

Orientações técnicas para o trabalho de psicólogas e psicólogos no contexto da crise COVID-19

O anúncio de uma pandemia (enfermidade epidêmica amplamente disseminada) pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 11 de março de 2020 e, posteriormente, no Brasil, no dia 16 do mesmo mês, fez com que os brasileiros comesçassem a encarar uma nova situação cotidiana. De um lado, o isolamento social como jamais visto, de outro, os profissionais de saúde se reinventando na dura tarefa de lidar com um inimigo invisível.

O sistema de saúde passou a conviver com um crescimento exponencial de pessoas dando entrada nos hospitais, mortes se multiplicando, turnos de trabalho com manutenção da vigília prolongada, precarização das condições de trabalho, além da necessidade de estrutura física e de equipamentos para amortecer as consequências do COVID-19.

A incerteza sobre o futuro, aliada ao desconhecimento de tratamentos eficazes, produz insegurança na dinâmica econômica, política e social, fazendo com que as soluções tenham de ser pensadas dia a dia. As consequências dessa instabilidade e insegurança dominam toda a população. Esse cenário deflagra uma crise psicológica sem precedentes, demandando dos profissionais de saúde mental acolhida e manejo terapêutico adequado em situações de crise.

Em 22 de março de 2020, a Sociedade Brasileira de Psicologia (SBP) constituiu um grupo de trabalho (GT) para enfrentamento da pandemia de COVID-19 com o objetivo de elaborar materiais de orientação para atuação dos psicólogos brasileiros no âmbito do enfrentamento da pandemia.

Os profissionais da saúde, indistintamente, mesmo com equipamentos de proteção, também sentiram o impacto dessa pandemia pelo medo de contrair o vírus e transmiti-lo para suas famílias, sentindo a morte muito mais presente e experimentando sentimentos de solidão, abandono, desespero e ansiedade, além de pensamentos suicidas. Tudo isso aliado ao contexto e às situações de terem que escolher a quem salvar, além da pressão esmagadora para ter sucesso no controle da doença em meio ao escrutínio público em todo o país.

O GT iniciou seu trabalho reunindo orientações técnicas para a atuação de psicólogos junto a profissionais de saúde, o que pareceu ser uma prioridade. mas em breve serão publicadas orientações para o trabalho com outros públicos e diferentes contextos, pois a pandemia trará um cenário dinâmico.

Procuramos produzir um material pertinente, relevante, claro e objetivo. Cada tópico será organizado em 4 seções que sugerem ao psicólogo que:

1. **Entenda o contexto** – uma breve descrição e apresentação de um exemplo de caso.
2. **Identifique conceitos-chave** – revisando rapidamente os conceitos que se aplicam para o contexto descrito.
3. **Conheça alternativas** – quais são as atividades do psicólogo que a literatura indica como mais pertinentes e adequadas para aquele contexto.
4. **Acompanhe.**

Essa sequência foi inspirada nos 4A para intervenção breve em tabagismo: *ask* (pergunte), *advise* (Aconselhe), *assist* (dê assistência) e *arrange* (providencie).

São orientações gerais para intervenções breves e focadas no contexto da pandemia, que poderão ser utilizadas tanto por colegas mais experientes na psicologia da saúde (que podem aproveitar a bibliografia atualizada ou utilizar o material para treinamento de equipes) quanto por colegas menos experientes, que querem oferecer acolhimento e ajuda às pessoas atingidas ou que foram surpreendidos pelas mudanças na vida de seus pacientes, clientes ou instituições mergulhados na crise provocada pela pandemia.

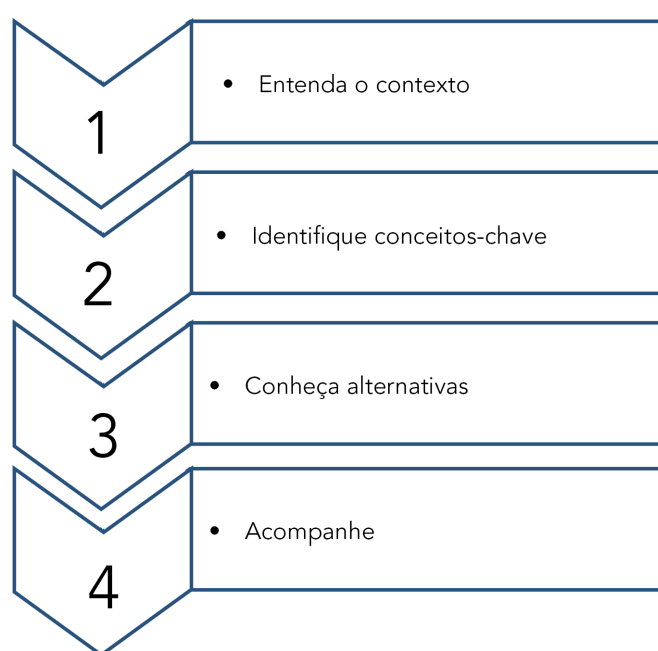


Figura 1 – Fluxo sugerido para intervenções breves e focadas contexto da pandemia COVID-19.

Internacionalmente, pesquisadores e profissionais estão trabalhando com sociedades científicas da área da psicologia para produzir materiais adequados para as necessidades de cada país e estamos atentos a essas iniciativas e contribuindo com elas por meio da SBP. Nenhum de nós passou antes por uma pandemia como a do COVID-19. A literatura científica sobre essa pandemia é pequena, mas crescente,

visto que diariamente ela tem sido alimentada por estudos recentes. Enquanto isso, temos literatura abundante, inclusive nacional, sobre as ações mais adequadas dos psicólogos em emergências, crises e desastres, bem como sobre psicologia no contexto da saúde. O GT procurou apresentar essas informações de forma direta e organizada por temas para os colegas psicólogos brasileiros. Estamos em uma crise e a ciência psicológica é a melhor fonte de informação ao profissional da psicologia.

Portanto, as orientações técnicas são baseadas na melhor evidência disponível ao conhecimento dos membros do GT. Contamos também com a colaboração de colegas consultores para avaliação do material produzido. As orientações técnicas são complementares e consoantes com as diretrizes para a prática do psicólogo regulamentadas pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) e com o Código de Ética Profissional (Resolução CFP nº 10, de 21 de julho de 2005). Atendimentos *online* devem estar de acordo com a Resolução CFP nº 11/2018, que dispõe sobre a prestação de serviços psicológicos realizados por meio de tecnologias da informação e da comunicação (TICs), e com a recomendação do CFP do dia 24 de março de 2020, para gestoras/es públicas/os e empregadoras/es de psicólogas/os de todo o país, para que suspendam de forma imediata as atividades profissionais da categoria na modalidade presencial – com exceção àquelas que sejam, comprovadamente, de caráter emergencial.

Um dos fins da SBP é promover a pesquisa, o ensino e a aplicação da psicologia, buscando o bem estar humano. Destacamos aqui alguns elementos básicos para a prática do psicólogo no contexto da pandemia, adaptados do manual voltado para o contexto hospitalar durante a pandemia (Sá-Serafim, Do Bú, Lima-Nunes, 2020): manter a proximidade afetiva; ouvir com atenção; adotar uma postura de aceitação e acolhimento das emoções; e contribuir com o desenvolvimento de atitudes resilientes, do bem-estar psicológico e da segurança dos indivíduos, grupos e sociedade.

Esperamos que este material contribua para a aplicação dos conhecimentos da psicologia para o bem-estar dos indivíduos, dos grupos e da sociedade, seja um material inspirador para o ensino e estimule a pesquisa brasileira sobre o impacto psicológico da crise provocada pela pandemia COVID-19.

Bibliografia

1. Sá-Serafim R, Do Bú E, Lima-Nunes A (2020). Manual de diretrizes para atenção psicológica nos hospitais em tempos de combate ao COVID-19. *Revista Saúde & ciência Online*.
2. IASC (2020). Addressing mental health and psychosocial aspects of covid-19 outbreak. Version 1.5. Disponível em: <https://reliefweb.int/report/world/interim-briefing-note-addressing-mental-health-and-psychosocial-aspects-covid-19>.
3. World Health Organization (2020). Mental Health and Psychosocial Considerations During COVID-19 Outbreak. Disponível em: <file:///C:/Users/user/Downloads/mental-health-considerations.pdf.pdf>.

Orientações atualizadas *online*

Sociedade Brasileira de Psicologia
<http://www.sbponline.org.br/>

Conselho Federal de Psicologia
<https://site.cfp.org.br/>

Ministério da Saúde
<http://saude.gov.br/>

Organização Panamericana da Saúde
<https://www.paho.org/hq/index.php?lang=pt>

Organização Mundial da Saúde
<https://www.who.int/>

Os autores

O Grupo de Trabalho para o enfrentamento do COVID-19 no âmbito da SBP foi estabelecido em 22 de março de 2020 pela Diretoria da SBP e constituído pelas psicólogas(os):

Lisiane Bizarro (coordenadora)
Ana Carolina Peuker
Cristina Miyazaki
João Gabriel Nunes Modesto
Katie Moraes de Almondes
Maria Rita Zoéga Soares
Maycoln Leôni Martins Teodoro

Ribeirão Preto, 30 de março de 2020.

Este texto está disponível em <https://www.sbponline.org.br/2020/03/grupo-de-trabalho-gt-de-enfrentamento-da-pandemia-sbp-covid-19>.