

CANAL CONTA COMIGO NA PANDEMIA DA COVID-19: CUIDADO QUE APROXIMA?

Resumo: Relatar a experiência de produção do cuidado em saúde mental pelo projeto de extensão Canal Conta Comigo. Relato de experiência que apresenta ações de saúde mental no enfrentamento da pandemia da Covid-19, implementadas em mídias sociais, referente ao primeiro ano de atividade deste projeto (abril de 2020 a abril de 2021). Veiculação de informações confiáveis, via infográficos, séries e lives com atividades de promoção da saúde e prevenção de agravos, no incentivo ao cuidado de si e coletivo, de realização de grupos de auto-mútua ajuda, de práticas integrativas de cuidado e de valorização dos trabalhadores da Enfermagem. O Canal Conta Comigo demonstra que ferramentas virtuais podem contribuir para a prática de Enfermagem no cuidado em saúde mental, e de outras áreas, principalmente em emergências humanitárias, como a da COVID-19 e afirma o compromisso destes profissionais e da universidade com a população.

Descritores: Saúde Mental, COVID-19, Mídias Sociais, Enfermagem.

Channel counts on me in the covid-19 pandemic: care that approaches?

Abstract: To report the experience of production of mental health care through the extension project Channel Counts on Me. Experience report that presents mental health actions to fight the Covid-19 pandemic, implemented in social media, referring to the first year of activity of this project (April 2020 to April 2021). Dissemination of reliable information, via infographics, series and lives with activities to promote health and disease prevention, encouraging self and collective care, holding self-help groups, integrative care practices and valuing nursing workers. Channel Counts on Me demonstrates that virtual tools can contribute to the practice of Nursing in mental health care, and in other areas, especially in humanitarian emergencies, such as COVID-19, and affirms the commitment of these professionals and the university with the population.

Descriptors: Mental Health, COVID-19, Social Media, Nursing.

Canal cuenta conmigo en la pandemia de covid-19: ¿cuidado que se acerca?

Resumen: Dar a conocer la experiencia de producción de atención en salud mental a través del proyecto de extensión Canal Cuenta Conmigo. Relato de experiencia que presenta acciones de salud mental para combatir la pandemia Covid-19, implementadas en redes sociales, referidas al primer año de actividad de este proyecto (abril de 2020 a abril de 2021). Difusión de información confiable, a través de infografías, series y vidas con actividades de promoción de la salud y prevención de enfermedades, fomento del autocuidado y el cuidado colectivo, realización de grupos de autoayuda, prácticas de cuidado integrador y valoración del personal de enfermería. O Canal Cuenta Conmigo demonstra que ferramentas virtuais podem contribuir para a prática de Enfermagem no cuidado em saúde mental, e de outras áreas, principalmente em emergências humanitárias, como a da COVID-19 e afirma o compromisso destes profissionais e da universidade com a população.

Descritores: Salud Mental, COVID-19, Redes Sociales, Enfermería.

Thylia Teixeira Souza

Enfermeira, Mestre em Ciências pela Universidade Federal de Pelotas (UFPel), Residente em Saúde Mental pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS).

E-mail: thyliatsouza@gmail.com

Liamara Denise Ubessi

Psicóloga, Enfermeira e doutora e Pós-Doutoranda em Ciências pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

E-mail: liubessi@gmail.com

Roberta Antunes Machado

Enfermeira, Doutora em Ciências pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), docente no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS).

E-mail: roberta.machado@riogrande.ifrs.edu.br

Valéria Cristina Christello Coimbra

Enfermeira, Doutora em Enfermagem em Psiquiátrica pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo (EERP-USP), docente e diretora da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

E-mail: valeriacoimbra@hotmail.com

Luciane Prado Kantorski

Enfermeira, Doutora em Enfermagem pela Universidade de São Paulo (EERP - Ribeirão Preto), professora titular da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

E-mail: karlanatyara@hotmail.com

Ariane da Cruz Guedes

Enfermeira, Doutora em Enfermagem pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), docente da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPel).

E-mail: arianecguedes@gmail.com

Submissão: 28/11/2021

Aprovação: 09/04/2022

Publicação: 11/06/2022

Como citar este artigo:

Souza TT, Ubessi LD, Machado RA, Coimbra VCC, Kantorski LP, Guedes AC. Canal conta comigo na pandemia da COVID-19: cuidado que aproxima? São Paulo: Rev Recien. 2022; 12(38):89-96.

DOI: <https://doi.org/10.24276/rrecien2022.12.38.89-96>

Introdução

No início do distanciamento social no Brasil devido à pandemia da COVID-19, três integrantes da Coletiva de Mulheres que Ouvem Vozes (CMOV) ocuparam-se em criar um plano de cuidados em saúde mental voltado para a comunidade, por entenderem que este período poderia gerar sofrimento psíquico, ao encontro do estudo de Gong, Cui, Xue, Lu, Liu.¹ Essa medida de prevenção à transmissão desse tipo de coronavírus gerou incertezas e medos e uma nova rotina de trabalho nos serviços de saúde, com redução dos atendimentos presenciais, e a população, por sua vez, devido ao receio de contágio, passou a acessá-los com menor frequência.

A pandemia levou também a um aumento na procura de informações sobre saúde na internet e a disseminação de notícias falsas, em especial sobre a COVID-19. Antes mesmo deste período pandêmico, a internet vem sendo uma das principais fontes de informações sobre saúde². Comunidades formadas por pessoas que sofrem de doenças crônicas, como o diabetes, por exemplo, informações virtuais têm contribuído para aumentar a adesão ao tratamento pelos profissionais de saúde³. Na saúde mental, não é diferente, uma vez que as redes sociais estão se mostrando relevantes inclusive em momentos de situações de “crise”⁴.

No contemporâneo, a tecnologia tem produzido novas formas de sociabilização e interação⁵. Com a pandemia, devido às medidas de distanciamento físico, as mídias sociais despontaram como ferramentas fundamentais para levar informações fidedignas e ações de cuidado pelas equipes de saúde e instituições de ensino e pesquisa à comunidade que tem acesso a internet⁶.

Diante disso, a CMOV e outras mulheres vinculadas ao Grupo de Pesquisa em Enfermagem, Saúde Mental e Saúde Coletiva (GPESMSC) da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), afetadas por esse cenário, com vistas ao cuidado em saúde mental, entendido como um processo biopsicossocial, criaram o “Canal Conta Comigo – o cuidado que nos aproxima”, o qual, posteriormente, tornou-se um projeto de extensão, atualmente coordenado pela vice-líder do Grupo de Pesquisa. Trata-se de três mídias sociais nas plataformas *Facebook*, *Instagram* e *Youtube*, que têm como intuito a partilha de ações que podem ser utilizadas para o autocuidado em saúde, bem como a disseminação de informações confiáveis em relação à promoção e à prevenção de agravos em saúde mental em meio ao contexto pandêmico.

Este artigo tem como objetivo, portanto, relatar a experiência de produção do cuidado em saúde mental pelo projeto de extensão Canal Conta Comigo - o cuidado que nos aproxima.

Material e Método

Este relato de experiência apresenta as ações e as produções de saúde mental do projeto de extensão Canal Conta Comigo - o cuidado que nos aproxima, criado em virtude da pandemia da COVID-19, referente ao período de abril de 2020 a abril de 2021.

O Canal Conta Comigo teve seu início nas redes sociais *Facebook* (Canal Conta Comigo – o cuidado que nos aproxima) e *Instagram* (@canalcontacomigo) no dia 27 de março de 2020, mediante publicações diárias de infográficos com informações focadas na prevenção da COVID-19 e na promoção e prevenção de agravos à saúde mental em meio à pandemia. No *Youtube* (Canal Conta Comigo), teve seu início em 22

de junho de 2020, com a retransmissão das *lives*, vídeos da Série “Ouidoras e Ouidores de Vozes” do canal no *Facebook*, além das *lives* do “Curso de Atualização de Saúde Mental em Emergências Humanitárias como a Pandemia de COVID-19”, destinado a profissionais da área da saúde, e da disciplina optativa do curso de Enfermagem da UFPel “Saúde mental e atenção psicossocial em emergências humanitárias”. O Canal também é divulgado no *website* do GPESMSC (www.gruposaudemental.com).

O plano de ação foi desenvolvido por meio de uma proposta de cuidado em saúde mental online, construída pelas integrantes da CMOV e foi apresentado ao GPESMSC/UFPel que contribuiu na construção e ampliação do projeto de extensão intitulado: “Canal Conta Comigo: o cuidado que nos aproxima”. Deste modo, o projeto é desenvolvido pelo próprio GPESMSC em parceria com os movimentos sociais feminista, de ouidores de vozes e da luta antimanicomial, no caso, a CMOV e a Associação de Usuários/as dos Serviços de Saúde Mental de Pelotas/RS (AUSSMPE). Também conta com a participação de docentes, discentes de graduação, pós-graduação e trabalhadores da saúde de diversas áreas do conhecimento e de *expertises* por experiência, assistidos ou egressos da Rede de Atenção Psicossocial de Saúde (RAPS).

No Canal são divulgadas informações e ofertas de práticas de cuidado de si e do outro, como: poesias, músicas e *lives* com temáticas diversificadas e atuais, com vistas à promoção de discussões e reflexões à toda população. Além disso, desenvolveu Séries, como a de “Ouidoras e Ouidores de Vozes”, que promove diálogos sobre outras perspectivas em saúde mental.

E às Séries “Enfermagem no Front” e “Lições de vida”, que buscaram divulgar relatos de profissionais de saúde e da população em geral sobre o enfrentamento da pandemia, prevenção do contágio pelo novo coronavírus. Também, veicular narrativas sobre as emoções despertadas e vivenciadas nesse momento pandêmico pelos trabalhadores da enfermagem que estiveram na linha de frente, como forma de acolhida e de sensibilização da comunidade para as precárias condições de trabalho e salariais, e a necessidade da defesa do Sistema Único de Saúde (SUS), da Ciência e das Universidades na contenção da pandemia ante a ausência de uma política de gestão e controle da pandemia.

Resultados e Discussão

O Canal Conta Comigo possuiu uma equipe expressiva de participantes, composta por 20 estudantes de graduação e pós-graduação de enfermagem e quatro enfermeiras docentes na Faculdade de Enfermagem da UFPel. Desse coletivo, 22 eram mulheres. O grupo foi sendo composto à medida que tomavam conhecimento do projeto e manifestavam o interesse em participar.

A presença majoritária de mulheres no projeto está relacionada à categoria profissional envolvida no seu planejamento e execução, que é a enfermagem, profissão predominantemente feminina, principalmente em sociedades com uma educação sexista, como o Brasil, que atribuem às mulheres a responsabilidade pelo cuidado da casa e da família, função mantida na divisão sexual do trabalho, que tende a colocar as mulheres em atividades associadas ao cuidado⁷.

A página no *Facebook*, entre abril de 2020 e abril de 2021, atingiu 2.146 seguidores; no *Instagram*, mais

de 1.078 seguidores; e no *Youtube*, 313 inscritos e 41 vídeos disponíveis. Entre as ações voltadas ao público adulto, foi e segue sendo realizada a oferta diária de Práticas Integrativas de Cuidado à distância, como o Reiki, *Tethahealing* e imposição de mãos. Além disso, foi criado um espaço coletivo virtual de auto-mútua ajuda denominado “Escuta na Quarentena”, realizado pela plataforma *Whatsapp*, o qual possibilita escuta compartilhada em que a dor e dificuldades de uma pessoa, ainda que singulares, podem ser similares a de outra e assim viabiliza trocas de experiências que podem ajudar a superar sentimentos, sensações, e encontrar outras possibilidades no viver cotidiano.

Nas páginas do *Facebook* e do *Instagram*, são divulgadas informações científicas, confiáveis, de autocuidado, dicas de prevenção ao contágio pelo coronavírus (COVID-19), músicas, poesias, séries e *lives* com temáticas diversificadas e atuais que se distribuem na semana, além da divulgação de resultados de pesquisas como forma de popularização da ciência, em uma linguagem acessível, que possa contribuir com a vida das pessoas.

Nas segundas-feiras, são partilhados recursos de práticas integrativas no cuidado em saúde. Às terças-feiras são voltadas para os trabalhadores da saúde, mais especificamente da Enfermagem. Quartas-feiras, voltadas ao público infantil, pessoas lésbicas, *gays*, bissexuais, trans, *queer*, *intersex* e outros (LGBTQI+) e idosos. Às quintas-feiras são culturais, com música, poesia, dicas de filmes, documentários, séries, livros e culinária. Nas sextas-feiras a temática é o fenômeno da audição de vozes.

Em janeiro de 2021, quando o Ministério da Saúde oficializou o início da vacinação contra a COVID-19, o Canal também passou a desenvolver materiais

informativos acerca da sua importância, buscando transmitir informações confiáveis a respeito do imunobiológico e da logística da campanha nacional e local.

No decorrer da semana, são realizadas também publicações referentes a datas temáticas importantes no processo de promoção da saúde e da saúde mental, bem como iniciativas de cuidado em saúde de instituições de ensino, pesquisa e movimentos sociais. A ideia subjacente é oferecer possibilidades para que as pessoas possam encontrar o que elas precisam de forma segura em uma era de notícias falsas, além de subsídios para o autocuidado em saúde e em saúde mental.

A COVID-19 evidenciou as desigualdades de acesso à educação, aos bens sociais, econômicos e tecnológicos, bem como exigiu adaptações e invenções no cuidado em saúde à população de modo geral em várias partes do mundo⁸. E é nesta perspectiva que o Canal Conta Comigo se inseriu, como forma de levar cuidado à comunidade e promoção de saúde mental em um momento de distanciamento social, mesmo que não atingindo à todas as pessoas, especialmente as que são vítimas das desigualdades crescentes no país.

Pelo Canal Conta Comigo, as pessoas encontravam além de informações e práticas, caminhos para a escuta terapêutica, ao encontro do que outras instituições de ensino e serviços de saúde viabilizaram para garantir alguma forma de comunicação e cuidado em saúde. A plataforma de consulta pela internet mostrou-se positiva na veiculação de informações confiáveis referentes à pandemia, além da oferta de apoio médico,

psicológico e na prevenção de riscos à saúde devido ao sofrimento causado pelo presente contexto⁹.

A internet pode mitigar o impacto psicossocial da pandemia, sem risco do contágio viral, como uma das ferramentas de promoção do cuidado em saúde mental¹⁰. Entretanto, importa ressaltar que o uso abusivo dos ciberespaços pode ocasionar efeito adverso ao que se pretende, gerar dependência, ansiedades, sintomas depressivos¹¹, conteúdos também trabalhados via Canal Conta Comigo, em alerta à procura de equilíbrio no uso das mídias sociais.

O Canal também tem uma página no *Facebook*, com 690 seguidores, voltada para crianças e adolescentes, chamada "Infância Conta Comigo – Saúde Mental Infantojuvenil", criado como espaço para promover o protagonismo das crianças e dos adolescentes. A criação de um canal direcionado para este público permitiu que as crianças e adolescentes tivessem um espaço seguro e confiável para acessar informações e poder trocar com outros seus sentimentos e vivências no isolamento.

Para isso, o Canal se preocupou em ofertar uma linguagem direcionada à criança e ao adolescente, na produção de materiais para lidar com esse momento de distanciamento social, bem como de apoio emocional e de controle da ansiedade e medos às crianças e adolescentes e de cuidado em saúde mental.

Outra oferta do Canal Conta Comigo, foi de Reiki, Thetahealing e imposição de mãos à distância. A solicitação é feita por e-mail (cccvidasimportam@gmail.com) e também pelo grupo de *WhatsApp* (<https://chat.whatsapp.com/DssMRKb47MRAvTyIPmT>

ZML). Estas práticas possibilitam o equilíbrio das energias vitais e da dimensão espiritual, uma vez que se entende o humano como ser multidimensional, corpo energético e espiritual. Foram atendidas mais de 350 pessoas de todo o Brasil.

Ressalta-se que essas práticas têm sido utilizadas de forma complementar no cuidado em saúde e em saúde mental, para contribuir na melhora dos aspectos emocionais. Muitas práticas integrativas e complementares, como o Reiki e a imposição de mãos, podem ocorrer de forma remota e são indicadas para promoção da saúde e da saúde mental e na prevenção de agravos em decorrência da pandemia. Os sujeitos que se encontram em situações de ansiedade, estresse, insônia e angústia podem se beneficiar dessas práticas, uma vez que elas produzem um aumento da autoestima, reduzem os agentes estressores e produzem sensação de bem-estar¹². A enfermagem tem adotado o Reiki nas práticas de cuidado corporal, da mente e do espírito nos mais diversos ambientes¹³.

Além das PICs, entendeu-se que via Canal Conta Comigo seria importante a oferta de um grupo de escuta compartilhada, na perspectiva da auto mútua ajuda, a partir do que se criou o Grupo AMA Escuta na Quarentena, o qual ocorre via plataforma do *WhatsApp*

(<https://chat.whatsapp.com/FFhbSUTFRrZLTBTcO4mo6b>).

É um grupo aberto, com em torno de 99 pessoas de todo o país, inclusive profissionais de saúde. Trata-se de um espaço em que as pessoas compartilham como foram seus dias, problemas, alegrias, experiências da vida cotidiana, como se sentem na pandemia e as estratégias utilizadas para produção de saúde mental neste contexto. Experimenta-se, nesse espaço, além

disso, um deslocamento de lugares dos sujeitos no encontro com a vivência das outras pessoas e da sua própria.

Os grupos de auto-mútua ajuda configuram-se como uma prática auto e co-gestionaria muito significativa na contemporaneidade, que tem sido utilizada como estratégia de cuidado entre pessoas que compartilham uma situação de vida semelhante ou não e aprendem a lidar/enfrentar as adversidades a partir das trocas de experiências. Trata-se de um cuidado pelo encontro das palavras¹⁴, ainda que de forma virtual. Antes mesmo da pandemia do coronavírus, alguns grupos já funcionavam pelas mídias sociais, como, por exemplo, o grupo no *Facebook* do Movimento de Ouvidores de Vozes/Brasil.

A Internet, através das Mídias Sociais, vem se consolidando como um ambiente de infinitas possibilidades de interação entre as pessoas que estão se valendo desses meios tecnológicos como forma de modificar as suas condições de pessoas com patologias para agentes da sua própria saúde⁴.

Durante a semana de Enfermagem, no ano de 2020, teve início a série “Enfermagem no Front”, com o objetivo de reconhecer o trabalho dos profissionais da enfermagem, a partir de suas narrativas e experiências na linha de frente no combate a COVID-19, o que coincidiu com a celebração do ano internacional desses profissionais, declarado pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e Organização Mundial de Saúde (OMS). No mesmo ano, houve a criação da série “Lições de Vida”, que buscou apresentar relatos destes trabalhadores sobreviventes da COVID-19. As narrativas destas pessoas evidenciaram as dificuldades de estar na linha

de frente, o sofrimento que isso provocava pelo risco iminente, o distanciamento da família para proteção, condições de trabalho, entre outros aspectos e ao mesmo tempo, a motivação da luta pela vida mesmo imerso em adversidades.

Outro projeto iniciado em 2020 foi a “Série Ouvidoras e Ouvidores de Vozes”, que teve por objetivo difundir informações sobre a abordagem do Movimento Internacional de Ouvidores de Vozes (MIOV). Atuou como uma prática de resistência e contra discurso ao modelo da psiquiatria tradicional, referente à forma de compreender e cuidar das pessoas que ouvem vozes – que outras pessoas não ouvem. Essa série foi uma produção audiovisual, escrita, roteirizada e produzida pelas integrantes da CMOV. Os vídeos produzidos têm duração de no máximo 20 minutos e a sua edição foi realizada por dois estudantes extensionistas e colaboradores da graduação de Enfermagem. A fim de garantir a acessibilidade dos materiais à comunidade surda, os vídeos possuem legenda.

Busca-se, com a Série, divulgar outros modos de cuidado em saúde mental às pessoas que ouvem vozes, bem como desmistificar o entendimento dessa experiência como um sintoma de adoecimento mental. É um projeto que tem colaborado nos processos de empoderamento das pessoas envolvidas na sua idealização, realização e das pessoas que ouvem vozes ou que tenham relação com pessoas que tem na sua história de vida essa experiência da audição.

O Canal Conta Comigo como uma ferramenta de veiculação de conteúdos promotores de saúde mental se expressa como multiplicidade, pois se ocupou de diversas frentes na virtualidade de produção do

cuidado, a qual mostrou-se como uma ferramenta importante que facilitou o alcance de muitas pessoas, ainda que com limitações.

Houve a oferta de várias práticas de cuidado, como as integrativas e complementares, informações científicas, valorização dos trabalhadores da saúde, dos que tiveram Covid, dos que se preveniram, e de todos que desfrutaram das possibilidades ofertadas para o cuidado de si e do outro, dentre estas, da escuta compartilhada em grupos de mútua ajuda, das PICs, das *lives*, das Séries, da interdisciplinaridade e da formação em saúde propiciada pela produção cotidiana do Canal bem como pelo acesso ao mesmo, ao encontro da minimização dos impactos na própria vida e das pessoas.

O virtual pode ser um território existencial nas diferentes formas de subjetivação, contudo, dependerá do uso que cada pessoa fará do mesmo e dos recursos que forem encontrados neste cenário para o próprio bem estar, o qual não pode suplantar a vida, o viver, as relações, mas sim como mais um possível espaço de acolhimento e de criação¹⁵, conforme a necessidade de cada pessoa, que se transforma enquanto vive, de acordo com a proposta do Canal Conta Comigo - o cuidado que nos aproxima.

Considerações Finais

Este artigo buscou apresentar a experiência de cuidado em saúde mental no cenário pandêmico global da COVID-19, promovido pelo Canal Conta Comigo – o cuidado que nos aproxima, o qual tem se mostrado como uma via segura de obtenção de informações sobre a transmissão do coronavírus, quanto sobre práticas de cuidado em saúde mental e na valorização dos trabalhadores da Enfermagem. As mídias sociais são ferramentas que também podem

ser utilizadas no cuidado em saúde mental e reforçar a visão holística do ser humano.

Apesar da potencialidade desse projeto de extensão, sabe-se que, infelizmente, não há o alcance de uma parcela significativa da população devido às desigualdades sociais, econômicas e tecnológicas. E ao mesmo tempo, alerta-se para o uso adequado das mídias sociais, que não substituem as relações humanas.

O Canal Conta Comigo se constitui como uma experiência de produção de cuidado na pandemia da COVID-19 que pretende continuar a disseminar práticas de Enfermagem no cuidado em saúde mental em emergências humanitárias, e informações que fortaleçam a saúde individual e coletiva, pois compreende que as pessoas merecem gozar do direito do bem viver. Além de contribuir para o cuidado em saúde virtual neste contexto da COVID-19, afirma o compromisso ético da Enfermagem e da universidade pública com a vida da população.

Referências

1. Gong J, Cui X, Xue Z, Lu J, Liu J. Mental health status and isolation/quarantine during the COVID-19 outbreak: A large-sample-size study of the Chinese population. *Psychiatry Clin Neurosci*. 2021; 75(5):180-181.
2. Moretti FA, Oliveira VE, Silva EMK. Acesso a informações de saúde na internet: Uma questão de saúde pública? *Rev Assoc Med Bras*. 2012; 58(6):650-658.
3. Fernandes LS, Calado C, Araujo CAS. Redes sociais e práticas em saúde: influência de uma comunidade online de diabetes na adesão ao tratamento. *Ciência Saúde Coletiva*. 2018; 23(1):3357-3368.
4. Barros OC, Melca FMA, Serpa Junior OD. Redes e mídias sociais: o potencial multiplicador para a ajuda mútua de ouvidores de vozes. *J Nurs Health*. 2018; 8(n.esp.):e188418.

5. Honorato EJS. A interface entre Saúde Pública e Cibercultura. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2014; 19(2):481-485.
6. Raamkumar AS, Tan LG, Wee HL. Measuring the Outreach Efforts of Public Health Authorities and the Public Response on Facebook During the COVID-19 Pandemic in Early 2020: Cross-Country Comparison. *J Med Internet Res*. 2020; 22(5):e19334.
7. Lima FIA, Voig AEGT, Feijó MR, Camargo ML, Cardoso HF. A influência da construção de papéis sociais de gênero na escolha profissional. *Rev Bras Psicol Educ*. 2017; 19(1):33-50.
8. Jonnagaddala J, Godinho MA, Liaw ST. From telehealth to virtual primary care in Australia? A Rapid scoping review. WHO Collaborating Centre on e Health, School of Population Health, UNSW Sydney, Australia. 2021.
9. Ouyang H, Wen J, Gu W, Shen H, Song K. Evaluation of the effect of the COVID-19 pandemic on clinical characteristics and psychological status in internet consultation respondents. *Sci Prog*. 2021; 104(2):368504211014696.
10. Rauschenberg C, Schick A, Goetzl C, Roehr S, Riedel-Heller SG, Koppe G, et al. Social isolation, mental health, and use of digital interventions in youth during the COVID-19 pandemic: a nationally representative survey. *European Psychiatry*. 2021; 64(1):e20.
11. Zalewska A, Galczyk M, Sobolewski M, Bialokoz-Kalinowska A. Depression as Compared to Level of Physical Activity and Internet Addiction among Polish Physiotherapy Students during the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health*. 2021; 18(19):10072.
12. Oliveira FP, Lima MRS, Farias FLR. Terapias integrativas e complementares em situações emocionais na pandemia do COVID-19. *Rev Interd*. 2020; 13.
13. Lipinski K, De Velde J. Reiki, Enfermagem e cuidados em saúde. *Enfermagem Clin North Am*. 2020; 55(4):505-519.
14. De Stefani R, Tomasi J (orgs). *Le parole ritrovate - la rivoluzione dolce del fareassieme nella salute mentale*. Trento/It: Ed. Erickson. 2019.
15. Vilhena J, Novaes JV. Lugar e não-lugar no mundo virtual: Notas sobre criatividade e territórios de existência na rede. *Tempo Psicanal*. 2018; 50(2):143-161.