

Artigos originais baseados em dados empíricos

O(a) psicólogo(a) clínico(a) está virando *influencer*? Plataformização do trabalho, tecnoestresse e produção de conteúdo em mídias sociais

Matheus Viana Braz¹, Amanda Thuns Biazzi² e Victor Martins dos Santos³

¹ Universidade Estadual de Maringá (UEM), Departamento de Psicologia (DPI), Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPI-UEM), Maringá, Paraná, Brasil

² Universidade Paranaense (Unipar), Departamento de Psicologia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Estadual de Maringá (UEM), Maringá, Paraná, Brasil

³ Universidade Estadual de Maringá (UEM), Laboratório de Trabalho, Plataformização e Saúde (Latraps), Maringá, Paraná, Brasil

Submissão: 29 jul. 2025.

Aceite: 22 jan. 2026.

Editor de seção: João Gabriel Maracci Cardoso.

Nota dos autores

Matheus V. Braz  <https://orcid.org/0000-0003-1193-9753>

Amanda T. Biazzi  <https://orcid.org/0000-0002-6446-5451>

Victor M. dos Santos  <https://orcid.org/0009-0001-7275-9038>

Financiamento: Este estudo foi realizado com o apoio Programa Institucional de Apoio à Pesquisa (PAPQ) da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG) pelo financiamento de parte da pesquisa, via Editais 11/2022 e 16/2023.

Correspondências referentes a este artigo devem ser enviadas a Matheus Viana Braz, Departamento de Psicologia, Av. Colombo, 5790 - Zona 7, Maringá, Paraná, Brasil. CEP 87020-900. Email: mvbraz@uem.br

Conflito de interesses: Não há.

Resumo

Objetiva-se compreender os impactos da plataformação do trabalho na saúde de psicólogos clínicos no Brasil, com foco nos atendimentos *on-line* e na produção de conteúdo em mídias sociais. Parte-se da seguinte questão de pesquisa: de que maneira a plataformação reconfigura o trabalho da Psicologia Clínica e produz efeitos específicos na saúde desses profissionais? Mediante métodos mistos, a pesquisa reuniu dados de psicólogos por meio de dez entrevistas em profundidade e de um formulário *on-line* – composto por questionário sociodemográfico e pela Escala de Tecnoestresse (RED/TIC) – aplicado a 170 participantes. Os resultados indicam que a plataformação aprofunda processos históricos de informalização da profissão, evidenciados pela extensão das jornadas laborais, pelo acúmulo de vínculos de trabalho e pela predominância do trabalho autônomo. Além disso, a produção de conteúdo emerge como um trabalho invisibilizado, regido por um regime de visibilidade e autogestão que impõe pressões subjetivas aos profissionais. Ao mesmo tempo que contribui para a captação de pacientes, essa prática gera sofrimentos relacionados à exposição constante, cobrança por engajamento e diluição das fronteiras entre vida pessoal e trabalho. Com base na Escala RED/TIC, identificaram-se níveis moderados de tecnoestresse em 40% da amostra e níveis elevados em 9%, com destaque para as dimensões da fadiga (32%) e da ansiedade (20%). Argumenta-se que o tecnoestresse é compreendido como um sofrimento sociopsíquico, expressão de exigências paradoxais impostas pela plataformação do trabalho. A análise evidencia também estratégias individuais de enfrentamento, mas destaca a centralidade de redes coletivas de trocas de experiências como fatores protetivos à saúde mental.

Palavras-chave: Psicologia Clínica, tecnoestresse, trabalho em plataformas digitais, mídias sociais, plataformação

IS THE CLINICAL PSYCHOLOGIST BECOMING AN INFLUENCER? PLATFORMIZATION OF LABOR, TECHNOSTRESS, AND CONTENT PRODUCTION ON SOCIAL MEDIA

Platformization of Labor in Psychology

Abstract

This study aims to examine the impacts of the platformization of labor on the health of clinical psychologists in Brazil, focusing on online clinical practice and social media content production. It addresses the following research question: How does platformization reconfigure clinical psychological work and generate specific effects on professionals' health? Using a mixed-methods design, the study combined data from ten in-depth interviews with an online survey administered to 170 psychologists, including a sociodemographic questionnaire and the Technostress Scale (RED/TIC). The findings indicate that platformization deepens long-standing processes of professional informalization, reflected in extended working hours, multiple employment ties, and the predominance of self-employed work arrangements. Furthermore, content production on social media emerges as an invisible form of labor, framed by a regime of visibility and self-management that impose significant subjective pressures. While this activity contributes to patient acquisition, it also generates distress associated with constant exposure, engagement demands, and the blurring of boundaries between personal life and work. According to the RED/TIC scale, 40% of participants reported moderate levels of technostress, and 9% high levels. Notably, significant prevalence was found in the areas of fatigue (32%) and anxiety (20%). The study argues that technostress should be understood as a socio-psycho form of suffering, expressing the paradoxical demands imposed by the platformization of labor. Although individual coping strategies were identified, the analysis highlights the central role of collective networks of professional exchange as protective factors for mental health.

Keywords: Clinical Psychology, technostress, platform labor, social media, platformization

¿EL/LA PSICÓLOGO/A CLÍNICO/A SE ESTÁ CONVIRTIENDO EN *INFLUENCER*? PLATAFORMIZACIÓN DEL TRABAJO, TECNOESTRÉS Y PRODUCCIÓN DE CONTENIDO EN REDES SOCIALES

Plataformización del trabajo en la Psicología

Resumen

Este estudio tiene como objetivo comprender los impactos de la plataformización del trabajo en la salud de psicólogos/as clínicos/as en Brasil, con énfasis en las consultas en línea y en la producción de contenido en redes sociales. Parte de la siguiente pregunta de investigación: ¿De qué manera la plataformización reconfigura el trabajo de la psicología clínica y produce efectos específicos en la salud de estos profesionales? A través de métodos mixtos, se recopilaban datos de psicólogos/as mediante diez entrevistas en profundidad y un formulario en línea – compuesto por un cuestionario sociodemográfico y la Escala de Tecnoestrés (RED/TIC) – aplicado a 170 participantes. Los resultados indican que la plataformización profundiza procesos históricos de informalización de la profesión, evidenciados por la ampliación de las jornadas laborales, la multiplicidad de vínculos de trabajo y la predominancia del trabajo autónomo. Además, la producción de contenido surge como un trabajo invisibilizado, regido por un régimen de visibilidad y autogestión que impone presiones subjetivas y desafíos a los profesionales. Si bien esta práctica contribuye a la captación de pacientes, también genera sufrimientos relacionados con la exposición constante, la exigencia de generar interacciones y la dilución de las fronteras entre la vida personal y el trabajo. Según la Escala RED/TIC, se identificaron niveles moderados de tecnoestrés en el 40% de la muestra y niveles elevados en el 9%, destacándose las dimensiones de fatiga (32%) y ansiedad (20%). Se argumenta que el tecnoestrés debe entenderse como un sufrimiento socio-psíquico, expresión de las exigencias paradójicas impuestas por la plataformización del trabajo. El análisis también revela estrategias individuales de afrontamiento, pero subraya la centralidad de las redes colectivas de intercambio de experiencias como factores protectores para la salud mental.

Palabras clave: Psicología Clínica, tecnoestrés, trabajo en plataformas digitales, redes sociales, plataformización

As condições de trabalho de psicólogos(as) no Brasil têm sido historicamente marcadas por disputas em torno da regulamentação da jornada de 30 horas e do piso salarial (Sampaio, 2016; Senado Federal, 2024), mas também por processos crescentes de precarização (Braz, 2021; Falcão & Hazin, 2022). A difusão de contratos temporários, intermitentes ou pejetizados nas esferas pública e privada (Peixoto & Bentivi, 2022; Bentivi et al., 2022) se insere nesse cenário, imbricado também na expansão acelerada do número de profissionais formados e na ampliação das áreas de atuação da Psicologia (Sandall et al., 2022).

Desde os anos 1990, a globalização da economia e o avanço da digitalização têm afetado diretamente as condições e demandas do trabalho da categoria (Braz, 2021). O uso das Novas Tecnologias de Informação e Comunicação (NTICs) avançou progressivamente, com o Conselho Federal de Psicologia (CFP) emitindo nove normativas entre 1987 e 2024 sobre o uso dessas tecnologias na prática profissional, incluindo a regulamentação dos atendimentos *on-line* (Peixoto & Bentivi, 2022; Conselho Federal de Psicologia, 2024). A plataformação, entendida como a crescente dependência de infraestruturas digitais operadas por plataformas para a realização de atividades de trabalho (Srniczek, 2017; Abílio et al., 2021), se engendrou também como tendência das transformações no campo da Psicologia. A pandemia de covid-19, contudo, intensificou esse processo (Araújo et al., 2020; Gambirasio et al., 2024), tornando o trabalho remoto uma prática consolidada entre psicólogos clínicos, especialmente os autônomos. A título de ilustração, segundo o CFP, os cadastros na plataforma e-Psi cresceram 718,5% entre 2018 e 2020 (Peixoto & Bentivi, 2022).

Paralelamente, observa-se a crescente presença da categoria em mídias sociais – como Instagram, TikTok, YouTube e Facebook – como estratégia de divulgação profissional (Miguel et al., 2021; White & Hanley, 2025). Embora a participação de psicólogos em jornais, revistas e televisão não seja novidade, essas plataformas operam com lógicas distintas das mídias tradicionais, exigindo exposição constante, engajamento e compartilhamento de aspectos da vida pessoal (Liu & Zhang, 2024; White & Hanley, 2025). Os algoritmos privilegiam conteúdos recorrentes, com caráter pessoal, engajamento e interação (Karhawi, 2020), o que impõe novos modos de visibilidade à atuação profissional.

Diante desse cenário, a pergunta que intitula este estudo é lançada como provocação, de modo prefigurativo e caricatural: *estaria o psicólogo clínico se tornando um influencer digital?* Ainda que não se trate de uma transição identitária literal, observam-se transformações na prática profissional relacionadas à busca por destaque e sobrevivência num mercado cada vez mais informal e competitivo. Nesse contexto, objetiva-se compreender os impactos da plataformação do trabalho na saúde de psicólogos clínicos, com foco nos atendimentos *on-line* e na produção de conteúdo em mídias sociais. Argumenta-se que tais práticas não são meros recursos auxiliares, mas reconfiguram modos de organização do trabalho, ampliam jornadas, intensificam o

1 *Influencer digital* é um termo comumente utilizado para se referir a produtores de conteúdos em mídias sociais variadas, cujo trabalho envolve construir autoridade, reputação e fidelizar audiências específicas. O *influencer* (ou influenciador) surge no Brasil após a legitimação, institucionalização, profissionalização e popularização do trabalho de blogueiras de moda (Karhawi, 2020). Como figura de visibilidade midiática, para garantir sua subsistência, tal profissional busca converter seguidores em capital simbólico e econômico, mediante a monetização de si (Biazzi, 2025).

controle algorítmico e instauram um regime de visibilidade (Bruno, 2013) que reconfigura a relação dos profissionais com seu ofício – entendido, à luz da psicodinâmica dejouriana (Dejours, 2012), como o saber-fazer singular, construído na experiência do trabalho real, no coletivo e no reconhecimento da qualidade do trabalho.

Para isso, adota-se o conceito de tecnoestresse como operador analítico, apreendido como sofrimento sociopsíquico (Gaulejac, 2020) decorrente das exigências cognitivas e emocionais associadas às NTIC e à plataformização do trabalho. A pesquisa utilizou métodos mistos: entrevistas em profundidade, questionário sociodemográfico e a Escala de Tecnoestresse (RED/TIC) (Carlotto & Câmara, 2010), permitindo uma análise integrada dos impactos psicossociais da plataformização na saúde da população.

Embora estudos sobre plataformização avancem em áreas como transporte (Abílio, 2019, 2020; Festi, 2025), educação (Venco, 2019; Silva, 2019) e inteligência artificial (Braz et al., 2022, 2023), há lacunas importantes na compreensão de seus efeitos sobre a Psicologia Clínica (Gambirasio et al., 2024). No Brasil, não há investigações empíricas que articulem de maneira integrada atendimentos *on-line* e produção de conteúdo no âmbito da saúde mental dos psicólogos.

Sticca et al. (2022), entretanto, tangenciaram esse fenômeno ao investigar o trabalho remoto na categoria, evocando o conceito de tecnoestresse (Salanova, 2007) para descrever efeitos como tecnoansiedade e tecnofadiga. Em uma amostra de 139 psicólogos, identificaram dificuldades em separar vida pessoal e trabalho, além de sobrecarga e sintomas depressivos associados à tecnoansiedade. Diante desse panorama, torna-se fundamental desenvolver estudos empíricos que investiguem as novas formas de sofrimento, prazer e reconhecimento (Dejours, 2012) no trabalho dessa população, contribuindo para o aprimoramento das políticas de saúde mental e da regulamentação ética da profissão.

Método

Participantes

A pesquisa foi realizada em duas etapas, com critérios definidos conforme as recomendações da Association of Internet Researchers (Franzke et al., 2020). Na etapa qualitativa (2023), de caráter exploratório, participaram dez psicólogos clínicos (sete mulheres e três homens), com diferentes idades e tempo de experiência profissional. Os critérios de inclusão foram: 1) realizar atendimentos clínicos *on-line* há pelo menos seis meses; 2) produzir conteúdo sobre Psicologia em mídias sociais (Instagram, TikTok, YouTube ou Facebook) com frequência semanal mínima, no mesmo período; 3) ter registro profissional ativo (CRP); e 4) residir no Brasil. Critérios relacionados a raça/cor e gênero não foram delimitados. Em 2024, a etapa quantitativa contou com 170 psicólogos clínicos, selecionados pelos mesmos critérios. Ambas as etapas foram aprovadas pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG)².

2 Processo CAAE 67112423.9.0000.5115.

Procedimentos

As entrevistas da etapa qualitativa foram realizadas por videochamada via Google Meet, com duração média de uma hora, e selecionadas por amostragem em bola de neve (Turato, 2003). Os convites partiram de contatos dos pesquisadores e seguiram por indicações sucessivas até o alcance do *n* desejado. As entrevistas foram transcritas e analisadas segundo análise temática de conteúdo (Bardin, 2011), o que permitiu a identificação de três núcleos de sentido centrais nas vivências relatadas: (1) as ambivalências da plataforma da clínica *on-line*; (2) a produção de conteúdo como trabalho invisibilizado e performativo; e (3) o tecnoestresse como expressão de sofrimento sociopsíquico e estratégias de enfrentamento. Tais núcleos orientaram a organização da discussão dos resultados. Na etapa quantitativa, os dados foram coletados por meio de formulário *on-line* (Google Forms), enviado individualmente a participantes que correspondiam ao perfil da pesquisa. Utilizou-se também a técnica de amostragem em bola de neve para compor a amostra.

Instrumentos

Na etapa qualitativa, foi utilizado um roteiro semidirigido abordando história profissional, experiência na clínica *on-line*, produção de conteúdo em mídias sociais e vivências de prazer, sofrimento e reconhecimento no trabalho. Na etapa quantitativa, foram aplicados: 1) um questionário sociodemográfico (Anexo I) com 30 questões fechadas e duas abertas, contemplando dados como sexo, idade, raça, formação, tempo de profissão, carga horária, renda e condições de trabalho; 2) a Escala de Tecnoestresse (RED/TIC), adaptada por Carlotto e Câmara (2010), composta por 16 itens distribuídos em quatro dimensões: descrença (1–4), fadiga (5–8), ansiedade (9–12) e ineficácia (13–16). Trata-se de escala Likert de sete pontos (0 a 6), sendo a média dos itens a pontuação final de cada dimensão.

O conceito de tecnoestresse foi adotado como ferramenta analítica central, compreendido como resposta adversa ao uso real ou potencial das NTICs. Tal resposta manifesta-se em componentes como tecnoansiedade e tecnofadiga (Salanova, 2007; Estrada-Muñoz et al., 2020; Sticca et al., 2022), podendo evoluir para sentimentos de ineficiência ou ceticismo, afetando negativamente a adaptação tecnológica e a saúde mental (Borle et al., 2021; Pflügner, 2022). A literatura sugere ainda que o tecnoestresse está relacionado a avaliações negativas da própria saúde, elevação dos níveis de ansiedade e, em casos críticos, atua como fator de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (La Torre et al., 2019; Pflügner, 2022; Pansini et al., 2023).

Análise dos dados

Quanto à análise temática de conteúdo das entrevistas, foi realizada em três fases (Bardin, 2011): 1) organização dos dados, que implicou a transcrição das entrevistas, leitura fluente do material e organização sistemática dos relatos; 2) Exploração do material, que abarcou releitura, identificação de elementos de análise, agrupamento dos elementos em núcleos de

sentido; e 3) tratamento dos resultados, que envolveu análise final por inferência controlada, articulando os núcleos aos objetivos da pesquisa. Os nomes de todos os participantes foram anonimizados para garantir a confidencialidade de suas identidades.

Os dados da etapa quantitativa foram inicialmente submetidos à análise estatística descritiva, considerando frequências absolutas, relativas e medidas de tendência central (médias e desvios-padrão). Para tanto, objetivou-se neste estudo identificar o perfil sociodemográfico da amostra e mapear descritivamente os níveis de tecnoestresse relatados pelos participantes, conforme as quatro dimensões da Escala RED/TIC. A análise estatística inferencial, baseada em testes de correlação de Pearson (para variáveis contínuas) e qui-quadrado (para variáveis categóricas), será apresentada em publicação futura e, portanto, não constitui parte deste estudo.

A problematização teórico-reflexiva articulou referenciais da Psicossociologia e da Sociologia Clínica (Gaulejac et al., 2012; Gaulejac & Hanique, 2024; Braz et al., 2024), dos Estudos de Mídia (Sibília, 2008; Bruno, 2013; Karhawi, 2020) e dos Estudos de Plataformas (Grohmann, 2020; Srnicek, 2017; Poell et al., 2020; Abílio et al., 2021), permitindo compreender as implicações psicossociais do trabalho plataformizado na saúde dos psicólogos clínicos.

Resultados

Perfil sociodemográfico e condições de trabalho

A amostra da pesquisa foi composta por 170 psicólogos(as) clínicos(as), com predominância de profissionais da região Sudeste (62,5%), seguida pela região Sul (20%). A representatividade de outras regiões foi reduzida devido aos limites do método de coleta, porém, participaram profissionais oriundos de todas as regiões do Brasil. A maioria dos respondentes foi composta por mulheres (84%), pessoas brancas (65%), seguidas por pardas (22%), pretas (9%) e amarelas (4%). A faixa etária predominante situou-se entre 24 e 35 anos (60%). Metade dos participantes se declarou solteiro(a), 72% não possuem filhos, 65% têm alguma pós-graduação (*lato* ou *stricto sensu*) e 61% são egressos de instituições privadas de Ensino Superior. Tal perfil é consonante com o CensoPsi (Sandall et al., 2022), que constatou que a Psicologia, no Brasil, é composta por um grupo de profissionais majoritariamente jovem, com escolaridade elevada, constituído por mulheres e brancos. Enquanto 65% da amostra atua na Psicologia Clínica há, no máximo, cinco anos, o CensoPsi (Sandall et al., 2022) indica um percentual inferior (38%) para esse mesmo recorte.

A renda média salarial, considerando todas as fontes de rendimento, foi de R\$ 6.620,58. Quando isolada apenas a remuneração proveniente do trabalho na clínica, a média caiu para R\$ 5.202,94. Importante salientar que 59% dos psicólogos relataram ganhos de até R\$ 6.000,00, valor próximo à média da categoria no país – R\$ 5.964,08 (Sandall et al., 2022). Apesar de estar acima da média da população brasileira, a remuneração da Psicologia apresenta queda acentuada nas últimas décadas: redução de 33% em relação a 2010 e de 45% em comparação com 1980 (Bentivi et al., 2022).

O cenário de informalização e precarização da profissão também é evidenciado nos dados do CensoPsi, que apontam que 59% dos profissionais exerciam atividades em mais de um campo da Psicologia, 17,5% acumulavam funções em outras áreas e, mais importante, 71% tinham múltiplos vínculos, e 22% mantinham quatro ou mais vínculos distintos (Bentivi et al., 2022). Os dados deste estudo corroboram essa realidade: 93% dos respondentes atuavam como autônomos – sendo 63% exclusivamente –, 48% tinham mais de um vínculo profissional e 65% se identificavam como empreendedores no campo da Psicologia. Em relação à carga horária, 48% trabalhavam mais de 30 horas por semana, somando todos os vínculos. Quanto ao volume de atendimentos, a média mensal relatada foi de 17 pacientes, contudo, esse valor deve ser ponderado, pois 15% da amostra atendia mais de 30 pacientes todos os meses.

Tabela 1
Sociodemografia ocupacional e de renda

Variável	Categoria	Percentual
Quantidade de vínculos de trabalho, contando com atuação na clínica	1 vínculo	52%
	2 vínculos	39%
	3 vínculos	7%
	4 ou mais vínculos	2%
Carga horária semanal total de trabalho, considerando todos os vínculos de trabalho	Até 10h	10%
	11h a 20h	18%
	21h a 30h	24%
	31h a 40h	23%
	41h a 50h	17%
	Mais de 51h	8%
Número médio de pacientes mensais atendidos	Até 5	11%
	6 a 10	21%
	11 a 20	28%
	21 a 30	25%
	Mais de 30	15%
Renda média mensal, considerando todos os vínculos de trabalho (em R\$)	1.000 a 2.000	10%
	2.001 a 4.000	28%
	4.001 a 6.000	21%
	6.001 a 8.000	10%
	8.001 a 10.000	9%
	10.001 a 12.000	8%
	12.001 a 15.000	5%
	15.001 a 17.000	3%
	Mais de 17.000	6%

Exatos 65% dos participantes realizavam seus trabalhos na clínica de maneira independente, sem nunca terem recorrido a plataformas coletivas de atendimento *on-line* – nas quais se observa a radicalização da uberização da Psicologia Clínica (Bonfim, 2024). Entre os profissionais que utilizam esses serviços, observou-se um cenário pulverizado, com a menção a

16 plataformas distintas. As mais citadas foram Psymeet (12,4%), Psicologia Viva (8,2%) e ZenKlub (3,5%).

Mais da metade dos participantes (61%) atendiam exclusiva ou majoritariamente de maneira remota, motivados principalmente pela redução de custos fixos do atendimento presencial (54%), pela possibilidade de atender pessoas de outras cidades (90%), pela flexibilidade com horários (51%) e pelo maior conforto (25%). No entanto, os profissionais também manifestaram algumas desvantagens nos atendimentos remotos, como problemas de conexão com a internet dos pacientes (49%), a falta do contato presencial (34%), a exaustão emocional e cognitiva (32%), a dificuldade em separar os espaços profissional e familiar (28%) e a sensação de isolamento (25%).

Produção de conteúdo em mídias sociais e tecnoestresse

No âmbito da produção de conteúdo em mídias sociais, a plataforma mais utilizada foi o Instagram (99%), seguida pelo TikTok (28%) e Facebook (28%). O tempo médio despendido nessa atividade foi de até cinco horas semanais para 62% da amostra, porém, chama a atenção o fato de que 23% não souberam estimar esse tempo. As entrevistas realizadas sugerem, ainda, que tais dados tendem a ser subestimados, pois muitos profissionais não reconhecem essa atividade como parte efetiva de sua jornada de trabalho. Quando consideradas as dificuldades de desconexão das plataformas digitais, a mensuração desse tempo torna-se ainda mais opaca.

As três motivações preponderantes para se engajar nesse trabalho variam entre estratégias de captação de pacientes (83%), divulgar conhecimentos com outras pessoas (46%) e construção de uma figura de autoridade profissional (35%). No que diz respeito às fontes de captação de pacientes, as principais relatadas foram: indicações dos próprios pacientes (83%), indicações de outros psicólogos (60%), produção orgânica de conteúdo em mídias sociais (41%) e indicações de outros profissionais de saúde (37%).

A produção de conteúdo é, portanto, percebida como instrumento estratégico para inserção no mercado e visibilidade profissional. Todavia, 54% dos participantes relataram sentir-se pressionados pela lógica de produtividade imposta pelas plataformas, 37% expressaram frustração com a baixa performance de seus conteúdos, e 35% destacaram a dificuldade de manter uma rotina de publicações recorrentes. Outros fatores ansiogênicos recorrentes incluíram o receio da exposição em vídeos (24%), o tempo excessivo demandado (22%) e a dificuldade de desconexão das redes sociais (19%). Nas entrevistas, os testemunhos dos participantes evidenciaram uma tensão entre a instrumentalização das mídias como ferramenta de trabalho e o desgaste subjetivo decorrente da autoexposição constante.

Tais vivências se coadunam com os níveis de tecnoestresse observados na amostra. Com base na Escala RED/TIC, observou-se que 9% dos participantes apresentaram níveis elevados de tecnoestresse, 40%, níveis moderados e 51%, baixos. No entanto, a análise por dimensão revela um quadro mais complexo: 32% da amostra apresentou altos escores na dimensão fadiga, enquanto 20% demonstraram ansiedade elevada relacionada ao uso contínuo de NTICs. A dimensão

descrença apresentou índices elevados em 17% da amostra, e ineficácia em apenas 5% – o que é natural, tratando-se de uma população relativamente jovem.

Apenas 13% dos profissionais com altos níveis de tecnoestresse avaliaram sua saúde emocional como “ruim” ou “muito ruim”, o que indica que tal fenômeno tende a não ser percebido imediatamente pelos profissionais. Nas entrevistas, como em duas questões abertas colocadas no questionário, emergiram queixas e frustrações relacionadas a pressões para se produzir conteúdo com frequência, ao senso de urgência imposto pela lógica algorítmica das plataformas e ao tempo excessivo despendido nessa atividade (em especial quando não há o retorno esperado em termos de engajamento).

Houve ainda relatos ligados à falta de criatividade para se produzir conteúdo nas mídias, à baixa conversão de clientes e ao sentimento de competição desleal, em vista do excesso de desinformação difundida nas plataformas, em especial sobre aspectos relacionados à saúde mental. Foi ponto pacífico entre os participantes que conteúdos mais superficiais têm mais alcance do que aqueles mais complexos, o que gera decepção entre os trabalhadores. Comentários preconceituosos e estereotipados (sobretudo vindo dos pares), discursos de ódio e críticas de colegas também foram citados como fontes de ansiedade, levando alguns profissionais a adotar estratégias de defesa específicas, como evitar comentários e bloquear perfis hostis.

A Tabela 2 sintetiza os principais dados quantitativos e qualitativos relativos às manifestações de tecnoestresse, possibilitando uma leitura integrada das condições objetivas de trabalho e das experiências subjetivas relatadas pelos profissionais.

Tabela 2

Dimensões da produção de conteúdo em mídias sociais, queixas e frustrações dos participantes

Dimensões	Caracterização	Queixas e frustrações
Há quanto tempo produz conteúdo com recorrência nas mídias sociais?	Menos de um ano (27%); entre 1 e 2 anos (27%); entre 3 e 4 anos (30%); mais de 5 anos (16%)	“Produzir conteúdo em si é muito frustrante, pois tenho dificuldade com a exposição.”
Tempo dedicado semanalmente	Até 5 horas (62%); de 5 a 10 horas (13%); de 10 a 20 horas (1%); mais de 20 horas (1%); não sei dizer (23%)	“Me frustro com a falta de engajamento. Percebo que quando se trata de publicações com conteúdo mais profundos, as pessoas não aderem.”
Sentimentos negativos associados	Pressão pelas plataformas (54%); frustração pela falta de engajamento (37%); cansaço criativo (35%); receio de exposição em vídeos (24%); sensação de perda de tempo (22%); dificuldades de se desligar das mídias sociais (19%)	“O pouco tempo em que as postagens reverberam, tudo se torna descartável rapidamente”; “Ver outras pessoas produzindo conteúdos bobos e viralizando, enquanto eu produzo conteúdos sérios e quase não tenho alcance.”
Tecnoestresse (Escala RED/TIC)	Índices gerais: baixo (51%); médio (40%) e alto (9%). Dimensões específicas: fadiga (32%), ansiedade (20%), descrença (17%), ineficácia (5%)	“Honestamente, gostaria que não existisse mais essa pressão que se tem para autônomo produzir conteúdo. Acho cansativo demais.” “A dificuldade da separação entre trabalho e vida pessoal trabalhando no on-line é a maior dificuldade.”
Perfil dos participantes com altos níveis de tecnoestresse (9%)	Mulheres (93%); pessoas solteiras, divorciadas ou separadas (73%); dois ou mais vínculos de trabalho (53%); rendimento médio de até R\$ 4.000; atendem mais de 20 pacientes (40%) mensalmente e somente ou predominantemente de maneira remota (60%); Sentimento de pressão pela lógica de produtividade das plataformas (73%); dificuldades de se desligar do trabalho (40%) e das mídias sociais (33%).	“Organizar o tempo para produção e atendimento, não ter um alcance satisfatório ao tempo dedicado para o trabalho, julgamento dos outros etc.” “É desconsiderado que hoje a produção de conteúdo é uma profissão à parte, então em muitos momentos sinto que desempenho duas profissões. Sem contar quanto o conteúdo pode ser descartável e o cuidado que é preciso para criar algo ético sobre a Psicologia.”

Os dados reunidos reforçam a compreensão da produção de conteúdo como uma forma de trabalho invisível, que parece se colocar como imperativo para parte significativa da categoria, diante das reconfigurações recentes de seus ofícios. Revela-se, assim, um quadro paradoxal: se, por um lado, as plataformas digitais ampliam a visibilidade, rompem barreiras geográficas e potencializam a rentabilidade na clínica, por outro, inserem os profissionais da Psicologia em um ciclo insidioso de dependência tecnológica e pressão contínua por produtividade e engajamento. Na próxima seção, analisaremos os impactos desse fenômeno na saúde desses trabalhadores.

Discussão

Os resultados do estudo evidenciam transformações significativas na organização e condições de trabalho de psicólogos clínicos no Brasil. A análise conjunta de dados revela uma vinculação irredutível da plataformação do trabalho com o campo da Psicologia, de modo que os atendimentos *on-line* parecem se consolidar como tendência substantiva, sobretudo entre profissionais jovens. Junto à produção de conteúdo em mídias sociais, tais tecnologias parecem produzir níveis preocupantes de tecnoestresse, em uma população cuja parte significativa é caracterizada por mulheres, jovens e que têm mais de um vínculo de trabalho.

A escuta das vivências dos trabalhadores revela conflitos e a emergência de um mal-estar difuso, opaco, que tende a ser naturalizado, à medida que tais profissionais se confrontam com a exigência de performance de engajamento e presença constante nas mídias sociais como via de sobrevivência no mercado e garantia de subsistência. A seguir, serão analisados os principais resultados, numa discussão organizada em três núcleos de sentido: 1) plataformação e ambivalências do trabalho na clínica *on-line*; 2) produção de conteúdo como trabalho invisibilizado e performativo; 3) tecnoestresse como expressão de sofrimento sociopsíquico e estratégias de enfrentamento.

Plataformação e ambivalências do trabalho na clínica *on-line*

Os resultados indicam que a plataformação da Psicologia Clínica aprofunda uma tendência histórica de informalização da profissão no Brasil (Braz, 2021; Bentivi et al., 2022). Com base no CensoPsi publicado em 2022, Puentes-Palacios e Bastos (2022) evidenciam que a Psicologia é caracterizada por condições parciais de precariedade, sendo marcante o sentimento de insegurança e instabilidade. Não parece banal o fato de que 71% dos psicólogos(as) tenham mais de um vínculo de trabalho, 22% acumulem ao menos quatro vínculos distintos e 59% exerçam atividades em mais de um campo da Psicologia (Bentivi et al., 2022). Ao focalizarmos a Psicologia Clínica, constata-se uma radicalização desse cenário. Entre 170 participantes, 93% atuavam como autônomos, e 63% de maneira exclusiva. Quase metade da amostra tinha mais de um vínculo profissional, com 15% da amostra atendendo mensalmente mais de 30 pacientes. Tais dados, quando analisados à luz da perda progressiva de rendimentos médios da categoria desde os anos de 1980 (Bentivi et al., 2022), ilustram a exacerbação da instabilidade apontada no CensoPsi.

Tais transformações se articulam às dinâmicas do capitalismo de plataforma (Srnicek, 2017; Poell et al., 2020), nas quais o trabalho clínico depende, infraestruturalmente (Plantin, 2018), de tecnologias como mídias sociais, *softwares* de videoconferência e agendamento, operados sob gestão algorítmica (Grohmann, 2020), “que, em última instância, representam um controle político e ideológico que recai sobre os trabalhadores” (Braz et al., 2022, p. 763). Esses dispositivos demandam habilidades técnicas e competências que comumente extrapolam as competências tradicionais da formação em Psicologia.

Observou-se ainda uma convergência entre plataformação e uberização (Abílio et al., 2021), concebida como produto das supressões de proteções sociais e trabalhistas, caracterizada pela transferência de custos e riscos aos trabalhadores, pela proliferação do trabalho fragmentado, informal e precarizado (Abílio et al., 2021). Ao considerar somente os psicólogos que trabalham em plataformas coletivas de atendimento *on-line*, essa precarização se expressa na depreciação ainda maior de seus rendimentos na clínica: 34% recebiam até R\$ 2.000 por mês, e 41% até R\$ 4.000.

A clínica *on-line* foi associada pelos participantes à redução de custos físicos. Em vez de investir no aluguel ou na aquisição de uma sala de atendimento, é comum que os profissionais transformem cômodos domésticos em seus consultórios. Ocorre, contudo, a dissolução das fronteiras entre espaço privado e profissional, sobretudo nos casos de profissionais recém-formados. O caso de Sofia é ilustrativo desse processo:

Eu fico na casa dos meus pais, então tive que colocar a plaquinha na porta, tipo “em atendimento”. E às vezes não funciona, coloca a plaquinha, tenta um abrir a porta, então agora tranca a porta, fecha a janela, a cortina fica fechada, então fica difícil, porque tem que ter um pouco de cuidado nesse sentido, mas ainda assim é um pouco difícil. Eles entendem, mas às vezes não entendem tanto assim, sabe? (Sofia)

Além do espaço, o tempo de trabalho também se torna difuso, com contornos imprecisos. “Achei que quando começasse a trabalhar de casa ia me dar mais tempo, mas hoje sinto que trabalho o tempo todo. Tá difícil dizer quando começa ou termina meu trabalho”, descreveu Eduardo. A clínica *on-line*, ao mesmo tempo que rompe fronteiras físicas, diminui custos fixos e aumenta a possibilidade de rendimentos econômicos, parece também reorganizar o cotidiano dos profissionais sob um regime de intensificação invisível. Falta de privacidade, dificuldade em estabelecer os contornos do tempo de trabalho e não trabalho, entre espaço privado e profissional, são traços que ecoam como injunções paradoxais (Gaulejac & Hanique, 2024) próprias de um trabalho engendrado pela plataformação.

Essas injunções, conforme formulam Gaulejac e Hanique (2024), são exigências simultâneas e paradoxais que colocam o trabalhador diante de dilemas insolúveis, exigências impossíveis de serem satisfeitas: “ser autônomo”, mas sempre disponível; “ter liberdade”, mas estar permanentemente conectado; “cuidar de si”, mas manter constância, presença e produtividade contínuas. No contexto desta pesquisa, tais paradoxos se materializam na aparente autonomia

conferida aos profissionais, mobilizados a autogerir seus atendimentos, horários e produção de conteúdo, mas que, na prática, se veem subordinados a um regime de disponibilidade permanente, autovigilância e cobrança contínua de si mesmo por produtividade e constância no digital. A promessa de liberdade espacial e temporal converte-se, gradualmente, em incremento da carga mental e em novas formas de desgaste subjetivo no trabalho (Braz, 2021).

Em suma, os dados indicam que a plataformação da clínica psicológica não se desenvolve à margem da informalização histórica da Psicologia. Ao contrário, funciona como vetor de intensificação e aprofundamento desse processo, em especial quando uberizada e vinculada à produção de conteúdo nas mídias sociais. À medida que oferece uma ampla gama de recursos sociotécnicos que permitem ampliar o escopo da atividade clínica, a plataformação introduz uma gramática específica de injunções paradoxais e de responsabilização individual, sustentada por uma lógica de autogerenciamento subordinado. Abílio (2019) descreve tal conceito como forma de gestão característica da uberização do trabalho, na qual o trabalhador, embora identificado como “autônomo” ou “empreendedor de si”, na prática não exerce uma autonomia plena, pois permanece estruturalmente subordinado às lógicas, métricas e exigências das plataformas. Assim, a autonomia prometida se converte em obrigação de autogestão permanente sob critérios externos, numa relação assimétrica de poder que desloca para o indivíduo os riscos e os custos de seu trabalho.

Produção de conteúdo como trabalho invisibilizado e performativo

Em consonância com Casilli (2025), compreendem-se as mídias sociais como plataformas de trabalho – via de regra, não remunerado. A produção de conteúdo deixa de ser mera ferramenta de divulgação e se torna mais uma atividade que se soma à jornada laboral de psicólogos clínicos. Como apontavam Gaulejac e Taboada-Léonetti (1994), diante da instabilidade das posições individuais, da reprodução das desigualdades, do aumento da competição, da descartabilidade e da exacerbação da corrida ao mérito, os indivíduos passaram a se engajar em uma luta individualizada por destaque e reconhecimento. Após mais de 30 anos da publicação dessa obra, esta lógica se intensificou: a construção de si passou a ser exigência de sobrevivência no mercado, e os profissionais migraram da clínica para as telas, assumindo também a função de gestores da própria visibilidade.

Uma das principais motivações apontadas para a produção de conteúdo envolve a construção de uma autoridade profissional (35%). Ao afirmarem sua presença nas mídias sociais, os psicólogos visam construir uma espécie de *currículo on-line* (Karhawi, 2020), esteticamente organizado em conformidade com a gestão algorítmica das plataformas. Além de ferramenta de divulgação de seus trabalhos, as mídias servem para a expansão do capital social (Gaulejac, 2024) do trabalhador. É nesse percurso que o psicólogo vislumbra mais pacientes procurando seu serviço e, em alguns casos, inclusive passa a vender outros serviços *on-line*, como cursos, super-visorias e mentorias.

No entanto, apesar de sua centralidade, essa atividade parece ser invisibilizada como forma de trabalho, não apenas pelas plataformas, governadas majoritariamente por Big Techs (Casilli, 2025), mas também pelos próprios trabalhadores. Isso fica patente no fato de que 23% dos participantes não souberam estimar o tempo dedicado à produção. Nas entrevistas, constatou-se que a produção de conteúdo tende a ser incorporada ao longo da rotina diária dos participantes, o que dificulta sua identificação. A leitura de um livro, os atendimentos na clínica, reuniões em família e momentos de lazer são atividades que passam a ser “fontes de *insight*” para a elaboração de conteúdo. Além disso, é preciso estar atento às *trends* – conteúdo, estilos ou comportamentos que estão em alta –, pois publicações atreladas a elas costumam ter mais engajamento. Quanto à necessidade de produção e visibilidade, Anderson relata sua tentativa de terceirizar este trabalho para um profissional de *marketing*:

Eu até tentei pensar numa projeção *on-line* maior gerando conteúdo, né? Então até contratei um assessor de rede social para me ajudar a construir conteúdo, mas foi um desastre porque, justamente isso, meu padrão crítico não aceitava [...]. Eu queria criar conteúdo e ele me mandava outra coisa, só que eu estava começando a ficar sem tempo e eu tinha que fazer uma revisão de tudo que me mandava e evitava porque era uma linguagem muito diferente do que eu queria passar de Psicologia. [...] por fim eu desisti (Anderson).

Essa opacidade temporal não parece ser acidental, mas constitui um dos efeitos do autogerenciamento subordinado (Abílio, 2019). Os profissionais são convocados a gerir autonomamente sua imagem, produtividade e engajamento, enquanto permanecem subordinados à lógica dos mecanismos de governança das plataformas. O relato de Anderson ilustra essa dinâmica: mesmo ao tentar terceirizar parte da tarefa, ele se viu obrigado a revisar, corrigir e adequar o material, ampliando ainda mais o tempo despendido. A produção de conteúdo, portanto, constitui uma atividade contínua, invisível e difícil de mensurar, cuja carga recai sobre o indivíduo e não é percebida como jornada efetiva de trabalho.

Os dados qualitativos do estudo indicam que psicólogos jovens, no início de suas trajetórias profissionais, cujas agendas ainda não estão preenchidas integralmente, tendem a ter uma relação de dependência maior para com a gestão algorítmica das mídias sociais. Ainda que, com o tempo, haja um afrouxamento, ela não desaparece. Como descreve Ângelo: “Antes, para mim, era uma regra para produzir todo dia. Atualmente eu produzo só quando eu quero, do jeito que eu quero. Eu tento fazer do jeito mais orgânico, mas eu ainda me esforço para produzir todos os dias”. Tal pressão é sentida sobretudo de forma subjetiva, como cobrança e autovigilância (Braz, 2021), mas é muitas vezes naturalizada, vivida como uma injunção paradoxal (Gaujejac & Hanique, 2024): “é preciso jogar o jogo” (Bruna), “essas são as tendências do mercado, não dá pra fugir” (Kelly).

Mais do que indagar se a produção de conteúdo seria “necessária” ao exercício da Psicologia Clínica atualmente, os dados sugerem que tal atividade foi se constituindo como um imperativo de visibilidade, naturalizado no cotidiano profissional, ainda que sua efetividade concreta

seja limitada. De fato, embora 41% dos participantes indiquem a produção de conteúdos como uma das principais vias de captação de pacientes, os dados revelam que as formas tradicionais de indicação (oriunda de pacientes e de outros psicólogos) seguem sendo a principal porta de entrada para novos atendimentos. Ou seja, embora ela seja comumente apreendida como um imperativo por parte dos trabalhadores, sua centralidade não deriva apenas de sua eficácia objetiva.

As teorizações de Bruno (2013), subsidiadas em Michel Foucault e Gilles Deleuze, ajudam a avançar na compreensão dessa contradição. A autora argumenta que os processos de subjetivação são atravessados por regimes de visibilidade, os quais reconfiguram continuamente as formas de ver e de ser visto em nossa sociedade. Após a popularização da internet, a compressão do tempo e do espaço originou novas dinâmicas de sociabilidade e de consumo (Lipovetsky, 2007). A internet borrou as fronteiras entre público e privado, entre intimidade e vigilância, e tornou possível que espectadores passivos e desconhecidos das mídias tradicionais se tornassem produtores de sua própria visibilidade (Karhawi, 2020). O *ver* e o *ser visto* passam a ser condicionados por tendências performáticas, exibicionistas, que suprimem o paradigma que concebia a intimidade como segredo (Sibila, 2008; Karhawi, 2020).

A intimidade se deslocou para o exterior e a privacidade passou a ser mobilizada pela visibilidade midiática (Karhawi, 2020). Para *ver* e *ser visto*, é preciso garantir a participação do público, afinal, “participar é *fazer-se presente*” (Karhawi, 2020, p. 52, grifo da autora). Engendrados no regime de visibilidade contemporâneo e inspirados pelo engajamento obtido por influenciadores, os psicólogos migram para as mídias sociais e assumem para si a produção de conteúdo. Para além do conhecimento profissional, na busca pela sobreposição social e rentabilização do tempo (Gaulejac & Hanique, 2024) e motivados pelo empreendedorismo de si – entendido no contexto do autogerenciamento subordinado proposto por Abílio (2019) –, tais profissionais trabalham para ampliar seu engajamento, mas, antes de tudo, para *serem vistos*. “Cada vez mais, é preciso aparecer para ser”, destaca Sibilia (2008, p. 111). Estar fora das mídias sociais significa correr o risco de não ser visto e, portanto, não existir socialmente.

Exatamente devido a essa contradição, o confronto com esse imperativo produz efeitos subjetivos ambíguos. Parte significativa dos profissionais reconhece que a presença no digital ampliou sua clientela e, portanto, ainda que de maneira periférica, contribuiu para o aumento de sua rentabilidade. Todavia, há uma contrapartida a se pagar: o sofrimento derivado da pressão por produção constante (54%), a frustração pela falta de engajamento (37%), cansaço criativo (35%), sensação de perda de tempo (22%), dificuldade de se desligar (19%) etc. Também há angústias relacionadas ao medo de críticas e discursos hostis. Instaura-se uma vigilância simbólica (Gaulejac & Hanique, 2024) proveniente do público, em especial de colegas de profissão, que produz uma tensão permanente, intensificada quando são referidos em tons pejorativos: “não suporto quando dizem que virei blogueirinha, porque estou produzindo conteúdo no Instagram, como se eu estivesse aqui fazendo dancinha” (Vanessa).

A exposição de si torna-se, assim, uma exigência paradoxal (Gaulejac & Hanique, 2024): para ser reconhecido, é preciso aparecer; mas essa visibilidade exige constante vigilância e

resiliência subjetiva diante das críticas. Esse regime de visibilidade (Bruno, 2013) é tributário de mecanismos de governança instáveis e com pouca transparência por parte das plataformas (Liu & Zhang, 2023; White & Hanley, 2025), o que contribui para que o baixo engajamento seja sentido, por vezes, como fracasso pessoal. Nesse reduto, compreendida como um trabalho não remunerado e performativo, a produção de conteúdo frequentemente se configura como uma dimensão central e naturalizada na Psicologia Clínica, mas sua carga subjetiva e temporal segue ainda invisibilizada. Ao mesmo tempo que promove visibilidade, produz novas vulnerabilidades na categoria.

Tecnoestresse como expressão de sofrimento sociopsíquico e estratégias de enfrentamento

Concebe-se, nesta pesquisa, que o tecnoestresse não se reduz a um efeito colateral do uso intensivo de NTICs, senão que corresponde a um sofrimento sociopsíquico que atravessa o ofício do psicólogo clínico na atualidade. A partir da Sociologia Clínica, compreende-se que o tecnoestresse é produto de um nó sociopsíquico (Gaulejac, 2020) que evidencia a irredutibilidade entre social e psíquico da experiência humana (Braz, 2021). Mais do que uma reação ao uso das NTICs, é resultado do acúmulo de exigências contraditórias impostas pela plataformização do trabalho, de modo que parece mimetizar um conjunto de tensões que se expressam entre a história de vida dos trabalhadores, as injunções paradoxais evidenciadas e as tensões estruturais do trabalho na sociedade atual (Braz, 2021).

Embora 51% dos participantes tenham apresentado baixos níveis de tecnoestresse, 40% manifestaram níveis médios e 9%, altos níveis. Esses últimos merecem atenção especial. Conforme verificado na Tabela 2, trata-se, em sua maioria, de pessoas jovens, mulheres³, com menos de cinco anos de experiência profissional, com dois ou mais vínculos de trabalho e intensas jornadas laborais, mas com rendimentos médios inferiores aos dos demais participantes. Na prática, são profissionais que trabalham mais que a média da amostra, permanecem mais tempo conectados e, paradoxalmente, recebem menos. Nesses casos, exacerba-se também o sentimento de pressão pela lógica de produtividade das plataformas (73%), a dificuldade de desconexão do trabalho (40%) e das mídias sociais (33%). Como relata Vanessa, “às vezes parece que minha cabeça não para nunca. Fico rolando a *timeline* do Instagram pra ver o que outras psicólogas estão fazendo, pensando no que eu poderia fazer, mas isso me cansa... mas não consigo parar”.

Os conflitos neste âmbito não se reduzem à relação do indivíduo com seu trabalho e sua vida pessoal. São também condicionados por lógicas algorítmicas que suscitam dependência e exigem performance constante sob a aparência de autonomia. O tempo livre se torna tempo de antecipação e planejamento da próxima postagem, especialmente quando há instabilidade financeira. Nesse contexto, o sofrimento é individualizado e exige estratégias pessoais de enfrentamento, como psicoterapia, atividade física, bloqueios de comentários, planejamento da frequência de postagens, uso de aplicativos para diminuir tempo de uso de mídias sociais, uso de

3 Este dado deve ser ponderado, dado que 84% da amostra é composta por mulheres.

dois aparelhos celulares (pessoal e profissional), evitar ler comentários e assistir a conteúdos já postados etc. No entanto, esses recursos atuam mais sobre os sintomas do que sobre as causas do mal-estar. O autogerenciamento subordinado (Abílio, 2019) se estende também para as mídias sociais e o tecnoestresse surge como sintoma da fragilidade coletiva da categoria.

Ainda assim, as entrevistas evidenciaram elementos protetivos de saúde. O sentido do trabalho (Dejours, 2012) para esses profissionais está relacionado ao processo de desenvolvimento de seus pacientes e, por conseguinte, de si mesmo. Foi evocada variadas vezes a importância de se contribuir para a transformação efetiva da vida de seus pacientes, o que se revelou uma fonte primária de reconhecimento e validação subjetiva. Quando as condições materiais e simbólicas são minimamente preservadas, o trabalho na clínica psicológica parece constituir um espaço privilegiado de construção de sentido e, portanto, de realização pessoal e profissional (Yang & Hayes, 2020).

Outro fator fundamental diz respeito à constituição de redes de interlocução profissional. A despeito da tendência ao isolamento (Yang & Hayes, 2020), profissionais que participam de coletivos, supervisões clínicas, associações ou grupos de estudo relataram maior suporte afetivo e profissional. À medida que permitem o intercâmbio de experiências, afetos e frustrações, tais espaços funcionam como zonas coletivas de elaboração simbólica do sofrimento. Maria, ao se remeter ao tripé da psicanálise (análise pessoal, supervisão clínica e estudo teórico), complementou: “Para mim, existe um quarto pilar que é vital na clínica... Que é a construção de espaço de trocas com outras pessoas que estão na clínica. Isso pra mim é fundamental”.

Reconhecer o sofrimento como linguagem singular do sujeito diante de um cenário repleto de contradições parece ser condição elementar para sua elaboração. O tecnoestresse não se reduz apenas a um desequilíbrio entre demandas e recursos do trabalho, mas expressa, mais profundamente, um sofrimento sociopsíquico decorrente da reconfiguração do trabalho da Psicologia Clínica sob égide da plataformação. Como sintoma, aponta os limites de um trabalho assentado na lógica da visibilidade, da autovigilância e da conexão constante. Portanto, investir na criação de espaços coletivos de troca, onde se pode compartilhar e reconhecer vulnerabilidades, parece constituir uma estratégia fundamental de resistência à naturalização do insuportável. Ao politizar o sofrimento, amplificam-se as possibilidades de construir vínculos genuínos, reafirmar sentidos e produzir saúde no exercício da clínica psicológica.

Considerações finais

A pergunta que compõe o título deste estudo foi elaborada de maneira prefigurativa e provocativa, com a finalidade de tensionar as transformações contemporâneas do trabalho clínico: estaria o(a) psicólogo(a) clínico(a) “virando *influencer*”? Os resultados apresentados permitem qualificar essa provocação. Ainda que os dados não sustentem a ideia de uma transformação de identidade profissional, revelam que as lógicas que estruturam o trabalho dos influenciadores digitais (visibilidade permanente, performance, autogerenciamento e engajamento) têm atravessado e reorganizado de modo crescente o cotidiano dos trabalhadores. Assim, mais do que

indicar um deslocamento identitário, a pesquisa evidencia que tais lógicas passam a compor as condições objetivas e subjetivas sob as quais o ofício da Psicologia Clínica é exercido em plataformas digitais.

A plataformação do trabalho, longe de ser acessória, revelou-se elemento estruturante da reconfiguração das condições laborais da categoria. Os resultados indicam que o trabalho remoto amplia a atuação geográfica e reduz custos, mas também aprofunda a informalização e o autogerenciamento, esmaecendo as fronteiras entre vida pessoal e profissional, tempo de trabalho e não trabalho, bem como instaurando uma lógica de intensificação silenciosa das jornadas laborais.

A produção de conteúdo em mídias sociais, vivida por muitos como um imperativo para inserção no mercado, emerge como um trabalho performativo e invisibilizado. Operando sob um regime de visibilidade e gestão algorítmica das plataformas digitais, essa prática impõe pressões constantes por engajamento, autovigilância e exposição. Associado a isso, o uso intensivo das NTICs tem produzido níveis relevantes de tecnoestresse, especialmente entre profissionais com múltiplos vínculos, que permanecem mais tempo conectados, com jornadas ampliadas e baixa remuneração – configurando um sofrimento vivenciado de forma individualizada e fragmentada do coletivo da categoria.

Ao situar o tecnoestresse como um sintoma sociopsíquico, produto das contradições da plataformação, buscou-se evidenciar os limites de formas de trabalho assentadas na lógica da performance, da visibilidade e da conexão constante. O enfrentamento desse sofrimento ocorre, em grande parte, mediante estratégias individuais, centradas em práticas de autocuidado e autovigilância, porém que incidem sobre os sintomas, e não sobre as causas desse mal-estar. Em contrapartida, elementos protetivos como o sentido atribuído ao trabalho clínico e a participação em redes coletivas de suporte surgem como fatores fundamentais para elaboração simbólica do sofrimento e fortalecimento da saúde mental dos profissionais.

A despeito da densidade dos resultados e discussões, limites importantes são evidenciados pelo desenho do estudo. Tratando-se de uma amostragem não probabilística, com delineamento transversal, os resultados desta pesquisa não são generalizáveis, de modo que devem ser apreendidos como indicativos de tendências a serem aprofundadas em estudos posteriores. O perfil majoritariamente feminino da amostra, embora em consonância com o perfil sociodemográfico da Psicologia no Brasil, convida à realização de análises interseccionais que considerem os efeitos combinados de gênero, raça, classe e território nos modos de vivenciar a plataformação. Sugere-se que pesquisas futuras, discussões sobre formação acadêmica e ações dos conselhos da categoria contemplem e aprofundem esse debate, na busca por desdobramentos éticos e políticos aos desafios colocados pela plataformação do trabalho.

Referências

- Abílio, L. C. (2019). Uberização: do empreendedorismo para o autogerenciamento subordinado. *Psicoperspectivas: Individuo y Sociedad*, 18(3), 1–11. <http://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol18-issue3-fulltext-1674>
- Abílio, L. C. (2020). Plataformas digitais e uberização: a globalização de um Sul administrado? *Contracampo: Brazilian Journal of Communication*, 39(1), 12–26. <http://dx.doi.org/10.22409/contracampo.v39i1.38579>
- Abílio, L. C., Amorim, H., & Grohmann, R. (2021). Uberização e plataformação do trabalho no Brasil: conceitos, processos e formas. *Sociologias*, 23(57), 26–56. <https://doi.org/10.1590/15174522-116484>
- Araújo, J. N. G., Monteiro, R. P., Fonseca, J. C. F., Vieira, C. E. C., & Costa, R. S. M. (2020). A tecnologia e a atividade dos psicólogos e psicólogas em tempos da pandemia de Covid-19: Desafios e apontamentos. *Psicologia em Revista*, 26(3), 1101–1120. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2020v26n3p1101>
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Bentivi, D. R. C., Porto, J. B., & Dias, L. M. M. (2022). Características da inserção no mundo do trabalho e condições para o exercício profissional. In *Quem faz a Psicologia brasileira? Um olhar sobre o presente para construir o futuro: formação e inserção no mundo do trabalho* (Vol. 1, pp. 159–174). Conselho Federal de Psicologia.
- Biazi, A. T. (2025). *A monetização de si no live streaming: trabalho, saúde e subjetividade de streamers brasileiros*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual de Maringá].
- Bonfim, J. (2024). *Vivências subjetivas de psicólogos(as) clínicos(as) no contexto do trabalho plataformizado*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Católica de Brasília].
- Borle, P., Reichel, K., & Voelter-Mahlknecht, S. (2021). Is there a sampling bias in research on work-related technostress? A systematic review of occupational exposure to technostress and the role of socioeconomic position. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 2073. <https://doi.org/10.3390/ijerph18042073>
- Braz, V. M. (2021). *Trabalho, sociologia clínica e ação: alternativas à individualização do sofrimento*. Editora Fi.
- Braz, V. M., Mendes, T. C., & Ferreira, Y. A. (2022). Ideologia gerencialista e plataformas de treinamentos de dados para inteligência artificial (IA): condições de trabalho e saúde dos trabalhadores no Brasil. *Reciis – Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde*, 16(4), 759–784.
- Braz, M. V., Tubaro, P., & Casilli, A. A. (2023). *Microtrabalho no Brasil: Quem são os trabalhadores por trás da inteligência artificial?* Relatório de pesquisa DiPLab & Latraps. <https://diplab.eu/?p=2833>
- Braz, M. V., Silva, P. H. I., Carreteiro, T. C., & Nunes, C. G. F. (2024). *Sociologia Clínica e Psicossociologia: teorias e práticas*. Editora Fi.
- Bruno, F. (2013). *Máquinas de ver, modos de ser: vigilância, tecnologia e subjetividade*. Sulina.
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2010). Tradução, adaptação e exploração de propriedades psicométricas da escala de tecnoestresse (RED/TIC). *Psicologia em Estudo*, 15(1), 171–178.
- Casilli, A. A. (2025). *Waiting for robots*. The University of Chicago Press.
- Conselho Federal de Psicologia (2024). *Resolução CFP nº 9/2024*: Estabelece normas e orientações para a realização da avaliação psicológica no exercício profissional da psicóloga e do psicólogo, regulamenta o Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos (SATEPSI) e revoga a Resolução CFP nº 31/2022.
- Dardot, P., & Laval, C. (2017). *A nova razão do mundo: ensaio sobre a sociedade neoliberal*. Boitempo Editorial.
- Dejours, C. (2012). *Trabalho vivo: trabalho e emancipação* (F. Sudant Trad.). Paralelo 15.
- Estrada-Muñoz, C., Castillo, D., Vega-Muñoz, A., & Boada-Grau, J. (2020). Teacher technostress in the Chilean school system. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 280.
- Falcão, J. T. R., & Hazin, I. (2022). Precariousness of working activity among professional psychologists. *Psicologia: Teoria e Prática*, 24(3), ePTPSS15506. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/eptps15506.en>
- Festi, R. C. (2025). Gamificación, control y resistencia en el sector de riders de plataformas en Brasil: el caso de iFood. *Sociología del Trabajo*, 106, 33–41. <https://doi.org/10.5209/stra.98778>

- Franzke, A. S., Bechmann, A., Zimmer, M., & Ess, C. (2020). *Internet research: Ethical guidelines 3.0*. Association of Internet Researchers.
- Gambirasio, M., Ivaldi, S., & Scaratti, G. (2024). How platformisation transforms the psychological profession: Reflections from a proposal of indicators for the classification of psychological platforms. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 34(4), e2861. <https://doi.org/10.1002/casp.2861>
- Gaulejac, V. de, & Taboada-Léonetti, I. (1994). *La lutte des places*. Hommes et Perspectives.
- Gaulejac, V. de, Hanique, F., & Roche, P. (Orgs.). (2012). *La sociologie clinique: enjeux théoriques et méthodologiques*. Érès.
- Gaulejac, V. de. (2020). *Dénouer les noeuds sociopsychiques. Quand le passé agit en nous*. Odile Jacob.
- Gaulejac, V. de. (2024). O trabalho como lugar de construção do sujeito, entre emancipação e alienação. In M. V. Braz, P. H. I. Silva, T. C. Carreiro, C. G. F. Nunes (2024). *Sociologia Clínica e Psicossociologia: teorias e práticas* (p. 53–72). Editora Fi.
- Gaulejac, V., Hanique, F. (2024). *Capitalismo Paradoxante: um sistema adoecedor* (Daniela S. C. Alves Trad.). Hucitec.
- Gillespie, T. (2010). The politics of “platforms.” *New Media & Society*, 12(3), 347–364. <https://doi.org/10.1177/1461444809342738>
- Grohmann, R. (2020). Plataformização do trabalho: entre datificação, financeirização e racionalidade neoliberal. *Revista Eletrônica Internacional de Economia Política da Informação, da Comunicação e da Cultura*, 22(1), 106–122.
- Karhawi, I. S. (2020). *De blogueira a influenciadora: Etapas de profissionalização da blogosfera de moda brasileira*. Sulina.
- La Torre, G., Esposito, A., Sciarra, I., & Chiappetta, M. (2019). Definition, symptoms and risk of techno-stress: A systematic review. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 92, 13–35. <https://doi.org/10.1007/s00420-018-1352-1>
- Lipovetsky, G. (2007). *A felicidade paradoxal: ensaio sobre a sociedade do hiperconsumo* (M. L. Machado Trad.). Companhia das Letras.
- Liu, J., & Zhang, Y. (2024). Modeling health video consumption behaviors on social media: Activities, challenges, and characteristics. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 8(CSCW1), Article 208. <https://doi.org/10.1145/3653699>
- Miguel, R. B. P., Arndt, G. J., & Pires, J. G. (2021). Psicólogos e o uso das mídias: Um relato de pesquisa. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 41, e224152. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003224152>
- Pansini, M., Buonomo, I., De Vincenzi, C., Ferrara, B., & Benevene, P. (2023). Positioning technostress in the JD-R model perspective: A systematic literature review. *Healthcare*, 11(3), 446. <https://doi.org/10.3390/healthcare11030446>
- Peixoto, A. L. A., & Bentivi, D. R. C. (2022). O impacto de novas tecnologias na atuação profissional. In *Quem faz a Psicologia brasileira? Um olhar sobre o presente para construir o futuro: formação e inserção no mundo do trabalho* (Vol. 2, pp. 150–168). Conselho Federal de Psicologia.
- Pflüger, K. (2022). Technostress management at the workplace: A systematic literature review. *Wirtschaftsinformatik 2022 Proceedings*. https://aisel.aisnet.org/wi2022/adoption_diffusion/adoption_diffusion/2
- Plantin, J. C. (2018). Infrastructure studies meet platform studies in the age of Google and Facebook. *New Media & Society*, 20(1), 293–310. <https://doi.org/10.1177/1461444816661553>
- Poell, T., Nieborg, D., & Van Dijck, J. (2020). Plataformização. *Fronteiras: Estudos Midiáticos*, 22(1), 2–10. <https://doi.org/10.4013/fem.2020.221.01>
- Puentes-Palacios, K., & Bastos, A. V. B. (2022). Condições de trabalho – indicadores de precarização no exercício da Psicologia. In *Quem faz a Psicologia brasileira? Um olhar sobre o presente para construir o futuro: formação e inserção no mundo do trabalho* (Vol. 2, pp. 117–135). Conselho Federal de Psicologia.
- Sadowski, J. (2019). When data is capital: datafication, accumulation, and extraction. *Big Data & Society*, 6(1), 1–12. <https://doi.org/10.1177/2053951718820549>

- Salanova, M. (2007). Nuevas tecnologías y nuevos riesgos psicosociales en el trabajo. *Revista Digital de Prevención*, 1(3), 25–34.
- Sampaio, C. R. F. D. (2016). *O tempo de trabalho dos psicólogos: Um estudo a partir da luta pela redução da jornada de trabalho*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Ceará]. http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/19681/1/2016_dis_crfdsampai.pdf
- Sandall, H., Queiroga, F., & Gondim, S. M. G. (2022). Quem somos? Caracterizando o perfil das(os) psicólogas(os) no Brasil. In *Quem faz a Psicologia brasileira? Um olhar sobre o presente para construir o futuro: formação e inserção no mundo do trabalho* (Vol. 1, pp. 42–53). Conselho Federal de Psicologia.
- Senado Federal. (2024, 20 de setembro). *Projeto prevê jornada semanal de 30 horas e piso salarial para psicólogos*. <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2024/09/20/projeto-preve-jornada-semanal-de-30-horas-e-piso-salarial-para-psicologos>
- Sibilia, P. (2008). *O show do eu: a intimidade como espetáculo*. Nova Fronteira.
- Silva, A. M. (2019). A uberização do trabalho docente no Brasil: uma tendência de precarização no século XXI. *Revista Trabalho Necessário*, 17(34), 229–251.
- Srnicek, N. (2017). *Platform capitalism*. Polity Press.
- Sticca, M. G., Carlotto, M. S., Fernandes, M. C., & Kanan, L. A. (2022). Psicólogas(os) clínicas(os) brasileiras(os) em trabalho remoto: tecnoestresse, demandas e recursos. In *Quem faz a Psicologia brasileira? Um olhar sobre o presente para construir o futuro: formação e inserção no mundo do trabalho* (Vol. 2, pp. 170–183). Conselho Federal de Psicologia.
- Turato, E. R. (2003). *Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa*. Vozes.
- Venco, S. (2019). Uberização do trabalho: Um fenômeno de tipo novo entre os docentes de São Paulo, Brasil? *Cadernos de Saúde Pública*, 35(Suppl 1), e00207317. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00207317>
- White, E., & Hanley, T. (2025). “What I share is not the same as therapy”: Psychologist experiences of Instagram use as a mental health influencer. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 00, 1–19. <https://doi.org/10.1111/papt.12585>
- Yang, Y., & Hayes, J. A. (2020). Causes and consequences of burnout among mental health professionals: A practice-oriented review of recent empirical literature. *Psychotherapy*, 57(3), 426–436. <https://doi.org/10.1037/pst0000317>

ANEXO 1**Questionário Sociodemográfico**

1. Sexo: () Masculino () Feminino

2. Qual é a sua idade?

- 18-24 anos
- 25-34 anos
- 35-44 anos
- 45-54 anos
- 55-64 anos
- 65-74 anos
- Mais de 75 anos

3. Estado civil:

- Solteiro(a)
- Casado(a)
- União Estável
- Divorciado(a) ou separado(a)
- Viúvo(a)

4. Filhos: () Sim () Não. Se sim, quantos? _____.

5. Você se autodeclara:

- Amarelo(a)
- Branco(a)
- Indígena
- Pardo(a)
- Preto(a)

6. Você reside em qual estado do Brasil?

- Acre (AC)
- Alagoas (AL)
- Amapá (AP)
- Amazonas (AM)
- Bahia (BA)
- Ceará (CE)
- Distrito Federal (DF)
- Espírito Santo (ES)

- Goiás (GO)
- Maranhão (MA)
- Mato Grosso (MT)
- Mato Grosso do Sul (MS)
- Minas Gerais (MG)
- Pará (PA)
- Paraíba (PB)
- Paraná (PR)
- Pernambuco (PE)
- Piauí (PI)
- Rio de Janeiro (RJ)
- Rio Grande do Norte (RN)
- Rio Grande do Sul (RS)
- Rondônia (RO)
- Roraima (RR)
- Santa Catarina (SC)
- São Paulo (SP)
- Sergipe (SE)
- Tocantins (TO)

7. Escolaridade:

- Superior completo
- Pós-graduação *lato sensu* completa (especialização/MBA)
- Mestrado completo
- Doutorado completo

8. A instituição de Ensino Superior na qual você concluiu Psicologia é:

- Pública
- Privada

9. Há quantos anos você atua na Psicologia Clínica?

- Até 2 anos
- 3 a 5 anos
- 6 a 10 anos
- 11 a 15 anos
- 16 a 20 anos
- 21 anos ou mais

10. Quantos vínculos de trabalho você tem, contando com sua atuação na clínica?

- Um vínculo
- Dois vínculos
- Três vínculos
- Quatro vínculos
- Cinco vínculos
- Seis vínculos

10.1 (Para profissionais com mais de um vínculo) Considerando seus vínculos de trabalho, atualmente você é:

- Assalariado(a) exclusivamente
- Autônomo(a) exclusivamente
- Assalariado(a) e autônomo(a)
- Autônomo(a) e voluntário(a)
- Outras combinações de vínculos

11. Considerando somente sua atuação no âmbito da Psicologia Clínica, qual é a sua remuneração média mensal?

- 1.000 a 2.000 reais
- 2.001 a 4.000 reais
- 4.001 a 6.000 reais
- 6.001 a 8.000 reais
- 8.001 a 10.000 reais
- 10.001 a 12.000 reais
- 12.001 a 15.000 reais
- 15.001 a 17.000 reais
- Mais de 17.001 reais

12. Considerando todas as suas fontes de renda, qual é a sua remuneração média mensal?

- 1.000 a 2.000 reais
- 2.001 a 4.000 reais
- 4.001 a 6.000 reais
- 6.001 a 8.000 reais
- 8.001 a 10.000 reais
- 10.001 a 12.000 reais
- 12.001 a 15.000 reais
- 15.001 a 17.000 reais
- Mais de 17.001 reais

13. Considerando somente sua atuação no âmbito da Psicologia Clínica, qual é a sua carga horária média semanal de trabalho?

- Até 10 horas semanais
- 11 a 20 horas semanais
- 21 a 30 horas semanais
- 31 a 40 horas semanais
- 41 a 50 horas semanais
- Mais de 51 horas semanais

14. Considerando todos os seus vínculos de trabalho, qual é a sua carga horária média semanal de trabalho?

- Até 10 horas semanais
- 11 a 20 horas semanais
- 21 a 30 horas semanais
- 31 a 40 horas semanais
- 41 a 50 horas semanais
- Mais de 51 horas semanais

15. Quantos pacientes/clientes você atende em média mensalmente?

- Até 5
- 6 a 10
- 11 a 20
- 21 a 30
- Mais de 30

Trabalho de atendimentos clínicos on-line (remotamente)

16. Há quanto tempo você atende na clínica remotamente (*on-line*)?

- Há menos de um ano
- Entre 1 e 2 anos
- Entre 3 e 4 anos
- Mais de 5 anos

17. Quais das seguintes plataformas você já utilizou para realizar atendimentos clínicos *on-line*? (selecione mais de uma opção, caso se aplique)

- Zenklub
- Telavita
- Psitto
- Psicologia Viva

- Vittude
- Psymet
- Psicólogos Berrini
- PSI Psicólogo e Terapia
- Doctoralia
- Central Psicologia
- Fepo
- Orienteme
- Outras. Quais? _____
- Nunca utilizei nenhuma dessas plataformas

18. Selecione as três principais vantagens que te levaram a realizar atendimentos clínicos remotamente (até três opções):

- Possibilidade de atender pessoas de outras cidades
- Redução de custos fixos com a clínica e economia de recursos
- Possibilidade de ganhar mais dinheiro
- Maior flexibilidade de horários na agenda
- Evitar gastar tempo com deslocamento
- Maior conforto
- Beneficia o relacionamento com o paciente/cliente

19. Selecione as três principais desvantagens ao realizar atendimentos clínicos remotamente (até três opções):

- Dificuldade em separar espaço profissional e espaço familiar, pois trabalho em minha casa
- Exaustão emocional e cognitiva devido ao uso de tecnologias para realizar os atendimentos
- Problemas de conexão com minha internet
- Problemas de conexão com a internet dos pacientes/clientes
- Sensação de isolamento e falta de sociabilidade
- Sinto falta do contato presencial com os pacientes/clientes

20. Sobre sua jornada de trabalho na clínica *on-line*, atualmente você:

- Atende somente pacientes/clientes de maneira remota (*on-line*)
- Atende mais pacientes/clientes de maneira remota (*on-line*) do que presencial
- Atende mais pacientes/clientes de maneira presencial do que remota (*on-line*)

21. Como você qualifica suas condições físicas e ergonômicas para realizar atendimentos *on-line* (ambiente reservado, cadeira, mesa, acústica, iluminação etc.)?

- Muito adequado
- Adequado

- Regular
- Inadequado
- Muito inadequado

22. Como você avalia sua saúde emocional para realizar seus atendimentos remotamente?

- Muito boa
- Boa
- Regular
- Ruim
- Muito ruim

23. Como você avalia seu desempenho em relação ao uso de plataformas digitais?

- Muito bom
- Bom
- Regular
- Ruim
- Muito ruim

Trabalho de produção de conteúdo nas mídias sociais

24. Há quanto tempo você produz conteúdo com recorrência em mídias sociais (como Instagram, TikTok, Facebook, YouTube etc.)?

- Há menos de um ano
- Entre 1 e 2 anos
- Entre 3 e 4 anos
- Mais de 5 anos

25. Você costuma produzir conteúdo em quais plataformas digitais? (selecione mais de uma opção, se necessário)

- Instagram
- TikTok
- Facebook
- Youtube
- Spotify
- X (antigo Twitter)
- Pinterest
- Kwai

26. Por quais motivos você começou a produzir conteúdo em mídias sociais? (selecione até três opções)

- Para ampliar minhas possibilidades de captar clientes/pacientes
- Para criar um portfólio/currículo *on-line* sobre meus trabalhos
- Para criar novas redes de contatos e interações sociais
- Para construir uma autoridade profissional *on-line*
- Para divulgar meus conhecimentos e aprendizados com outras pessoas
- Para conhecer e me conectar com outros(as) psicólogos(as)
- Para atuar num nicho específico de mercado
- Para ter mais seguidores e engajamento
- Outros motivos. Quais? _____

27. Quais são suas principais fontes de captação de novos clientes/pacientes? (em ordem de importância)

- Indicações de outros(as) psicólogos(as)
- Indicações de meus pacientes/clientes
- Indicações de outros profissionais de saúde
- Produção de conteúdo nas redes sociais (Instagram, TikTok, Facebook etc.)
- Impulsioneamento de *posts* em redes sociais
- Impulsioneamento do meu perfil no Google Ads
- Plataformas como Doctorália, Zenklub, Telavita, Psitto etc.
- Outra. Qual? _____

28. Quantas horas por semana você gasta, em média, produzindo conteúdos em mídias sociais?

- Até 5 horas
- 5 a 10
- 10 a 20
- Mais de 20
- Não sei dizer

29. Selecione as três principais vantagens de produzir conteúdo em mídias sociais (até três opções):

- Pacientes/clientes me procuram por meio dos conteúdos que eu produzo
- Aumenta a minha visibilidade como profissional
- Ajuda a construir minha autoridade como profissional
- Facilita a criação de um relacionamento com meu público
- Me permite atuar num nicho específico de mercado
- Divulgo meus conhecimentos e aprendizados com outras pessoas

- Me conecto com outros(as) psicólogos(as)
- Me permite criar novas fontes de receita e rendimentos financeiros
- Outra. Qual? _____

30. Selecione as três principais desvantagens de produzir conteúdo em mídias sociais (até três opções):

- Tenho dificuldades em me desligar das mídias sociais
- Tenho dificuldades em me desligar do meu trabalho
- Me sinto pressionado(a) pela lógica de produtividade exigida pelas plataformas
- Me frustro quando os conteúdos que produzo não têm o alcance e engajamento esperados
- Tenho receio de me expor em vídeos
- Gasto muito tempo produzindo meus conteúdos
- Tenho receio do julgamento de outros(as) psicólogos(as) sobre os conteúdos que eu produzo
- Tenho receio do julgamento dos meus pacientes sobre os conteúdos que eu produzo
- Tenho receio do julgamento dos meus familiares sobre os conteúdos que eu produzo
- Sinto que me falta criatividade para manter uma rotina de publicações constantes
- Tenho receio de produzir conteúdo com erros (gramaticais, ortográficos, conceituais, técnicos etc.)
- Outra. Qual? _____

31. O que mais te frustra ao produzir conteúdo em mídia sociais? (questão aberta)

32. O que você gostaria que melhorasse nas plataformas em que você produz conteúdo? (questão aberta)

Contribuição de cada autor na elaboração do trabalho:

Matheus Viana Braz: Conceitualização, aquisição de financiamento, administração do projeto, investigação, metodologia, supervisão, validação, visualização, análise formal, escrita (esboço original, revisão e edição).

Amanda Thuns Biazzi: Curadoria dos dados, investigação, análise formal, visualização, validação, escrita (esboço original, revisão e edição).

Victor Martins dos Santos: Curadoria dos dados, análise formal, visualização, validação, escrita (esboço original, revisão e edição).

EQUIPE EDITORIAL**Editor-chefe**

Alexandre Luiz de Oliveira Serpa

Editores Associados

Alessandra Gotuzo Seabra
Ana Alexandra Caldas Osório
Cristiane Silvestre de Paula
Luiz Renato Rodrigues Carreiro
Maria Cristina Triguero Veloz Teixeira

Editores de Seção**"Avaliação Psicológica"**

André Luiz de Carvalho Braule Pinto
Danielle de Souza Costa
Natália Becker
Lisandra Borges Vieira Lima
Luiz Renato Rodrigues Carreiro
Thatiana Helena de Lima

"Psicologia e Educação"

Carlo Schmidt
Kátia Carvalho Amaral Faro
Natália Martins Dias

"Psicologia Social e Saúde das Populações"

Fernanda Maria Munhoz Salgado
Gabriel Gaudencio do Rêgo
João Gabriel Maracci Cardoso

"Psicologia Clínica"

Cândida Helena Lopes Alves
Loraine Seixas Ferreira
Vinicius Pereira de Sousa

"Desenvolvimento Humano"

Ana Alexandra Caldas Osório
Cristiane Silvestre de Paula
João Rodrigo Maciel Portes

Artigos de Revisão

Jessica Mayumi Maruyama

Suporte Técnico

Maria Gabriela Maglio
Davi Mendes

PRODUÇÃO EDITORIAL**Coordenação editorial**

Surane Chilianí Vellenich

Preparação de originais

Hebe Ester Lucas

Revisão

Luciana Moreira

Diagramação

Studio Acqua