

ORIENTAÇÕES BÁSICAS PARA REALIZAÇÃO DE PSICOTERAPIA ONLINE

Material elaborado por:

Luan Paris Feijó

Psicólogo, Especialista, Mestre e Doutorando
em Psicologia Clínica


LAEPsi – PPG Psicologia/Unisinos

Fernanda Barcellos Serralta


Psicóloga, Especialista e Mestra em Psicologia
e Doutora em Psiquiatria

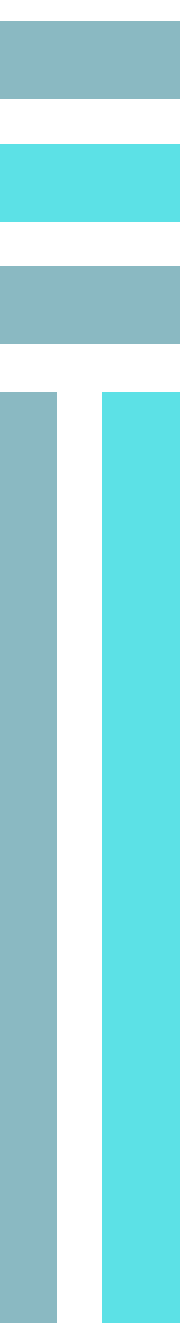
LAEPsi – PPG Psicologia/Unisinos





A pandemia do Covid-19 impõe o distanciamento social como medida de proteção para refrear a disseminação do vírus na sociedade. Como pesquisadores da psicoterapia online, temos recebido pedidos de colegas psicólogos sobre como atender sua clientela à distância, com mediação das tecnologias e informação e comunicação. Esta comunicação breve tem o objetivo fornecer orientações básicas aos psicólogos brasileiros não familiarizados com a Psicoterapia Online sobre como realizar esta modalidade de intervenção de forma cuidadosa, técnica e eticamente adequadas.





AS INTERVENÇÕES PSICOLÓGICAS ONLINE SÃO REGULAMENTADAS PELO CFP

No Brasil a telepsicologia é regulada pela Resolução N 11/2018 do Conselho Federal de Psicologia (CFP). Nesta resolução estão previstos os serviços de atendimento e consultas psicológicas, em tempo real ou não; seleção de pessoal; avaliação psicológica e supervisão profissional entre psicólogos. Além disto, os serviços prestados pelo Psicólogo devem estar em consonância com o Código de Ética Profissional (Resolução CFP N 010/05).



QUEM PODE SER ATENDIDO:

- O psicólogo pode atender na modalidade online crianças, adolescentes e adultos. O **atendimento de menores de idade** deve ocorrer com o expresse **consentimento de ao menos um dos responsáveis legais** e avaliação de **viabilidade técnica** por parte do psicólogo.
- É **vedado** o atendimento para: pessoas e grupos em situação de **urgência e emergência**, bem como em situação de **violação de direitos** ou de **violência**.

PRIMEIRO PASSO PARA ATENDER ONLINE:

Possuir **CRP ativo**, regular e manter e/ou realizar inscrição na **Plataforma E-Psi do CFP** (<https://e-psi.cfp.org.br/>). *Em função da Pandemia de Coronavirus, nos meses de março e abril/2020 não será necessário esperar a aprovação do cadastro. Ou seja, poderá atender imediatamente após o envio do cadastro na Plataforma.*

REQUISITOS TÉCNICOS E RECOMENDAÇÕES BÁSICAS PARA O ATENDIMENTO ONLINE:



AVALIE SE SEU PACIENTE/CLIENTE É ELEGÍVEL PARA ESTE TIPO DE ATENDIMENTO.

Para isso, considere a sua familiaridade com as tecnologias de informação e comunicação e o grau de severidade dos seus sintomas/psicopatologia.





PREPARE E ORIENTE O SEU PACIENTE

- Explique o motivo da mudança de setting e realize combinações claras e objetivas sobre: os cuidados para preservar o sigilo e privacidade; os recursos de internet disponíveis; como será o tipo de atendimento (mensagens de texto, mensagens de voz, videoconferência); a duração das sessões; como serão realizados os pagamentos e como proceder se a comunicação for interrompida.
- Recomenda-se que ambos, paciente e terapeuta, realizem uma chamada de teste para praticar e garantir que tudo funcione. Idealmente, este teste deve ser com um amigo ou familiar.



APROPRIE-SE DA CONFIGURAÇÃO DE INTERNET/WI-FI

- Se possível, use o cabo de internet ligado (Cabo LAN) ao seu computador ao invés do Wi-Fi. Mantenha um plano secundário caso haja queda ou interrupção da conexão.
- Caso você não consiga conectar o cabo de internet, tente aproximar o dispositivo do ponto de acesso ou roteador Wi-Fi. Algumas vezes, dependendo da operadora do seu celular, a conexão de internet é melhor do que o Wi-Fi. Se ocorrer um problema técnico desconhecido enquanto você estiver conectado, desconecte e tente reconectar para verificar se a conexão melhora. Se necessário, use meio alternativo para comunicar-se com o paciente.

AVALIE O CONTEXTO ONDE OCORRERÁ O ATENDIMENTO

- Avalie cuidadosamente o ambiente (seu e do paciente) no qual os serviços serão prestados, para antecipar possíveis distratores e/ou violações de privacidade.
- Avalie também o suporte/rede de apoio do paciente.
- Inclua, nas combinações iniciais, o tema do ambiente de atendimento, e dos recursos de apoio.



ATENDA EM UM AMBIENTE ADEQUADO

- Dê preferência por ambiente mais neutro e livre de ruídos externos.
- Procure utilizar fones de ouvido. Isso minimiza a amplitude do som.
- Tranque a porta com chave para evitar entrada inadvertida de outras pessoas.
- Procure atender no mesmo local.
- Oriente seu paciente sobre os cuidados que ele próprio deve toma



EVITE DISTRATORES COMUNS

- Roupas muito claras e muita luminosidade podem interferir na qualidade da imagem.
- Se você usa óculos, lembre-se de que a tela do seu computador ou celular pode refletir na superfície dos óculos e ser percebida pelo paciente.
- Evite usar fones de ouvido ou Headsets chamativos ou grandes demais.



SE ESFORCE PARA MELHORAR A COMUNICAÇÃO

- Cuide a clareza da comunicação verbal.
- Aumente a comunicação não verbal (sinais faciais e gestos).
- Quando você for se comunicar com o seu paciente/cliente olhe para a câmera e não para a tela.



CUIDE DA QUALIDADE DO SOM E IMAGEM

- O microfone e os alto-falantes integrados no seu computador ou dispositivo móvel, às vezes, pode não captar o som com nitidez. Se possível, use fones de ouvido.
- Quando utilizar dispositivos móveis como tablet's ou smartphones, mantenha-os em uma posição fixa e se possível também conecte fones de ouvido.





CUIDE DA SEGURANÇA E TRANSMISSÃO DAS INFORMAÇÕES

- No Brasil, o atendimento psicológico online pode ser realizado em qualquer aplicativo ou plataforma para atendimento psicológico desde que o profissional possa responsabilizar-se pelo sigilo e segurança das informações.
- Para aumentar a segurança, recomendamos que, dentro do possível, os psicólogos priorizem aplicativos ou plataformas virtuais que sejam certificadas pela HIPAA e/ou HITEC e/ou que utilizem criptografia de ponta a ponta.

DOCUMENTE OS ATENDIMENTOS

- **O psicólogo não está isento de registrar e/ou documentar esse tipo de atendimento/consulta.**

Há a obrigatoriedade de registro documental/prontuário, com as devidas fundamentações nos termos das Resoluções CFP 01/2009 e CFP 05/2010 ou legislação vigente. O armazenamento do histórico de atendimentos não se configura em registro documental.



REFERÊNCIAS

American Psychological Association. (2013). Guidelines for the practice of telepsychology. *American Psychologist*, 68(9),791–800. <https://doi.org/10.1037/a0035001>

Conselho Federal de Psicologia. Resolução No 11, de 11 de maio de 2018 (2018). Brasil. Recuperado de <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLUÇÃO-No-1-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>

International Psychoanalytical Association. (2020). Recommendations for Psychoanalysts Regarding the Use of Videoconferencing in their Practice. Recuperado de <https://www.ipa.world/IPA/en/News/coronavirus.aspx>

Ilustração e arte: Vitória Evaldt - Graduanda de Psicologia - UNISINOS