

Pensando famílias



Fonte: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000100003. Acesso em: 08 fev. 2021.

REFERÊNCIA

SILVA, Isabela Machado da et al. As relações familiares diante da COVID-19: recursos, riscos e implicações para a prática da terapia de casal e família. **Pensando famílias**, Porto Alegre, v. 24, n. 1, p. 12-28, jul. 2020. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2020000100003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 08 fev. 2021.

As Relações Familiares diante da COVID-19: Recursos, Riscos e Implicações para a Prática da Terapia de Casal e Família

Isabela Machado da Silva¹

Beatriz Schmidt²

Silvia Renata Lordello³,

Débora da Silva Noal⁴

Maria Aparecida Crepaldi⁵

Adriana Wagner⁶

Resumo

A COVID-19 traz repercussões macroestruturais ao status econômico, social e laboral que podem impactar o funcionamento conjugal e familiar. Neste artigo, enfocamos os recursos e riscos familiares durante a pandemia da COVID-19. Por meio de uma revisão narrativa da literatura, que incluiu estudos nacionais e internacionais, abordamos (a) conjugalidade, (b) coparentalidade, (c) parentalidade e (d) implicações para a prática da terapia de casal e família nesse contexto. Terapeutas de casal e família devem atuar no sentido de promover a coesão, flexibilidade e comunicação. Destaca-se a importância da atribuição de significados à pandemia e às experiências vivenciadas, assim como da esperança na superação dos desafios, enquanto se encorajam divisões de tarefas domésticas mais igualitárias. Discutimos a relevância de investir em estratégias que otimizem processos protetivos das relações familiares.

Palavras-chave: COVID-19; relações familiares; relações conjugais; terapia de família e casal; terapia online

Family Relations during COVID-19 Pandemic: Resources, Risks e Implications for the Practice of Marital and Family Therapy

¹ Psicóloga, Mestre e Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Terapeuta de Famílias (Domus). Professora do Depto. de Psicologia Clínica e do Programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica e Cultura da Universidade de Brasília (UnB).

² Psicóloga e Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Doutora em Psicologia pela UFRGS. Especialista em Saúde da Família (UFSC). Professora no Curso de Psicologia e no Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio Grande (FURG).

³ Psicóloga, Mestre em Psicologia e Doutora em Psicologia Clínica e Cultura pela UnB. Especialista em Terapia Familiar Sistêmica (INTERPSI e Pontifícia Universidade Católica de Goiás). Professora do Depto. de Psicologia Clínica e do Programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica e Cultura da UnB.

⁴ Psicóloga pela Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC). Mestre e Doutora em Processos de Desenvolvimento Humano e Saúde pela UnB. Residência em Saúde Coletiva (Universidade Federal do Sergipe). Pós-doutoranda em Saúde Mental e Desastres na FIOCRUZ.

⁵ Psicóloga pela Universidade de São Paulo. Mestre em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Doutora em Saúde Mental pela Universidade Estadual de Campinas. Especialista em Terapia Familiar e de Casal (ITF), Psicodrama Psicoterapêutico (Instituto de Psicodrama de Ribeirão Preto) e Psicologia Clínica Infantil (USP). Professora titular aposentada da UFSC. Docente permanente do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UFSC.

⁶ Psicóloga pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Doutora em Psicologia Social pela Universidad Autónoma de Madrid. Especialista em Terapia de Família e Casal (Escuela de Formación en Terapia Familiar [STIRPE]). Professora convidada do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UFRGS. Coordenadora do Núcleo de Pesquisa Dinâmica das Relações Familiares.

Abstract

The COVID-19 pandemic brings up macro-structural repercussions in economic, social, and work status, which may impact family and marital functioning. In the current paper, we focus on family resources and risks during the COVID-19 pandemic. Through a narrative review of the literature, considering Brazilian as well as international studies, we present (a) marital relations, (b) coparental relations, (c) parental relations, and (d) implications for the practice of marital and family therapy in this scenario. Family and couple therapists may work to strengthen aspects such as cohesion, flexibility, and communication. The importance of attributing meaning to the pandemic and the lived experiences as well as maintaining hope in the face of challenges are emphasized, whereas the establishment of a more equal division of household labor is encouraged. We discuss the relevance of enhancing strategies to optimize resources that promote healthy family relationships.

Keywords: COVID-19; family relations; marital relations; marital and family therapy; online therapy.

As repercussões da pandemia de COVID-19 começaram a ser sentidas no Brasil sobretudo a partir do mês de março de 2020, quando também se implementaram as primeiras medidas sanitárias de *distanciamento social ampliado* (Silva, Lordello, Schmidt, & Mieto, no prelo). Houve restrição de atividades que promovessem aglomerações e os cidadãos de diversos estados foram incentivados a permanecerem em suas residências, a fim de reduzir o contágio e preservar o sistema de saúde, evitando superlotação. Quando este artigo foi concluído, em 22 de julho de 2020, o Brasil apresentava 2.166.532 casos confirmados da doença e 81.597 mortes (World Health Organization, 2020). De março a julho, também se identificou uma redução nos índices de isolamento social, que alcançaram 39,3% em 22 de julho (InLoco, 2020).

A relação das famílias brasileiras com a COVID-19 foi mediada por fatores como o desencontro de orientações entre as diferentes esferas do governo e as organizações nacionais e internacionais de saúde, as notícias falsas (*fake news*) disseminadas por meio das redes sociais e dos aplicativos de mensagens, as questões étnico-raciais e o nível socioeconômico (Silva et al., no prelo). Assim, ao mesmo tempo em que muitas famílias seguiram as medidas de distanciamento social ampliado, aderindo ao teletrabalho e ao ensino remoto, outras não adotaram a mesma conduta por motivos econômico-laborais ou, simplesmente, por falta de consciência ou compreensão acerca da gravidade dessa emergência de saúde. Essas famílias seguiram realizando atividades de lazer, visitas a familiares e reuniões com amigos.

Estudos têm sugerido que o desenvolvimento da COVID-19 se diferencia de acordo com a raça/cor, a etnicidade e os níveis de escolaridade (Batista et al., 2020). O índice de mortalidade entre pessoas pardas e pretas foi de 54,8%, em maio de 2020. Por outro lado, esse índice foi de 37,9%, entre as pessoas brancas. Os índices de mortalidade também foram maiores em pessoas com menor nível de escolaridade, sendo de 71% entre pessoas sem escolaridade e de 22,5% entre pessoas com nível superior. Assim, uma pessoa parda ou preta sem escolaridade teria quatro vezes mais chance de morrer em decorrência da COVID-19 em comparação a uma pessoa branca com nível superior. Os povos indígenas também se mostraram seriamente afetados pela COVID-19 (Ferrante & Fearnside,

2020). Nessa perspectiva, a pandemia evidenciou a histórica desigualdade socioeconômica de nosso país (Silva et al., 2020).

O rendimento efetivo da população apresentou uma redução de 16,9%, no período entre fevereiro e maio de 2020 (Hecksher, 2020). Em pesquisa conduzida pela Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ, 2020a) com 44.062 brasileiros de diferentes regiões do país, no período entre abril e maio de 2020, 55,0% dos participantes relataram redução na renda familiar. Perderam o emprego 11,1 milhões de brasileiros (16,0%), sendo que essa perda se mostrou mais acentuada para mulheres e pessoas com escolaridade inferior ao Ensino Médio (Hecksher, 2020). Estima-se que o impacto econômico da COVID-19 será duas vezes maior para pessoas com baixa escolaridade e renda (Moreira, 2020).

Além das reverberações macroestruturais em termos econômicos, sociais e laborais, a COVID-19 também provocou e tem provocado mudanças nos padrões de funcionamento das famílias. A rotina foi drasticamente afetada, a rede de apoio social ficou fragilizada com o distanciamento imposto e o elevado número de óbitos reverberou de maneira intensa no processamento do luto pela perda de pessoas queridas. Todos esses fatores afetaram a saúde e a qualidade de vida da população (Brooks et al., 2020; Prime, Wade, & Browne, 2020; Silva et al., 2020). Segundo a pesquisa da FIOCRUZ (2020a), 29,2% dos participantes relataram piora no estado de saúde. Dentre os participantes com diagnóstico de depressão, 46,6% disseram ter sentido piora em seu quadro. Além disso, 40,4% dos participantes sentiram-se deprimidos e 52,7%, ansiosos muitas vezes ou sempre, durante a pandemia. Os sintomas de ansiedade e depressão se mostraram mais prevalentes entre as mulheres, especialmente aquelas com idade entre 18 e 39 anos.

Todos esses impactos sociais, econômicos e emocionais apresentam-se às famílias como estressores, intensificando sua vulnerabilidade e demandando um processo de reorganização estrutural. Frente a esse fenômeno, faz-se necessária uma compreensão sistêmica do funcionamento familiar, considerando que famílias em situações extremas, com crises agudas ou crônicas, são impactadas como um todo (Walsh, 2015). Por outro lado, a família dispõe de recursos – ou seja, forças e capacidades – que podem ajudá-la a enfrentar os desafios (Henry, Morris, & Harrist, 2015). Os recursos familiares podem ser divididos em três categorias principais (Walsh, 2005): (a) os modelos organizacionais, que se referem aos padrões relacionais da família, a seu sentimento de união e pertença, à capacidade de seus membros apoiarem uns aos outros; (b) o sistema de crenças, que diz respeito à capacidade da família de manter a esperança, ver a crise como uma situação manejável e ver-se como competente para superar o desafio; (c) o processo comunicacional ou de resolução de problemas, que se refere à habilidade de se comunicar acerca dos problemas e das emoções vivenciadas por seus membros, com clareza, empatia e responsabilidade. No entanto, os padrões interacionais que se desenvolvem em determinadas famílias também podem representar um risco para a forma de lidar com os estressores (Henry et al., 2015; Walsh, 1995). Dentre esses padrões, destacam-se crença de desamparo e incompetência, desesperança, emaranhamento ou desligamento entre os membros da família, falta de senso de pertencimento e continuidade, rigidez, dificuldades na comunicação, habilidades de resolução de conflitos pouco desenvolvidas e violência doméstica.

Neste artigo, enfocamos os recursos e riscos familiares diante da COVID-19. Com esse intuito, apresentamos uma revisão narrativa de estudos nacionais e internacionais, em que abordamos (a)

conjugalidade, (b) coparentalidade, (c) parentalidade e (d) implicações para a prática da terapia de casal e família nesse contexto.

Conjugalidade

A pandemia de COVID-19 tem apresentado aos casais uma série de desafios, que os colocam em uma situação de maior vulnerabilidade. Nesse contexto, aumenta o risco de dificuldades na comunicação, na coesão e no compromisso com a relação (Stanley & Markman, 2020). Os estressores que se sobrepõem em um contexto como o enfrentado pelos casais na pandemia da COVID-19 predis põem os membros do casal a um aumento dos desentendimentos e conflitos, intensificando a possibilidade de entrarem em escalada frente a qualquer desentendimento. A perda de acesso a atividades importantes que enriqueciam o convívio a dois também pode prejudicar a intimidade e o sentimento de conexão (Stanley & Markman, 2020). Aumenta também o risco de violência doméstica, dado o maior tempo de convivência entre os cônjuges, a redução nas oportunidades de pedir ajuda e o aumento no uso de álcool ou outras drogas (Stanley & Markman, 2020; Vieira, Garcia, & Maciel, 2020).

No entanto, segundo estudos preliminares acerca do impacto da COVID-19 sobre a conjugalidade, a maior parte dos casais não identificou mudanças ou relatou mudanças positivas na dinâmica da sua relação nos primeiros meses da pandemia (Stanley & Markman, 2020). Para compreender por que alguns casais experienciam prejuízos no relacionamento enquanto outros não identificam mudanças ou até percebem melhorias, é necessário considerar os recursos e os riscos desses casais, ou seja, os processos que poderão ajudar ou dificultar o manejo desses estressores.

Os cuidados com a saúde mental de cada um dos cônjuges representam um importante processo a ser considerado no contexto da pandemia, dados os elevados percentuais de pessoas que relataram se sentir ansiosas ou deprimidas nesse período (FIOCRUZ, 2020a). Considerando um dos princípios básicos sistêmicos, o que acontece em cada uma das partes afeta o todo, ao mesmo tempo em que o que acontece no todo influencia as partes (Minuchin, Colapinto, & Minuchin, 1999). Portanto, quadros como depressão, ansiedade e determinados transtornos de personalidade contribuem para que os cônjuges interpretem negativamente as manifestações um do outro, o que pode levá-los a se sentirem rejeitados e a exibirem comportamentos de distanciamento ou agressividade, originando prejuízos à dinâmica conjugal (Schreiber et al., 2020). Esse quadro pode contribuir, ainda, para uma reação em cadeia, pois a escalada dos conflitos conjugais tende a agravar os níveis de sofrimento psicológico e os sintomas apresentados. Por outro lado, bons níveis de individuação e uma adequada capacidade de regulação emocional tendem a atuar como recursos que podem ajudar o casal a lidar com as dificuldades (Patterson, 2020; Stanley & Markman, 2020).

Os valores que os casais aprendem em meio à sua família e sua cultura são outro fator que tende a influenciar os impactos que a COVID-19 exercerá na relação de cada casal. Alguns desses valores se referem ao lugar de homens e mulheres na família e no casal. Valores de gênero tradicionais, em que há uma adesão rígida a princípios tais como o de que cabe à mulher o cuidado com a casa e com a família e ao homem o papel de prover o lar e de autoridade, tendem a prejudicar a flexibilidade do

casal, além de dificultar a sua intimidade e comunicação, representando um risco. Valores tradicionais de gênero contribuem para uma divisão de tarefas domésticas que sobrecarrega as mulheres, por exemplo (Vieira et al., 2020). Em nosso país, as mulheres tradicionalmente investem o dobro de tempo, em comparação aos homens, nas tarefas domésticas e de cuidado (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2019). Segundo estudo da FIOCRUZ (2020a), 55,7% dos homens e 67,0% das mulheres relataram aumento das atividades domésticas durante a pandemia, sendo que 26,0% delas referiram que esse aumento se deu de forma intensa. Por outro lado, valores igualitários de gênero tendem a ser considerados como processos protetivos. Estudo nacional sugeriu uma maior participação masculina nas atividades domésticas durante a pandemia, em um contexto em que essas atividades se apresentaram como uma forma de ocupação e ressignificação para esses homens (Souza et al., 2020). Portanto, a pandemia pode representar uma oportunidade para que valores tradicionais de gênero sejam questionados, desde que haja flexibilidade para isso.

A forte adesão a crenças e papéis de gênero tradicionais também contribui para a violência doméstica, que tem aumentado durante a pandemia (Diniz & Alves, 2014; Vieira et al., 2020). Em uma pesquisa de levantamento nacional, 6,7% dos participantes relataram que o primeiro episódio de violência doméstica em suas relações aconteceu durante a pandemia e 8,7% relataram que as agressões se intensificaram nesse período (CRISP, Olhar, & Netquest, 2020). Esse estudo também sugeriu a relação entre violência doméstica e dificuldades socioeconômicas. Análises de regressão demonstraram que perder o emprego ou ter a renda reduzida explicaram 55% do fato de sofrer agressão pela primeira vez. A redução da renda também explicou 66% do fato de as agressões terem se intensificado durante a pandemia. Em nossa sociedade, a socialização masculina se fundamenta na violência e na capacidade de prover o sustento do lar (Diniz & Alves, 2014; Zanello, 2018). Portanto, ao perderem o papel de provedor, esses homens se voltaram ao outro eixo de sua socialização, como forma de afirmarem sua identidade e masculinidade: a violência.

É necessário, ainda, atentar às dinâmicas pré-existentes no casal. Por se tratar de um período que demanda ajustes e reorganizações, casais que, em sua história, apresentaram padrões mais flexíveis de relacionamento tendem a ter maiores chances de responder satisfatoriamente (Patterson, 2020). É possível supor que, casais que tinham dificuldade em manejar a intimidade e em que os cônjuges se mostravam emaranhados ou desligados antes da pandemia encontrem-se em maior risco, pois se trata de um momento em que a dinâmica proximidade *versus* distanciamento é colocada à prova (Patterson, 2020). Por outro lado, temos a intimidade, descrita como “a experiência de afirmação pessoal e relacional oriunda de interações que demonstram conhecimento recíproco e validação entre os parceiros”, que pode surgir como um recurso favorecedor da conjugalidade (Rampage, 2005, p. 201). Está relacionada ao sentimento de proximidade, de que os parceiros estão conectados no que se refere a atividades, atitudes e sentimentos. Diante de eventos extremos, a intimidade reforça o sentimento de que não se está sozinho para enfrentar os desafios (Walsh, 2005). A pandemia pode ser considerada como uma oportunidade para que os casais fortaleçam sua intimidade e proximidade. Estudos têm demonstrado que eventos extremos podem motivar os cônjuges a investirem naqueles relacionamentos que lhe são importantes, ressaltando seu compromisso (Stanley & Markman, 2020).

A intimidade é favorecida pelos processos de comunicação. Isto é, comunicação clara, estratégias

construtivas de resolução de conflitos e habilidades de resolução de problemas são recursos que podem preservar a qualidade da relação conjugal diante da COVID-19 (Prime et al., 2020). Os casais devem ser incentivados a falar abertamente sobre as mudanças que estão sendo vivenciadas nesse período, a divisão de tarefas, o manejo do dinheiro e as expectativas de cada um (Stanley & Markman, 2020). Devem ser estimuladas, ainda, estratégias que evitem a escalada do conflito, como, por exemplo, o estabelecimento de momentos específicos para discutir temas que sejam difíceis para o casal, de forma a evitar que essas discussões surjam a qualquer momento, prejudicando seus espaços de lazer e intimidade. Também se recomenda a estratégia do *time-out*, segundo a qual os parceiros acordam que interromperão a discussão se sentirem que ela está prestes a escalar.

Ainda no que se refere à comunicação, demonstrou-se que a responsividade do parceiro, ou seja, a escuta atenta e a manifestação de interesse em relação ao que o outro sente ou tem a dizer, protegeu o relacionamento diante das dificuldades econômicas relacionadas à COVID-19 (Stanley & Markman, 2020). A presença de responsividade no relacionamento contribui para a segurança emocional e para a intimidade do casal, constituindo um processo protetivo.

Também se mostra relevante a forma como a família lidou com os demais estressores com que se deparou em sua história, o que pode favorecer ou dificultar o manejo de novos desafios (Patterson, 2002). Famílias que sentem que foram capazes de lidar com as dificuldades que enfrentaram ao longo de sua história tendem a se mostrar mais seguras para enfrentar novos desafios.

Flexibilidade, intimidade, valores de igualdade entre os gêneros, crenças de competência familiar e uma comunicação aberta, clara e empática, dentre outros fatores, podem contribuir para que o casal, ao se deparar com desafios como os trazidos pela COVID-19, possa encontrar novas formas de se relacionar, descobrindo novos gostos, qualidades e fontes de satisfação em si, no parceiro e na relação. Esses processos atuam de forma conjunta e dinâmica e os terapeutas devem estar atentos à forma como interagem diante da realidade particular de cada casal, buscando potencializar os recursos do casal e minimizar os riscos.

Coparentalidade

Considerando a noção do sistema familiar como um todo interdependente, em que os subsistemas se relacionam e se influenciam reciprocamente (Minuchin et al., 1999), repercussões sobre a coparentalidade no contexto da pandemia de COVID-19 também são esperadas. Em famílias nucleares, a coparentalidade consiste na dinâmica relacional da tríade mãe-pai-filho (Feinberg, 2003), podendo assumir outras configurações face à diversidade das famílias. A COVID-19 trouxe desafios adicionais à coparentalidade, visto que as figuras parentais precisaram redefinir a rotina familiar, o que implicou o estabelecimento de novos acordos sobre a divisão de cuidados dos filhos e de tarefas domésticas (Prime et al., 2020).

Além disso, também emergiram temas e situações que anteriormente à pandemia não existiam ou não eram considerados problemáticos, demandando realinhamentos. Nesse sentido, destacam-se a delimitação e o compartilhamento de espaços no domicílio, dada a necessidade de os membros da família permanecerem em casa por períodos prolongados e realizarem diferentes atividades nesse

ambiente, bem como sobre os momentos de lazer e interações de crianças ou adolescentes com seus pares ou outros familiares, tais como avós, considerando a necessidade de seguir o distanciamento social (Prime et al., 2020). Muitos pais ou cuidadores que, no período pré-pandemia, haviam estabelecido acordos mais restritivos quanto à exposição de crianças e adolescentes às telas (p. ex., celulares e computadores) precisaram renegociá-los, pois esses dispositivos se tornaram um dos recursos mais importantes – quando não os únicos – para manter as conexões afetivas e sociais de seus filhos com o ambiente extrafamiliar (FIOCRUZ, 2020b). Em conjunto, esses aspectos podem ter exacerbado conflitos preexistentes ou mesmo gerado novos conflitos nas relações familiares (Lebow, 2020a).

As repercussões do distanciamento social podem ser ainda mais desafiadoras para as famílias em que a guarda dos filhos é compartilhada, o que consiste em um estressor que se sobrepõe a outros já experienciados nos arranjos de divórcio e recasamento. Nessa direção, evidências empíricas sugerem que, embora o divórcio não represente necessariamente um risco para o desenvolvimento dos membros da família, a adição de outros estressores – como a pandemia de COVID-19 – tende a potencializar seus efeitos negativos sobre os indivíduos e as relações familiares (Lebow, 2020b).

Aspectos que anteriormente poderiam estar bem resolvidos entre os pais ou cuidadores divorciados, tais como o período em que os filhos permaneceriam junto a cada um deles ou mesmo o compartilhamento de responsabilidades financeiras, precisaram ser redefinidos, com frequência. Nesse contexto, é possível citar casos em que os pais ou cuidadores experienciavam maior exposição ao contágio por conta da sua profissão, faziam parte de grupos de risco para complicações em decorrência da doença ou mesmo residiam com pessoas nessa condição (p. ex., avós) (Ordem dos Psicólogos, 2020). Se os pais ou cuidadores estavam residindo em cidades diferentes, o contato face a face dos filhos com um deles pode ter sido prejudicado, diante do risco de contágio e das restrições para viagens, decorrentes das medidas sanitárias adotadas para conter a rápida disseminação da COVID-19 (Lebow, 2020b). É importante salientar também os desafios vivenciados pelas famílias recasadas, em que a mãe e/ou o pai constituíram novos relacionamentos, residindo junto a filhos e enteados, cenário que pode aumentar o risco de contágio para múltiplas famílias (Smyth, Moloney, Brady, Harman, & Esler, 2020). Adicionalmente, quando há perda de emprego ou renda, a manutenção do padrão de vida e a subsistência familiar podem ser prejudicadas, o que vulnerabiliza os membros da família e requer renegociações entre os pais ou cuidadores divorciados (Lebow, 2020b).

Em linhas gerais, quando o processo de divórcio foi difícil ou a relação coparental se mostra frágil, os pais ou cuidadores costumam experienciar dificuldades para lidar com pontos de vista diferentes, fazer concessões e chegar a decisões cooperativamente (Lebow, 2020b). Nessa direção, houve um aumento nas demandas judiciais relativas à guarda dos filhos no contexto da pandemia de COVID-19 (Smyth et al., 2020), visto que dificilmente as especificidades desse evento extremo e imprevisível haviam sido contempladas nos acordos realizados até então (Ordem dos Psicólogos, 2020). Em alguns casos, um ou ambos os pais ou cuidadores podem prejudicar a interação do outro com os filhos, utilizando como pretexto essa grave emergência de saúde pública (Smyth et al., 2020). Tendo em vista que renegociar exige um grau de flexibilidade nem sempre apresentado pelos pais ou cuidadores, problemas desencadeados ou asseverados nesse cenário podem representar um risco para o

desenvolvimento individual e familiar, sobretudo em arranjos de divórcio e recasamento (Lebow, 2020b).

No que diz respeito a crianças e adolescentes, em particular, os desentendimentos entre as figuras parentais tendem a prejudicar o ajustamento às restrições do período (Ordem dos Psicólogos, 2020), associando-se a reações comportamentais e emocionais desadaptativas na infância e na adolescência (Smyth et al., 2020). É possível que esses desfechos sejam observados especialmente quando os pais ou cuidadores utilizam estratégias destrutivas para lidar com conflitos (Bolze, Schmidt, Böing, & Crepaldi, 2017; Feinberg, 2003). Nessa direção, há de se considerar que conflitos ocorrem em todas as relações interpessoais (Bolze et al., 2017), podendo ser intensificados em pandemias, como a COVID-19 (FIOCRUZ, 2020b). Entretanto, para além da ocorrência, o que parece determinar as repercussões dos conflitos sobre a saúde mental e o bem-estar dos membros da família diz respeito às estratégias utilizadas para resolvê-los (Bolze et al., 2017; Feinberg, 2003).

Em linhas gerais, estratégias positivas ou construtivas de resolução de conflitos parentais e coparentais incluem comunicação aberta, com explicitação e escuta de diferentes pontos de vista, expressões de validação e afeto, bem como estabelecimento de acordos de forma cooperativa e flexível (Bolze et al., 2017; Feinberg, 2003; Schmidt, Staudt, & Wagner, 2016). Tais estratégias tendem a se associar a desfechos mais adaptativos tanto para os filhos quanto para os pais ou cuidadores, constituindo-se como um fator de proteção ao desenvolvimento individual e familiar. Vale salientar que, quando os pais ou cuidadores adotam estratégias construtivas de resolução de conflitos, seus filhos têm a oportunidade de observar e aprender a resolver problemas de modo respeitoso e colaborativo. Isso favorece as interações sociais e o senso de segurança de crianças e adolescentes, o que se mostra particularmente importante no contexto da pandemia de COVID-19.

Parentalidade

A pandemia de COVID-19 pode afetar também a parentalidade, ou seja, a relação diádica mãe-filho e pai-filho. Nesse sentido, além do aumento nos níveis de depressão e ansiedade entre adultos durante a pandemia (FIOCRUZ, 2020a), conforme referido anteriormente, reações comportamentais e emocionais têm sido apresentadas também por crianças e adolescentes. Isso inclui manifestações de irritabilidade, dificuldades de concentração, maior dependência dos pais ou cuidadores, bem como mudanças no padrão de sono e alimentação (FIOCRUZ, 2020b; Smyth et al., 2020). Crianças menores, em particular, tendem a manifestar mais medo, ao passo que crianças maiores e adolescentes podem passar a questionar persistentemente sobre a doença (Jiao et al., 2020).

Para pais ou cuidadores que seguem exercendo suas atividades laborais, a sobrecarga de demandas familiares e profissionais tende a gerar estresse, o que se associa a uma menor capacidade de tolerância para lidar com as reações comportamentais e emocionais dos filhos (Coyne et al., 2020). Adicionalmente, quando a jornada de trabalho ocorre fora do domicílio (i.e., nos casos em que não é possível realizar teletrabalho), o medo de ser infectado e transmitir o vírus pode fazer com que pais ou cuidadores evitem o contato físico mais próximo com seus filhos, repercutindo na forma como eles interagem (Bayham & Fenichel, 2020; Coyne et al., 2020).

A relação diádica mãe-filho ou pai-filho também tende a ser afetada nas famílias em que houve perda do emprego ou redução da renda, em função das preocupações com restrições financeiras ou, efetivamente, das dificuldades para subsistência (p. ex., aquisição de alimentos, itens de higiene pessoal e medicamentos) (Brooks et al., 2020). Vulnerabilidades socioeconômicas aumentam o risco de práticas parentais negativas, incluindo hostilidade, coerção e agressão (Prime et al., 2020). Assim, um maior nível de estresse parental associado a um maior nível de irritabilidade em crianças e adolescentes pode favorecer a emergência ou a intensificação de conflitos entre pais ou cuidadores e seus filhos, gerando um ciclo que se retroalimenta (Marques, Moraes, Hasselmann, Deslandes, & Reichenheim, 2020).

A parentalidade em lares chefiados por mulheres também se apresenta como tema sensível durante a pandemia. Segundo dados do último censo (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada [IPEA], 2015), são 35 milhões de lares chefiados por mulheres, no Brasil. O cenário de sobrecarga das mães, nesses casos, já era uma constatação, mas foi agravado durante o distanciamento social, pelo acréscimo de vários estressores: falta de auxílio de pessoas envolvidas com a educação dos filhos (avós, creches, cuidadores, escola, vizinhos e pessoas da família); necessidade de manutenção do trabalho, presencial ou remoto, com extrema preocupação com a possibilidade de demissão e perda da única fonte de renda; divisão de tempo entre trabalho, tarefas domésticas e acompanhamento pedagógico dos filhos em idade escolar, dentre outros afazeres avolumados pela situação de crise. No caso das populações vulneráveis, o estresse ainda é acrescido pelas dificuldades em obter o auxílio do governo, com burocracias e acessos negados.

De acordo com Insfran e Muniz (2020), a desigualdade de gênero e a divisão sexual do trabalho têm sido constatadas na maior crise sanitária dos últimos tempos. A tripla jornada das mães solo, que incluía trabalho, criação de filhos e tarefas domésticas, passou a contar com um temor adicional de se contagiar com o vírus e enfrentar uma internação hospitalar ou mesmo vir a óbito, sem ter a quem delegar as funções da maternidade. Em todas essas situações, observam-se riscos pronunciados à saúde mental das mães que chefiam famílias, pois quadros de ansiedade e depressão, que poderiam ser vistos como circunstanciais ao momento de incertezas, são cronificados pela frequência e intensidade dos sintomas. Segundo boletim da Organização Pan-Americana da Saúde ([OPAS] 2020), as mulheres representam um grupo que corre particular risco de agravos à saúde mental, em virtude dos malabarismos que agregam educação em casa, tarefas domésticas e atividades laborais.

Se de um lado está a parentalidade, exercida por mães solo ou por pais em diferentes arranjos, do outro lado estão crianças e adolescentes, que também não deixam de sentir e expressar os impactos de todas essas condições adversas. Segundo Linhares e Enumo (2020), eles podem ser mais afetados no âmbito do desenvolvimento psicológico por serem uma população vulnerável. O contexto pandêmico afeta os relacionamentos, uma vez que o distanciamento social e o perigo de contágio dificultam as interações presenciais; afeta também o senso de competência e de autonomia, em virtude das dificuldades para tomada de decisões diante das incertezas. Se essas necessidades psicológicas básicas sofrem impactos inquestionáveis, os desfechos, adaptativos ou não, dependerão muito do enfrentamento. Crianças e adolescentes estão com suas funções autorregulatórias em desenvolvimento, então é importante que os adultos que interagem com eles durante esse período de

confinamento estabeleçam atividades que possam auxiliá-los nesse investimento nas funções executivas.

Implicações para a prática da terapia de casal e família

Quando as famílias enfrentam eventos extremos, a exemplo da pandemia de COVID-19, a coesão familiar e a qualidade do cuidado e da proteção favorecem a adaptação dos membros às restrições do período (Prime et al., 2020). Contudo, face ao cenário de estresse e incertezas, algumas famílias podem precisar de apoio para lidar com as dificuldades relacionais, fortalecer os processos protetivos e manejar os riscos (Coyne et al., 2020).

Nesse contexto, destaca-se a importância da atuação de terapeutas de família e casal. Esses profissionais também têm lidado com desafios em sua prática durante a pandemia, sobretudo em função da necessidade de rápida transição de atendimentos face a face para aqueles na modalidade remota (Lebow, 2020a). Assim, embora haja um crescente corpo de evidências empíricas que apoiem a efetividade da terapia online, o trabalho dos terapeutas de família e casal vinha sendo realizado majoritariamente por meio de atendimentos presenciais (Pickens, Morris, & Johnson, 2020). É possível que terapeutas de família e casal não se sintam suficientemente preparados para a prática da terapia online, dadas as fragilidades na formação para essa modalidade de intervenção (Pickens et al., 2020; Wrape & McGinn, 2018). Isso inclui dúvidas sobre aspectos éticos e técnicos, tais como garantir a confidencialidade e a privacidade, contraindicações, estratégias para envolver diferentes membros da família na videoconferência e lidar com distrações no local onde a sessão é realizada (p. ex., domicílio familiar) (Lebow, 2020a; Wrape & McGinn, 2018).

Em primeiro lugar, há de se considerar a infraestrutura para realização dos atendimentos remotos. Deve-se assegurar a qualidade e a segurança da rede de internet, do software (p. ex., Skype, Zoom) e dos equipamentos utilizados (p. ex., computador, celular), tanto pelo terapeuta quanto pelos clientes (Caldwell, Bischoff, Derigg-Palumbo, & Liebert, 2017). É importante sensibilizar a família ou o casal para os potenciais riscos e benefícios da terapia online, bem como para o fato de que eles são os principais responsáveis por proteger sua privacidade no local onde a sessão for realizada (Wrape & McGinn, 2018).

As contraindicações para a terapia online são praticamente as mesmas da modalidade presencial (p. ex., abuso de substâncias não tratado, alto risco de suicídio, violência por parceiro íntimo) (Borcsa & Pomini, 2018). Para avaliar a segurança e a viabilidade da terapia online, bem como para planejar o tratamento, destaca-se a importância de entrevistar individualmente cada membro da família ou do casal. Nessa entrevista inicial, é possível solicitar a utilização de fones de ouvido, de forma a viabilizar perguntas sobre temas sensíveis, com respostas “sim” e “não”. Esse procedimento, que assegura a confidencialidade caso alguma outra pessoa esteja escutando a conversa, deve ser adotado com todos os membros da família ou do casal, visando à garantia da equidade (Wrape & McGinn, 2018).

É importante que o terapeuta e os clientes discutam e definam colaborativamente os melhores horários para realização da sessão, o cômodo mais apropriado da casa, os cuidados alternativos para os filhos enquanto ocorre o atendimento (no caso de terapia de casal), bem como a política de

pagamento diante de eventuais falhas tecnológicas que impossibilitem o atendimento. Durante as sessões, os membros da família podem estar no mesmo ambiente ou não, em uma ou mais telas (Borcsa & Pomini, 2018). Caso a família utilize uma única tela, recomenda-se o posicionamento em círculo ou semicírculo (e não em linha reta), pois isso possibilita que os membros se comuniquem de modo mais efetivo (Matheson, Bohon, & Lock, 2020). Considerando que a compreensão da comunicação não-verbal pode ser prejudicada nos atendimentos remotos, sugere-se que o terapeuta direcione perguntas específicas a cada membro da família ou do casal, mencionando seus nomes, o que pode favorecer o engajamento de todos na videoconferência (Wrape & McGinn, 2018).

No que diz respeito às estratégias que podem ser adotadas por terapeutas de casal e família no contexto da COVID-19, selecionamos aquelas que podem favorecer os recursos familiares e manejar os riscos. Na Tabela 1, são apresentadas orientações para o fortalecimento dos recursos familiares.

Tabela 1

Orientações a terapeutas de casal e família para o fortalecimento dos recursos familiares

Recursos	Recomendações terapêuticas
Modelos Organizacionais	
- Sentimento de proximidade, confiança e apoio entre os membros da família	- Atenção a como as questões de saúde mental de cada membro da família retroalimentam ou são retroalimentadas pelos conflitos familiares.
- Individuação de cada membro da família (em particular adolescentes, adultos e idosos)	- Genograma: Compreensão dos padrões relacionais e dos valores aprendidos na família de origem.
- Flexibilidade dos padrões relacionais	- Mapa de Redes: Compreensão dos recursos sociais com que os membros da família podem contar em momentos de adversidade.
- Intimidade	- Encorajamento às interações com pais ou cuidadores que estejam distantes, membros da família ampliada ou da rede socioafetiva, por meio de telefonemas, cartas, mensagens de áudio e vídeo, ou desenhos, no caso de crianças.
- Divisão de tarefas que atenda às necessidades e às habilidades de cada cônjuge, bem como dos pais ou cuidadores no contexto do divórcio	- Encorajamento à criação de espaços individuais para cada membro da família (p. ex., permanecer sozinho por algum tempo em um determinado cômodo, se possível), o que pode reduzir o estresse decorrente da convivência por períodos prolongados no domicílio, junto a outros familiares.
- Dinâmicas familiares não violentas	- Incentivo à integração das crianças e dos idosos nas questões familiares. Valorizar suas habilidades e quaisquer outros saberes que qualifiquem suas competências.
- Manutenção da conexão com a rede socioafetiva, mesmo durante o distanciamento social	- Avaliação cuidadosa de possíveis violências e atenção para os encaminhamentos voltados às medidas protetivas.

Sistemas de Crenças

- Criação de sentido para as adversidades enfrentadas na pandemia
- Sentimento de que a família é capaz de superar as dificuldades
- Esperança
- Estabelecimento de conversações entre os membros da família, com o compartilhamento de pensamentos e a validação de sentimentos acerca desse período.
- Linha da vida: Compreensão dos desafios já superados pela família, dos significados atribuídos e das estratégias empregadas.
- Uso de técnicas narrativas: Externalização do problema e Reautoria.
- Encorajar a expressão dos recursos referentes à espiritualidade e acolher a forma como as famílias significam rituais religiosos de acordo com sua crença.

Processos Comunicacionais

- Processos de regulação emocional de todos os membros da família
- Comunicação aberta e clara, com ampla expressão de sentimentos e ideias
- Empatia e validação das ideias e sentimentos uns dos outros
- Estabelecimento de acordos de forma cooperativa e flexível, bem como de rotinas e regras claras, que tenham significado para todos
- Estratégias construtivas de resolução de conflitos
- Práticas parentais positivas
- Habilidades de resolução de problemas
- Discussão sobre as crenças referentes aos papéis de gênero apresentados por cada um dos membros da família e que possam dificultar a comunicação entre eles.
- Sensibilização dos pais ou cuidadores para a utilização de estratégias construtivas de resolução de conflitos, bem como de práticas parentais positivas.
- Uso de técnicas de role-playing que permitam o treino de estratégias e habilidades.

Fontes: (Bolze et al., 2017; Coyne et al., 2020; Feinberg, 2003; FIOCRUZ, 2020b; Lebow, 2020b; Parenting for Lifelong Healthy, 2020; Patterson, 2002; Patterson, 2020; Prime et al., 2020; Stanley & Markman, 2020; Walsh, 1995)

Considerações finais

A pandemia da COVID-19 trouxe inúmeros desafios para os terapeutas de família e de casal, tanto na forma de atuação como no conteúdo. Por um lado, nunca houve tanta empatia quanto às questões emocionais apresentadas pelas famílias e pelos casais atendidos. Até então, eles procuravam atendimento por demandas próprias e nos colocavam em um suposto papel de auxílio. Neste momento pandêmico, estamos submetidos às mesmas condições e enfrentamos juntos as dificuldades e os temores relacionados ao contágio e ao distanciamento social. A urgência, que era do outro, agora é

também nossa. Com certeza, isso nos aproxima de forma mais sensível às experiências e ao sofrimento dos nossos pacientes. A migração para o atendimento psicológico online requer novas posturas e arranjos, que vêm sendo coconstruídos por pacientes e terapeutas, em um processo que demanda da família maior participação e protagonismo. Agora, é a própria família que provê o setting e as condições para que o atendimento seja viabilizado. Entretanto, observa-se que o vínculo não fica impedido ou dificultado por isso, muito pelo contrário. Como somos especialistas no processo e os pacientes, no conteúdo, a troca vem mostrando novas potencialidades da intervenção clínica.

Embora pareça insensível falar em oportunidades diante de um contexto com tantas perdas, devemos pensar em formas de otimizar recursos que, diante de tantos desafios, podem contribuir para a qualidade das relações familiares e para a saúde de seus membros (Rivett, 2020). Embora possam ser sentidas como paralisantes, a ansiedade e o desamparo frente ao desconhecido apresentados pelas famílias e pelos casais mostram-se de acordo com as circunstâncias vividas. Ao acolhê-las, podemos coconstruir novas formas de olhar para esses fenômenos. Por isso, abordamos diferentes configurações e cenários psicossociais nos quais entendemos que as famílias e os casais se encontram nessa conjuntura e sugerimos, à luz dos pressupostos da resiliência familiar, como ativar estratégias terapêuticas no âmbito das crenças, dos padrões organizacionais e da comunicação. Tal perspectiva teórica é uma lente de aumento para as potencialidades de fortalecimento de vínculos e reconhecimento de recursos já presentes nas famílias. A experiência clínica tem comprovado que as crises são momentos de perigo ou de oportunidades, sendo assim, olhar para os recursos das famílias tornou-se fundamental nas intervenções em tempos de pandemia. Não sabemos por quanto tempo enfrentaremos o coronavírus, mas pensar em ações propositivas e emancipadoras pode transformar a visão de um problema em um recurso, e assim permitir que seja um período também de descobertas e aprendizados.

Referências

- Batista, A., Antunes, B., Faveret, G., Peres, I., Marchesi, J., Cunha, J. P., ... Bozza, F. (2020, 27 de maio). *Análise socioeconômica da taxa de letalidade da COVID-19 no Brasil* (Nota técnica). Núcleo de Operações e Inteligência em Saúde, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. Recuperado de <https://sites.google.com/view/nois-pucrio/publica%C3%A7%C3%B5es>
- Bayham, J., & Fenichel, E. P. (2020). Impact of school closures for COVID-19 on the US health-care workforce and net mortality: A modelling study. *The Lancet Public Health*, 5(5), e271-e278. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(20\)30082-7](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(20)30082-7)
- Bolze, S. D. A., Schmidt, B., Böing, E., & Crepaldi, M. A. (2017). Marital and parental conflicts in families with children: Characteristics and resolution strategies. *Paidéia*, 27(1), 457-465. <https://doi.org/10.1590/1982-432727s1201711>
- Borcsa, M., & Pomini, V. (2018). Couple and family therapy in the digital era. In J. Lebow, A. Chambers, & D. Breunlin (Eds.), *Encyclopedia of Couple and Family Therapy* (pp. 1-9). Cham: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-15877-8_1069-1

- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Caldwell, B. E., Bischoff, R. J., Derigg-Palumbo, K. A., & Liebert, J. D. (2017). *Best practices in the online practice of couple and family therapy* (Report of the online therapy workgroup). Alexandria: American Association for Marriage and Family Therapy. Recuperado de https://www.aamft.org/online_education/online_therapy_guidelines_2.aspx
- Coyne, L. W., Gould, E. R., Grimaldi, M., Wilson, K. G., Baffuto, G., & Biglan, A. (2020). First things first: Parent psychological flexibility and self-compassion during COVID-19 [Ahead of print]. *Behavior Analysis in Practice*. <https://doi.org/10.1007/s40617-020-00435-w>
- CRISP, Olhar, & Netquest. (2020, 8 de maio). *Violência doméstica pode ter aumentado com o isolamento social*. Belo Horizonte: Universidade Federal de Minas Gerais. Recuperado de <https://ufmg.br/comunicacao/noticias/violencia-domestica-pode-ter-aumentado-no-brasil-aponta-pesquisa-com-participacao-da-ufmg>
- Diniz, G. R. S., & Alves, C. O. (2014). Gênero, conjugalidades e violência: Uma proposta de intervenção sistêmica-feminista. In C. Stevens, S. R. Oliveira, & V. Zanello (Eds.), *Estudos feministas e de gênero: Articulações e perspectivas* (pp. 161-175). Ilha de Santa Catarina: Mulheres. Recuperado de https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/16349/1/LIVRO_EstudosFeministasedeGeneroArticula%20c3%a7%c3%b5es.pdf
- Feinberg, M. E. (2003). The internal structure and ecological context of coparenting: A framework for research and intervention. *Parenting: Science and Practice*, 3, 95-131. https://doi.org/10.1207/S15327922PAR0302_01
- Ferrante, L., & Fearnside, P. M. (2020). Protect Brazil's indigenous peoples from COVID-19 (Letter). *Science*, 368(6488), 251-251. <https://doi.org/10.1126/science.abc0073>
- Fundação Oswaldo Cruz. (2020a, 8 de maio). *ConVid pesquisa de comportamentos*. Recuperado de <https://convid.fiocruz.br/index.php?pag=principal>
- Fundação Oswaldo Cruz. (2020b). *Crianças na pandemia COVID-19* (Cartilha da série Saúde Mental e Atenção Psicossocial na COVID-19). Recuperado de https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/05/crianc%cc%a7as_pandemia.pdf
- Hecksher, M. (2020). Mercado de trabalho: A queda da segunda quinzena de março, aprofundada em abril. *IPEA - Carta de Conjuntura*, 47(2º Trimestre de 2020). Recuperado de https://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/conjuntura/200619_cc47_nt.pdf
- Henry, C. S., Morris, A. S., & Harrist, A. W. (2015). Family resilience: Moving into the third wave. *Family Relations*, 64, 22-43. <https://doi.org/10.1111/fare.12106>
- Insfran, F., & Muniz, A. G. (2020). Maternagem e Covid-19: desigualdade de gênero sendo reafirmada na pandemia. *Diversitates International Journal*, 12(2), 26-47. Recuperado de <http://diversitates.uff.br/index.php/1diversitates-uff1/article/view/314/193>
- InLoco. (2020, 21 de julho). *Mapa brasileiro da COVID-19*. Recuperado de <https://mapabrasileirodacovid.inloco.com.br/pt/>

- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2019). *Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua - PNAD Contínua (Características gerais dos domicílios e moradores)*. Brasília: IBGE. Recuperado de <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/trabalho/17270-pnad-continua.html?edicao=27258&t=sobre>
- Instituto de Pesquisas Econômicas Aplicadas. (2015). *Retratos das desigualdades de gênero e raça*. Recuperado de https://www.ipea.gov.br/retrato/indicadores_chefia_familia.html
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E. (2020). Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 Epidemic. *The Journal of Pediatrics*, 221, 264-266. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>
- Lebow, J. L. (2020a). Family in the age of COVID-19. *Family Process*, 59(2), 309-312. <https://doi.org/10.1111/famp.12543>
- Lebow, J. L. (2020b). The challenges of COVID-19 for divorcing and post-divorce families [Ahead of print]. *Family Process*. <https://doi.org/10.1111/famp.12574>
- Linhares, M. B. M., & Enumo, S. R. F. (2020). Reflexões baseadas na Psicologia sobre efeitos da pandemia COVID-19 no desenvolvimento infantil. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200089. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200089>
- Marques, E. S., Moraes, C. L., Hasselmann, M. H., Deslandes, S. F., Reichenheim, M. E. (2020). A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4), e00074420. <https://doi.org/10.1590/0102-311x00074420>
- Matheson, B. E., Bohon, C., & Lock, J. (2020). Family-based treatment via videoconference: Clinical recommendations for treatment providers during COVID-19 and beyond. *International Journal of Eating Disorders*, 53, 1142-1154. <https://doi.org/10.1002/eat.23326>
- Minuchin, P., Colapinto, J., & Minuchin, S. (1999). *Trabalhando com famílias pobres*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Moreira, A. (2020). Heterogeneidade do impacto econômico da pandemia. *IPEA - Carta de Conjuntura*, 47(2º Trimestre de 2020). Recuperado de https://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/conjuntura/200504_cc47_nt%20crise_final.pdf
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2020, 14 de maio). *ONU destaca necessidade urgente de aumentar investimentos em serviços de saúde mental durante a pandemia de COVID-19*. Washington: Author. Recuperado de https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6170:onu-destaca-necessidade-urgente-de-aumentar-investimentos-em-servicos-de-saude-mental-durante-a-pandemia-de-covid-19&Itemid=839
- Ordem dos Psicólogos. (2020). *COVID-19: Recomendações para pais divorciados ou separados (Documento de apoio)*. Recuperado de https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/covid_19_pais_divorciados_separados.pdf
- Parenting for Lifelong Healthy. (2020). *COVID-19 24/7 parenting: Proven tips and activities for all ages*. Oxford: Author. Recuperado de <http://www.covid19parenting.com/home-1>
- Patterson, J. M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and*

- Family*, 64, 349-360. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00349.x>
- Patterson, T. (2020, 5 de maio). *Couples experiencing an unknown world: Enmeshment, disengagement and systemic balance*. Society for Couple and Family Psychology. Recuperado de <https://www.apadivisions.org/division-43/publications/blog/practice/couples-covid-19>
- Pickens, J. C., Morris, N., & Johnson, D. J. (2020). The digital divide: Couple and family therapy programs' integration of teletherapy training and education. *Journal of Marital and Family Therapy*, 46(2), 186-200. <https://doi.org/10.1111/jmft.12417>
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic [Ahead of print]. *American Psychologist*. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Rampage, C. (2005). Gendered constraints to intimacy in heterosexual couples. In L. B. Silverstein & T. J. Goodrich (Eds.), *Feminist family therapy: Empowerment in social context* (pp. 199-210). Washington: American Psychological Association.
- Rivett, M. J. (2020). Relational lockdown and relational trauma in the time of Coronavirus: A reflection from a UK therapist [Ahead of print]. *Family Process*. <https://doi.org/10.1111/famp.12571>
- Schmidt, B., Staudt, A. C. P., & Wagner, A. (2016). Intervenções para promoção de práticas parentais positivas: Uma revisão integrativa. *Contextos Clínicos*, 9(1), 2-18. <http://dx.doi.org/10.4013/ctc.2016.91.01>
- Schreiber, A. M., Wright, A. G. C., Beeney, J. E., Stepp, S. D., Scott, L. N., Pilkonis, P. A., & Hallquist, M. N. (2020). Disrupted physiological coregulation during a conflict predicts short-term discord and long-term relationship dysfunction in couples with personality pathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 129(5), 433-444. <https://doi.org/10.1037/abn0000526>
- Silva, I. M., Lordello, S. R., Schmidt, B., & Mieto, G. S. (no prelo). Brazilian families facing the COVID-19 outbreak. *Journal of Comparative Family Studies*.
- Smyth, B., Moloney, L., Brady, J., Harman, J. J., & Esler, M. (2020). *COVID-19 and separated families* (COVID-19 Issues Paper). Australian National University. Recuperado em https://csrcm.cass.anu.edu.au/sites/default/files/docs/2020/6/ANU_COVID-19_Issues_Paper_May2020.pdf
- Sousa, A. R., Santana, T. S., Palma, E. M. S., Sousa, A. F. L., Moreira, W. C., Rezende, M. F., & Mercês, M. C. (2020). SARS-CoV-2 no Brasil e as repercussões psicossociais na saúde masculina: Estudo sócio-histórico. *Preprints Scielo*. Recuperado de <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/687/902>
- Stanley, S., & Markman, H. (2020). Helping couples in the shadow of COVID-19 [Ahead of print]. *Family Process*. <https://doi.org/10.1111/famp.12575>
- Vieira, P. R., Garcia, L. P., & Maciel, E. L. N. (2020). Isolamento social e o aumento da violência doméstica: O que isso nos revela? *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 23, e200033. <https://doi.org/10.1590/1980-549720200033>
- Walsh, F. (2005). Resiliencia familiar: Un marco de trabajo para la práctica clínica. *Sistemas Familiares*, 21(1-2), 76-97. Recuperado de <https://asiba.org/index.php/asiba/article/view/51>
- World Health Organization. (2020, 22 de julho). *WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard*. <https://covid19.who.int/>

Wrape, E. R., & McGinn, M. M. (2019). Clinical and ethical considerations for delivering couple and family therapy via telehealth. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(2), 296-308. <https://doi.org/10.1111/jmft.12319>

Zanello, V. (2018). *Saúde mental, gênero e dispositivos: Cultura e processos de subjetivação*. Porto Alegre: Sinopsys.

Endereço para correspondência

isabela.ms@gmail.com

psi.beatriz@gmail.com

srmlordello@gmail.com

noaldebora@gmail.com

maria.crepaldi@gmail.com

adrianaxwagner@gmail.com

Enviado 23/07/2020

Aceito em 28/07/2020