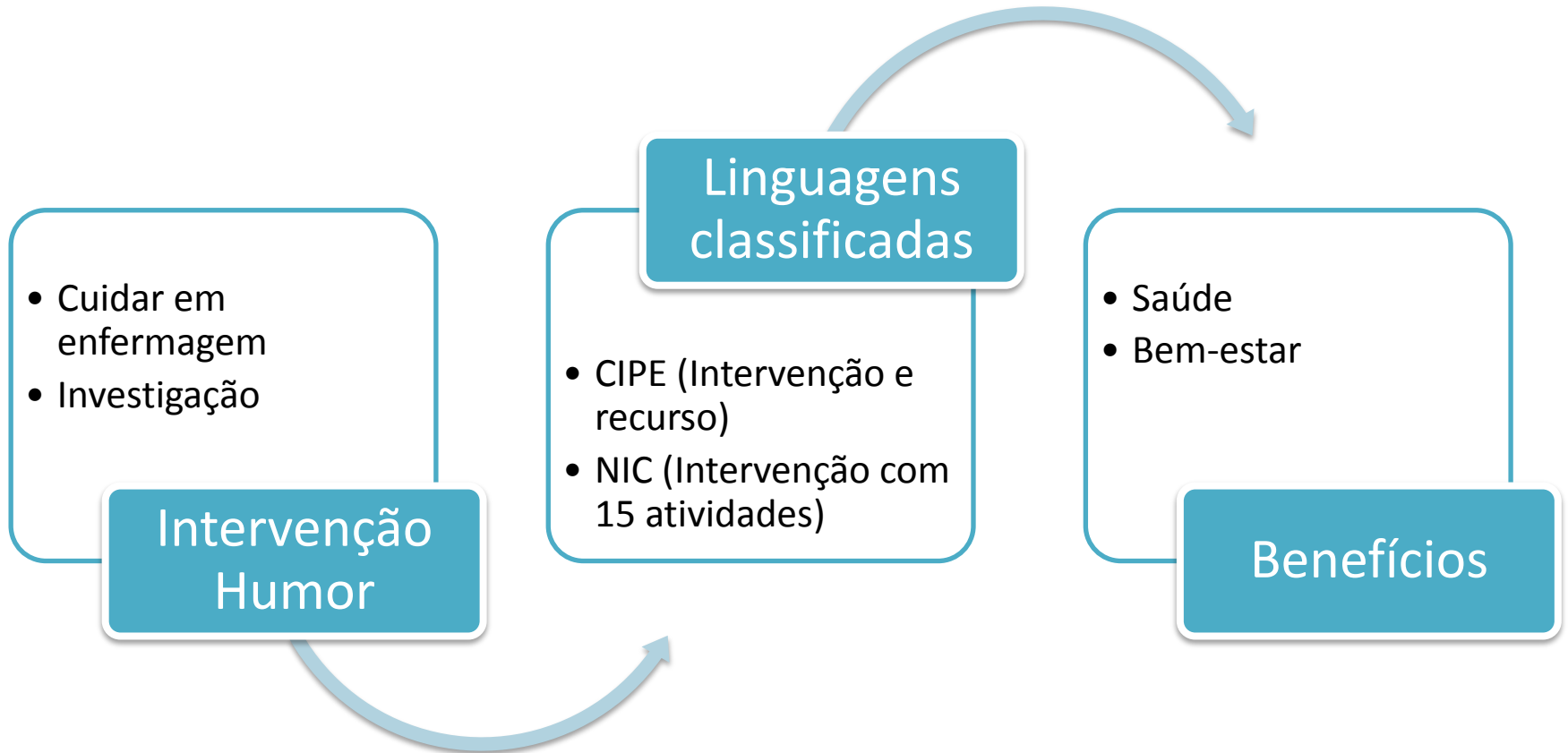


Quando o humor integra o agir profissional dos enfermeiros

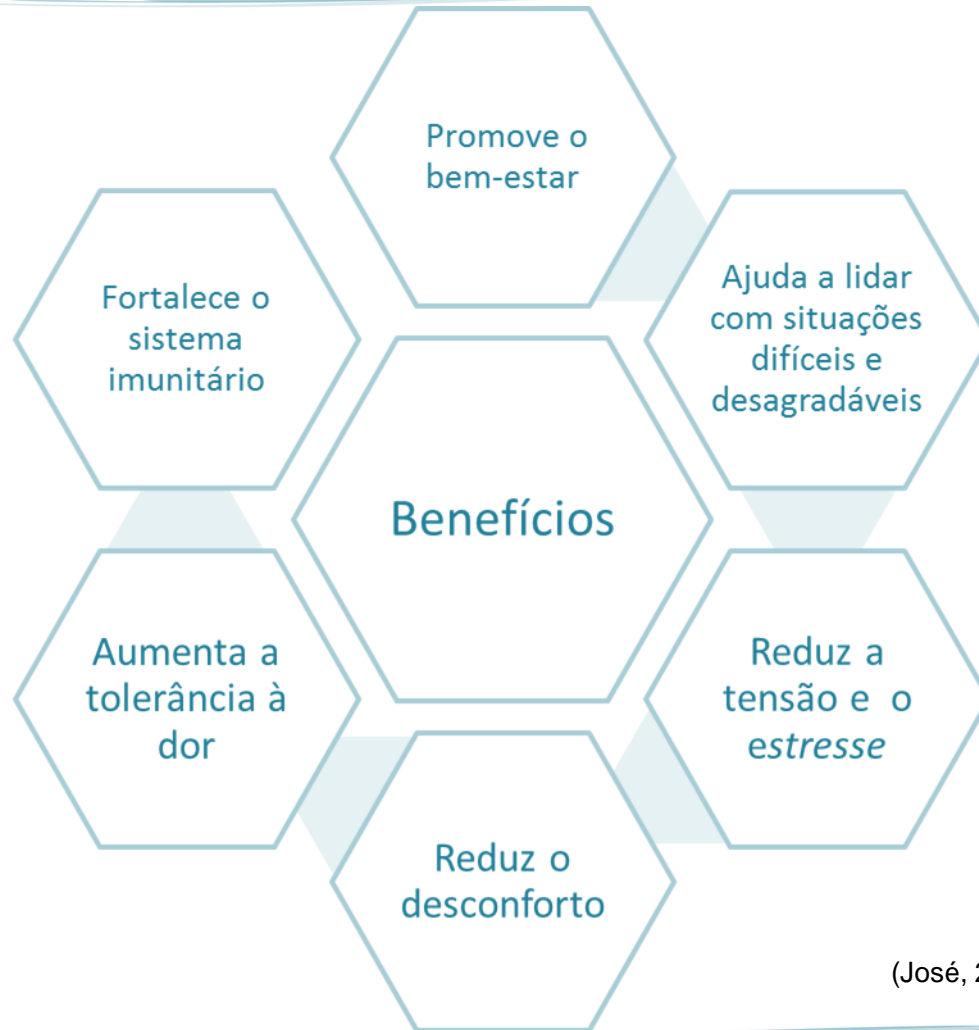


**Angra do Heroísmo, ilha Terceira
Açores
17 de Junho 2014**

Introdução



Introdução



(José, 2006)

Definição – Intervenção humor

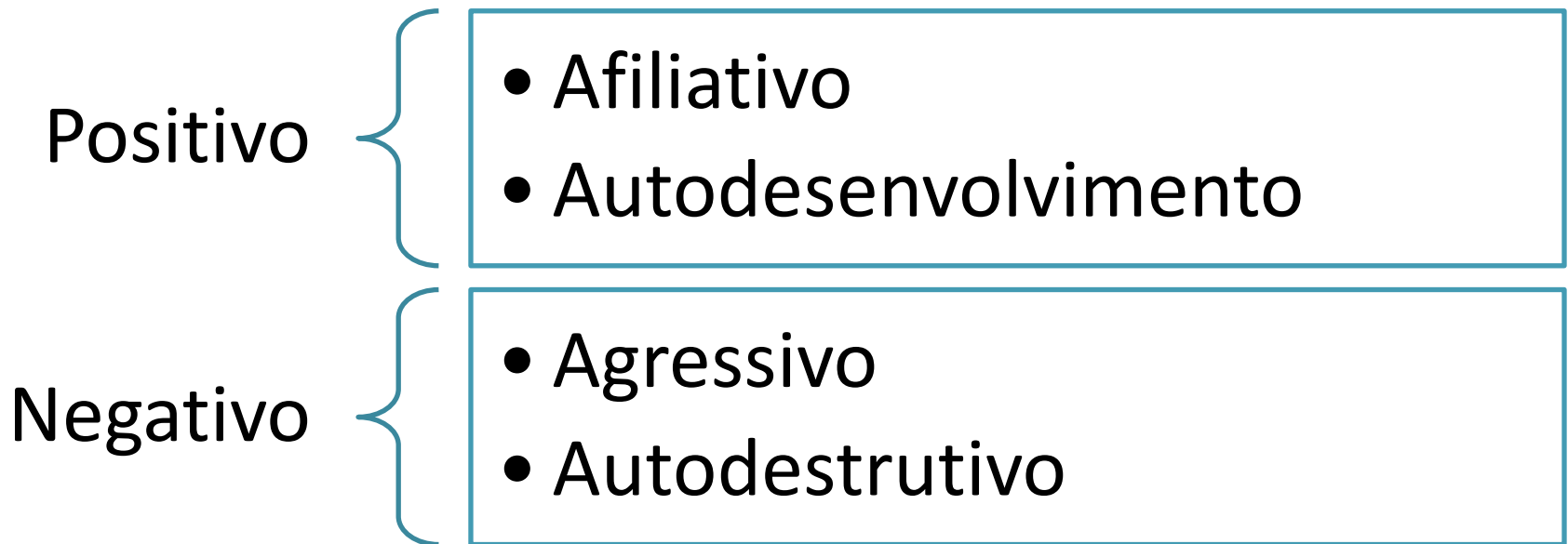


Fonte: <http://www.cienciahoje.pt/index.php?oid=29421&op=all>

Ajudar a pessoa a perceber, apreciar e expressar o que é engraçado, divertido ou lúdico, de modo a estabelecer relações, aliviar tensões, libertar sentimentos de raiva, facilitar a aprendizagem ou lidar com sentimentos dolorosos.

(Bulechek, Butcher, & Dochterman, 2010)

Tipos e estilos de humor



(Martin et al, 2003)

Revisão Sistemática da Literatura

```
graph LR; A[Analisar estudos publicados entre 2006 e 2013] --> B[Identificar o papel que o humor tem na vida e na saúde das pessoas.]
```

Analisar estudos publicados entre 2006 e 2013

Identificar o papel que o humor tem na vida e na saúde das pessoas.

Método

Repositórios nacionais
Bibliotecas de Universidades

Google Scholar
SciElo

Bases de dados electrónicas
(EBSCO e b-on)

Research Databases

CINAHL Plus with Full Text, British Nursing Index, Nursing & Allied Health Collection: Comprehensive, Cochrane Database of Systematic Reviews, Database of Abstracts of Reviews of Effects, Cochrane Central Register of Controlled Trials, MEDLINE with Full Text, MedicLatina, Academic Search Complete, NHS Economic Evaluation Database, Cochrane Methodology Register, Fuente Académica

Descritores

Humor; Sentido de humor; senso de humor; Riso; jogo, Intervenção; Relação; Interacção; Comunicação; pacientes; **Resultados**; Efeitos; Sistema imunológico; **Enfermagem**; Cuidados de Enfermagem; doença crónica; **Bem-estar e Saúde**

Keywords

humor/humour/sense of humour; wit; laughter; play; intervention; relationship; interaction; communication; patient; effects; results / outcomes; immune system; nursing/ nursing care; health; illness/ disease/ sickness and wellness/ wellbeing/welfare

Método

Pergunta de partida

- “Qual o papel do humor na saúde das pessoas?” (José, 2006)

Desenho da Revisão

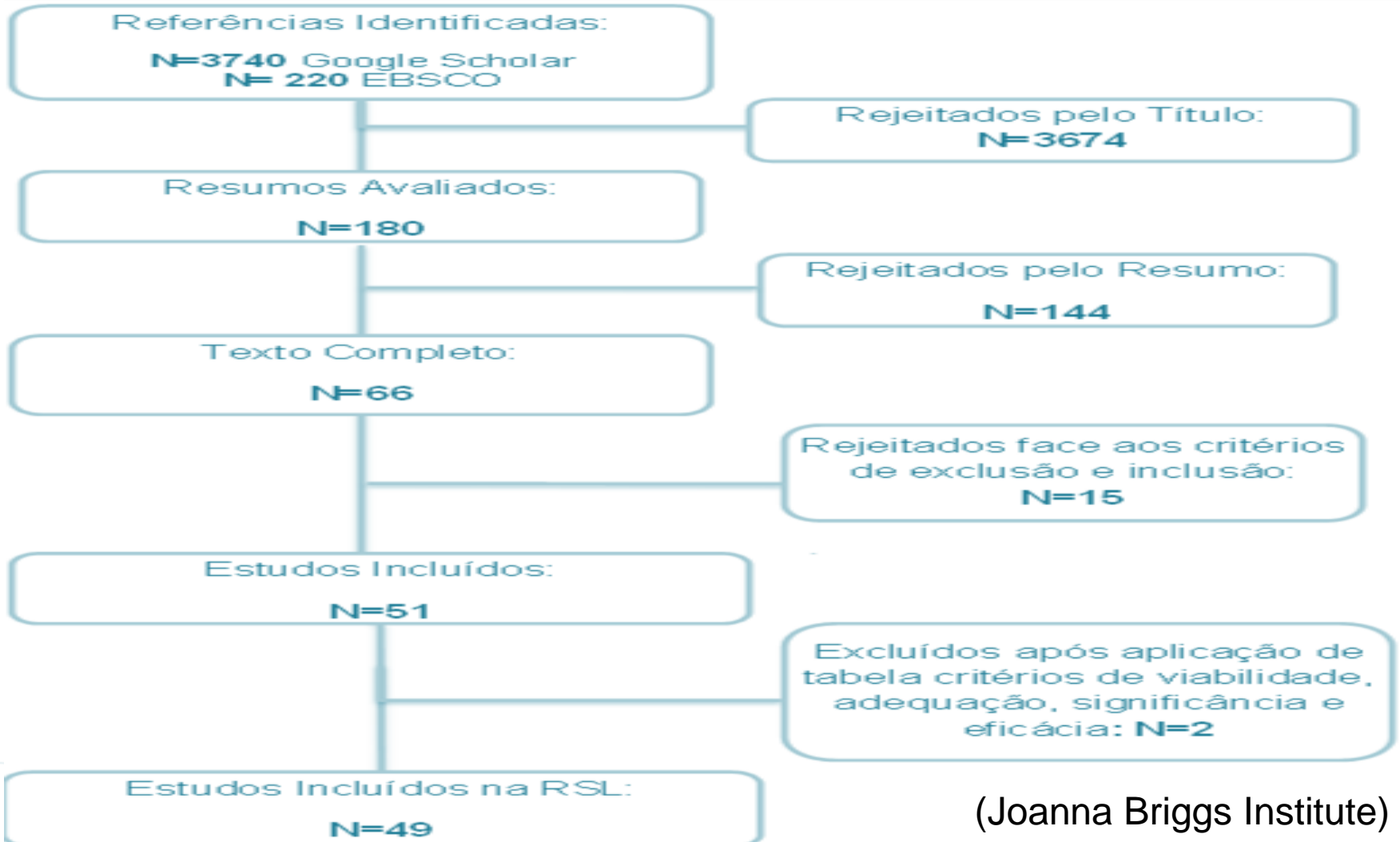
- Participantes, Intervenções, Comparações, Resultados (Outcomes) e Desenho do Estudos (Study Design)

Critério de Exclusão

- não se apresentavam estudos empíricos;
- que apresentavam falta de informação para preencher os critérios de análise PICOS
- (3) Revisão da literatura e meta-análise, e estudos qualitativos
- (4) Publicados antes de 2006.

Resultados

Algoritmo de selecção dos artigos



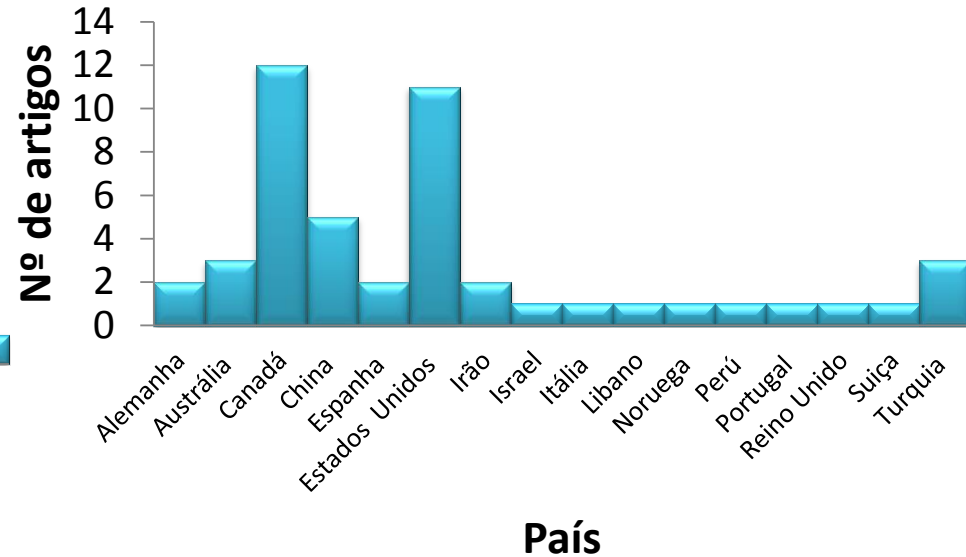
(Joanna Briggs Institute)

Resultados

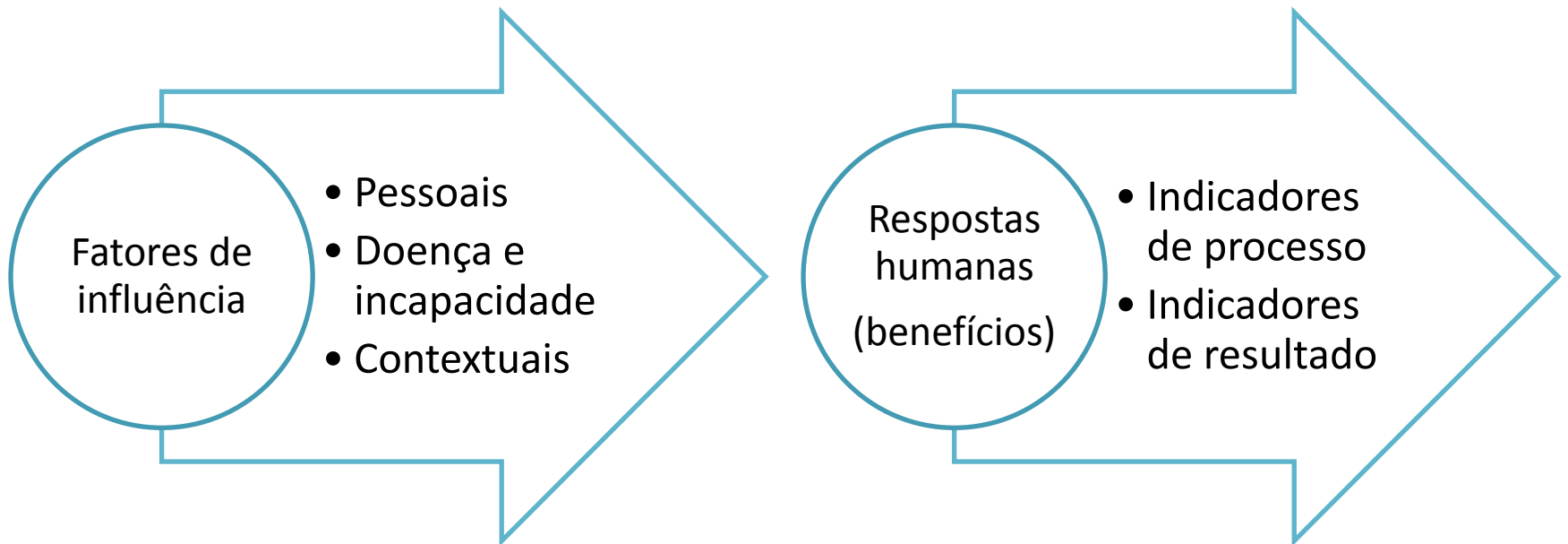
Distribuição de artigos por ano de publicação



Distibuição de artigos por país



Resultados



Resultados

Fatores
pessoais

Idade

Género

Personalidade

Inteligência emocional

Genética

Campo energético

Estilo de humor

Resultados

Fatores
associado à
doença e
incapacidade

Tipo de Incapacidade

Gravidade da doença

Sufrimento

Dor

Rejeição dos pais

Doença de Parkinson

Alcoolismo

Resultados

Fatores
contextuais

Cultura

Status Social

Fatores ambientais comuns

Percepção política e económica

Resultados

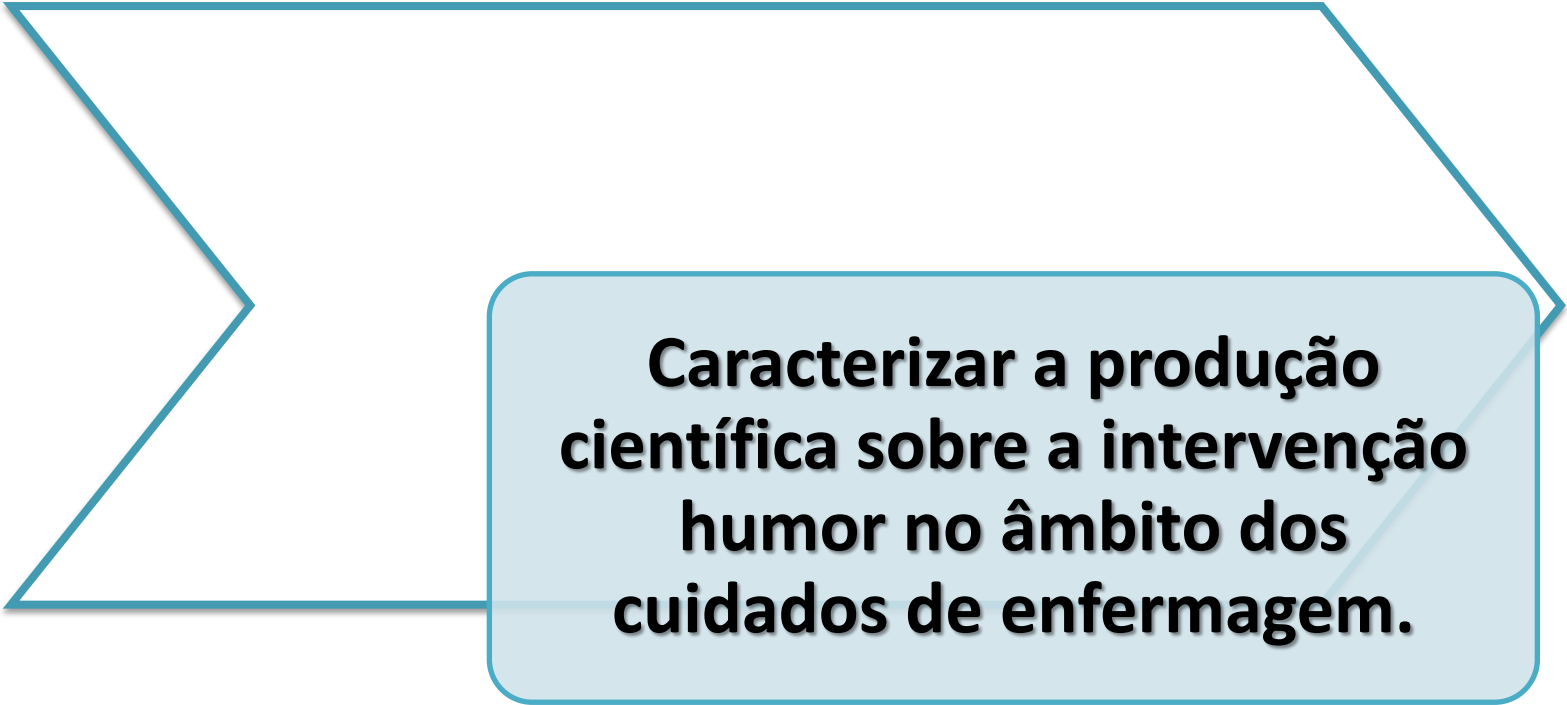
Processo

- Esperança
- Auto-eficácia
- Confiança
- Otimismo
- Resiliência
- Ajustamento (coping)
- Influência as expectativas
- Afeto positivo

Resultado

- Saúde e bem-estar
- Diminuição do estresse
 - Diminuição do Cortisol
 - Aumento de endorfinas
- Diminuição da ansiedade
- Diminuição da depressão
- Diminuição da dor
- Aumento do relaxamento
- Diminuição de percepção de solidão
- Satisfação com a vida
- Ajustamento familiar e social

Revisão Integrativa da Literatura



Caracterizar a produção científica sobre a intervenção humor no âmbito dos cuidados de enfermagem.

Método

Repositórios nacionais
Bibliotecas de Universidades

Google Scholar
SciElo

Bases de dados electrónicas
(EBSCO e b-on)

Research Databases

CINAHL Plus with Full Text, British Nursing Index, Nursing & Allied Health Collection: Comprehensive, Cochrane Database of Systematic Reviews, Database of Abstracts of Reviews of Effects, Cochrane Central Register of Controlled Trials, MEDLINE with Full Text, MedicLatina, Academic Search Complete, NHS Economic Evaluation Database, Cochrane Methodology Register, Fuente Académica

Descritores

Humor;
Intervenção;
Enfermagem

DeCS

Descritores

Humor;
Intervención;
Enfermería

DeCS

Keywords

Humor;
Intervention;
Nursing

MeSH

Método

Pergunta de partida

- Quais são as atividades de enfermagem encontradas na literatura no âmbito da intervenção humor?

Os critérios de inclusão

- Pessoas com idade superior a 18 anos;
- Publicações entre janeiro de 2001 e dezembro de 2012;
- Idiomas: inglês, português e espanhol;
- Artigos que refiram as atividades da intervenção humor no âmbito dos cuidados de enfermagem.

Método

Seleção de artigos

- leitura do título
- leitura dos resumos
- Leitura do texto integral

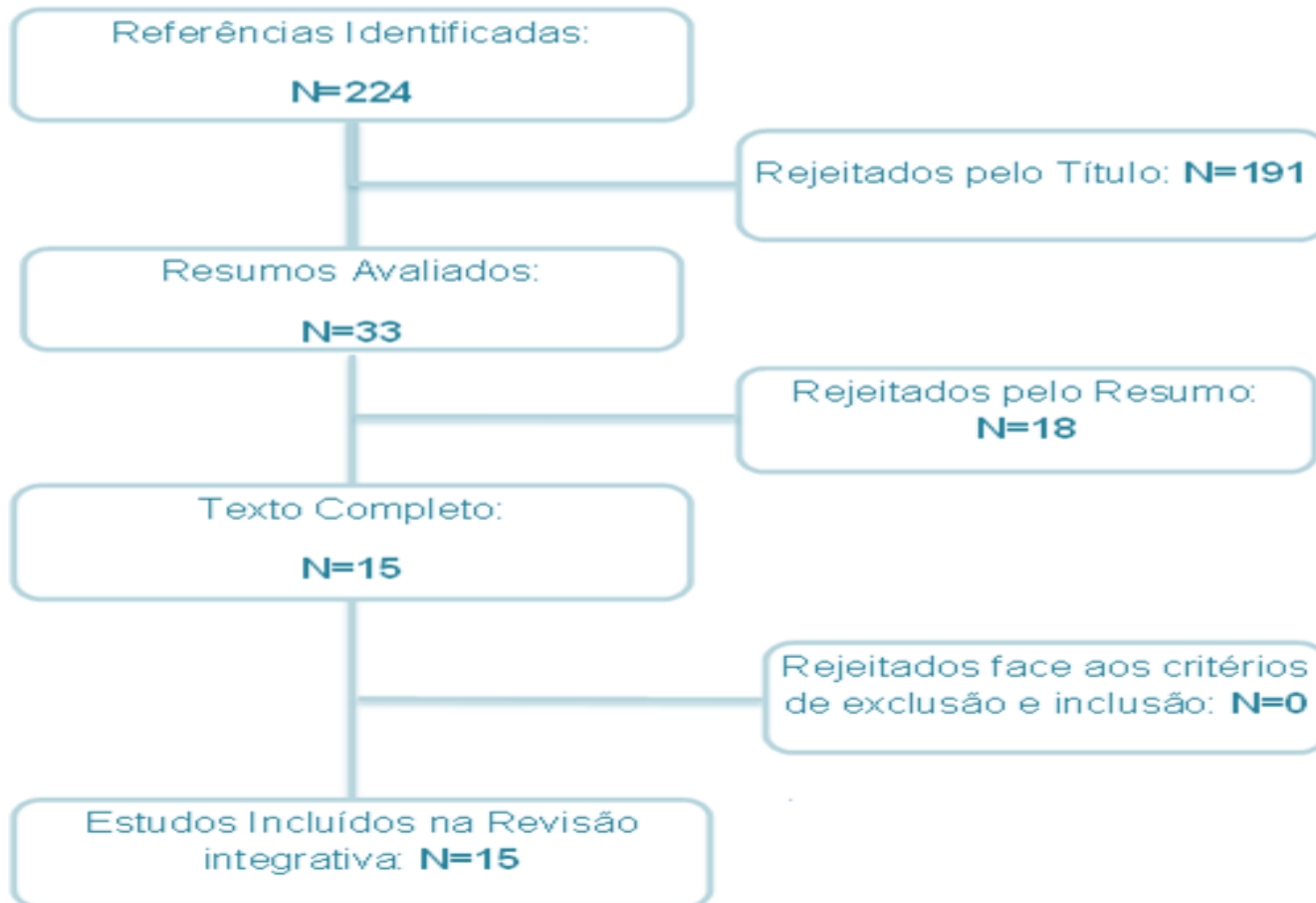
Método

Classificação das evidências

- **I - Revisão sistemática ou meta-análise de todos os ensaios clínicos randomizados controlados relevantes ou provenientes de diretrizes clínicas baseadas em revisões sistemáticas de ensaios clínicos randomizados controlado;**
- **II - evidências derivadas de pelo menos um ensaio clínico randomizado controlado bem delineado;**
- III - evidências obtidas de ensaios clínicos bem delineados sem randomização;
- IV - evidências provenientes de estudos de coorte e de caso-controle bem delineados;
- V - evidências originárias de revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos;
- **VI - evidências derivadas de um único estudo descritivo ou qualitativo;**
- **VII - evidências oriundas de opinião de autoridades e/ou relatório de comités de especialistas.**

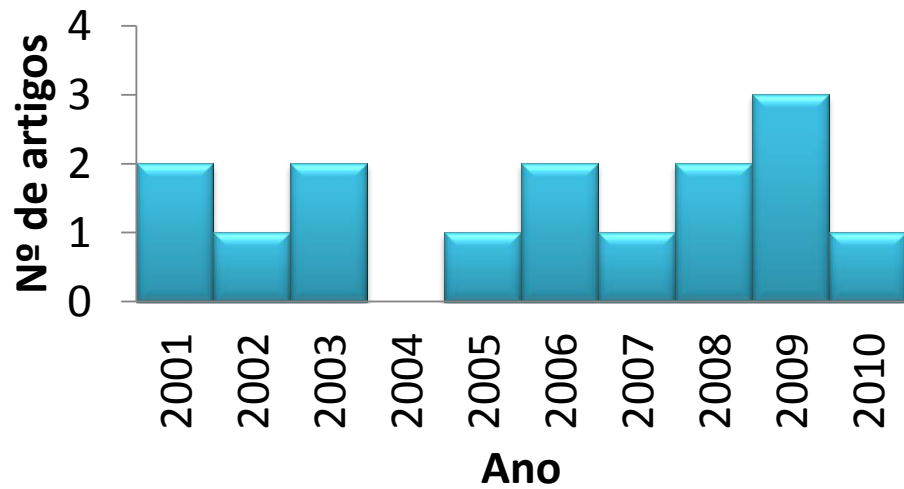
Resultados

Algoritmo de selecção dos artigos

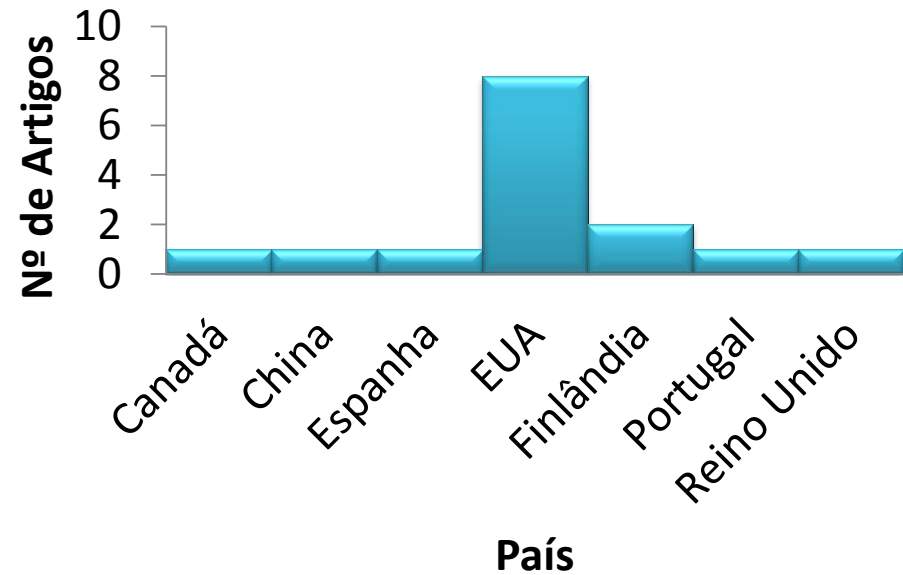


Resultados

Distribuição dos artigos por ano

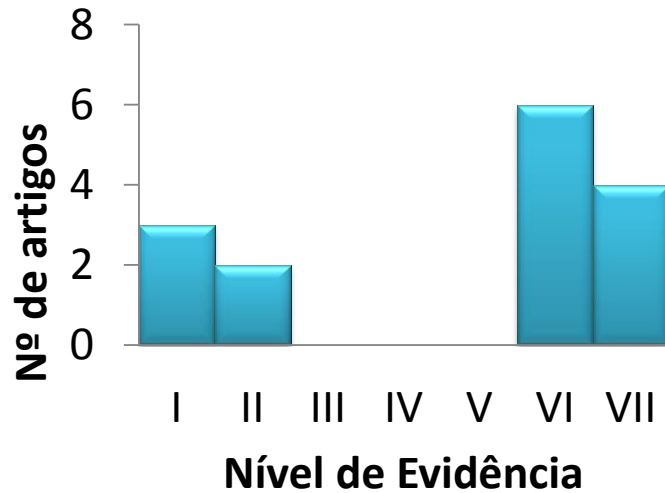


Distribuição de artigos por país

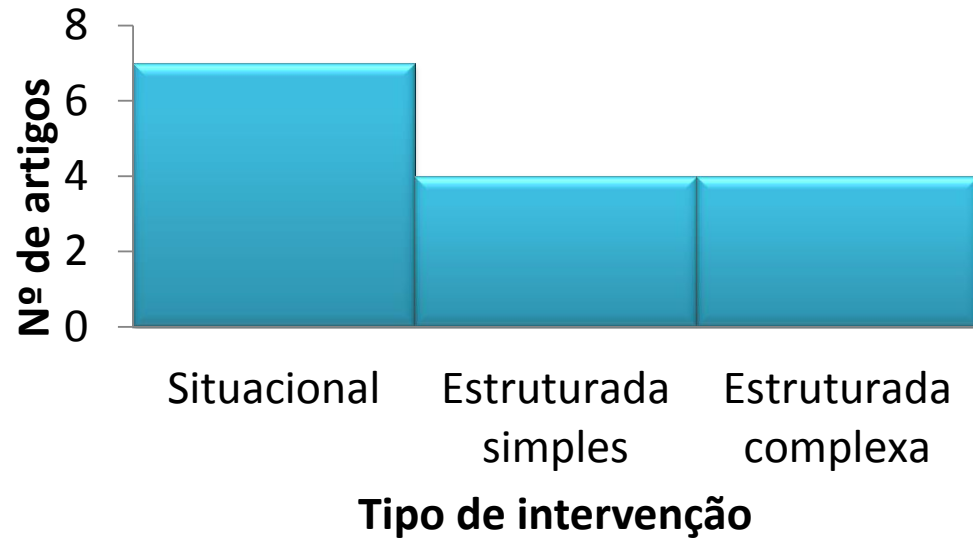


Resultados

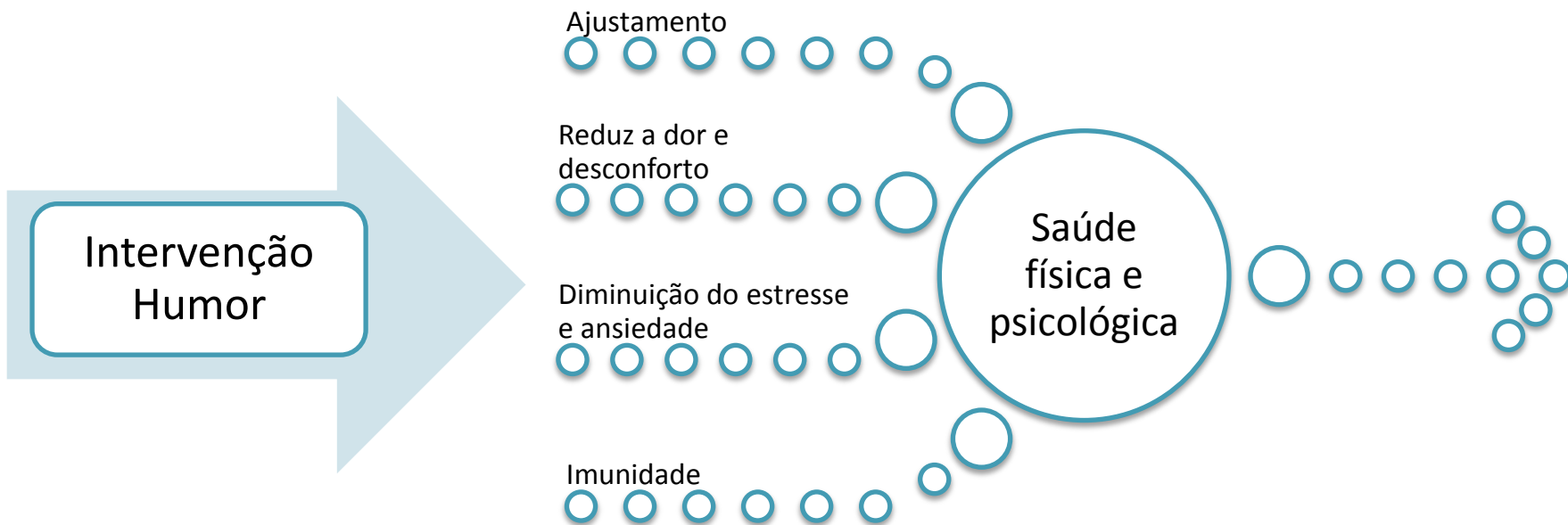
Distribuição dos artigos por nível de evidência



Distribuição dos estudos por tipo de Intervenção



Discussão



Discussão



- Criar o seu próprio humor. Existem quatro métodos:
 - contar histórias e anedotas em segunda mão;
 - compartilhar experiências humorosas suas com os outros;
 - modificar anedotas antigas, ditos e histórias;
 - inventar ou criar humor novo usando dispositivos humorosos;
- Rir com os doentes e não deles;
- Fazer trocadilhos;
- Partilhar piadas, caricaturas e anedotas engraçadas às quais as pessoas são recetivas
- Criar um carro “unidade humorística”, denominado “risomóvel”, com material humorístico, como livros, cassetes, chapéus, narizes, óculos, jogos; (José, 2002) (Nível Evidência VI)

Trocadilhos

ANTES DA TROIKA



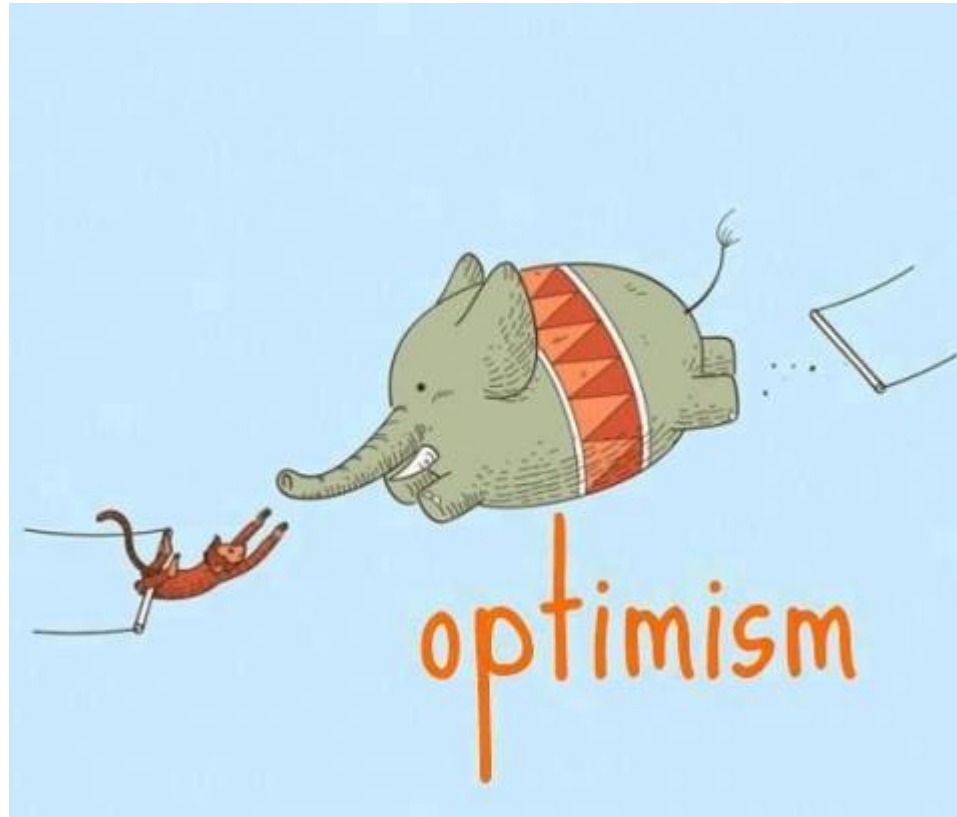
DEPOIS DA TROIKA



Trocadilhos



Cartoon humorístico



Cartoon humorísticos



Anedotas e Cartoon humorísticos



Anedotas e Cartoon humorísticos

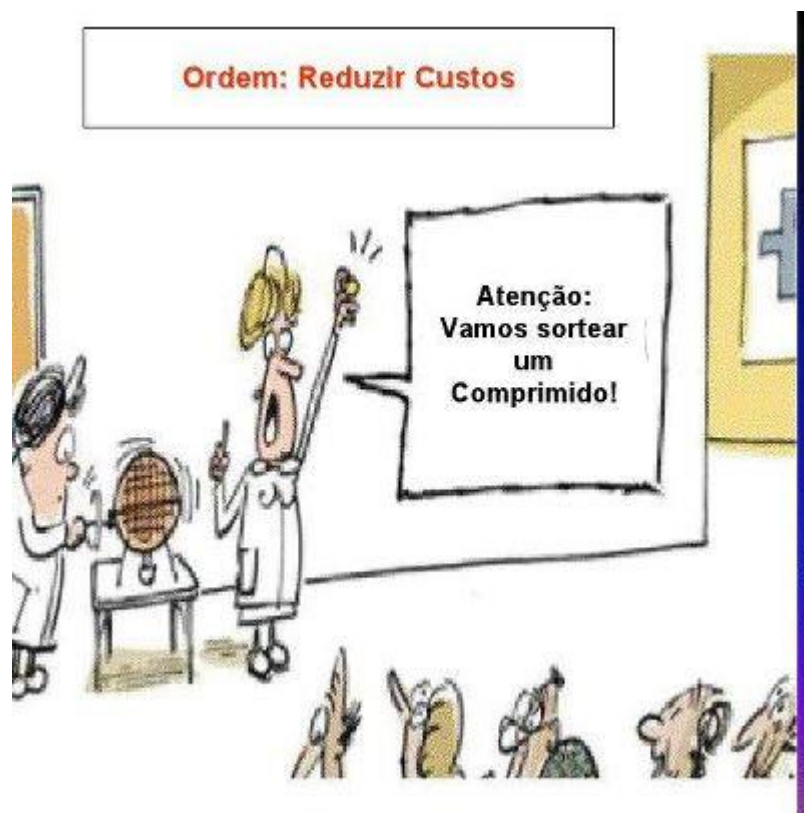
Ai que horror!
Um kiwi inchado!



Loira burra..



Anedotas e Cartoon humorísticos



Discussão



- Disponibilizar o material humoroso selecionado:
 - Iniciar a sessão com a piada do dia,
 - leitura de piadas engraçadas e histórias,
 - realizar de exercícios,
 - jogos, espectáculos de magia,
 - partilha das suas histórias engraçadas e dar dicas para estimular o humor e alegria; (Tse, et al, 2010) (Nível Evidência II).
- Expor fotos humorísticas dos profissionais e cartoon humorísticos,
- Publicar uma piada ou história da semana num quadro de avisos à equipe, colocar legendas ou comentários sobre fotografias e desenhos (Buxman, 2008) (Nível Evidência VII)

Expor fotos humorísticas dos profissionais



Discussão



- Utilizar jogos de palavras, visionamento de filmes e *cartoons* humorísticos, audição de cassetes humorísticas, literatura humorística, lembrar de situações com graça, alegres, tentando utilizar uma técnica de visualização; (José, 2006) (Nível de Evidência I)
- Utilizar analogias, anedotas, brincadeiras, desenhos, comunicação verbal e não-verbal, filmes/programas cômicos, histórias engraçadas, livros cômicos, música, piadas, nariz vermelho, picadelas de olhos e *smilies*; (José, 2008) (Nível de Evidência VI)
- Visualizar um filme de humor; (Bennett, et al 2003). (Nível de Evidência II)
- Utilizar piadas, riso e sorriso na interação com os clientes. (Dean; Major, 2008). (Nível de Evidência VI)

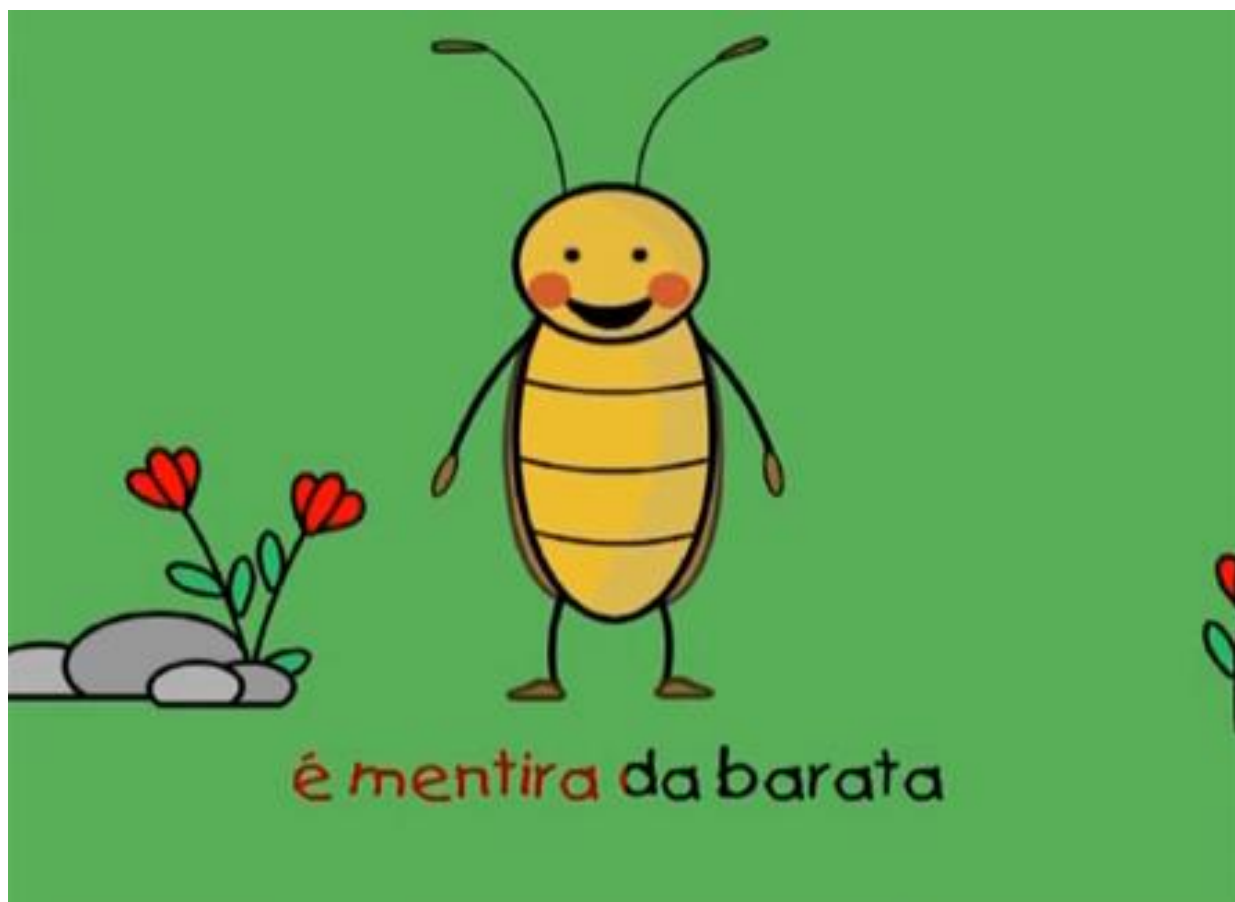
Smilles e Narizes vermelhos



Fotos engraçadas



Canções



<http://www.youtube.com/watch?v=LXEYFx8ugn>

!

Encontro e acompanhamento



Implicações teóricas

Natureza do humor

- Tipos
- Padrões
- Propriedades



Intervenção humorosa

- Fatores de influência
- Condições para utilização
- Indicações e critérios de utilização
- Estratégias
- Precauções



Resposta humana

- Indicadores de processo (potenciar ou inibir)
- Indicadores de resultado
 - Individuais - Saúde e vida

Teoria de Médio alcance

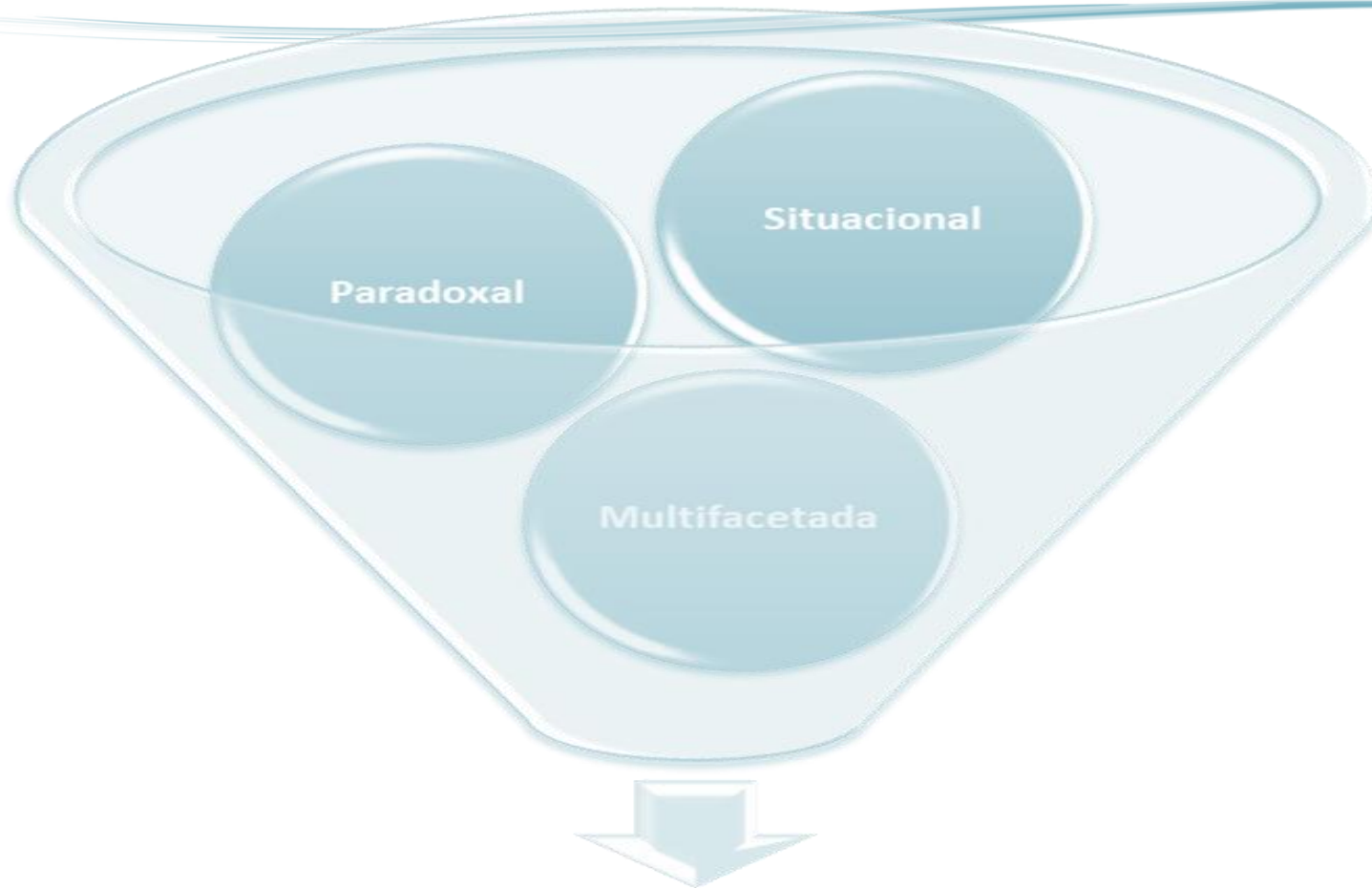
- Smith e Liehr (2003)
- Meleis (2007)

Recomendações

A maioria dos artigos incluídos apresentam evidência baixa.

Realizar estudos que aumentem a evidência, especificamente ensaios clínicos aleatórios.

Conclusão



Intervenção humor é
complexa

Conclusão

Evitar a utilização do humor em pessoas:



Com deficiência cognitiva;

Com doença mental;

A vivenciar situações de doença severa.

Quando o humor integra o agir profissional dos enfermeiros



VII Jornadas de Enfermagem do HSEIT, EPER
15 a 18 Junho 2014
Cuidados Visíveis Acessíveis e Integrados
Ver o (IN)visível
Centro Cultural e de Congressos de Angra do Heroísmo

Angra do Heroísmo, ilha Terceira
Açores
17 de Junho 2014