

# 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

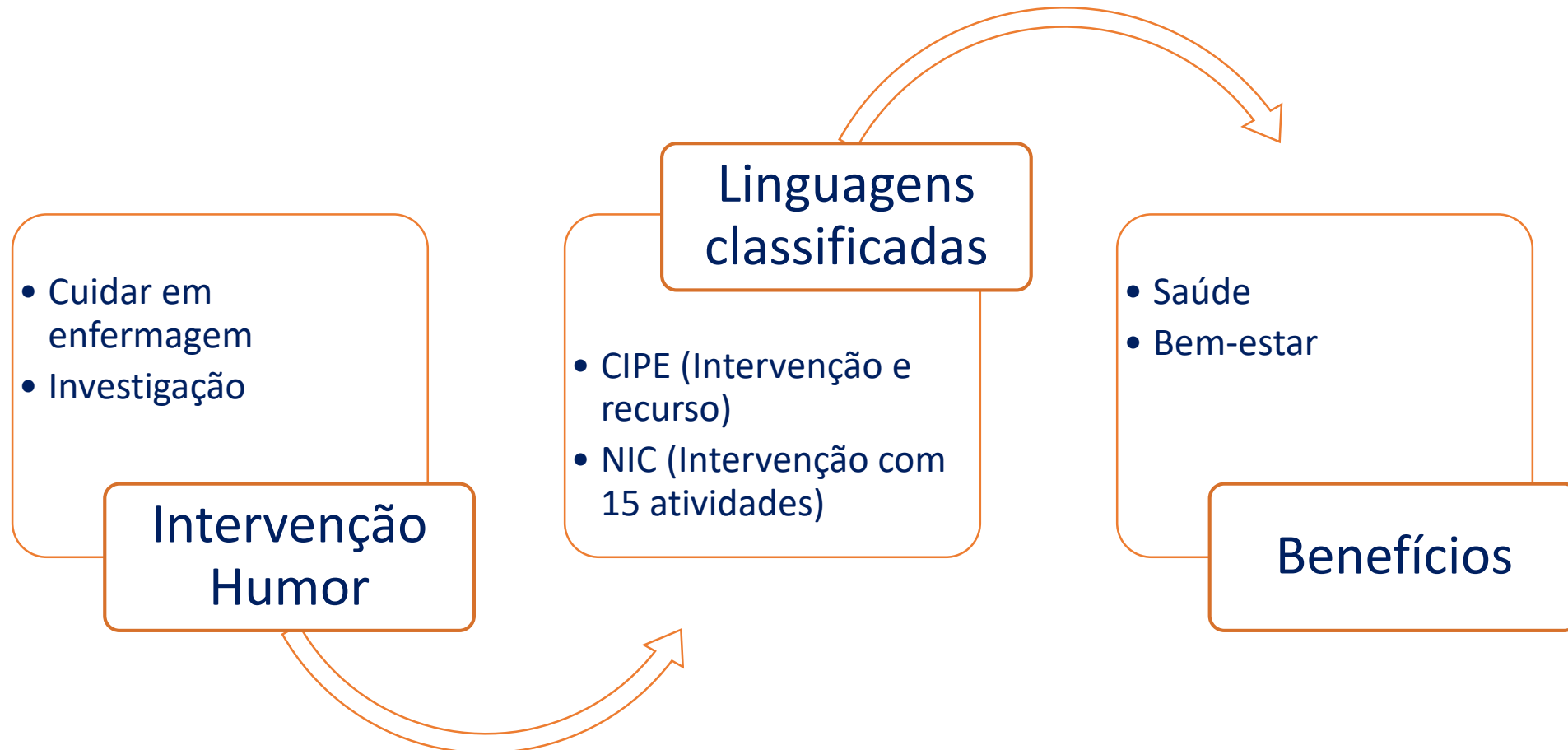
LISBOA-PORTO



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

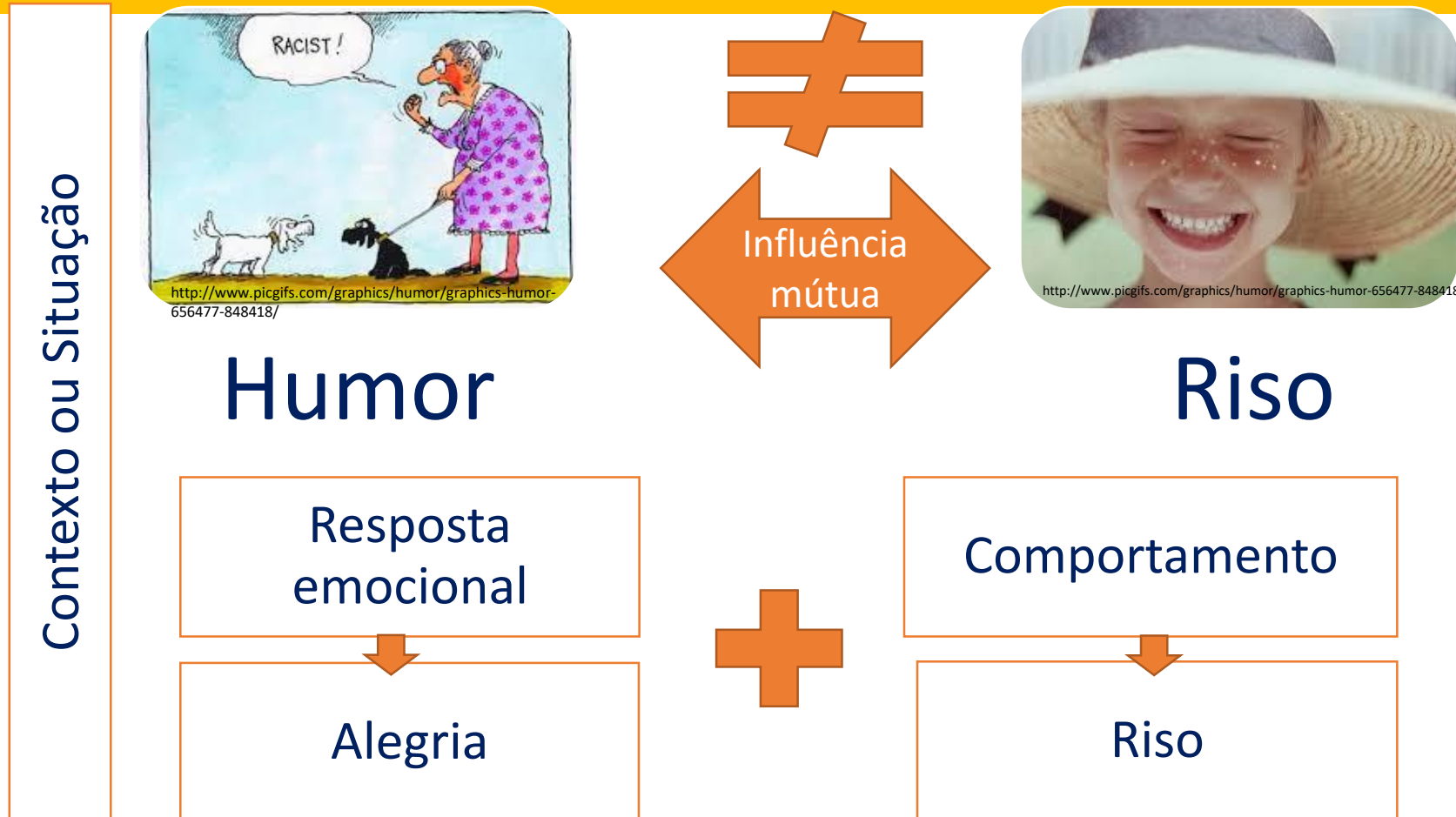


# Definição – Intervenção humor



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

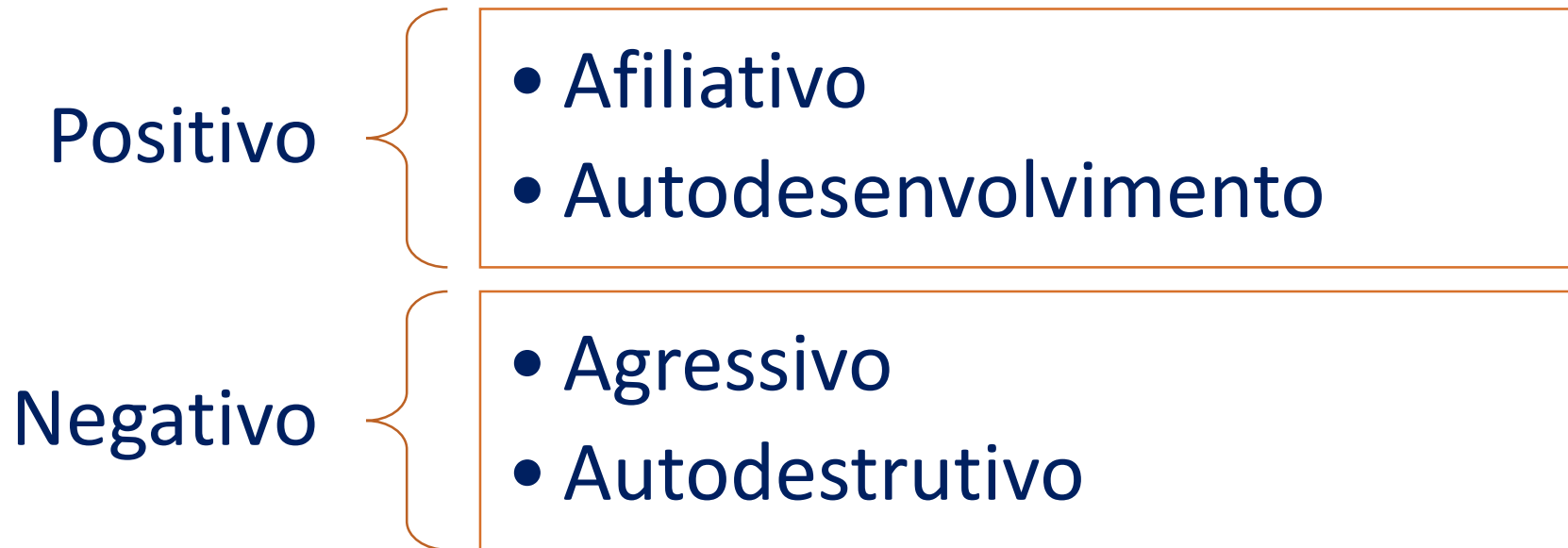


O humor positivo promove a harmonia na relação e no doente, ajuda-o a manter a esperança.



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

# Tipos e estilos de humor



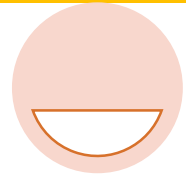
# Objetivos

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.

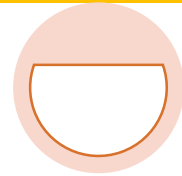


# Material e métodos



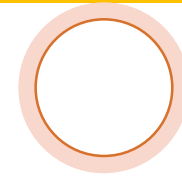
## Tipo de estudo

Revisão rápida da literatura



## Plataformas e Base de dados

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

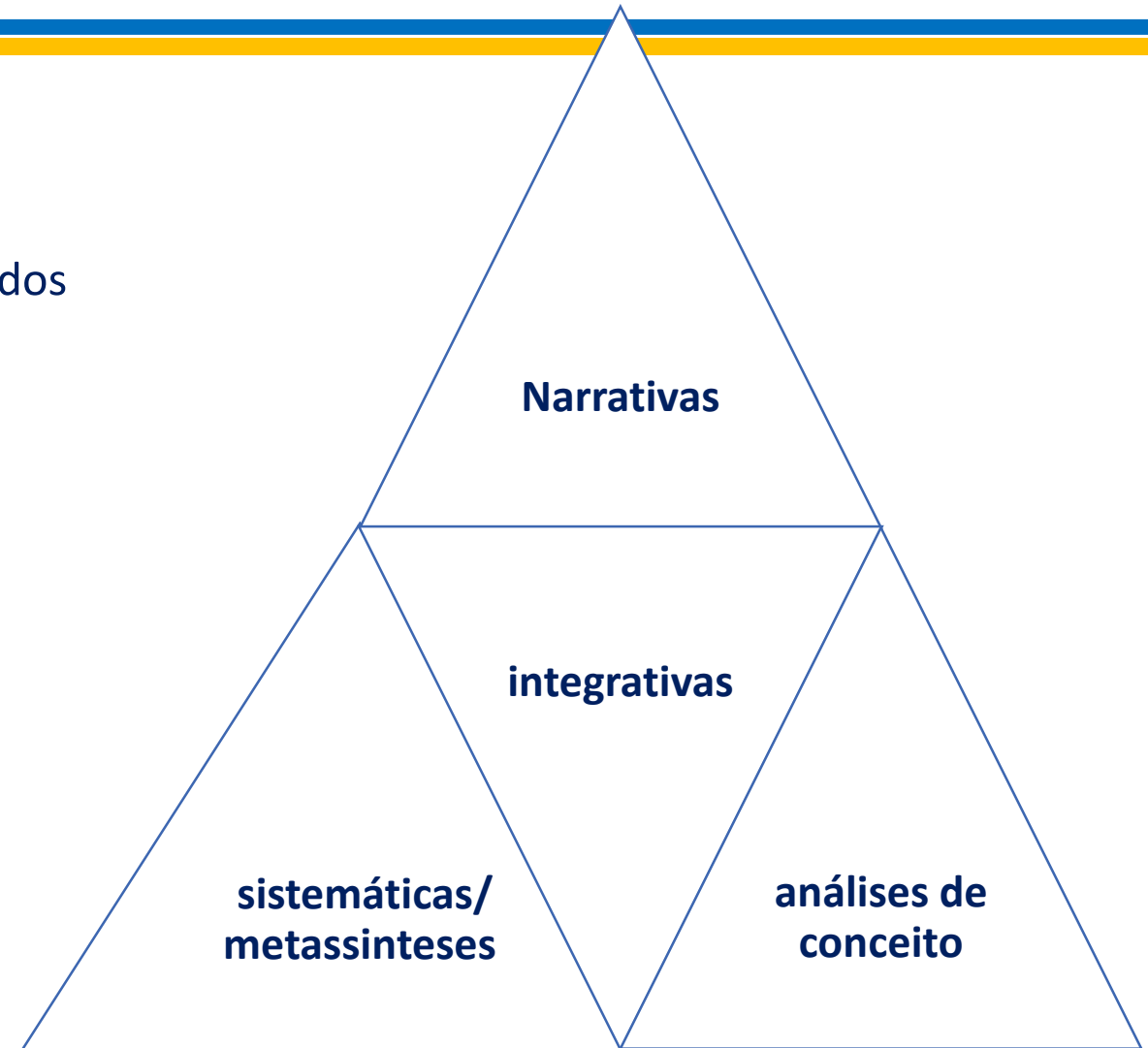
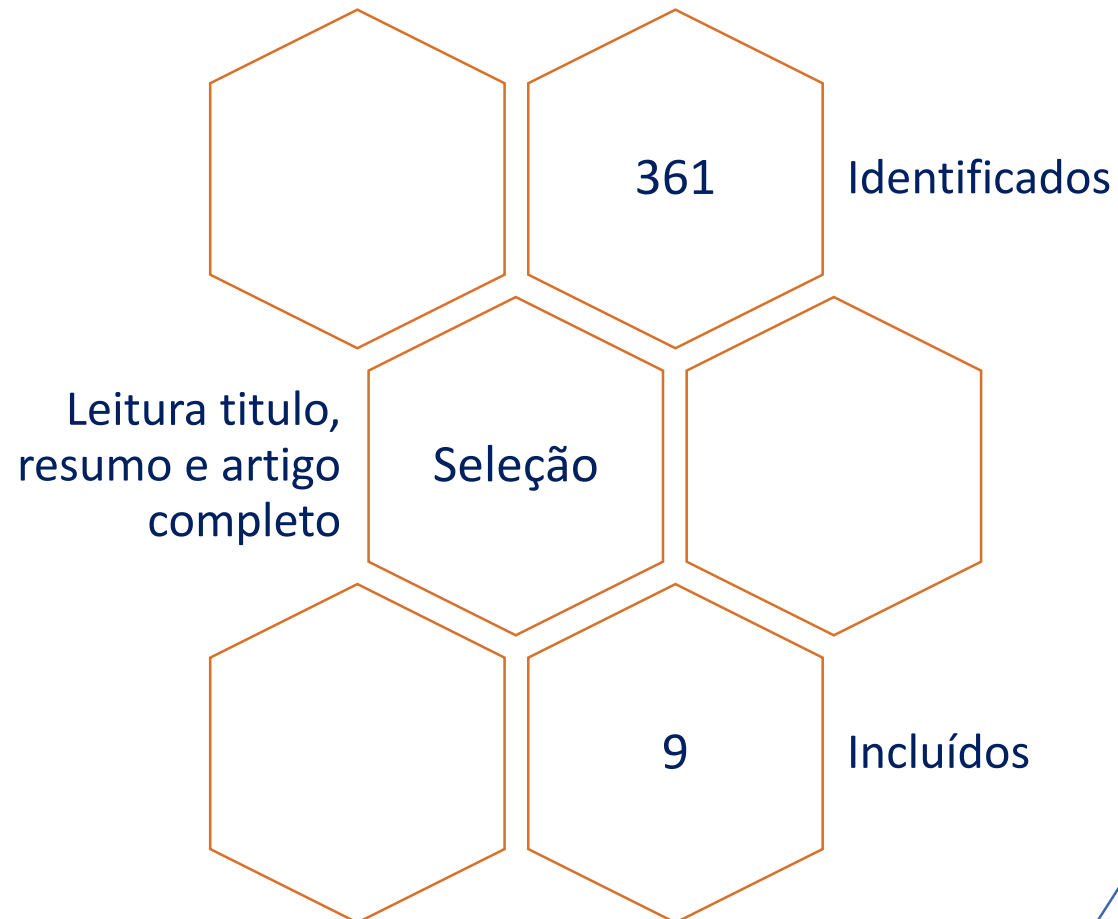


## Equações booleanas

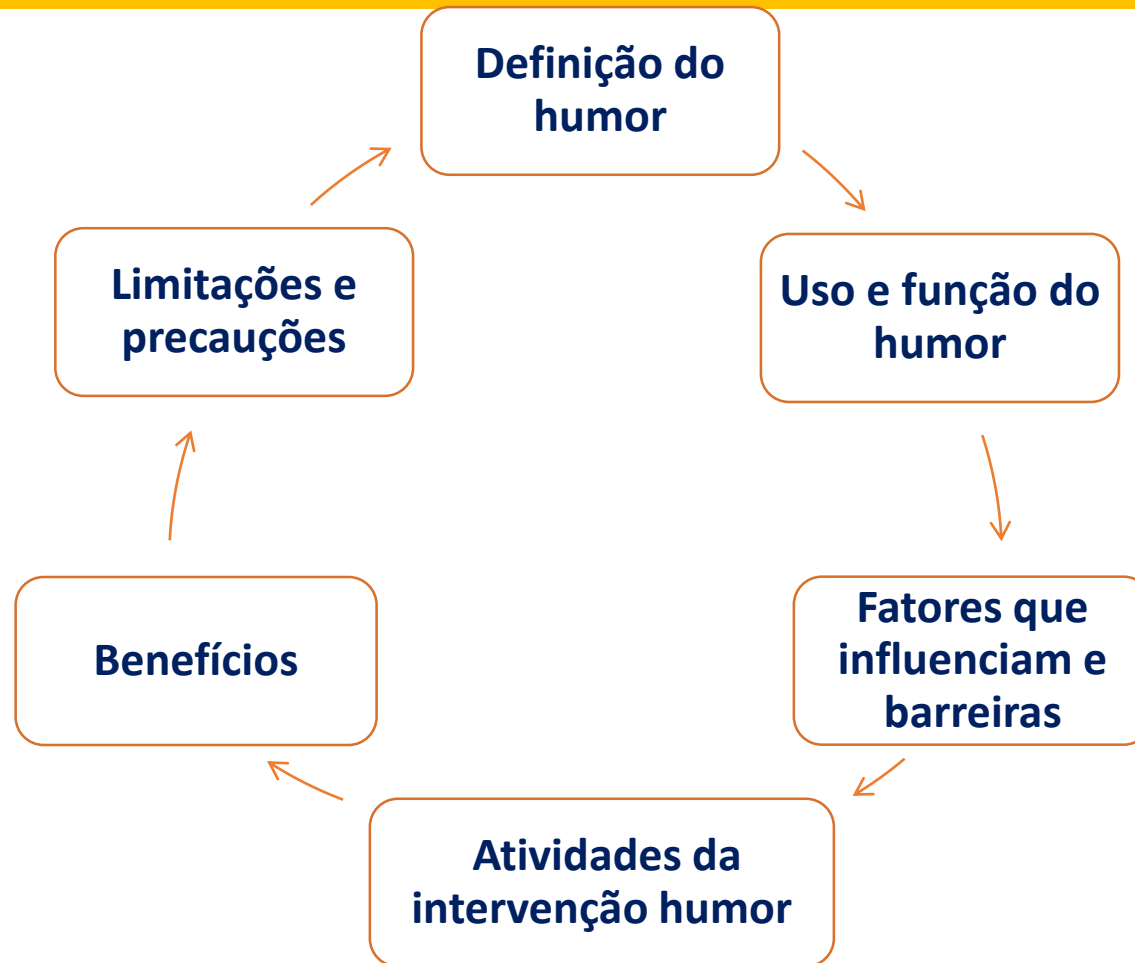
((Humor therapy) OR (Humor)) AND (Review) AND (Nursing)

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

# Resultados



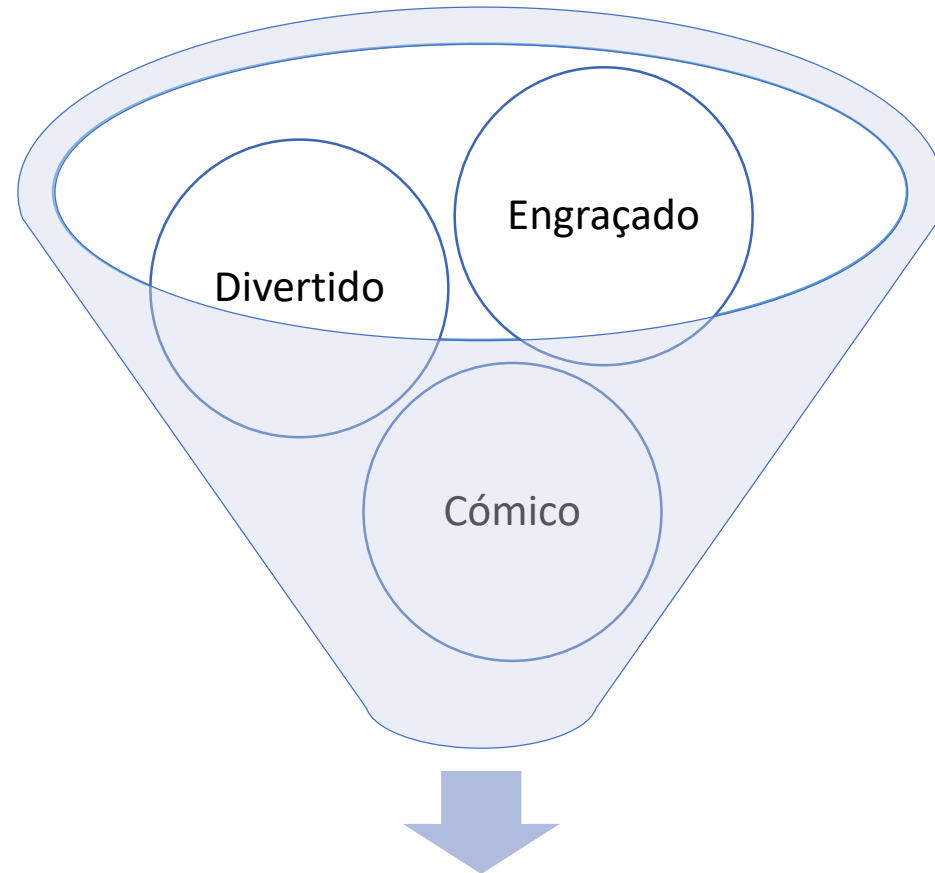
# Resultados



# Resultados: Definição



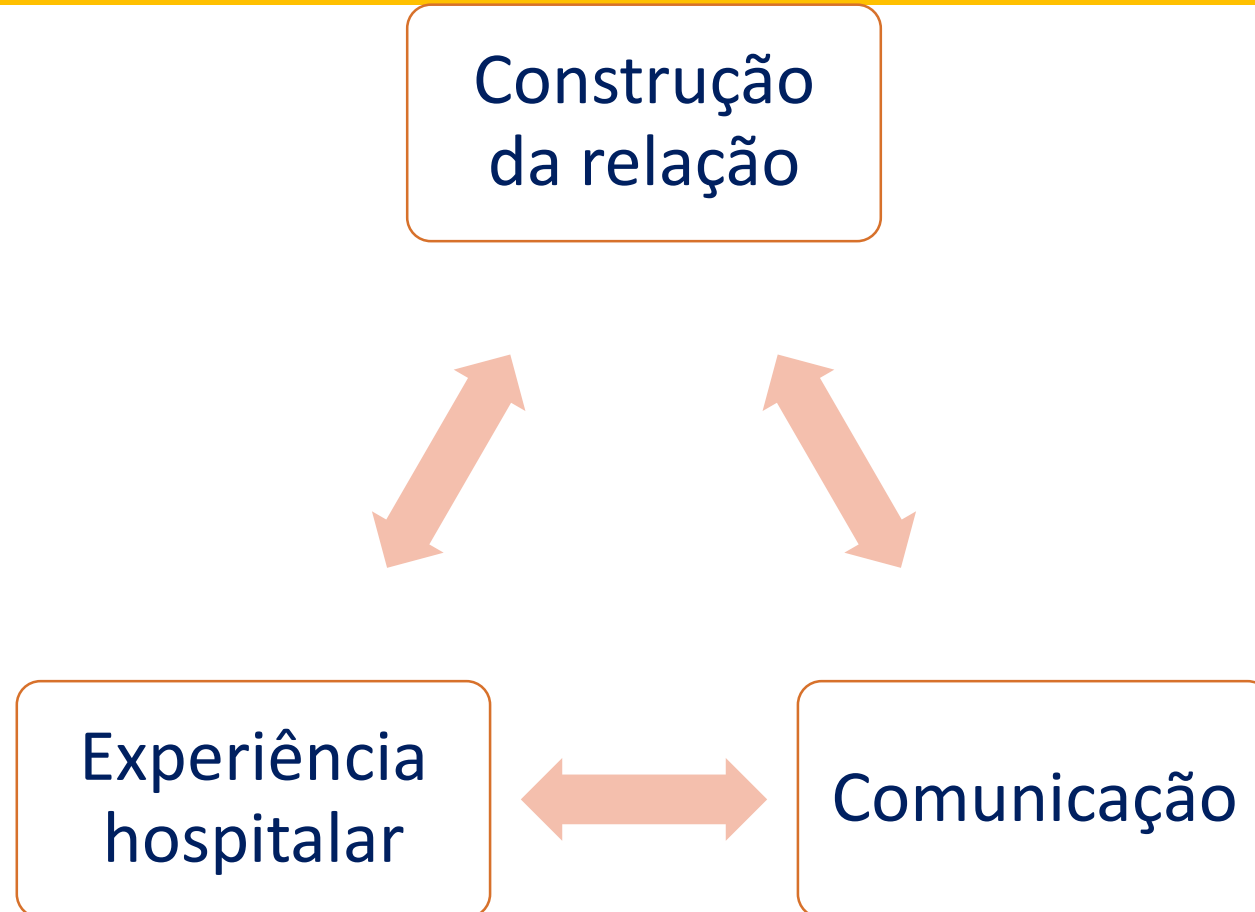
(Tanay, Roberts & Ream, 2013)



**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.
- McCreddie 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

