (De Oliveira e Parente, 2010). Acerca dos estudos encontrados, a maioria buscou a validação de intervenções em grupos online, tendo como base as técnicas da TCC tradicional, bem como das Terapias da Terceira Geração, como é o caso do Mindfulness. Os estudos envolveram pacientes acometidos pela COVID-19, profissionais da saúde, crianças e grupos específicos como os LGBTs. Após o decreto de pandemia, decorrente do agravamento da COVID-19, pode-se compreender um agravamento na saúde mental de toda a população. Pesquisas recentes realizadas na China indicaram um impacto psicológico adjacente na sociedade em decorrência da pandemia, podendo ser observado um aumento de sintomas de ansiedade, e depressão. Outro estudo realizado na China durante a pandemia, apontou que 35% dos entrevistados apresentaram algum acometimento psicológico e que as mulheres apresentaram sofrimento psíquico maior quando comparadas aos homens (Silva et al., 2020). Considerando estes achados, faz-se necessária a investigação de intervenções psicológicas que sejam eficazes e aplicáveis no contexto pandêmico, visando diminuir os impactos negativos na saúde mental da população. Com relação as práticas direcionadas a profissionais da saúde diante do enfrentamento da pandemia COVID-19, a revisão sistemática de Scortegagna et al., (2021), evidenciou uma gama de implicações negativas a saúde mental e aspectos gerais de saúde e sintomas de adoecimento psíquico, dentre estes pode-se citar: estresse, depressão, insônia e transtorno de estresse pós-traumático. Desta forma, percebe-se a importância da ampliação de estratégias de intervenção on-line que possam minimizar estes danos como a que foi apresentada neste estudo, como proposta pelo estudo (<https://coletivosaudemental.com.br/pesquisa/>). Práticas relacionadas a Mindfulness, encontradas em três estudos desta revisão apresentam-se como boas opções para minimizar possíveis danos relacionados a saúde mental. Mindfulness, refere-se a prática de atenção plena no momento presente e pode ser cultivado por meio de uma multiplicidade de práticas de meditação. O objetivo dos programas de mindfulness é ensinar as pessoas a responderem aos acontecimentos de maneira mais reflexiva ao invés de responder automaticamente. Por meio das práticas exercitadas, os indivíduos que praticam mindfulness aprendem a desenvolver mais a capacidade de consciência de seus pensamentos, sentimentos e sensações corporais de acordo com suas ocorrências (Ruiz-Fernández et al., 2020). Dentre os principais resultados encontrados verifica-se a preocupação com a adaptação de técnicas aplicadas presencialmente para o formato online. Danzmann et al., (2020), afirmam em estudo recente que a necessidade de distanciamento social, impulsiona os psicólogos aderirem a modalidade de atendimentos online. Apesar de não agradar a todos, é uma forma de prestar assistência em saúde mental que pode reduzir custos, além de respeitar os protocolos sanitários impostos pela pandemia. Embora os atendimentos psicológicos remotos já serem praticados em diversos países com êxito, com base nos presentes resultados, compreende-se a necessidade de mais estudos científicos que abarquem técnicas e métodos na abordagem TCCG online.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste estudo foi reunir evidências científicas sobre a aplicação da TCCG online, durante a pandemia do COVID-19. Os principais resultados mostram que métodos e técnicas da TCCG online, auxiliam psicólogos e profissionais de saúde em ações interventivas na promoção da saúde mental diante da pandemia COVID-19, sendo favoráveis e eficazes no contexto online, embora necessitem de adaptações metodológicas para a sua realização. Embora a pandemia Covid-19 tenha ocasionado desafios aos profissionais de saúde no mundo todo, esse contexto também pode

contribuir para o aprimoramento da ciência. Buscando minimizar as implicações psicológicas, e diante das restrições sanitárias necessárias para evitar a propagação do vírus, profissionais de saúde precisam buscar alternativas para as intervenções psicológicas realizadas face a face. Frente a essa realidade, a prestação de serviços terapêuticos por meio do uso de TICs ganham espaço nesse período pandêmico e, possivelmente, tais intervenções serão adotadas posteriormente a este contexto. Muito embora os resultados alcançados tenham respondido ao objetivo proposto por este estudo, algumas limitações precisam ser consideradas. Nesta perspectiva, fato de as buscas terem sido realizadas com descritores específicos precisa ser considerada. Os resultados poderiam ser ampliados com outros termos considerados sinônimos, ou em outros idiomas. A escolha de bases de dados específicas e o período de tempo restrito adotado para contemplar a pandemia COVID-19 podem representar outra limitação. O seguimento de novas pesquisas que amplie em estes descritores de busca pode auxiliar a compreender a extensão dos achados aqui evidenciados. Por fim, esta revisão auxilia em uma melhor compreensão sobre o que vem sendo pesquisado acerca dos atendimentos online em grupos com embasamento na TCCG durante a pandemia COVID-19. Adicionalmente, abre horizontes para novos estudos que possam validar teórica e empiricamente a temática em questão, auxiliando na elucidação da mesma e proporcionando um maior suporte aos profissionais desta área.

REFERÊNCIAS

- Beck, J. S. (2013). *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed Editora.
- Brasil. Ministério da saúde. (2020). *Sobre a doença*. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#o-que-e-covid>.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). O impacto psicológico da quarentena e como reduzi-la: revisão rápida das evidências. *Lancet*, 395, 912-20.
- Craig, S. L., Iacono, G., Pascoe, R., & Austin, A. (2021). Adapting clinical skills to telehealth: Applications of affirmative cognitive-behavioral therapy with LGBTQ+youth. *Clinical Social Work Journal*, 1-13.
- Danzmann, P. S., da Silva, A. C. P., & Guazina, F. M. N. (2020). Atuação do psicólogo na saúde mental da população diante da pandemia/ Psychologist performance in the mental health of the population in the face of the pandemic. *Journal of Nursing and Health*, 10(4).
- De Oliveira, M. A. P., & Parente, R. C. M. (2010). Entendendo ensaios clínicos randomizados. *Brazilian Journal of Videoendoscopic Surgery*, 3(4), 176-180.
- El Morr, C., Ritvo, P., Ahmad, F., Moineddin, R., & MVC Team. (2020). Effectiveness of an 8-week web-based mindfulness virtual community intervention for university students on symptoms of stress, anxiety, and depression: randomized controlled trial. *JMIR Mental Health*, 7(7), e18595.
- Malboeuf-Hurtubise, C., Léger-Goodes, T., Mageau, G. A., Joussemet, M., Herba, C., Chadi, N., ... & Gagnon, M. (2021). Philosophy for children and mindfulness during COVID-19: Results from a randomized cluster trial and impact on mental health in elementary school students. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 107, 110260.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & Prisma Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *PLoS Medicine*, 6(7), 264-269.
- Neufeld, C. B., & Rangé, B. P. (2017). *Terapia cognitivo-comportamental em grupos: Das evidências à prática*. Artmed Editora.
- Ornell, Felipe., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. (2020). Pandemia de medo e Covid-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Revista debates in psychiatry*, 2-7.
- Pereira, M. D., de Oliveira, L. C., Costa, C. F. T., de Oliveira Bezerra, C. M., Pereira, M. D., dos Santos, C. K. A., & Dantas, E. H. M. (2020). A pandemia de COVID-19, o isolamento

- social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 9(7), e652974548-e652974548
- Ruiz-Fernández, M. D., Ortiz-Amo, R., Ortega-Galán, Á. M., Ibáñez-Masero, O., Rodríguez-Salvador, M. D. M., & Ramos-Pichardo, J. D. (2020). Mindfulness therapies on health professionals. *International journal of mental health nursing*, 29(2), 127-140.
- Schlarb, A. A., Schulte, H., Selbmann, A., & Och, I. (2020). Online cognitive behavioral group therapy (iCBT-I) for insomnia for school children and their parents. *Somnologie*, 24(4), 259-266.
- Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L., & Demenech, L. M. (2020). *Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (COVID-19)*.
- Scortegagna, S., Lima, E., Pasian, S. R., Amparo, D. (2021). Saúde mental em profissionais de saúde no enfrentamento ao covid-19 – Revisão sistemática. *Revista Psicologia – Teoria e Prática*.
- Shaygan, M., Yazdani, Z., & Valibeigi, A. (2020). *The effect of online multimedia psychoeducational interventions on the resilience and perceived stress of hospitalized patients with COVID-19: a pilot cluster randomized parallel-controlled trial*.
- Silva, H. G. N., dos Santos, L. E. S., & de Oliveira, A. K. S. (2020). Efeitos da pandemia do novo Coronavírus na saúde mental de indivíduos e coletividades/Effectsofthe new Coronaviruspandemicon the mental healthofindividualsand communities. *Journal of Nursing and Health*, 10(4).
- Wahlund, T., Mataix-Cols, D., Lauri, K. O., de Schipper, E., Ljótsson, B., Aspvall, K., & Andersson, E. (2020). Brief Online Cognitive Behavioural Intervention for Dysfunctional Worry Related to the COVID-19 Pandemic: A Randomised Controlled Trial. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1-9.
- Weiner, L., Berna, F., Nourry, N., Severac, F., Vidailhet, P., & Mengin, A. C. (2020). Efficacy of an online cognitive behavioral therapy program developed for healthcare workers during the COVID-19 pandemic: the REduction of STress (REST) study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 21(1), 1-10.
- Wild, J., Warnock-Parkes, E., Murray, H., Kerr, A., Thew, G., Grey, N., ... & Ehlers, A. (2020). Treating posttraumatic stress disorder remotely with cognitive therapy for PTSD. *European journal of psychotraumatology*, 11(1), 1785818.
- Zoltowski, A. P. C., Costa, A. B., Teixeira, M. A. P., & Koller, S. H. (2014). Qualidade metodológica das revisões sistemáticas em periódicos de psicologia brasileiros. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 30(1), 97-104
- Zwielewski, Graziela., Oltramari, Gabriela Santos, A. R. S., Nicolazzi, E. D. S., Moura, J. D., Sant'Ana, V. L. P., ... & CRUZ, R. (2020). Protocolos para tratamento psicológico em pandemias: as demandas em saúde mental produzidas pela COVID-19. Artigo de revisão. *Rev debates in psychiatry-Ahead of print*.
