

A intervenção humor na relação e na comunicação enfermeiro-pessoa em processo de doença

Luís Sousa, PhD, MSc, CRRN, RN

Escola Superior de Saúde Atlântica

Hospital Curry Cabral, Centro Hospitalar Lisboa Central



Agenda



CATOLICA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA-PORTO



VII JORNADAS NACIONAIS
E V INTERNACIONAIS DE ENFERMAGEM

- Introdução
- Objetivo
- Material e métodos
- Resultados
 - Definição do humor
 - Uso e função do humor
 - Fatores que influenciam e barreiras
 - Atividades da intervenção humor
 - Benefícios
 - Limitações e precauções
- Conclusões

Introdução



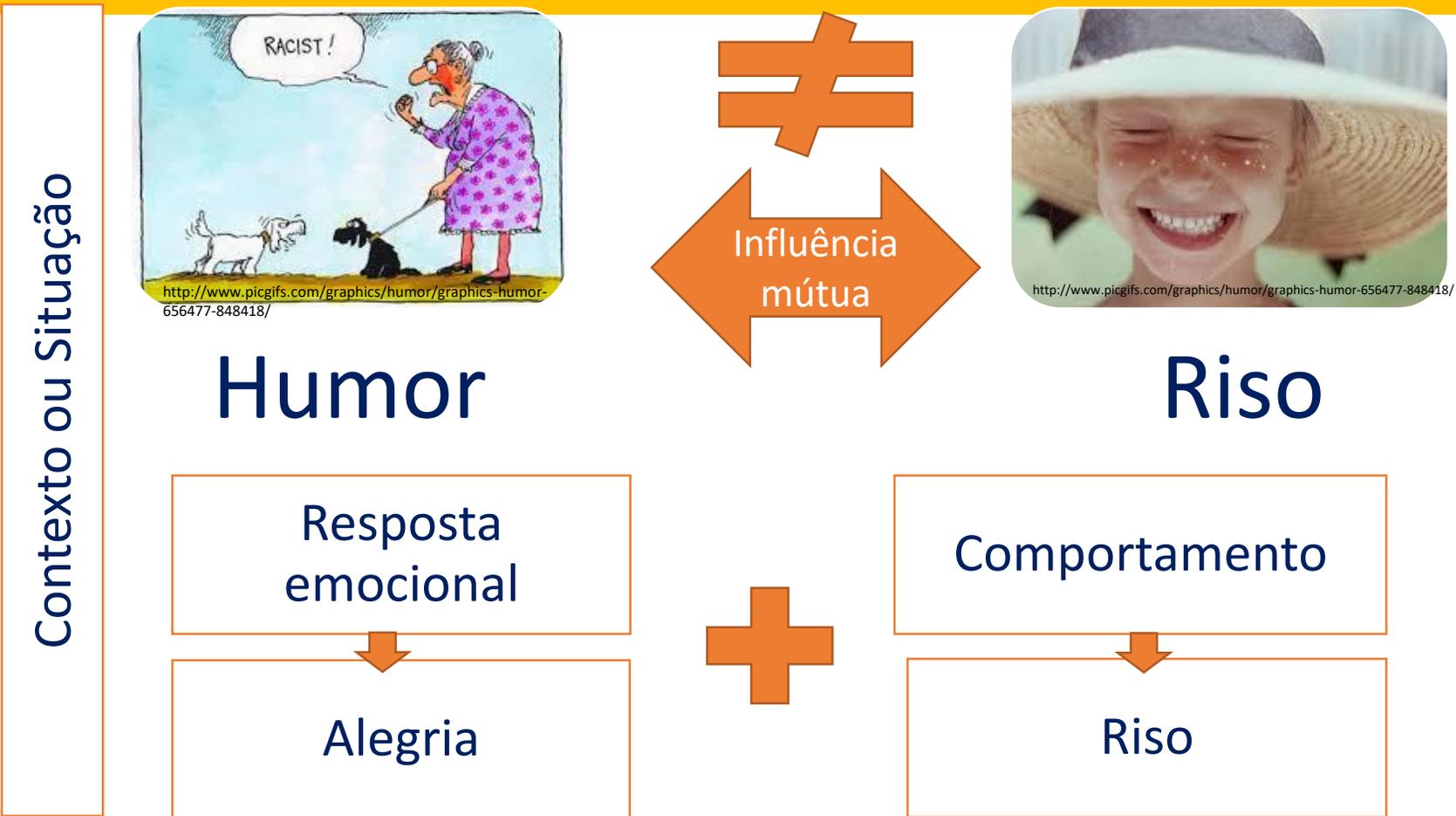


Definição – Intervenção humor



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.

Riso e Humor



Tipos de humor

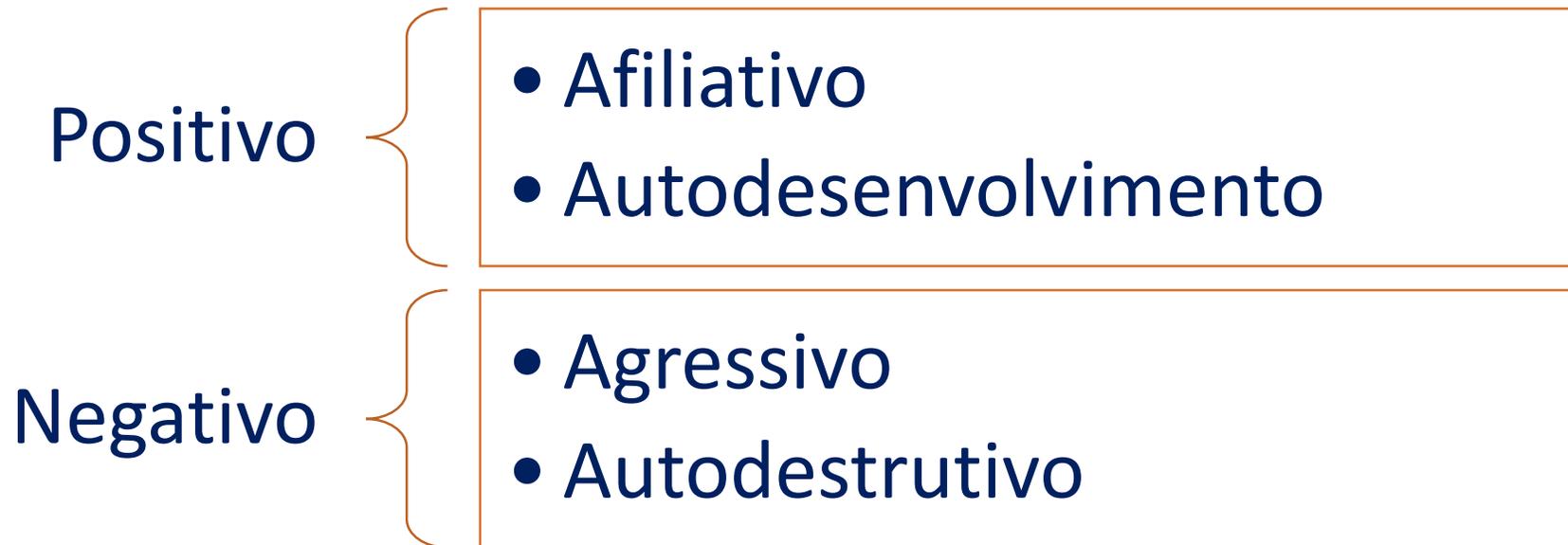


O humor positivo promove a harmonia na relação e no doente, ajuda-o a manter a esperança.



O humor negativo está associado ao humor negro, macabro, stress, conflito, incompreensão e desamor.

Tipos e estilos de humor

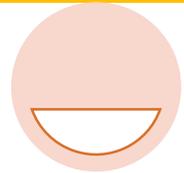


Objetivos

Descrever os fatores que influenciam a utilização do humor nos cuidados de enfermagem e as condições de utilização.

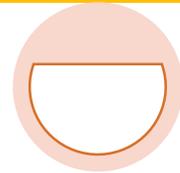
Identificar os benefícios do humor na relação enfermeiro-pessoa em situação de doença.

Material e métodos



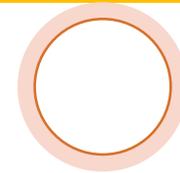
Tipo de estudo

Revisão rápida da literatura



Plataformas e Base de dados

Artigos publicados entre 2008 e 2018 na MEDLINE, na IBECs e no Google Académico.

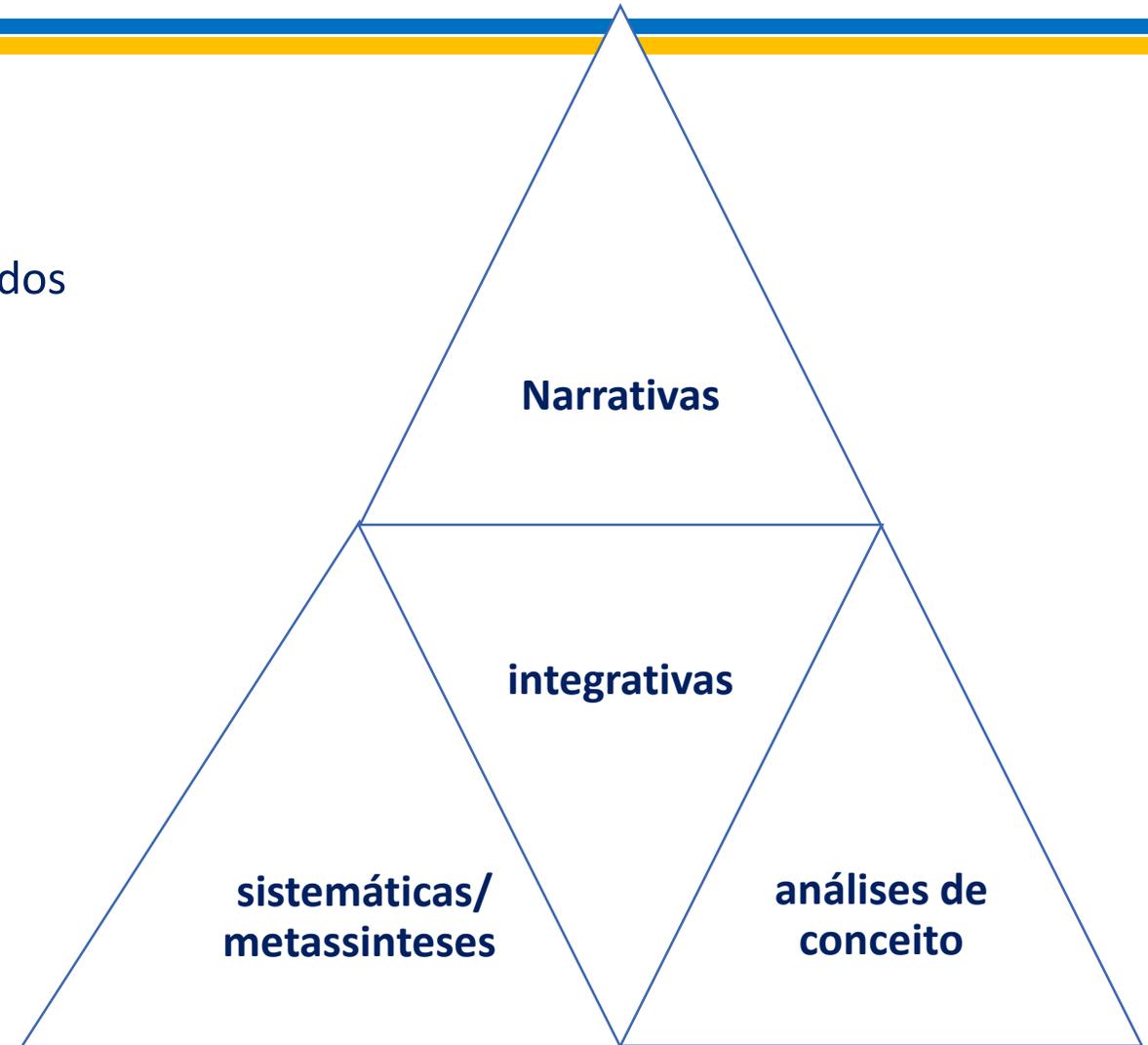
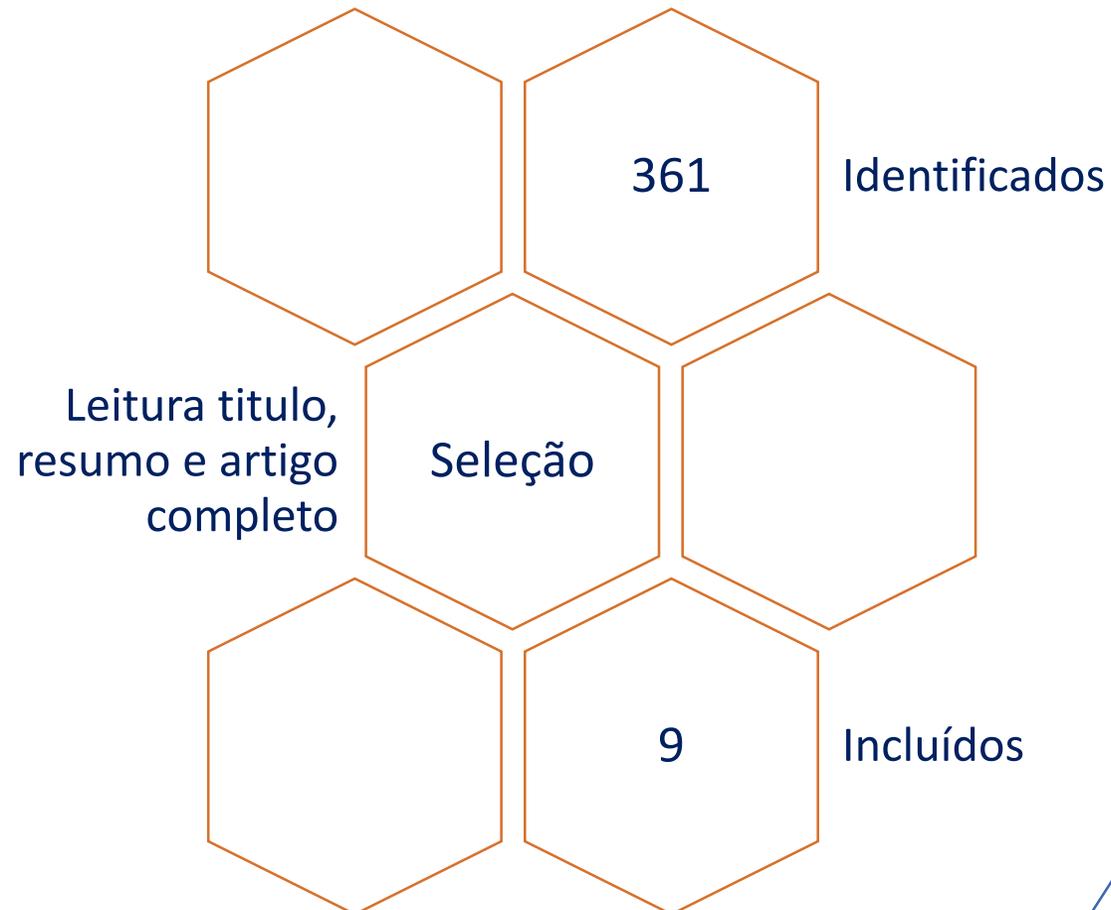


Equações booleanas

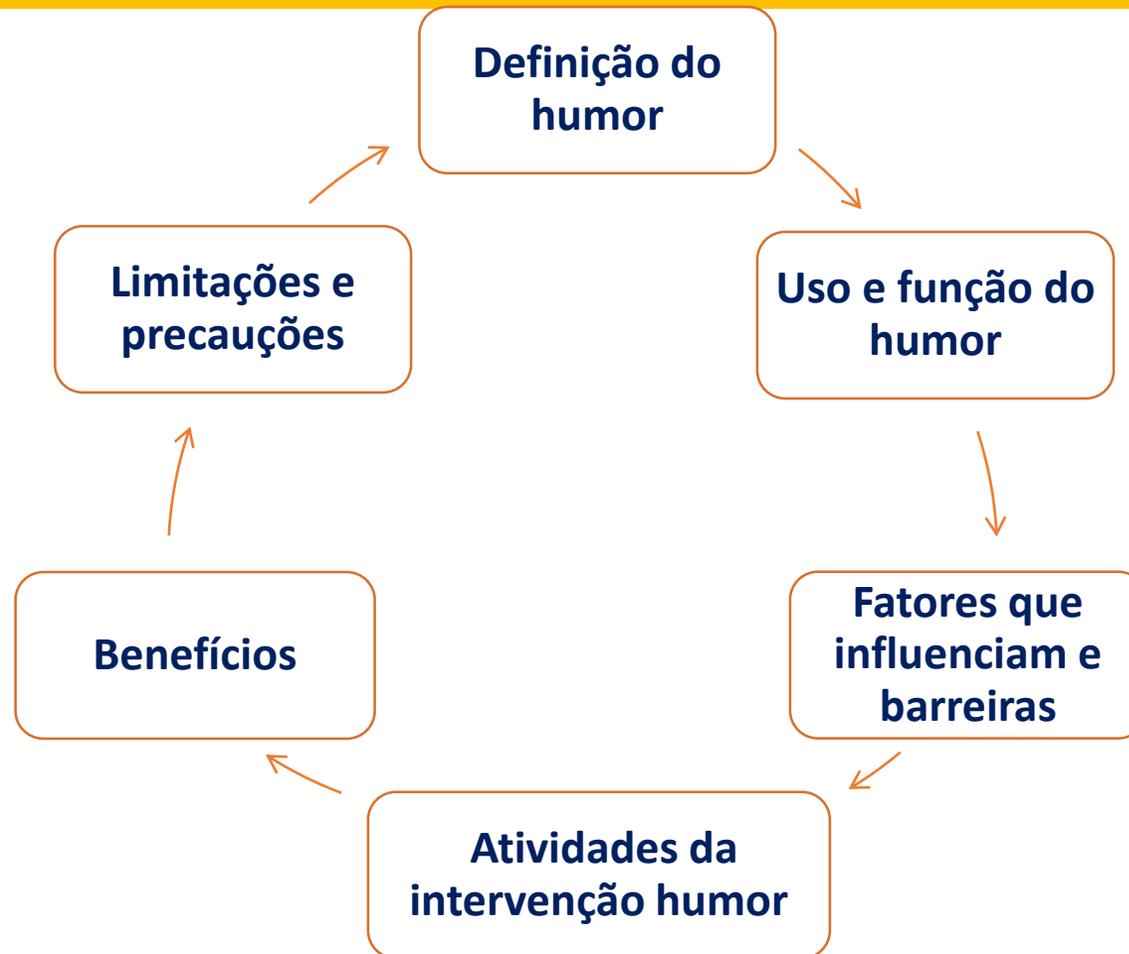
((Humor therapy) OR (Humor)) AND (Review) AND (Nursing)

(Wit and Humor as Topic) AND (Nursing).

Resultados



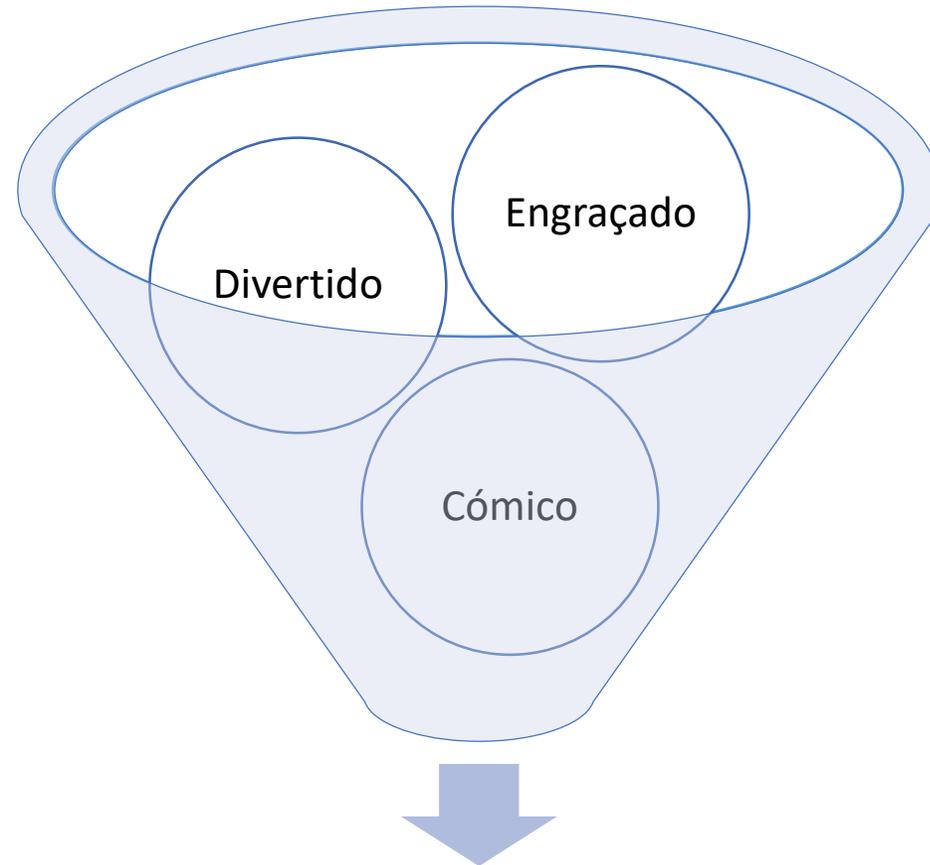
Resultados



Resultados: Definição



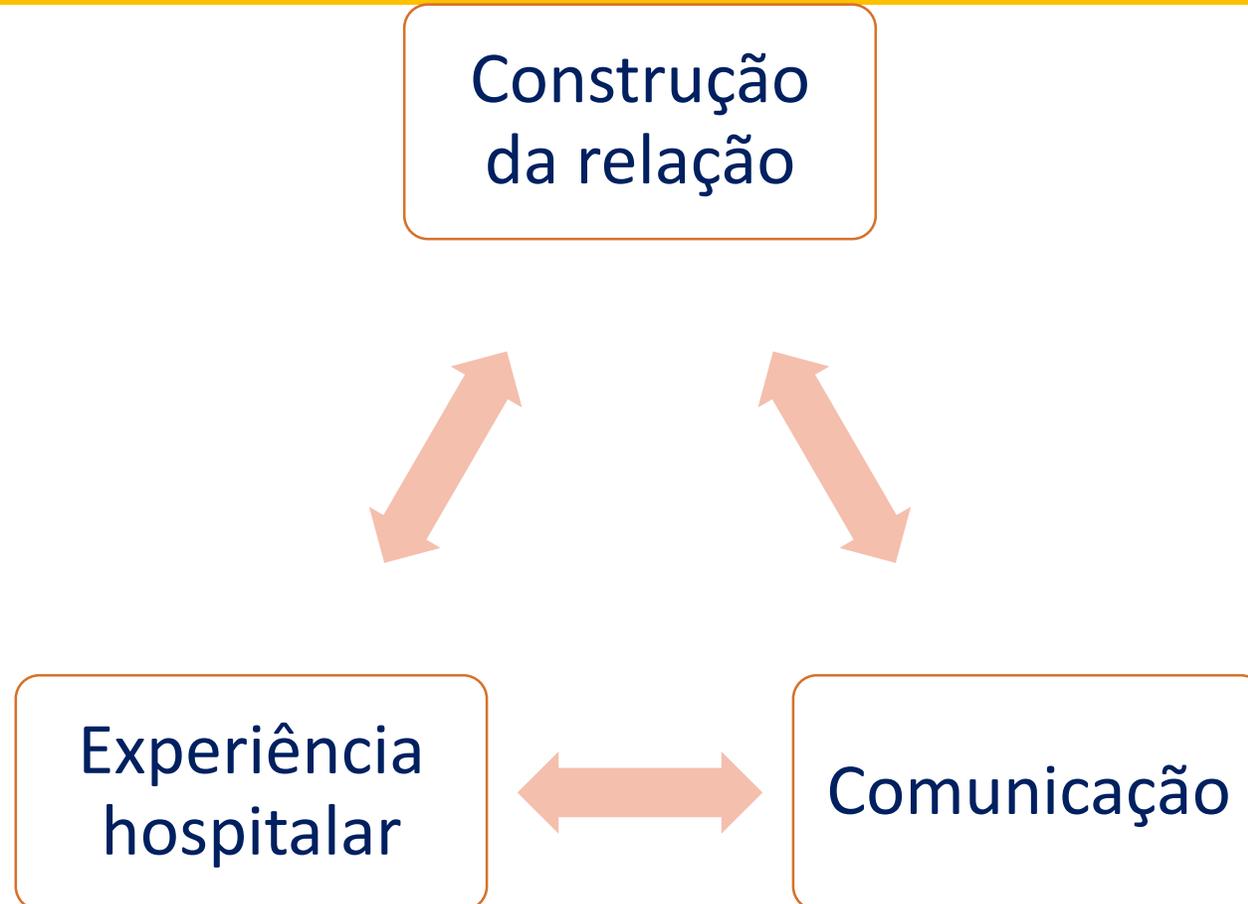
(Tanay, Roberts & Ream, 2013)



Humor

(Butcher et al., 2018)

Resultados: Uso e Função do Humor



Resultados: Fatores que influenciam e Barreiras

Os fatores circunstanciais que influenciam o humor:

- O nível de stresse e as dificuldades percebidas,
- Duração das limitações decorrentes do processo de doença,
- Experiência anterior,
- Capacidade de utilização de estratégias de comunicação verbais e não-verbais,
- Quantidade de sintomas físicos e atitudes negativas perante a doença,
- Severidade da doença, dor, incapacidade e sofrimento psíquico,
- Gostar de humor e capacidade de executar funções executivas.

Fatores que influenciam a utilização do humor

- Género, contexto onde é utilizado, cultura, autoestima e confiança dos enfermeiros.

Resultados: Atividades da intervenção humor

Situações humorísticas verbais e não-verbais.

Imagens, fotografias, adivinhas, canções, enigmas mentais e adivinhas.

Construção de um portefólio com livros e fotografias engraças, piadas, filmes de comédias, desenhos animados, notícias engraçadas, artigos e histórias.

O “sorriso móvel” (livros, revistas, filmes e outro material humoroso).

15 atividades descritas e recomendadas para implementar a intervenção humor classificada na NIC.

Resultados: Benefícios

Os benefícios do uso do humor são a melhoria da relação, a confiança, a participação e o envolvimento nos cuidados, a proximidade, a motivação, a quebra de barreiras, o otimismo, a boa disposição e a adesão aos cuidados.

A melhoria da recuperação, a diminuição do stresse, a melhoria do relaxamento e alívio de tensões, a distração, a diminuição da dor, facilita a exteriorização de sentimentos, o mecanismo de adaptação, a melhoria da qualidade de vida, facilita a aprendizagem e diminui a ansiedade.

Os benefícios do humor na saúde e na vida das pessoas, está relacionado com a redução do stresse, da tensão e do desconforto, aumenta a tolerância à dor e fortalece o sistema imunitário.



Resultados: Limitações e precauções da intervenção

A intervenção humor é complexa, uma vez que o humor paradoxal, situacional, multifacetado.

O uso do mesmo deve ser ponderado em algumas situações.

Em pessoas com deficiência cognitiva, doença mental, ou em situação de doença severa.

Conclusões

O uso do humor favorece a comunicação, desempenhando assim um papel importante nas interações humanas.

Este ajuda a promover o bem-estar; a lidar com situações difíceis e desagradáveis, a reduzir a tensão, o stresse e o desconforto; a aumentar a tolerância à dor, e fortalecer o sistema imunitário.

Esta intervenção dever ser utilizada com precaução, exige formação e uso adequado à situação da pessoa.

Referências

- Sousa LM, Teixeira PM, Marques-Vieira CM, Severino SS, Faísca H, José HM. Emploi de l'humour dans la relation infirmier/personne malade: une revue de la littérature et synthèse. *Revue Francophone Internationale de Recherche Infirmière*. 2018; 4 (1): 30-38. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.refiri.2017.07.011>
- Sousa LM, José HM. Benefícios do humor na saúde Revisão Sistemática da Literatura. *Enformação*. 2016; 7:22-32.
- Proyer RT. Playfulness and humor in psychology: An overview and update. *Humor*. 2018 Apr 25;31(2):259-71.
- Bennett PN, Parsons T, Ben-moshe R, Weinberg M, Neal M, Gilbert K, Rawson H, Ockerby C, Finlay P, Hutchinson A. Laughter and humor therapy in dialysis. In *Seminars in dialysis*. 2014 Sep 1; 27(5): 488-493.
- Chinery W. Alleviating stress with humour: a literature review. *Journal of Perioperative Practice*. 2007 Apr;17(4):172-82.
- Jones P, Tanay MA. Perceptions of nurses about potential barriers to the use of humour in practice: a literature review of qualitative research. *Contemporary nurse*. 2016 Feb 1;52(1):106-18.
- McCreaddie M, Wiggins S. The purpose and function of humour in health, health care and nursing: a narrative review. *Journal of advanced nursing*. 2008 Mar 1;61(6):584-95.
- Pinna MÁ, Mahtani-Chugani V, Sánchez Correias MÁ, Sanz Rubiales A. The Use of Humor in Palliative Care: A Systematic Literature Review. *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*®. 2018 Jan 1:1049909118764414.
- Tanay MA, Roberts J, Ream E. Humour in adult cancer care: a concept analysis. *Journal of advanced nursing*. 2013 Sep 1;69(9):2131-40.

A intervenção humor na relação e na comunicação enfermeiro-pessoa em processo de doença

Luís Sousa, PhD, MSc, CRRN, RN

Escola Superior de Saúde Atlântica

Hospital Curry Cabral, Centro Hospitalar Lisboa Central

