



INSTITUTO DE PSICOLOGIA

**PSICOTERAPIA ONLINE NO BRASIL:
REVISÃO DE ESCOPO DA LITERATURA**

Karina Silva do Amaral Guerin

Porto Alegre

Abril de 2021

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL - UFRGS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

**PSICOTERAPIA ONLINE NO BRASIL:
REVISÃO DE ESCOPO DA LITERATURA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado
como requisito para aprovação na atividade de
ensino Trabalho de Conclusão de Curso de
Psicologia II, sob orientação do Prof. Dr. Thiago
Gomes de Castro

Karina Silva do Amaral Guerin

Porto Alegre

2021

AGRADECIMENTOS

Muitas pessoas foram importantes durante todo o processo de graduação e minha chegada até a universidade. Gostaria de agradecer imensamente:

À minha família, por todo apoio, compreensão e por estarem sempre comigo.

Aos meus irmãos, Luís Cláudio e Luís Miguel, por sempre conseguirem colocar um sorriso no meu rosto mesmo nos momentos mais difíceis.

Ao meu companheiro Jean, por estar sempre do meu lado me apoiando e ajudando de todas as maneiras possíveis.

Aos professores do cursinho esperança popular, por todos aprendizados e trocas.

As amigas que conheci no cursinho e levei para vida, Vanessa, Lívia e Wigna admiro muito cada uma de vocês, agradeço pela amizade e por ter vocês “por perto” nesse período tão difícil e emocionante que é a quarentena e a finalização do curso.

À Fernanda, por ser minha amiga desde a 7ª série e ter sempre uma palavra amiga de conforto para compartilhar.

Aos meus amigos queridos que conheci ao longo da graduação, Natália, Lucas Zanatta, Lucas Pimentel, Renata, Gabi Lipert e Leo. Obrigada por todos os momentos de troca, apoio e ajuda, certamente a graduação não seria a mesma sem vocês.

Aos amigos e colegas maravilhosos que conheci nos estágios, Laura, Andressa, Bia, Pilotto, Lucas, Gui, Rapha, Heiner, Fábio, Flávia, Fernanda, Mari, Rafa, Luana, por todas as trocas de experiências, conversas acolhedoras e todos os rolês.

A toda a equipe do DEDES, principalmente as mulheres incríveis que tanto admiro, Rita, Daiane, Luciane, Guta, Patrícia, Débora, com vocês aprendi a ter um olhar mais sensível voltado para questões sociais e isso vou levar para toda vida.

Ao grupo de pesquisa LaFEC por me proporcionar muitos momentos de aprendizagem, trocas e acolhimento, principalmente a Marcelle por ser uma pessoa gentil, acolhedora e que está sempre disposta a ajudar.

Aos meus supervisores de estágio, Camila Noguez, Raul Gonçalves, Lucas Schuster e Mariana Dillenburg. Cada um de vocês foi muito importante para minha formação de uma forma única e especial, saibam que levo um pouquinho de cada um de vocês para essa futura jornada como psicóloga clínica.

Ao meu orientador Thiago, por todos aprendizados, nos cursos de extensão, na pesquisa, nas aulas, supervisões e conversas de corredor. Por ser um professor presente disposto a ajudar. Tu vai sempre ser uma inspiração para mim.

SUMÁRIO

RESUMO.....	2
INTRODUÇÃO.....	3
MÉTODO.....	6
RESULTADOS.....	7
DISCUSSÃO.....	12
REFERÊNCIAS.....	15

RESUMO

A psicoterapia online é um formato de psicoterapia realizado à distância mediada pela internet. No Brasil, essa ainda é uma prática em ascensão, devido a sua recente regulamentação em 2018 e as poucas pesquisas nacionais neste campo. A presente revisão de escopo, teve como objetivo descrever a literatura nacional sobre a psicoterapia online enfatizando os elementos metodológicos e os resultados dessas investigações. Com esse propósito realizou-se uma busca nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Pepsic e Scielo no intervalo de 2000 a 2020 utilizando a recombinação dos descritores “psicoterapia” ou “terapia” AND “online”, “computador”, “internet” ou “virtual”. Identificou-se 2897 estudos, destes 21 artigos cumpriram os critérios de inclusão do estudo. As pesquisas investigaram questões referentes à ética profissional, vínculo e a relação terapêutica, legislação e regulamentação, desenvolvimento de protocolo, intervenções para crises, a opinião de profissionais sobre o tema e análises de casos clínicos. As abordagens teóricas utilizadas variaram entre psicanálise, terapia cognitivo-comportamental, psicodrama e gestalt-terapia. Sugere-se que investigações futuras pesquisem tanto temas transversais referentes às diferentes tradições teóricas de psicoterapia quanto a adaptação de técnicas específicas de cada abordagem nas diferentes modalidades de psicoterapia online.

Palavras-chave: Psicoterapia online, revisão de literatura, relação terapêutica

INTRODUÇÃO

A popularização do computador portátil pessoal de uso doméstico, entre o final dos anos 1970 e o início da década de 1980, marcaram o início de uma era digital global com repercussões imensuráveis para a vida contemporânea das sociedades e seus indivíduos (Memmi, 2013). A relação dos indivíduos com o computador e suas aplicações continuam sendo foco de interesse de investigações em Psicologia (e.g. Lee et al., 2019). Contudo, a popularização dos computadores portáteis não pode ser analisada sem que se considere no mesmo contexto o avanço da comunicação global através de redes de conexão via computador, especialmente a partir dos anos 1990 com as tecnologias da informação e comunicação (TICs). As TICs tornaram-se cada vez mais presentes no cotidiano das pessoas desde então, mostrando-se praticamente indispensáveis para a economia global e para as relações humanas (Pereira & Silva, 2020).

As TICs são estabelecidas como mediações informacionais, tais como, telefone, televisão, websites, conjugados ou híbridos, aplicativos, plataformas digitais, que possuem acesso à internet (CFP, Resolução N.º 11/2018). Segundo dados de 2018 do IBGE, 79% dos domicílios brasileiros possuíam acesso à internet (IBGE, 2020). Em 2008, essa porcentagem era de apenas 18% e em 2013 passou para 43% (Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2014). Devido a esse aumento expressivo da utilização da internet, na última década, podemos supor que essa porcentagem é ainda maior atualmente em 2021.

Os avanços tecnológicos juntamente com a popularização e facilidade de acesso às TICs possibilitaram novos campos e áreas de atuação para o psicólogo, sendo a psicoterapia online uma delas. A psicoterapia é entendida como um tratamento interpessoal que envolve princípios psicológicos, um terapeuta treinado, um paciente que busca ajuda para tratar algum transtorno psicológico, problema ou queixa (Wampold & Imel, 2015). O Conselho Federal de Psicologia (CFP) define consulta e/ou atendimentos psicológicos “o conjunto sistemático de procedimentos, por meio da utilização de métodos e técnicas psicológicas do qual se presta um serviço nas diferentes áreas de atuação da Psicologia com vistas à avaliação, orientação e/ou intervenção em processos individuais e grupais” (Resolução CFP N.º 11/2018).

A psicoterapia online, por sua vez, se propõe a ser um formato diferente de oferta de atendimento psicoterapêutico, podendo ser realizada em diferentes modalidades, através de videoconferência, chamada de voz, chats, e-mails, softwares e outros meios cabíveis (Berger, 2016). Os atendimentos online podem ser realizados em grupo ou de forma individual, conduzidos de forma síncrona (simultânea) ou assíncrona (não simultânea) (Marot & Ferreira, 2008). Estudos internacionais de revisão de literatura indicam uma variedade de modalidades

de psicoterapia online aplicadas, que vão desde atendimentos assíncronos conduzidos por meio de programas de terapia autoguiados, via e-mail ou chat, até modalidades síncronas por meio de vídeo chamada ou exclusivamente por chat síncrono (Machado et al., 2016; Rochlen et al., 2004). No caso das modalidades de terapia autoguiada, o formato assíncrono por trocas de e-mail tem sido a prática mais comum. Contudo, a psicoterapia síncrona por videoconferência tem sido a prática mais comum de psicoterapia online globalmente, provavelmente em decorrência do aumento da acessibilidade a smartphones e computadores portáteis, além do aumento das taxas de velocidade da internet observadas na última década.

A psicoterapia online é apontada como uma alternativa para o atendimento de pessoas que não têm acesso aos serviços de saúde ou que vivem em regiões isoladas (Morland et al., 2014). Há também situações sobre o acesso à psicoterapia para indivíduos que moram fora de seu local de origem por um período específico, como por exemplo brasileiros que moram fora do país, e que não têm fluência na língua local e precisam de atendimento (Nóbrega, 2015). De fato, o atendimento psicoterapêutico online trouxe a possibilidade do atendimento à distância de pessoas que moram em outro país ou regiões distantes e que precisariam percorrer longas distâncias para chegar a um consultório. Indivíduos que viajam com frequência e pessoas que possuem algum tipo de deficiência física que impossibilita seu deslocamento também são uma população alvo que poderia se beneficiar dessa modalidade de atendimento psicoterapêutico.

Dada a especificidade dessa modalidade de atendimento psicológico e as novidades intrínsecas que acompanham as dinâmicas de interação em ambiente virtual, é de se esperar que um corpo de evidências científicas possa auxiliar a compreender e organizar o campo das psicoterapias online. Internacionalmente, revisões são encontradas avaliando desde aspectos éticos da psicoterapia online (Stoll et al., 2020), passando pela descrição de características clínicas dessa modalidade de atendimento (e.g. Helps & Grinney, 2021), até o relato de evidências de efetividade das intervenções (e.g. Norwood et al., 2018). Contudo, esta profusão de relatos de pesquisa observados na literatura internacional não parece encontrar paralelo na literatura nacional.

A possibilidade do atendimento psicoterapêutico online no Brasil é recente, mas é acompanhada por um histórico de regulamentações do Conselho Federal de Psicologia. A prestação de serviços psicológicos por meio das TICs foi inicialmente permitida no Brasil em caráter de pesquisa em setembro de 2000 (Resolução N.º 3/2000). A Resolução N.º 3/2000 regulamentava o atendimento psicoterapêutico mediado pelo computador desde que garantidos o respeito às cláusulas da resolução para sua execução. Algumas das condições

impostas pela Resolução definiam que a prática só poderia ser realizada se fizesse parte de um projeto de pesquisa, se o mesmo fosse aprovado por comitê de ética, garantido o sigilo dos pacientes, sem cobrança de honorários, entre outros condicionantes legais. No mesmo ano, em dezembro, a Resolução N.º 6/2000 instituiu a Comissão Nacional de Credenciamento e Fiscalização dos Serviços de Psicologia pela Internet. Anos depois, em 2003, a Resolução N.º 10/2003 alterou alguns artigos da Resolução N.º 3/2000, que versavam majoritariamente sobre aspectos documentais para a realização de pesquisas em atendimento psicoterapêutico mediado pelo computador.

Em 2005, a Resolução N.º 3/2000 foi revogada pela Resolução N.º 12/2005, que ampliou a especificidade de modalidades de atendimento psicológico à distância. A psicoterapia online foi mantida como uma prática restrita à esfera da pesquisa acadêmica. A resolução reconheceu as seguintes práticas na modalidade à distância, desde que não psicoterapêuticas e seguindo as normas e critérios estabelecidas pela resolução: a orientação psicológica e afetivo-sexual, orientação profissional, orientação de aprendizagem e Psicologia escolar, orientação ergonômica, consultorias a empresas, reabilitação cognitiva, ideomotora e comunicativa, processos prévios de seleção de pessoal, utilização de testes psicológicos informatizados com avaliação favorável, utilização de softwares informativos e educativos com resposta automatizada.

Em 2012, o CFP lançou uma nova resolução que revogou a N.º 12/2005. A Resolução N.º 11/2012 regulamentou novamente a psicoterapia online, permanecendo como uma prática permitida apenas para fins de pesquisa. Contudo, passou a permitir que alguns serviços psicológicos fossem realizados por meio das tecnologias da informação e da comunicação, desde que pontuais e informativos, fora do contexto de pesquisa. Orientações Psicológicas com limite de 20 encontros (podendo ser síncrono ou assíncrono), processos prévios de seleção de pessoal, aplicação de testes regulamentados por resolução pertinente, supervisão do trabalho de psicólogos, atendimento eventual de clientes em trânsito e/ou de clientes que momentaneamente se encontrem impossibilitados de comparecer ao atendimento presencial.

Posteriormente, em 2018, o CFP regulamentou a psicoterapia online no Brasil como uma prática permitida a psicólogos com registro profissional ativo e devidamente cadastrados na plataforma e-Psi (Resolução N.º 11/2018). Durante o período de pandemia do COVID-19, a Resolução N.º 4/2020 do CFP alterou alguns artigos da Resolução de N.º 11/2018 que restringiam a prestação do serviço a pessoas e grupos em situação de urgência e emergência, em situação de desastre, que estivessem em situação de violação de direitos ou de violência, passando a permitir a prestação dos serviços psicológicos à distância durante o período de

espera entre o cadastramento na plataforma e a emissão de parecer do respectivo Conselho Regional de Psicologia (CRP).

Embora a psicoterapia online seja permitida, com restrições, em caráter de pesquisa desde 2000, ela ainda é uma prática recente no Brasil, devido a sua legalização efetiva no ano de 2018. Em razão do contexto de pandemia causado pelo COVID-19 e as restrições de convívio social decorrentes, a população se viu forçada a mudar seus hábitos de interação social e, em muitos casos, a ficar em casa para trabalhar de maneira remota. Psicólogos clínicos precisaram interromper suas sessões que antes eram realizadas face a face e passaram a realizar atendimentos prioritariamente online (Békés & Doorn, 2020). Este evento, tem gerado e ainda provocará mais ampliação das discussões sobre a psicoterapia online. Contudo, cabe indagar que evidências de pesquisa sobre psicoterapia online tem amparado esta discussão no cenário nacional?

No decorrer das duas décadas de regulamentação da psicoterapia online no Brasil, pesquisas descrevendo os potenciais de aplicação da psicoterapia online foram realizadas. Contudo, não foi localizado um estudo de revisão rigoroso que compilasse as características de delineamento metodológico e resultados dessas investigações no Brasil. Além disso, o contexto atual de pandemia e isolamento social tornaram este um assunto muito relevante. Portanto, o objetivo da presente pesquisa foi realizar uma revisão de escopo da literatura nacional de psicoterapia online entre os anos de 2000 e 2020, enfatizando a descrição dos elementos metodológicos e os resultados dessas investigações.

MÉTODOS

Realizou-se uma revisão de escopo (Munn et al., 2018) nas bases de dados, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Psyc e Scielo no intervalo de 2000 a outubro de 2020. Foi utilizada a recombinação dos descritores “psicoterapia” ou “terapia” AND “online”, “computador”, “internet” ou “virtual”. Foram definidos como critério de inclusão no estudo os artigos: 1) sobre psicoterapia online; 2) publicados em periódicos de psicologia ou psiquiatria; 3) com texto disponível na íntegra; 4) publicados em revistas nacionais; e 5) publicados em revistas com política de revisão por pares. Para a busca, organização dos dados e síntese dos artigos filtrados foi utilizado o processo de triagem seguindo os passos do critério PRISMA de revisão de literatura (Figura 1). Após realizar a busca dos artigos, foi realizada uma exportação dos arquivos para a plataforma online Rayyan QCRI (Ouzzani et al., 2016), com o objetivo de integrar em um só local os estudos das diferentes bases de dados, identificar e excluir os estudos duplicados e realizar a primeira filtragem a partir da

leitura dos resumos. Após a identificação dos estudos que foram incluídos na revisão, foi conduzida uma leitura na íntegra dos artigos para descrição: a) do tema do artigo; b) objetivo do artigo; c) do método do estudo (quando o artigo analisado refere trabalho empírico); e d) dos principais resultados e conclusões do estudo.

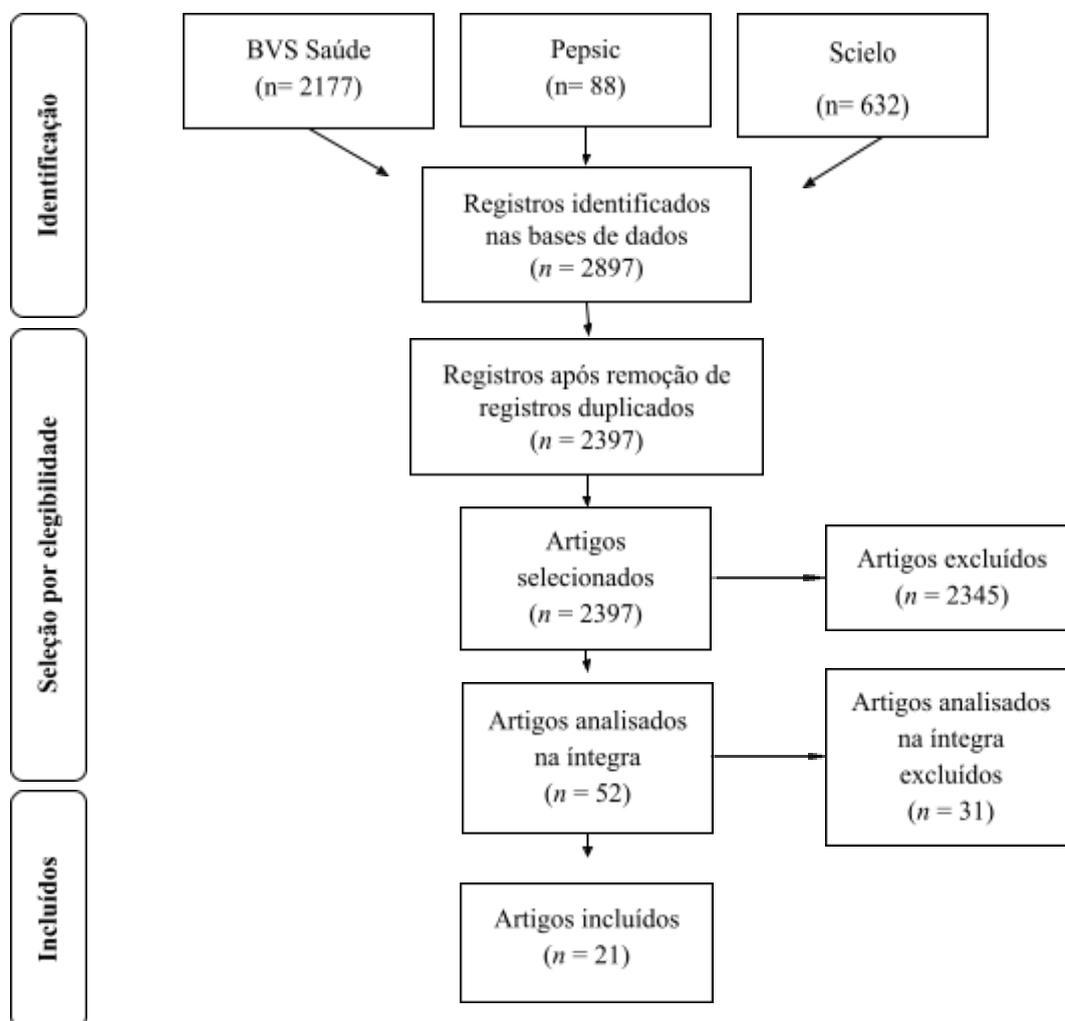


Figura 1. Processo PRISMA de rastreamento para revisões.

RESULTADOS

Seguindo os critérios de inclusão do estudo, 21 artigos publicados em periódicos brasileiros foram triados para inclusão na análise dos dados. Uma descrição breve de cada estudo será apresentada, seguindo a ordem cronológica de publicação.

O estudo de Pinto (2002), apresentou uma revisão narrativa sobre as diferentes modalidades de atendimento online identificadas na literatura internacional, identificando quatro práticas usuais. No período da publicação do estudo foram identificadas como práticas

usuais listas de auto-ajuda, páginas temáticas com materiais psicoeducativos, consultas online realizadas majoritariamente por email ou formulários, e psicoterapia online realizada via email. Segundo a autora do estudo, no contexto internacional as práticas citadas estavam se estabelecendo, enquanto no Brasil ainda haviam objeções e discussões iniciais a respeito do tema.

Com o objetivo de refletir sobre o atendimento psicológico mediado pelo computador, Almeida e Rodrigues (2003) realizaram uma análise hermenêutica sobre a psicoterapia online buscando relacionar a psicoterapia com as descrições das tecnologias da inteligência - a oralidade, a escrita e a informática. Os autores apresentaram críticas sobre a possibilidade de encontros terapêuticos realizados de forma não presencial, ao mesmo tempo que reconhecem a necessidade de se pensar em novas formas de encontro psicoterapêutico.

Prado e Meyer (2006), investigaram a possibilidade de realizar terapia via internet e a formação da relação terapêutica. Para tanto, realizaram uma psicoterapia breve de forma assíncrona por meio de mensagens de texto em um software conectado à internet. Dezesesseis terapeutas e 53 pacientes participaram do estudo, sendo que 29 pacientes concluíram a terapia e 23 não concluíram. A relação terapêutica foi avaliada através de uma versão computadorizada do Working Alliance Inventory (WAI), os dados levantados apresentaram características semelhantes às descritas na literatura.

O posicionamento das pessoas em relação à aprovação da psicoterapia online no Brasil foi analisado por Marot e Ferreira (2008). Os autores disponibilizaram um questionário em um site dedicado à saúde mental e obtiveram 161 questionários respondidos por completo. Os resultados apontaram uma atitude e norma subjetiva positivas em relação a votos favoráveis à aprovação da psicoterapia online.

A pesquisa de Donnamaria e Terzis (2011), sobre o atendimento psicológico online de grupos, analisou considerações de manejo e desafios éticos, sob a perspectiva psicanalítica de grupos. O estudo contou com dois grupos constituídos por cinco participantes e uma psicóloga em cada. Os encontros foram realizados de maneira síncrona, por vídeo chamada. A partir de análises qualitativas de manejo do grupo, os autores concluíram que seriam necessários mais estudos científicos para fundamentar ou refutar a prática.

Pieta e Gomes (2014), realizaram uma revisão narrativa sobre os estudos de psicoterapia pela internet, avaliando os recursos e limites desse formato de atendimento. Os autores apontam para aspectos históricos e terminológicos específicos do campo das psicoterapias pela internet, mas não fica claro se a revisão incluiu ou não estudos empíricos nacionais sobre o tema. Indicou-se que há similaridades entre a relação terapêutica online e

presencial nas mais distintas modalidades de atendimento online, ainda que a maioria dos estudos incluídos na revisão sejam baseados na Terapia Cognitivo-Comportamental. Com relação às questões éticas e legais foi pontuada a necessidade de diretrizes mais claras das organizações profissionais e o treino adequado dos terapeutas nas modalidades online.

Siegmund et al. (2015) comparou em seu estudo a legislação brasileira sobre psicoterapia online e de outros países como Suécia, Austrália, Holanda e Reino Unido. Os autores pontuaram que enquanto em outros países a legislação para validar esse formato de atendimento é pautada em investigações científicas sobre efetividade psicoterapêutica no Brasil a autorização se restringia para fins de pesquisa. Na visão dos autores, tal evidência sinalizaria a diferença de estágios de progresso de investigação científica sobre o tema entre os países. Por fim, sugeriram que os órgãos reguladores da profissão produzissem algum tipo de certificação para os psicólogos conduzirem os atendimentos online, bem como uma atualização na resolução pertinente ao tema pelo CFP.

O artigo de Crestana (2015), apresentou uma breve revisão de literatura sobre terapias online e um levantamento das opiniões de psiquiatras a respeito do tema. Vinte e oito psiquiatras, com experiência em atendimento psicoterápico, responderam a um questionário com duas perguntas enviadas por e-mail. Os principais resultados indicam dificuldade com a relação terapêutica ao atender online pacientes que iniciaram o processo presencialmente, preocupações em relação ao sigilo ou segurança, necessidade de mais pesquisas sobre o tema, necessidade de avaliar, caso a caso, se é viável manter atendimentos online. Alguns psiquiatras apresentaram uma visão positiva sobre o tema, além disso são relatadas dificuldades com relação a falhas na conexão em atendimentos síncronos por vídeo chamada.

Pires (2015), examinou, através de uma revisão bibliográfica, os tratamentos psicoterápicos analíticos à distância por telefone, via Skype ou e-mails. O autor relata uma falta de artigos científicos para fundamentar a prática do atendimento analítico remoto e poucas evidências clínicas de que esse formato possa funcionar de maneira semelhante ao presencial. Portanto, seriam necessárias mais pesquisas que incluíssem materiais clínicos de sessões dialogadas para avaliações mais apuradas.

O estudo de Silva et al. (2015), analisou a literatura nacional e internacional no que se refere a intervenções em crises no atendimento psicológico online. A revisão sistemática incluiu 17 estudos empíricos sobre o tema. Onze programas distintos de intervenção que apresentaram benefícios aos usuários dessas ferramentas foram encontrados, em sua maioria baseados na abordagem cognitivo-comportamental. No contexto brasileiro não foi encontrado

nenhum estudo sobre o tema. Internacionalmente os países com mais publicações foram Holanda e Austrália.

A psicanálise no contexto do atendimento online foi investigada por meio de consultas a pesquisadores da área, pesquisas apresentadas em eventos e a literatura. Nóbrega (2015), em sua pesquisa, consta que a psicoterapia online se trata de um campo em crescimento e que psicanalistas estão recorrendo ao atendimento virtual quando o atendimento presencial é impossibilitado. Além disso, sugere que a adoção das TICs no contexto clínico é inevitável. Contudo, segundo o autor, seriam necessárias mais pesquisas comprovando a “eficácia” desse modo de atendimento.

O artigo de Pieta et al. (2015), apresenta dois protocolos de acompanhamento de psicoterapia online. O primeiro estudo comparou 12 sessões de psicoterapia psicanalítica via Skype com 12 sessões de psicoterapia psicanalítica presencial, 8 psicólogas ofereceram as sessões a 24 pacientes. A aliança terapêutica e os resultados do tratamento foram avaliados através do *Working Alliance Inventory* (WAI) e *Outcome Questionnaire* (OQ-45). Os dois grupos apresentaram resultados semelhantes indicando aliança terapêutica forte e resultados positivos no tratamento. O segundo estudo descrito no artigo, teve como objetivo desenvolver uma intervenção computadorizada autoguiada para Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC) com foco em psicoeducação. Participaram da pesquisa 21 indivíduos diagnosticados com TOC. Os participantes demonstraram-se satisfeitos com o programa, apresentaram diminuição nos escores da seção obsessiva do *Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale* (Y-BOCS). Houve também diferença estatisticamente significativa na escala subjetiva de sintomas de TOC. Portanto, os dois estudos indicaram possibilidades sobre maneiras de se realizar psicoterapia online no Brasil e os resultados que podem ser esperados.

Hallberg et al. (2015), realizaram uma revisão sistemática e descritiva sobre a produção científica a respeito da psicoterapia e as TICs. Foram incluídos na revisão 548 artigos de diferentes países, majoritariamente dos Estados Unidos. Destes 74,3% eram estudos empíricos, 22,6% foram estudos de revisão e 3,1% eram discussões teóricas ou técnicas de relato de caso, o Brasil foi responsável por apenas 0,5% das publicações. A depressão foi a psicopatologia mais pesquisada, a internet foi a tecnologia mais estudada e a terapia cognitivo-comportamental a abordagem teórica mais utilizada nos trabalhos publicados. Os autores também relatam que revisões sistemáticas atualizadas podem apontar lacunas de produções científicas sobre psicoterapia e TICs.

A pesquisa de Rodrigues e Tavares (2016), discutiu a proibição da psicoterapia online e apresentou sugestões para sua regulamentação no Brasil. Nesse sentido, realizaram uma

revisão narrativa da literatura da área, buscando uma melhor compreensão a respeito da psicoterapia online e suas especificidades. Os artigos, nacionais e internacionais analisados, indicaram que a relação terapêutica no atendimento online síncrono é estabelecida de maneira semelhante ao que ocorre no presencial. Além disso, a regulamentação da prática foi defendida pelos autores, pois esse seria um caminho mais seguro para os psicólogos que desejariam atuar na área e seus pacientes, tendo em vista, uma crescente busca pelo serviço.

Siegmund et al. (2016), realizaram um estudo com 21 sujeitos para avaliar a usabilidade, funcionalidade e efeitos iniciais de uma intervenção psicoeducacional computadorizada para TOC. O programa era composto por três módulos contendo textos informativos, vídeos e quizzes. Em média, os participantes levaram oito dias para completar o programa, apresentaram diminuição nos escores obsessivos e diferença estatisticamente significativa na escala subjetiva de sintomas do TOC entre os módulos. Apenas uma questão dos quizzes teve frequência de acertos abaixo de 70%. Os resultados indicam que o programa apresentou um bom nível de satisfação e os usuários tiveram redução nos sintomas percebidos.

A formação e o papel da aliança terapêutica nas Terapias Cognitivo-comportamentais (TCC) por videoconferência foi revisada por Singulane e Sartes (2017). Dos 365 artigos encontrados, 9 estudos produzidos nos Estados Unidos, Canadá, Austrália e Noruega, preencheram os critérios de inclusão do estudo. A maioria dos artigos indicou como alta a aliança terapêutica, podendo ser comparada a aliança formada na terapia presencial, porém poucos artigos avaliaram a aliança como fator preditivo de resultados e de adesão. As autoras discutiram as limitações metodológicas dos artigos e salientam a necessidade de evidências mais claras sobre a formação da aliança e o seu papel neste formato alternativo de tratamento.

As impressões de psicoterapeutas de diferentes abordagens teóricas a respeito da orientação psicológica online foi investigada por Magalhães et al. (2019) por meio de uma entrevista semiestruturada com 18 questões. Participaram da pesquisa cinco mulheres e três homens, com idade entre 25 e 56 anos, de diferentes cidades brasileiras. Os dados das entrevistas indicaram que há limites e potencialidades nesse formato de atendimento, que ela é vista como complementar ou secundária ao atendimento presencial, e que os psicoterapeutas percebem particularidades na aliança terapêutica quando comparada a presencial. Todavia isso não foi retratado como um impeditivo ao acolhimento ou para se trabalhar os objetivos do paciente.

O artigo de Faria (2019) investigou o vínculo terapêutico na psicoterapia online breve, por videochamada e chat de texto, fundamentando-se na fenomenologia hermenêutica e na

Gestalt-Terapia. A autora refere que busca compreender os processos de subjetivação dos pacientes através dos discursos emitidos nas interações terapêuticas. Três mulheres realizaram psicoterapia, duas delas participaram de 25 sessões e uma de 16. Duas das três pacientes adaptaram-se ao atendimento remoto e relataram alcançar de maneira total ou parcial seus objetivos iniciais com a terapia. No entendimento da pesquisadora, as intercorrências tecnológicas não comprometeram o estabelecimento do vínculo terapêutico.

Vidal e Castro (2020) investigaram o funcionamento de três técnicas de psicoterapia psicodramática no contexto online síncrono de interação terapeuta-cliente. Relatos de experiência foram utilizados para ilustrar as possibilidades de uso em relação às etapas, instrumentos e técnicas da psicoterapia. As autoras indicaram que é possível a manutenção das técnicas de aquecimento, de manejo das cenas, bem como da possibilidade do recurso da realidade suplementar para o alcance de cenas, objetos ausentes e personagens.

No mesmo ano, Vidal e Cardoso (2020) pesquisaram as possibilidades do psicodrama online, do método da psicoterapia da relação e da técnica do psicodrama interno, a partir de um estudo de caso com relato de duas sessões online síncronas. Com base nas análises dos atendimentos, as autoras concluem que as técnicas realizadas no caso apresentado, demonstraram-se boas ferramentas no contexto online, bem como o psicodrama.

O psicodrama individual online também foi alvo da pesquisa realizada por Guimarães (2020). A autora examinou, a partir de 3 sessões online, as funções psicoterapêuticas associadas às técnicas de construção de imagens psicodramáticas com bonecos e a utilização de objetos auxiliares no atendimento online. Além disso, discutiu os instrumentos metodológicos da técnica com a finalidade de adequação ao formato online. A autora indicou a prática como possível, nomeando-a de Imagodrama.

DISCUSSÃO

A literatura identificada na presente revisão apresentou artigos teóricos referentes a questões éticas da prática psicológica, revisões de literatura, análises de opinião de profissionais, análises de regulamentações e sugestões de alteração das legislações sobre psicoterapia online, estudos de caso, investigações sobre a aliança e vínculo terapêutico, e investigações sobre desenvolvimento de protocolos e de softwares. As abordagens teóricas utilizadas nesses estudos foram psicanálise, terapia cognitivo-comportamental, psicodrama e gestalt-terapia.

Ao comparar a presente revisão de literatura com a de Hallberg (2015), podemos perceber uma diferença significativa em relação à tendência de publicações nacionais e

internacionais. Enquanto nacionalmente a maioria dos estudos encontrados foram de natureza teórica, os estudos internacionais relatados por Hallberg apresentaram natureza empírica. Ademais, as revisões de literatura identificadas em nossa revisão focaram na análise da literatura internacional, possivelmente pela escassez de estudos nacionais sobre o tema. Além disso, dentre os estudos empíricos identificados na presente revisão, destacam-se delineamentos de pesquisa de estudo de caso e análise de intervenções sem presença de grupo controle. Tais características metodológicas informam o estágio de desenvolvimento e maturidade da produção de evidências no contexto nacional. Ainda que importantes, estudos de caso e análise de resultados sem controle de comparação das intervenções impedem conclusões mais robustas sobre a efetividade de práticas psicológicas e a especificação de técnicas e abordagens para os mais diferentes cenários de intervenção psicoterapêutica online.

Mais detidamente em relação aos estudos empíricos sobre a aliança e o vínculo terapêutico (Faria, 2019; Pieta et al., 2015; Prado & Meyer, 2006), foram apontadas semelhanças entre a formação da relação terapêutica no contexto presencial e online. A relação terapêutica é apontada como um dos fatores preditivos de resultados positivos em psicoterapia, independentemente da abordagem teórica (Barber et al. 2000; Oliveira & Benetti, 2015; Prado & Meyer, 2004; Serralta et al. 2007), todavia, as três pesquisas identificadas contaram com amostras pequenas, metodologias e teorias distintas entre si. Além disso, a revisão de Berger, (2016), que discute a aliança terapêutica nos atendimentos online, relatou resultados divergentes no que diz respeito à aliança avaliada pelo terapeuta e às associações de alianças e resultados. Portanto, um investimento em pesquisas empíricas nacionais nessa temática pode ser uma via de compilação de resultados pertinentes ao contexto brasileiro e uma forma de avaliar se há distinção entre a importância da aliança nas intervenções online e presenciais.

A escassez de estudos nacionais identificados, somada a uma diversidade de temas pesquisados envolvendo a psicoterapia online, juntamente com as distintas questões de pesquisa entre os artigos incluídos na revisão, impossibilitam qualquer tipo de meta-análise ou compilação de resultados em uma questão de pesquisa específica. Esta falta de pesquisas e evidências sólidas, principalmente nacionais, sobre a psicoterapia online é apontada por diferentes autores (Donnamaria & Terzis, 2011; Nóbrega, 2015; Pires, 2015; Singulane & Sartes, 2017). Considerando a importância das práticas baseadas em evidências, em um cenário científico contemporâneo, torna-se problemática a definição de diretrizes e legislações bem fundamentadas sobre os mais variados temas. Na Psicologia, em especial, na medida em que nos encontramos em uma situação pandêmica em decorrência da COVID-19, que envolve

diretamente uma recomendação de distanciamento social pelas autoridades sanitárias, a maioria dos atendimentos psicoterapêuticos devem ser realizados no formato online. Portanto, diretrizes e legislações referentes à psicoterapia online, sem o devido respaldo de evidências científicas contextualizadas à população brasileira, podem direcionar prescrições imprecisas e vigilância eticamente contestável no cenário de tais práticas.

Tendo em vista as diferenças significativas entre a execução das modalidades de psicoterapia online síncrona e assíncrona e suas distintas formas de aplicação, seria relevante que essas modalidades distintas fossem alvos de investigações comparativas futuras. Além disso, cada abordagem teórica conta com diferentes técnicas terapêuticas, sendo necessário avaliar empiricamente suas possíveis adaptações para o formato online. Portanto, estabelecer metas de investigação sobre temas transversais às diferentes tradições teóricas de psicoterapia pode ser o caminho prioritário de produção de evidências em psicoterapia online em um contexto de pouca produção de evidências sobre o tema. Contudo, investigações pontuais sobre a adaptação de técnicas específicas de modalidades psicoterapêuticas também devem ser incentivadas, como observado nos artigos de Vidal e Cardoso (2020) e Guimarães (2020).

A presente revisão apresenta limitações em relação à extensão de suas conclusões dado o conjunto de artigos identificados pelo método de seleção de textos. Entre as limitações, estão a utilização de um conjunto específico de palavras-chaves em três bases de dados, o que pode ter impossibilitado o retorno de outros artigos sobre o tema de interesse da revisão seja pela inclusão de outras palavras-chave ou pela busca em outras bases de dados compilando pesquisas nacionais. Além disso, a inclusão apenas de artigos publicados em periódicos nacionais de psicologia ou psiquiatria, com revisão por pares, pode ter impedido a localização de importantes pesquisas sobre o tema realizadas por pesquisadores nacionais com amostras nacionais, porém publicadas em periódicos internacionais. Ainda assim, considerando este recorte para os periódicos nacionais, entendemos que a veiculação de pesquisas em revistas nacionais referenda a própria possibilidade de consulta da produção científica sobre o tema por muitos dos profissionais psicoterapeutas interessados na prática da psicoterapia online. Portanto, ainda que limitado ao acesso ao que se veicula nos periódicos nacionais, entendemos que esta baixa veiculação de pesquisas sobre o tema representa um retrato importante do status atual da produção de evidências em psicoterapia online no Brasil. Futuras revisões de literatura devem ampliar o escopo de busca de artigos para periódicos internacionais, com o objetivo de elucidar se este retrato teórico e metodológico das investigações sobre o tema por pesquisadores nacionais em amostras nacionais se modifica ou não. Além disso, seria interessante comparar a literatura científica sobre psicoterapia online

entre países de uma mesma região geográfica do globo, produzindo, por exemplo, uma análise comparativa entre a produção brasileira e latino-americana sobre o tema.

REFERÊNCIAS

- Almeida, L. P. de, & Rodrigues, J. T. (2003). Narrativa e Internet: possibilidades e limites do atendimento psicoterápico mediado pelo computador. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 23(3), 10-17. <https://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932003000300003>
- Barber, J. P., Connolly, M. B., Crits-Christoph, P., Gladis, L., & Siqueland, L. (2000). Alliance predicts patients' outcome beyond in-treatment change in symptoms. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(6), 1027-1032. doi:10.1037/0022-006X.68.6.1027
- Békés, V., & Aafjes-van Doorn, K. (2020). Psychotherapists' attitudes toward online therapy during the COVID-19 pandemic. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 238-247. <http://dx.doi.org/10.1037/int0000214>
- Berger, T. (2017). The therapeutic alliance in internet interventions: A narrative review and suggestions for future research. *Psychotherapy Research*, 27(5), 511-524, DOI: 10.1080/10503307.2015.1119908
- Conselho Federal de Psicologia. (2000). Regulamenta o atendimento psicoterapêutico mediado por computador. Resolução CFP No 3/2000.
- Conselho Federal de Psicologia. (2000). Altera a Resolução CFP No 3/2000. Resolução CFP No 10/2003.
- Conselho Federal de Psicologia. (2000). Institui a Comissão Nacional de Credenciamento e Fiscalização dos Serviços de Psicologia pela Internet. Resolução CFP No 6/2000.
- Conselho Federal de Psicologia. (2005). Regulamenta o atendimento psicoterapêutico e outros serviços psicológicos mediados por computador e revoga a Resolução CFP No 3/2000. Resolução CFP No 12/2005.

- Conselho Federal de Psicologia. (2012). Regulamenta os serviços psicológicos realizados por meios tecnológicos de comunicação a distância, o atendimento psicoterapêutico em caráter experimental e revoga a Resolução CFP No 12/2005. Resolução CFP No 11/2012.
- Conselho Federal de Psicologia. (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. Resolução No 11/2018.
- Conselho Federal de Psicologia. (2020). Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. Resolução CFP No 4/2020.
- Crestana, T. (2015). Novas abordagens terapêuticas - terapias on-line. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 17(2), 35-43.
- Comitê Gestor da Internet no Brasil (2014). TIC domicílios e empresas 2013: pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação no Brasil. São Paulo, SP: CGI.BR.
- Donnamaria, C. P., & Terzis, A. (2011). Experimentado o dispositivo terapêuticos de grupo via internet: primeiras considerações de manejo e desafios éticos. *Revista da Sociedade de Psicoterapias Analíticas\Grupais do Estado de São Paulo*, 12(2), 17-26.
- Faria, G. M. de. (2019). Constituição do vínculo terapêutico em psicoterapia online: perspectivas gestálticas. *Revista do NUFEN*, 11(3), 66-92.
<https://dx.doi.org/10.26823/RevistadoNUFEN.vol11.nº03artigo59>
- Guimarães, L. A. (2020). IMAGODRAMA: uso de bonecos e objetos-auxiliares em psicodrama individual e on-line. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 28(2), 106-117.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932020000200002&lng=pt&tlng=pt.

- Hallberg, S. C. M., Lisboa, C. S. de M., Souza, D. B. de, Mester, A., Braga, A. Z., Strey, A. M., & Silva, C. S. da. (2015). Systematic review of research investigating psychotherapy and information and communication technologies. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 37(3), 118-125. <https://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2014-0055>
- Hedman, E., Ljótsson, B., & Lindefors, N. (2012). Cognitive behavior therapy via the Internet: a systematic review of applications, clinical efficacy and cost-effectiveness. *Expert Review of Pharmacoeconomics & Outcomes Research*, 12(6), 745–764. <http://doi.org/10.1586/erp.12.67>
- Helps, S., & Grinney, M. C. (2021). Synchronous digital couple and family psychotherapy: a meta-narrative review. *Journal of Family Therapy*, 43, 185-214. doi: 10.1111/1467-6427.12333
- Higgins, C., Dunn, E., & Conrath, D. (1984). Telemedicine: an historical perspective. *Telecommunications Policy*, 8(4), 307–313. [http://doi.org/10.1016/0308-5961\(84\)90044-2](http://doi.org/10.1016/0308-5961(84)90044-2)
- IBGE (2020). Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua: Acesso à Internet e à televisão e posse de telefone móvel celular para uso pessoal 2018. ISBN 978-85-240-4527-1
- Lee, C. C., Czaja, S. J., Moxley, J. H., Sharit, J., Boot, W. R., Charness, N., & Rogers, W. A. (2018). Attitudes toward computers across adulthood from 1994 to 2013. *The Gerontologist*, 59(1), 22-33. doi:10.1093/geront/gny081
- Machado, D. de B., Laskoski, P. B., Severo, C. T., Bassols, A. M., Sfoggia, A., Kowacs, C., Krieger, D. V., Torres, M. B., Gastaud, M. B., Wellausen, R. S., Teche, S. P., & Eizirik, C. L. (2016). A Psychodynamic Perspective on a Systematic Review of Online Psychotherapy for Adults. *British Journal of Psychotherapy*, 32, 79-108. <https://doi.org/10.1111/bjp.12204>

- Magalhães, L. T., Bazoni, A. C. & Pereira, F. N. (2019). Impressões de psicólogos clínicos acerca da orientação psicológica online. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 21(1), 53-69. doi: 10.5935/2318-0404.20190009
- Marot, R. S. V., & Ferreira, M. C. (2008). Atitudes sobre a aprovação da psicoterapia online na perspectiva da teoria da ação racional. *Interamerican Journal of Psychology*, 42(2), 317–324.
- Memmi, D. (2013). Cultural consequences of computing technology. *AI and Society*, 28(1), 77-85.
- Morland, L. A., Mackintosh, M. A., Greene, C. J., Rosen, C. S., Chard, K. M., Resick, P. et al. (2014). Cognitive processing therapy for posttraumatic stress disorder delivered to rural veterans via telemental health: a randomized noninferiority clinical trial. *The Journal of clinical psychiatry*, 75(5), 470-476. <https://doi.org/10.4088/JCP.13m08842>
- Munn, Z., Peters, M.D.J., Stern, C., Tufanaru, C., McArthur, A., & Aromataris, E. (2018). Systematic review or scoping review? Guidance for authors when choosing between a systematic or scoping review approach. *BMC Medical Research Methodology*, 18: 143. <https://doi.org/10.1186/s12874-018-0611-x>
- Newman, M. G., Szkodny, L. E., Llera, S. J., & Przeworski, A. (2011). A review of technology-assisted self-help and minimal contact therapies for anxiety and depression: Is human contact necessary for therapeutic efficacy?. *Clinical Psychology Review*, 31(1), 89–103. <http://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.09.008>
- Nóbrega, S. B. (2015). Psicanálise on-line: finalmente saindo do armário? *Estudos de Psicanálise*, 44, 145-150. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-34372015000200016&lng=pt&tlng=pt.
- Norwood, C., Moghaddam, N. G., Malins, S., Sabin-Farrell, R. (2018). Working alliance and outcome effectiveness in videoconferencing psychotherapy: A systematic review and

- noninferiority meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(6), 797-808.
<https://doi.org/10.1002/cpp.2315>
- Oliveira, M. S., Nunes, M. L. T., Fernández-Álvarez, H. & Garcia, F. (2006). Estilo pessoal do terapeuta: dados preliminares da versão brasileira do EPT-Q. *Psico*, 37, 241-247.
- Oliveira, N. H., & Benetti, S. P. da C. (2015). Aliança terapêutica: estabelecimento, manutenção e rupturas da relação. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 67(3), 125-138.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672015000300010&lng=pt&tlng=pt.
- Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan – a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, 5, 210. <https://doi.org/doi:10.1186/s13643-016-0384-4>
- Pereira, D. M., & Silva, G. S. (2020). As tecnologias de informação e comunicação (TICs) como aliadas para o desenvolvimento. *Cadernos de Ciências Sociais Aplicadas*, 7(8), 151-174. Recuperado de <https://periodicos2.uesb.br/index.php/ccsa/article/view/1935>
- Peuker, A. C., Habigzang, L. F., Koller, S. H., & Araujo, L. B. (2009). Avaliação de processo e resultado em psicoterapias: uma revisão. *Psicologia em Estudo*, 14(3), 439-445.
<https://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722009000300004>
- Pieta, M. A. M., & Gomes, W. B. (2014). Psicoterapia pela Internet: viável ou inviável?. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 34(1), 18–31.
<http://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100003>
- Pieta, M. A. M., Siegmund, G., Gomes, W. B., & Gauer, G. (2015). Desenvolvimento de protocolos para acompanhamento de psicoterapia pela Internet. *Contextos Clínicos*, 8(2), 128-140.
<http://revistas.unisinos.br/index.php/contextosclinicos/article/view/ctc.2015.82.02>

- Pinto, E. R. (2002). As modalidades do atendimento psicológico on-line. *Temas em Psicologia*, 10(2), 168-177.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2002000200007&lng=pt&tlng=pt.
- Pires, A. C. J. (2015). Sobre os “tratamentos à distância” em psicoterapia de orientação analítica. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 17(2), 11-21.
- Prado, O. Z., & Meyer, S. B. (2004). Relação terapêutica: a perspectiva comportamental, evidências e o inventário de aliança de trabalho (WAI). *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 6(2), 201-209.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452004000200006&lng=pt&tlng=pt.
- Prado, O. Z., & Meyer, S. B. (2006). Avaliação da relação terapêutica na terapia assíncrona via internet. *Psicologia em Estudo*, 11(2), 247-257.
<https://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722006000200003>
- Rochlin, A.B., Zack, J.S., Speyer, C. (2004). Online therapy: Review of relevant definitions, debates, and current empirical support. *Journal of Clinical Psychology*, 60, 269–283.
DOI: 10.1002/jclp.10263
- Rodrigues, C. G., & Tavares, M. A. (2016). Psicoterapia online: demanda crescente e sugestões para regulamentação. *Psicologia em Estudo*, 21(4), 735-744.
doi:10.4025/psicolestud.v21i4.29658
- Serralta, F. B., Nunes, M. L. T. & Eizirik, C. L. (2007). Elaboração da versão em português do Psychotherapy Process Q-Set. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 29(1), 44-55.
- Siegmund, G., Janzen, M. R., Gomes, W. B., & Gauer, G. (2015). Aspectos éticos das intervenções psicológicas on-line no Brasil: situação atual e desafios. *Psicologia em Estudos*, 20(3), <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/PsicolEstud/article/view/28478>

- Siegmund, G., Nonohay, R. G. de, & Gauer, G. (2016). Ensaio de usabilidade de uma intervenção psicoeducacional computadorizada sobre transtorno obsessivo-compulsivo. *Temas em Psicologia*, 24(1), 261-276. <https://dx.doi.org/10.9788/TP2016.1-18>
- Silva, J. A. M. da, Siegmund, G., & Bredemeier, J. (2015). Crisis interventions in online psychological counseling. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 37(4), 171-182. <https://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2014-0026>
- Singulane, B. A. R., & Sartes, L. M. A. (2017). Aliança Terapêutica nas Terapias Cognitivo-comportamentais por Videoconferência: uma Revisão da Literatura. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37(3), 784-798. <https://doi.org/10.1590/1982-3703000832016>
- Stoll, J., Müller, J. A., & Trachsel, M. (2020). Ethical issues in online psychotherapy: a narrative review. *Frontiers in Psychiatry*, 10: 993. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00993>
- Vidal, G. P., & Cardoso, A. S. (2020). Dramatização on-line: Psicoterapia da relação e psicodrama interno no psicodrama contemporâneo. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 28(2), 131-141. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.20383>
- Vidal, G. P. & Castro, A. (2020). O Psicodrama clínico on-line: uma conexão possível. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 28(1), 54-64. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.20196>
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2015). The Contextual Model: Psychotherapy as a Socially Situated Healing Practice. Em B. E. Walpold & Z. E Imel (Eds.) *The great psychotherapy debate - The evidence for what makes psychotherapy work* (pp. 37-61). New York, NY: Routledge.