

A nova onda de casos e mortes por Covid-19 que estamos enfrentando tem encontrado as pessoas ainda mais fragilizadas e abaladas mentalmente. Considerado o pior momento da pandemia, a situação atual tem gerado grande exaustão emocional tanto pelo risco de contágio quanto pela ocorrência da própria doença em pessoas próximas.

Luto coletivo, medo gerado pelo isolamento e crises de ansiedade estão entre os problemas de saúde mental que se tornaram comuns no nosso país, que enfrenta esse segundo pico de contágio.

Mesmo com essas dificuldades, existem maneiras de auxiliar as empresas a cuidarem da saúde dos colaboradores que precisam de suporte nesse momento, mesmo que de longe. E a psicoterapia remota é uma delas.

[Leia aqui na íntegra.](#)

Fonte: Saúde Business, em 24.03.2021