

**GUIA DE RECURSOS SOBRE
SAÚDE MENTAL E APOIO
PSICOSSOCIAL (SMAPS)
DURANTE A COVID-19**

versão 1.0

GUÍA DE RECURSOS SOBRE SMAPS DURANTE A COVID-19

INTRODUÇÃO

A pandemia da COVID-19 é uma crise global em rápida evolução e, neste momento, ainda existem muitas dificuldades e necessidades emergentes relacionadas às consequências psicossociais e de saúde mental para as diversas populações afetadas por esta emergência. Este guia, desenvolvido em parceria entre a Rede Internacional de Saúde Mental e Apoio Psicossocial (MHPSS.net) e o Instituto Nacional de Emergência Médica de Portugal (INEM - Ministério da Saúde - Portugal), baseia-se em informações e recursos que estão atualmente disponíveis, e será atualizado com a progressão de novos conhecimentos que estiverem disponíveis.

Junte-se ao grupo **COVID-19 – Resposta de SMAPS em Língua Portuguesa**



A SUA OPINIÃO É ESSENCIAL

Tem acesso a outros recursos técnicos ou documentação? Por favor, entre em contato conosco. Para enviar comentários, recursos adicionais ou solicitar informações, por favor envie um email para **Márcio Gagliato** (marcio@mhpss.net) – Diretor (Operações) MHPSS.net, e **Sónia Cunha** (sonia.cunha@inem.pt) – Coordenadora do Centro de Apoio Psicológico e Intervenção em Crise do INEM.

O MHPSS.net e o INEM estabeleceram esforços para fornecerem informações atuais e precisas sobre os recursos disponíveis na resposta de SMAPS à pandemia de COVID-19. Os materiais apresentados neste guia são disponibilizados para facilitar o acesso e refletir sobre o que está disponível na atualidade. Esta listagem não deve ser interpretada como uma recomendação institucional para uso.

O QUE CONTÉM ESTE GUIA DE RECURSOS?

1. RECURSOS EM DESTAQUE

Os recursos usados ou atualizados mais recentemente por agências na vanguarda da resposta atual da SMAPS ao COVID-19 globalmente.

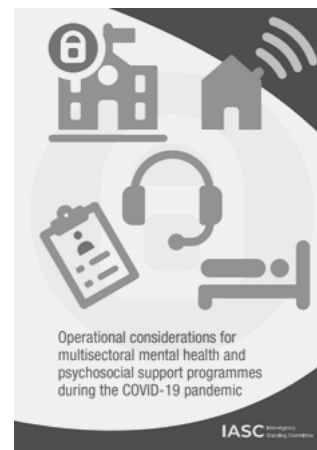
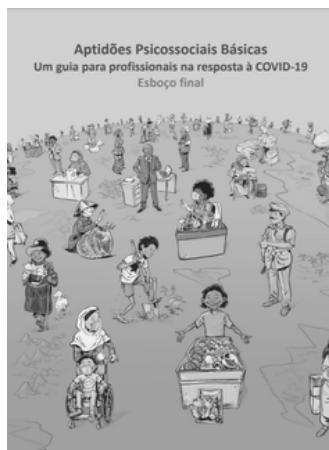
2. RECURSOS OPERACIONAIS

- a. Recursos do Comitê Permanente Inter-Agências (IASC)
- b. Considerações sobre perda, luto e cerimônias fúnebres
- c. Suporte remoto em SMAPS
- d. Lidar com as condições de saúde mental e outras intervenções SMAPS na COVID-19
- e. Direitos humanos e estigmatização na COVID-19
- f. Comunicação de risco e envolvimento da comunidade na COVID-19
- g. Isolamento e quarentena na COVID-19
- h. Trabalho presencial e teletrabalho na COVID-19
- i. Desconfinamento na COVID-19

3. INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

- a. Profissionais da linha da frente na área de saúde na COVID-19
- b. Crianças e adolescentes
 - i. Apoio à crianças e adolescentes na COVID-19
 - ii. Proteção de crianças e adolescentes na COVID-19
 - iii. Educação & Estudo em casa na COVID-19
 - iv. Atividades úteis e livros de histórias sobre COVID-19
- c. Idosos
- d. Outros grupos

RECURSOS EM DESTAQUE



- Junte-se ao grupo [COVID-19 – Resposta de SMAPS em Língua Portuguesa](#)
- O IASC SMAPS produziu vários recursos úteis para a resposta à COVID-19, enquanto a maioria está em inglês, muitos estão traduzidos para português. Para obter os recursos e informações mais recentes, consulte o seguinte link: <https://interagencystandingcommittee.org/covid-19-outbreak-readiness-and-response>
- [Considerações operacionais para programas multissetoriais de Saúde Mental e Apoio Psicossocial durante a pandemia da COVID-19](#). Autor: IASC (junho 2020)
[Inglês](#) [Português](#)
- [Considerações psicossociais e de saúde mental durante o surto de COVID-19](#). Autor: OPAS (18 março 2020)
[Espanhol](#) [Inglês](#) [Português](#)
- [Aplicação das Normas Humanitárias para combater a COVID-19](#). Autor: Sphere (março 2020)
[Inglês](#) [Japonês](#) [Nepali](#) [Português](#)
- [Aptidões Psicossociais Básicas - Um guia para profissionais na resposta à COVID-19](#). Autor: IASC (26 maio 2020)
[Amárico](#) [Árabe](#) [Bahasa Indonésia](#) [Birmanês](#) [Chinês Simplificado](#) [Chinês Tradicional](#) [Coreano](#) [Espanhol](#) [Francês](#) [Grego](#) [Inglês](#) [Português](#) [Ucraniano](#)

- [Como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19 \(IASC\) – Guia Preliminar](#). Autor: IASC (17 março 2020)

[Árabe](#) [Chinês Simplificado](#) [Chinês Tradicional](#) [Coreano](#) [Dari](#) [Espanhol](#) [Francês](#) [Grego](#) [Holandês](#) [Inglês](#) [Italiano](#) [Japonês](#) [Kirundi](#) [Nepali](#) [Pashto](#) [Polonês](#) [Português do Brasil](#) [Português do Portugal](#) [Russo](#) [Sinhala](#) [Tamil](#) [Tailandês](#) [Turco](#) [Ucraniano](#)

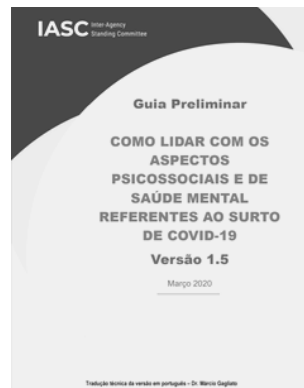
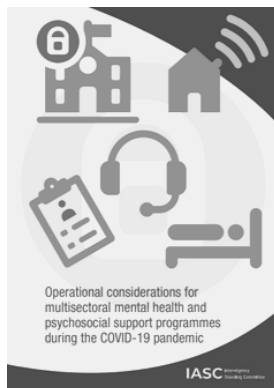
- [Guia de Recursos de SMAPS em contexto de Emergências Humanitárias - 2019](#). Autor: MHPSS.net
- Este documento consiste em informação facilmente acessível e útil em caso de emergências humanitárias, sobre recursos e ferramentas relacionadas com a saúde mental e apoio psicossocial (SMAPS). Apesar de estar em inglês, são mencionados no Guia de Recursos vários documentos em português.



Para obter as atualizações mais recentes sobre o status geral da pandemia de COVID-19, consulte:

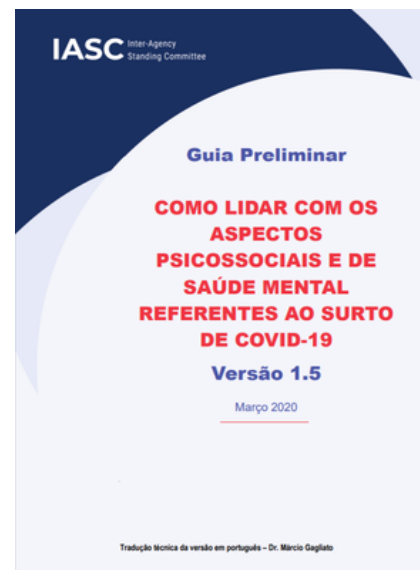
- [Organização Mundial de Saúde](#)
- [Direção Geral da Saúde – Portugal](#)
- [Painel Situacional Global](#) (Universidade Johns Hopkins)
- [Comitê Científico de Combate ao Coronavírus](#) (Consórcio Nordeste)

RECURSOS OPERACIONAIS



RECURSOS DO COMITÉ PERMANENTE INTER-AGÊNCIAS (IASC)

- **Considerações operacionais para programas multissetoriais de Saúde Mental e Apoio Psicossocial durante a pandemia da COVID-19.** Autor: IASC (junho 2020)
[Inglês](#) [Português](#)
- **Aptidões Psicossociais Básicas - Um guia para profissionais na resposta à COVID-19.** Autor: IASC (26 maio 2020)
[Amárico](#) [Árabe](#) [Bahasa Indonésia](#) [Birmanês](#) [Chinês Simplificado](#) [Chinês Tradicional](#) [Coreano](#) [Espanhol](#) [Francês](#) [Grego](#) [Inglês](#) [Português](#) [Ucraniano](#)
- **Como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19 (IASC) – Guia Preliminar.** Autor: IASC (20 março 2020)
Outros idiomas disponíveis na página 7.



RECURSOS DO COMITÉ PERMANENTE INTER-AGÊNCIAS (IASC)

- **Meu Herói é Tu. Como as crianças podem combater o COVID-19.** Autor: IASC (31 março 2020)

Acholi Adhola Albanês Alemão Alemão Amazônian Árabe Aranês Armenian Assamese

Azerbaijão Bahasa Indonesia Bahasa Malaysia Bahri Bangla Bengala Occidental

Búlgaro Birmanês Catalão Cham Vietnamita Chinês Chinês Tradicional Coreano

Cornualha Crioulo da Mauritânia Croata Curdo Kurmanji Curdo Sorani

Ede Vietnaita Eslovaco Esloveno Espanhol Esperança Estoniano Farsi Finlandês Francês

Gales Georgiano Grego Gujarat Guayanês Crioulo Hao Vietnamita Hausa Hebraico

Hiligaynon Hindi Húngaro Igbo Inglês Inglês Transcrição em Braille Islandês Irã Persa

Irlandês IsiZulu Italiano Jamaicano Japonês Jarai Vietnamita Kannada Kanuri

Khmer Vietnamita Kinyarwanda Kosraean Kyrgyz Letão Luganda Macedonian Malagaxe

Papiamentu Bonaire Papiamentu Curaçao Pashto Polonês Português Punjabi

Quechua Romeno Runyankore Russo Sango Sérvio Shuwa Árabe Escrita

Shuwa Árabe Latim Sinhala Somali Sueco Swahili Tagalo Tailandês

Tailandês Vietnamita Tamil Telegu Tcheco Tetum Tibetano Tigrínia

Tigrínia Etiópia Tok Pisin Tsonga Turco Ucraniano Urdu Uzbeque Vietnamita

Versões de áudio em vários idiomas estão disponíveis [aqui](#)

Versão em vídeo (interpretação Carol Castro) [acesse aqui](#)

Para mais informações, acesse o site da história [aqui](#)

Meu Herói é Tu
Como as crianças podem
combater o COVID-19



IASC
Inter-Agency Standing Committee



«Avec l'éclat de la nuit,
Salem et Sara sont sur chacune
de ses ailes. Il survole les quatre
coins de la ville et se met à rugir
et à chanter. Salem est une
enfant qui parcourait les rues :
« Retenez-vous à vos familles,
c'est le plus prudent de rester
à l'intérieur ! Le virus que nous
pouvons faire pour nous protéger
les uns les autres est de rester chez
nous ! »
Les gens étaient stupéfaits de ce
qu'ils voyaient. Ils leur font des
signes de la main et acceptent
de rentrer chez eux.



«A billye Sara, Anichun sefah en billes pamechen chig gace weli gilepachon
igne dighe yibandil. Tibidare dighe uctur ve p'la salem weli.



«قَالَ لَدَى الْإِنْسَانِ الْآخَرُونَ: "أَنَا مَسِيحِي كَلِمَ". "مَنْ تَوَلَّاهُ مَعَالِفًا سَبَبَ إِسْلَامِهِ كَلِمَ هُوَ مِنْ كَوْرِدَا - عَلَى نَوَ
أَوْ أَمَّا مَنْ مَعَالِفَهُ لَمْ تَوَلَّاهُ يَوْمًا مِنْ الْإِسْلَامِ بَلْكَ وَنَسَدَ جِهَةً بِالْبَلَدِ يَوْمًا مَرَّةً الْغُرُوبِ"
قَالَ رُبُوبُ: "كَيْ يَحْتَمِلَ الْإِنْسَانُ يَصْبِحُ أَمُّ الْآخَرُونَ مِنْ الْأَسْهَادِ عَلَى الْإِسْلَامِ هُوَ وَاقِعٌ يَحْتَمِلُ الْخَطَرَ".
فَوَ كَانَ نَكَّةَ يَحْيَى الْمَاءَ يَجِدُونَ مِنْ يَحْتَمِلُ الْخَطَرَ أَمَّا."

CONSIDERAÇÕES SOBRE PERDA, LUTO E CERIMÔNIAS FÚNEBRES

- **Guia para pessoas que perdem um ente querido em tempos de coronavírus (COVID-19).** Autores: ABEC, Rede de Apoio às Famílias de Vítimas de COVID-19 & Segura a onda (6 maio 2020)
- **Luto.** Autores: De Oliveira Santos Miyazaki & Teodoro (10 abril 2020)
- **Processo de Luto – SMAPS na Pandemia Covid-19.** Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (14 abril 2020)
- **COVID-19 - Todos estaremos de luto.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (30 março 2020)
- **Pandemia COVID-19: Perdas e luto.** Autor: Guedes et al. (27 março 2020)
- **Manejo de Corpos no Contexto do Novo Coronavírus COVID-19.** Autor: Ministério da Saúde Brasil (25 março 2020)
- **Manejo do óbito e luto no contexto de COVID-19 em adultos em Cuidados Paliativos.** Autor: Academia Nacional de Cuidados Paliativos (2020)

SUPORTE REMOTO EM SMAPS

- **Primeiros Cuidados Psicológicos Remotos Durante o Surto de COVID-19.** Autor: Psychosocial Centre – International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (23 março 2020)
[Alemão](#) [Inglês](#) [Italiano](#) [Português](#) [Sérvio](#)
- **Pacote de capacitação básica na Primeiros cuidados remotos para o surto de COVID-19 desenvolvido pela IFRC está disponível aqui.**
- **Recomendações para o exercício profissional presencial e on-line da psicologia frente à pandemia de COVID-19.** Autoras: Peuker & Almondes (8 abril 2020)
- **Intervenção psicológica à distância durante a pandemia COVID-19.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (29 março 2020)
- **Guia de orientação para linha de atendimento telefónico em fase pandémica COVID-19.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (27 março 2020)

LIDAR COM AS CONDIÇÕES DE SAÚDE MENTAL E OUTRAS INTERVENÇÕES SMAPS NA COVID-19

- **Aptidões Psicossociais Básicas - Um guia para profissionais na resposta à COVID-19.** Autor: IASC (26 maio 2020)

Amárico Árabe Bahasa Indonésia Birmanês Chinês Simplificado Chinês Tradicional Coreano Espanhol Francês Grego Inglês Português Ucraniano

- **O álcool e a COVID-19: O que você precisa saber.** Autor: OMS/OPAS (14 abril 2020)

Espanhol Inglês Português

- **Como lidar com o stress durante o surto de COVID-19** Autor: OMS/OPP (12 março 2020)

Árabe Armênio Bangla Búlgaro Chinês Espanhol Frances Grego Inglês Português Romeno Russo Turco Ucraniano

- **Sugestões sobre tratamento, cuidados e reabilitação de pessoas com transtornos associados ao uso de drogas no contexto da pandemia da Covid-19.** Autor: UNODC (20 abril 2020)

- **Considerações psicossociais e de saúde mental durante o surto de COVID-19** Autor: OPAS (18 março 2020)

Árabe Espanhol Francês Inglês Russo Português

- **As Normas Esfera e a resposta ao Coronavírus** Autor: Sphere (fevereiro 2020)

Árabe Bahasa Indonésia Chinês Espanhol Farsi Frances Inglês Italiano Nepali Português Urdu

- **Sistema Único de Assistência Social (SUAS) na Pandemia Covid-19.** Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (9 julho 2020)

- **Psicofármacos na COVID-19 - SMAPS na Pandemia Covid-19.**

Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (6 junho 2020)

- **Estratégias para manejar a Ansiedade e o Estresse - Saúde Mental e a Pandemia de COVID-19 Vol.1.** Autor: Escola de Saúde Pública do Ceará e Secretaria da Saúde do Estado do Ceará (junho 2020)

- **Cartilha de práticas respiratórias para o manejo do estresse e de ansiedade.** Autores: ABPR, UFRJ, IPUB & FAPERJ (29 maio 2020)

- **Suicídio na Pandemia COVID-19 - SMAPS na Pandemia Covid-19.**

Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (22 maio 2020)

- **COVID-19 Recomendações para quem tem problemas de saúde psicológica e para os seus familiares e amigos.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (12 maio 2020)

- **Orientações para favelas e periferias - Segunda edição.** Autores: SBMFC & AMFaC-RJ (30 abril 2020)

- **Manejo das alterações de sono no contexto de enfrentamento da COVID-19.** Autor: Almondes (20 abril 2020)

LIDAR COM AS CONDIÇÕES DE SAÚDE MENTAL E OUTRAS INTERVENÇÕES SMAPS NA COVID-19

- **COVID-19 Viver a pandemia sem entrar em exageros!** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (8 abril 2020)
- **Recomendações Gerais – SMAPS na Pandemia Covid-19.** Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (6 abril 2020)
- **COVID-19 Recomendações para psicólogos, atletas e treinadores.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (6 abril 2020)
- **Recomendações à rede de atenção psicossocial sobre estratégias de organização no contexto da infecção da COVID-19 causada pelo novo coronavírus (SARS-COV-2).** Autor: Ministério da Saúde Brasil (2 abril 2020)
- **Cartilha para enfrentamento do estresse em tempos de pandemia.** Autor: Weide et al. (2 abril 2020)
- **A Cruel Pedagogia do Vírus.** Autor: Boaventura de Sousa Santos (abril 2020)
- **COVID-19 Três passos para lidar com a ansiedade.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (24 março 2020)
- **Vivendo com preocupação e ansiedade em meio a incerteza global** Autor: Psychology Tools (20 março 2020)
[Afrikaans](#) [Albanês](#) [Alemão](#) [Árabe](#) [Português do Brasil](#) [Búlgaro](#) [Chinês Simplificado](#) [Cazaque](#) [Espanhol](#) [Estoniano](#) [Francês](#) [Grego](#) [Holandês](#) [Inglês](#) [Islandês](#) [Italiano](#) [Lituano](#) [Norueguês](#) [Polonês](#) [Português](#) [Romeno](#) [Russo](#) [Sérvio](#) [Sueco](#) [Tagalo](#) [Tcheco](#) [Turco](#) [Ucraniano](#) [Urdu](#) [Vietnamita](#)
- **COVID-19 Gestão Emocional – Casos confirmados/Casos suspeitos/Familiares.** Autor: Instituto Nacional de Emergência Médica (Portugal) (19 março 2020)
- **Afrontamiento psicológico del COVID-19.** Autor: FLASS & ALPS (17 março 2020)
[Espanhol](#) [Português](#)
- **Conselhos da Escola Superior de Saúde do P. Porto Para proteger a saúde física e mental durante um período longo de isolamento COVID-19.** Autor: Escola Superior de Saude P. Porto (março 2020)
- **Como sorrir em tempos de isolamento social? Manual para adultos.** Autor: Brain 4.0/Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (2020)
- **Como sorrir em tempos de isolamento social? Manual adaptado à perturbação do espectro do autismo.** Autor: Brain 4.0 et al. (2020)
- **Motivação jovem em tempo de pandemia COVID-19** **Recomendações para jovens em casa.** Autores: FNAJ & Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)
- **Enfrentar a COVID 19/ Como responder com eficácia à crise da COVID 19.** Autor: Russ Harris (2020)
- **COVID-19 Como lidar com a tristeza.** Autor: Ordem dos Psicólogos (2020)

LIDAR COM AS CONDIÇÕES DE SAÚDE MENTAL E OUTRAS INTERVENÇÕES SMAPS NA COVID-19

- **COVID-19 A incerteza faz parte da vida - como lidar com ela?**

Autor: Ordem dos Psicólogos (2020)

- **COVID-19 Recomendações para cuidadores informais.** *Autor:*

Ordem dos Psicólogos (2020)

Recursos relevantes mas não contextualizados para COVID-19

- **Guia de Intervenção Humanitária mhGAP (GIH-mhGAP).** *Autores:*

OMS/OPAS & ACNUR (2020)

- **Manual mhGAP de intervenções para Transtornos Mentais, Neurológicos e Decorrentes do Uso de Álcool e outras Drogas nos serviços de atenção à saúde não especializados.** *Autor:*

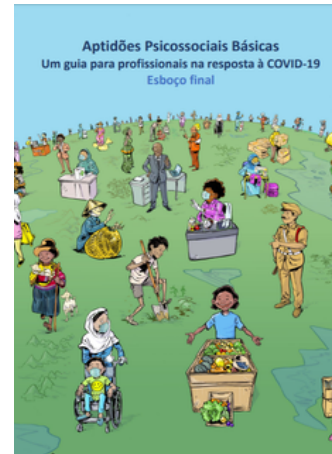
OMS/OPAS (2015)

- **Diretrizes do IASC sobre Saúde Mental e Apoio Psicossocial em Emergências Humanitárias.** *Autor: IASC (2007)*

- **Primeiros cuidados psicológicos: guia para trabalhadores de campo.** *Autor: OMS/OPAS (2011)*

- **Primeiros Socorros Psicológicos.** *Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (25 março 2020)*

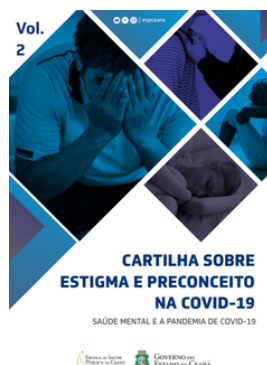
- **Intervenção psicológica em crise e catástrofe.** *Autores: Mendes Serra et al. (outubro 2015)*



COMUNICAÇÃO DE RISCO E ENVOVIMENTO DA COMUNIDADE NA COVID-19

DIREITOS HUMANOS E ESTIGMATIZAÇÃO NA COVID-19

- **COVID-19: Materiais de comunicação.** Autor: OPAS/OMS (2020)
- **COVID-19 Comunicação de risco para a saúde pública – informações e estratégias para decisores e mobilizadores sociais.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses & Direção Geral de Saúde (26 março 2020)
- **Comunicação difícil e COVID-19 - Recomendações práticas para comunicação e acolhimento em diferentes cenários da pandemia.** Autores: Crispim et al. (23 março 2020)
- **Fake News e como identificá-las.** Autores: Syed et al. (2020)



- **Direitos Humanos dos Pacientes e COVID-19.** Autores: Observatório Direitos dos Pacientes & UNESCO (abril 2020)
- **Cartilha sobre Estigma e Preconceito na Covid-19 - Saúde Mental e a Pandemia de COVID-19 Vol.2.** Autor: Escola de Saúde Pública do Ceará e Secretaria da Saúde do Estado do Ceará (junho 2020)
- **COVID-19 e População Privada de Liberdade – SMAPS na Pandemia COVID-19.** Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (29 abril 2020)
- **Estigmatização de profissionais de saúde.** Autor: Pueker & Modesto (6 abril 2020)
- **Considerações principais: COVID-19 em assentamentos urbanos informais** Autor: Ciências Sociais em Ação Humanitária (março 2020)
[Espanhol](#) [Francês](#) [Inglês](#) [Português](#)
- **COVID-19 Combater o estigma e a discriminação.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (16 março 2020)

ISOLAMENTO E QUARENTENA NA COVID-19

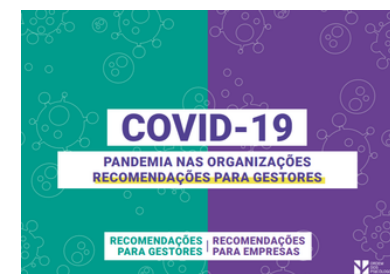
- **Distanciamento e isolamento sociais pela Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental.** Autor: Rossano Carbral Lima (28 abril 2020)
- **COVID-19 Manual para famílias, como lidar com o isolamento em contexto familiar.** Autor: SNS/DGS Portugal (15 abril 2020)
- **COVID-19 Bem-estar psicossocial em situação de isolamento** Autor: OIM Portugal – ONU Migração (7 abril 2020)
- **A Quarentena na COVID-19: Orientações e Estratégias de Cuidado – SMAPS na Pandemia Covid-19.** Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (23 abril 2020)
- **Desconforto Emocional em Períodos de Isolamento.** Autores: Wagner & Paiva (4 abril 2020)
- **COVID-19 Como evitar e resolver conflitos em situação de isolamento?** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (3 abril 2020)
- **COVID-19 Recuperar em casa estratégias para doentes e cuidadores.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (1 abril 2020)
- **COVID-19 Famílias em isolamento durante a pandemia – Kit de sobrevivência para pais.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (26 março 2020)
- **Cuide de sua saúde mental em tempos de confinamento.** Autora: Patricia Neder (22 março 2020)
- **COVID-19 Guia de boas práticas para quem tem de se submeter a uma situação de isolamento.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (17 março 2020)
- **COVID-19 Como lidar com uma situação de isolamento.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (9 março 2020)
- **COVID-19 Em isolamento: ainda agora começou e já não suporto esta situação!** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)

TRABALHO PRESENCIAL E TELETRABALHO NA COVID-19

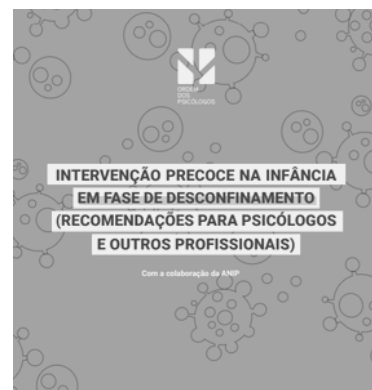
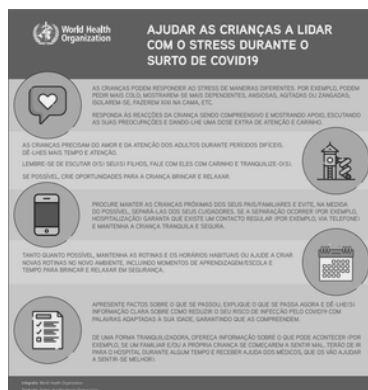
- 7 formas de como as empresas podem apoiar os seus colaboradores e os seus filhos. Autor: UNICEF (2020)
- Trabalhar a partir de casa e cuidar da saúde mental. Autor: Plano de trabalho colaborativo na administração pública (29 abril 2020)
- Gestão recursos humanos em tempo de pandemia. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (14 abril 2020)
- COVID-19 Pandemia nas organizações Recomendações para gestores. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (12 abril 2020)
- Recomendações para gestores – SMAPS na Pandemia Covid-19 Autor: FIOCRUZ (6 abril 2020)
- COVID-19 Recomendações para quem continua a trabalhar fora de casa. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2 abril 2020)
- COVID-19 Recomendações para quem está em teletrabalho. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)

DESCONFINAMENTO NA COVID-19

- COVID-19 Desconfinamento – Regressar a (algumas) Rotinas Habituais Recomendações para Gestores e Colaboradores. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (12 maio 2020)
- COVID-19 Kit psicológico para o desconfinamento. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)
- COVID-19 Recomendações para uma recuperação com saúde psicológica. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)
- COVID-19 Desconfinamento – Regressar a (algumas) Rotinas Habituais Recomendações para Pais e Professores. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (12 maio 2020)



INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS



INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

a. PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE NA LINHA DA FRENTE À COVID-19

- Cuidados com a saúde mental do pessoal de saúde durante a pandemia de COVID-19 Autor: OPAS/OMS (5 maio 2020)
- Cartilha de Saúde Mental para Profissionais de Saúde - Saúde Mental e a Pandemia de COVID-19 Vol.3. Autor: Escola de Saúde Pública do Ceará e Secretaria da Saúde do Estado do Ceará (junho 2020)
- Orientações aos Trabalhadores dos Serviços de Saúde - SMAPS na Pandemia COVID-19. Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (5 junho 2020)
- Orientações as/aos Psicólogas/os Hospitalares - SMAPS na Pandemia COVID-19. Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (29 abril 2020)
- Recomendações aos Psicólogos para o Atendimento Online - Saúde Mental e a Pandemia de COVID-19. Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (10 abril 2020)
- Cuidados Paliativos Orientações aos Profissionais de Saúde - SMAPS na Pandemia Covid-19. Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (6 abril 2020)
- Orientações técnicas para o trabalho de psicólogas e psicólogos no contexto da crise COVID-19. Autor: Sociedade Brasileira de Psicologia (6 abril 2020)
- Estresse em profissionais da saúde que atendem pacientes com COVID-19 Autor: De Oliveira Santos Miyazaki & Zoéga Soares (6 abril 2020)
- Os três Ds: desespero, desamparo e desesperança em profissionais da saúde. Autor: Almondes & Teodoro (6 abril 2020)
- Diretrizes de teletrabalho para assistentes sociais em situações de emergência de saúde pública. Autor: APSS (25 março 2020)
- Boas Práticas do Assistente Social COVID-19. Autor: Regiada et al. (23 março 2020)
- COVID-19 Autocuidado e bem-estar dos profissionais de saúde durante a pandemia. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (20 março 2020)
- COVID-19 Gestão Emocional - Profissionais de saúde e prestadores de cuidados. Autor: Instituto Nacional de Emergência Médica (Portugal) (19 março 2020)
- COVID19 +EU /Profissionais de Saúde (plataforma online de profissionais voluntários). Autor: COVID19+Eu (2020)
- COVID-19 "Como me Sinto?" - Checklist para Profissionais de Saúde. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)

INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

b. CRIANÇAS E ADOLESCENTES

i. Apoio à crianças e adolescentes na COVID-19

- **Ajudar as crianças a lidar com o stress durante o surto de COVID-19.** Autor: OMS (12 março 2020)
[Espanhol](#) [Inglês](#) [Português](#)
- **COVID-19 Cuidados Parentais.** Autores: OMS, UNICEF, End Violence Against Children, Internet of Good Things, Parenting for Lifelong Health, USAID & CDC (março 2020)
- **Intervenção precoce na infância em fase de desconfinamento (recomendações para psicólogos e outros profissionais).** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (4 julho 2020)
- **Como comunicar às crianças a morte de um ente querido por COVID-19?** Autoras: Vieira Lima & Gomes Lopes (29 Maio 2020)
- **Crianças na Pandemia COVID-19 - SMAPS na Pandemia COVID-19.** Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (5 de maio 2020)
- **Apoio psicológico para pais de crianças de 0 a 11 anos durante a pandemia de COVID-19.** Autores: Alvarenga et al. (20 abril 2020)
- **Manejo de conflitos na família.** Autores: Zoéga Soares & Modesto (10 abril 2020)
- **COVID-19 Recomendações para pais divorciados ou separados Responsabilidades parentais.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (9 abril 2020)
- **Adolescer em tempo Covid-19 - Guia de boas práticas para adolescentes em distanciamento social.** Autor: APsi-Associação de Psicologia da Universidade do Minho (9 abril 2020)
- **COVID-19 Acolhimento residencial de crianças e jovens.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (28 março 2020)
- **COVID-19 Como explicar a uma criança a importância das medidas de distanciamento social e isolamento?** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (15 março 2020)
- **COVID19 +EU /Adultos com crianças em casa** (plataforma online de profissionais voluntários). Autor: COVID19+Eu (2020)
- **Manual de Primeiros Socorros para Pais e Filhos.** Autora: Rute Agulhas /Ideias com História (2020)

INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

b. CRIANÇAS E ADOLESCENTES

ii. Proteção de crianças e adolescentes na COVID-19

- **COVID-19: Crianças em riscos elevados de abuso, negligência, exploração e violência em meio familiar devido à intensificação das medidas de contenção** Autor: UNICEF (15 março 2020)
[Espanhol](#) [Português](#)
- **Prevenção e contenção do COVID-19 Como proteger as crianças na escola, em casa e na comunidade.** Autor: UNICEF (março 2020)
- **Coronavírus (COVID-19) - Um guia para pais e educadores - Como proteger os seus filhos e alunos.** Autor: UNICEF (março 2020)
[Espanhol](#) [Português](#)
- **COVID-19: Proteção das crianças contra a violência, a abuso e a negligência no lar.** Autores: The Alliance for Child Protection in Humanitarian Action et al. (maio 2020)
[Espanhol](#) [Francês](#) [Inglês](#) [Português](#)
- **Nota técnica: Proteção à Crianças e Adolescentes durante a Pandemia do Coronavírus (v.1).** Autor: The Alliance for Child Protection in Humanitarian Action (março 2020)
[Alemão](#) [Árabe](#) [Bangla](#) [Bósnio](#) [Chinês](#) [Coreano](#) [Curdo](#) [Espanhol](#) [Farsi](#) [Francês](#) [Inglês](#) [Italiano](#) [Japonês](#) [Kiswahili](#) [Nepali](#) [Português](#) [Romena](#) [Tailandês](#) [Turco](#)
- **COVID-19 Recomendações para jovens Cyberbullying e segurança online.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (21 abril 2020)
- **COVID-19 Recomendações para pais, cuidadores e professores Cyberbullying e segurança online.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (21 abril 2020)
- **Recomendações para o Cuidado de Crianças em Situação de Isolamento Hospitalar - SMAPS na Pandemia Covid-19.** Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (6 abril 2020)
- **Recomendações do CONANDA para a Proteção Integral a Crianças e Adolescentes durante a Pandemia do COVID-19.** Autor: CONANDA (25 março 2020)

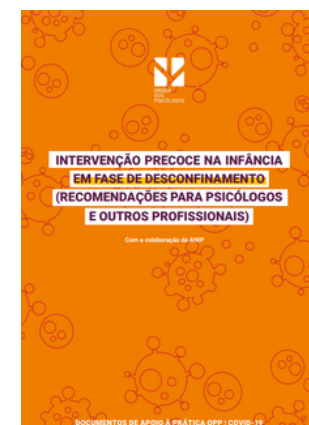
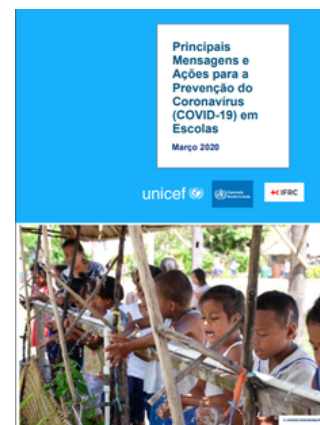


INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

b. CRIANÇAS E ADOLESCENTES

iii. Educação & Estudo em casa na COVID-19

- **Principais Mensagens e Ações para a Prevenção do Coronavírus (COVID-19) em Escolas.** Autores: UNICEF, OMS & IFRC (março 2020)
[Árabe](#) [Espanhol](#) [Francês](#) [Inglês](#) [Português](#)
- **Recomendações para uma educação inclusiva dirigidas à comunidade educativa** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (5 maio 2020)
- **Para ti, estudante.** Autor: Mind the mind (19 abril 2020)
- **COVID-19 Recomendações para professores e educadores de infância.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (14 abril 2020)
- **Orientações para utilização de tecnologias de suporte ao ensino à distância** Autor: Comissão nacional de proteção de dados (8 abril 2020)
- **COVID-19 Estudar em tempo de pandemia guia para pais e cuidadores.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (6 abril 2020)
- **Guia COVID-19 Educação e proteção de crianças e adolescentes - Comunidade escolar, família e responsáveis, e profissionais da educação e proteção da criança e do adolescente.** Autor: Campanha nacional pelo direito à educação (23 março 2020)
- **Guia COVID-19 Educação e proteção de crianças e adolescentes - Tomadores de decisão de Poder Público, em todas as esferas federativas.** Autor: Campanha nacional pelo direito à educação (23 março 2020)
- **COVID-19 Como manter atividades de ensino, aprendizagem e formação à distância.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (18 março 2020)
- **Como sorrir em tempos de isolamento social? Manual para estudantes** Autor: Brain 4.0/Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (2020)
- **Transições escolares recomendações para profissionais (Administradores, escolares, psicólogos, educadores e professores)** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)



INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

b. CRIANÇAS E ADOLESCENTES

iv. Atividades úteis e livros de histórias sobre COVID-19

- **Meu Herói és Tu, Livro de Histórias para Crianças no COVID-19.** Autor: IASC (31 março 2020) Outros idiomas disponíveis na página 7. Versões de áudio (vários idiomas) clique [aqui](#).
- **Falando sobre o coronavírus-19 com as crianças pequenas.** Autor: UNICEF (março 2020)
- **Ficar em casa também é divertido! Atividades e jogos para crianças** Autor: UNICEF (4 março 2020)
- **Trinka e João no combate ao grande Vírus: Trinka, João e a comunidade trabalham juntos.** Autor: Chandra Michiko Ghosh Ippen e Melissa Brymer (18 abril 2020)
- **As Máscaras São Nossas Amigas!** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (6 junho 2020)
- **Ora toma lá COVID! Vou-te enganar!** Autora: Teresa Lobato de Faria (maio 2020)
[Inglês](#) [Português](#)
- **Calendário de atividades para crianças até aos 14 anos.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (3 abril 2020)
- **Calendário de atividades para crianças até aos 5 anos.** Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2 abril 2020)
- **Quando a minha escola abrir...** Autor: Ideias com história (abril 2020)
- **Dicas CoronaKids – Vamos vencer a COVID-19!** Autor: Ideias com história (abril 2020)
- **Dias de uma família fechada em casa.** Autor: Ideias com história (abril 2020)
- **A minha mãe é médica e já tenho saudades dela.** Autor: Ideias com história (abril 2020)
- **A Joana e a COVID-19 - Uma história de saúde pública para crianças.** Autoras: Celorico Palma & Celorico Palma Ramos (abril 2020)
- **História do vírus mal comportado... Olá! O meu nome é coronavírus** Autor: Hospital da Luz (21 março 2020)
- **O COVID-19 explicado às crianças.** Autor: INEM (19 março 2020)
- **Guerreiros da saúde contra o coronavírus.** Autor: Betweien (18 março 2020)
- **A minha avó tem coronavírus!** Autor: Ideias com história (março 2020)
- **O que Natahn & seus amigos podem fazer - Uma história sobre como se manter saudável.** Autora: Amy Bamforth (março 2020)
[Espanhol](#) [Inglês](#) [Português](#)

INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

b. CRIANÇAS E ADOLESCENTES

iv. Atividades úteis e livros de histórias sobre COVID-19

- [Carta às meninas e aos meninos em tempos de COVID-19.](#) Autor: Fórum Mineiro de Educação Infantil (março 2020)
- [Explicação do Coronavírus para crianças.](#) Autor: Mindheart (2020)
[Alemão](#) [Árabe](#) [Árabe Egípcio](#) [Chinês](#) [Croata](#) [Dinamarquês](#) [Frances](#)
[Galês](#) [Grego](#) [Hebraico](#) [Holandês](#) [Húngaro](#) [Indonésio](#) [Inglês](#) [Italiano](#)
[Japonês](#) [Português](#) [Romeno](#) [Russo](#) [Sérvio](#) [Turco](#)
- [Como sorrir em tempos de isolamento social? Manual das crianças](#)
Autor: Brain 4.0 Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (março 2020)
- [Como sorrir em tempos de isolamento social? Manual adequado às diferentes necessidades de cada crianças.](#) Autor: Brain 4.0 et al. (março 2020)
- [Como sorrir em tempos de isolamento social? Manual adaptado para crianças hospitalizadas.](#) Autor: Brain 4.0 et al. (março 2020)
- [A história da ostra e da borboleta: O coronavírus e eu.](#) Autora: Ana M. Gomez (2020)
- [Meu caderno da preocupação.](#) Autora: Marisa Oshiro (2020)
- [Diário de bem-estar de 14 dias.](#) Autor: Cruz Vermelha Portuguesa (março 2020)



INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

c. Idosos

- Recomendações aos trabalhadores e cuidadores de idosos - SMAPS na Pandemia COVID-19. Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (29 abril 2020)
- Orientações para Cuidadores Domiciliares de Pessoa Idosa na Epidemia do Coronavírus - Covid-19. Autor: Groisman et al. (22 abril 2020)
- Recomendações para a intervenção psicológica nas estruturas residenciais para pessoas idosas. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (3 abril 2020)
- Novo Coronavírus (COVID-19) & Demência. Autor: Alzheimer Portugal (18 março 2020)
- COVID-19 Como lidar com uma situação de isolamento se for um cidadão sénior (ou seu familiar). Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (13 março 2020)
- Como sorrir em tempos de isolamento social? Manual para idosos. Autor: Brain 4.0/Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (2020)
- Como reduzir o impacto emocional no cuidado a idosos com/sem demência durante a pandemia. Autor: Serviço de Psicologia do Hospital de S. João & SNS Portugal (1 abril 2020)
- COVID19 +EU /Os mais de 65 Autor: COVID19+Eu (2020) (plataforma online de profissionais voluntários)
- COVID-19 "Como me Sinto?" - Checklist para Cidadãos Seniores (ou seus Cuidadores). Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)
- COVID-19 e o cuidado de idosos: Recomendações para Instituições de Longa Permanência. Autor: EDUFRN (2020)

Recurso relevante, mas não contextualizados para COVID-19

- Exercícios para se fazer em casa programa envelhecimento ativo Autor: Grupo de Estudo e Pesquisa sobre Envelhecimento Humano e Atividade Física da Universidade Estadual de Londrina (GEPEHAF) (2019)

INTERVENÇÕES PARA GRUPOS ESPECÍFICOS

d. Outros Grupos

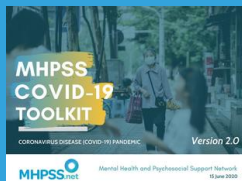
- Considerações sobre pessoas com deficiência durante o surto da COVID-19. Autor: OPAS/OMS (junho 2020)
- Perguntas e respostas sobre COVID-19, Violência contra as mulheres durante a COVID-19 Autor: OPAS/OMS (15 abril 2020)
- COVID-19 e a violência contra a mulher: O que o setor/sistema de saúde pode fazer Autor: OPAS/OMS (7 abril 2020)
- Suas na Covid-19: Proteção Social a Grupos Vulnerabilizados - SMAPS na Pandemia Covid-19 Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (23 julho 2020)
- Povos Indígenas no Contexto da COVID-19 - SMAPS na Pandemia Covid-19 Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (12 maio 2020)
- Pessoas Migrantes, Refugiadas, Solicitantes de Refúgio e Apátridas - SMAPS na Pandemia Covid-19. Autores: FIOCRUZ, SUS Ministério da Saúde Brasil (30 abril 2020)
- COVID-19 Pessoas com deficiência - Recomendações para pessoas com Deficiência, Cuidadores de Decisores. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (27 abril 2020)
- Violência Doméstica e Familiar na COVID-19 - SMAPS na Pandemia Covid-19. Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (26 abril 2020)
- Recomendações para os Consultórios na rua e a Rede de Serviços que Atuam Junto com a População em Situação de rua - SMAPS na Pandemia Covid-19. Autores: FIOCRUZ, SUS & Ministério da Saúde Brasil (24 abril 2020)
- Violência contra a mulher. Autor: Cavalcante de Araújo Mello & Modesto (23 abril 2020)
- COVID-19 Isolamento com direitos - conter o vírus e a violência doméstica. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (30 março 2020)
- Rumo a uma resposta ao COVID19 inclusiva para as pessoas com deficiência: 10 recomendações da International Disability Alliance. Autor: International Disability Alliance (19 março 2020)
[Árabe](#) [Chinês](#) [Coreano](#) [Espanhol](#) [Francês](#) [Inglês](#) [Português](#)
- Implementação de estratégias de mitigação para comunidades com transmissão local COVID-19. Autores: CDC - Centers for Disease Control and Prevention (12 março 2020)
- COVID-19 Recomendações para grávidas, puérperas, mães, pais, casais. Autor: Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020)

A Rede de Saúde Mental e Apoio Psicossocial (MHPSS.net) é uma plataforma global para conectar pessoas, redes e organizações, compartilhar recursos e construir conhecimento relacionado com a Saúde Mental e Apoio Psicossocial em situações de crises humanitárias.

O MHPSS.net é a plataforma virtual principal do Grupo de Referência IASC em Saúde Mental e Apoio Psicossocial. O Grupo de Referência IASC, estabelecido pelas Nações Unidas, é o principal mecanismo interagências de coordenação, desenvolvimento de políticas e tomada de decisão em crises humanitárias.

A plataforma também desempenha um papel importante na mobilização de capacidades e recursos e ao nível da coordenação de apoio em torno da resposta de SMAPS durante emergências como a pandemia de COVID-19.

O MHPSS.net, em parceria com a Organização Pan-Americana da Saúde/Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS) e a SOS Aldeias Infantis Internacional, também desenvolveu “Guias de Recursos sobre SMAPS & COVID19” com conteúdo exclusivo em Inglês, Espanhol e Italiano – clique aqui para acessá-los



COORDENAÇÃO

Marcio Gagliato (MHPSS.net)

Sónia Cunha (INEM)

CURADORIA

Joana Faria (INEM)

Valeria Flórez (MHPSS.net)

REVISÃO

Raquel Pinheiro (Escola Nacional de Bombeiros -Portugal)

Inês Ribeiro (Cruz Vermelha Portuguesa)

Katie Moraes de Almondes (Universidade Federal do Rio Grande do Norte e Grupo de Trabalho da Sociedade Brasileira de Psicologia no enfrentamento da COVID-19)

Catarina Dahl (Consultora Nacional de Saúde Mental, OPAS/OMS)

SUPORTE PARA SITE E DESIGN GRÁFICO

Shilpa Samaratunge (MHPSS.net)

Tashiya de Mel (MHPSS.net)

IMAGEM DE CAPA

Li Lin on Unsplash

SIGA-NOS EM NOSSAS REDES SOCIAIS GLOBAIS:

