



EFICÁCIA DA PSICOTERAPIA ONLINE: BENEFÍCIOS, DESAFIOS E LIMITAÇÕES

Autor(res)

ARTHUR SANTOS SOARES
MIRYAN FERREIRA SANT ANA REIS
THAÍS DELL ORO DE OLIVEIRA
GABRIEL LUCAS DA SILVA

Categoria do Trabalho

Pesquisa

Instituição

ANHANGUERA - FACULDADE ANHANGUERA

Introdução

Com os constantes avanços da tecnologia, e o aumento da demanda por atendimentos psicológicos, principalmente nos últimos anos em decorrência da pandemia da COVID-19, com a necessidade do isolamento social, a psicoterapia online se tornou uma alternativa cada vez mais presente no contexto pandêmico e pós pandemia. Contudo, por se tratar de uma modalidade relativamente nova para a maioria dos pacientes e profissionais da psicologia, ela carece de dados empíricos e estudos quanto a sua real eficácia em relação à terapia presencial. Como exposto por Aragão (2020), com esta nova modalidade terapêutica surgindo, vê-se a necessidade de conhecermos e estarmos preparados para lidar com os potenciais problemas que podem surgir durante um atendimento online. O presente artigo visa trazer dados, com base nos estudos disponíveis até o momento, sobre a eficácia, vantagens e desvantagens desta modalidade.

Objetivo

Este artigo tem como objetivo analisar a eficácia da psicoterapia na modalidade online em diferentes públicos, considerando seus benefícios, desafios e limitações. A análise visa abranger tanto o período pré-pandêmico quanto o cenário durante a pandemia de COVID-19, elencando os dados mais pertinentes sobre o tema.

Material e Métodos

Como metodologia para a realização desta pesquisa como uma revisão sistemática, foi realizada uma pesquisa bibliográfica em diversos artigos e revistas acadêmicas. Foram utilizadas duas bases de dados para pesquisa, Google Scholar e SciELO. As principais palavras-chave utilizadas nas pesquisas foram, "Eficácia", "online", "psicoterapia online", além de "intervenção psicoterápica". Entre os termos, o operador booleano "AND" foi utilizado para abranger mais resultados durante as buscas. Foram analisados diversos artigos que abordavam a eficácia da psicoterapia online. Contudo, muitos desses estudos tratavam de contextos específicos. Dado o objetivo desta revisão, de avaliar a eficácia da psicoterapia online de forma mais ampla, esses artigos foram descartados. Foram selecionados apenas os estudos que discutiam a eficácia da terapia online sem especificações de transtornos ou abordagens. Dentre os artigos encontrados o idioma não foi um critério excludente.

Resultados e Discussão

A psicoterapia online foi a forma encontrada para suprir a demanda principalmente após a recente pandemia, conforme analisado, a psicoterapia online tem um grande potencial benéfico, entretanto, por ser relativamente recente, carece de estudos mais aprofundados, principalmente a âmbito nacional. levantando questões, principalmente quanto a sua eficácia quando comparada a um atendimento terapêutico presencial, em fatores como relação terapêutica, eficácia de intervenções, acessibilidade e eventos adversos que podem surgir durante o atendimento. Contudo, em todos os trabalhos analisados, houve consenso nos dados de que a psicoterapia online se mostra funcional para tratamento, mas não sendo tão eficaz quanto a presencial ou tão bem aceita por pacientes e psicoterapeutas. Apesar disso, com o desenvolver dos atendimentos alguns pacientes se torna mais fácil tratar de temas delicados no meio online, assim, para compreender melhor esta nova modalidade, a psicologia ainda tem muito a avançar.

Conclusão

A psicoterapia online é um campo recente mas extremamente promissor, e sua eficácia demonstra ser ligeiramente inferior à modalidade presencial. Apesar de mais propensa a fatores adversos e a dificuldade do estabelecimento da relação terapêutica

ENCONTRO DE ATIVIDADES CIENTÍFICAS, 27, 2024, LONDRINA ANAIS - LONDRINA: UNOPAR, 2024 ISSN 2447-6455



27^o Encontro de Atividades Científicas

04 a 08 de novembro de 2024

Evento Online

em algumas situações, é superior na lista de espera no tocante ao intervalo entre a marcação e o atendimento. Fazendo se assim necessários mais estudos sobre o tema, a fim de contribuir com o desenvolvimento da área e especialização profissional.

Referências

EICHENBERG, C. Onlinepsychotherapie in Zeiten der Coronapandemie. Psychotherapeut, 13 jan. 2021. FEIJÓ, L. P. et al. Índícios de eficácia dos tratamentos psicoterápicos pela internet: revisão sistemática. Gerais : Revista Interinstitucional de Psicologia, v. 14, n. SPE, p. 1–25, 1 dez. 2021. GIORDANO, C. et al. The transition to online psychotherapy during the pandemic: A qualitative study on patients' perspectives. Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome, v. 25, n. 3, 4 nov. 2022. IERARDI, E. BOTTINI, M. RIVA CRUGNOLA, C. Effectiveness of an online versus face-to-face psychodynamic counselling intervention for university students before and during the COVID-19 period. BMC Psychology, v.10, n.1, fev.2022. MCDONALD, A. et al. Online psychotherapy: trailblazing digital healthcare. BJPsych Bulletin, v.44, n.2, p.60–66, out. 2019. OLIVOS ARAGÓN, Patricio. Eficacia y mejores prácticas en psiquiatría y psicoterapia online2. Psiquiatría y Salud Mental, v.37, n.3/4, p.137-146, 2020.

ENCONTRO DE ATIVIDADES CIENTÍFICAS, 27, 2024, LONDRINA ANAIS - LONDRINA: UNOPAR, 2024 ISSN 2447-6455

Realização:



Organização:

