

## O RISO NO BEM-ESTAR DO IDOSO HOSPITALIZADO

Iaponira Cortez Costa de Oliveira<sup>(1)</sup>; Júlio Cesar Cruz de Oliveira II<sup>(2)</sup>; Maria de Fátima Leandro Marques<sup>(3)</sup>; Elisio Lima de Brito<sup>(4)</sup>

<sup>1</sup>Enfermeira do Hospital Universitário Lauro Wanderley. Professora da Escola Técnica de Saúde/UFPB: E-mail: [iaponiracortez@yahoo.com.br](mailto:iaponiracortez@yahoo.com.br)

<sup>2</sup>Graduando em Odontologia UFPB: E-mail: [Juliosegundo1991@hotmail.com](mailto:Juliosegundo1991@hotmail.com)

<sup>3</sup>Bióloga do Hospital Universitário Lauro Wanderley: E-mail: [marques\\_fatima@yahoo.com.br](mailto:marques_fatima@yahoo.com.br)

<sup>4</sup>Bioquímico do Hospital Universitário Lauro Wanderley e Mestrando da Faculdade do Norte do Paraná (FACNORTE). E-mail: [elisiobrito.eb@gamil.com](mailto:elisiobrito.eb@gamil.com)

### INTRODUÇÃO

A hospitalização produz momentos de solidão, estresse, dúvidas, incertezas, medo e monotonia. No entender de Santos<sup>1</sup>, o contexto hospitalar revela-se muitas vezes um espaço desagradável, hostil e cheio de restrições. Neste aspecto, a internação para os idosos gera tensão, medo de morrer no hospital e uma espera interminável para a alta hospitalar.

Vivenciando essa realidade hospitalar e observando a fragilidade dos idosos surgiu o interesse em modificar um pouco o ambiente triste que os cercam, através de ações lúdicas nas enfermarias. Isto foi possível através de um projeto de pesquisa e extensão que foi denominado de Tiquinho de Alegria, desenvolvido no Hospital Universitário Lauro Wanderley (HULW), campus I da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), cujo lema é levar o riso e a alegria aos que sofrem. Assim, brincar, rir e gargalhar com piadas contribui para amenizar tristezas, dores e promover um ambiente hospitalar menos estressante para humanizar a assistência à pessoa idosa hospitalizada.

As ações lúdicas são realizadas aos sábados e domingos, nas enfermarias da Clínica Médica (5º andar) e Doenças infecciosas e Parasitárias (4º andar) onde o grupo vestido de palhaço promove um ambiente colorido, com risos e alegria. Assim, nas intervenções lúdicas o idoso conversa, diverte-se, brinca e encontra um sentido para sorrir, amenizar seus medos, angústias, tristezas, melhorar o humor e seu bem-

estar. Conseqüentemente, o organismo reage positivamente minimizando a doença, melhorando a recuperação, e o que é melhor, recebe o tratamento e atenção dos “doutores da alegria”, gratuitamente, sem necessidade de “pegar ficha” ou “por ordem de chegada”.

É certo, de acordo com Godoi<sup>2</sup>, que as atividades lúdicas, realizadas durante a estadia do paciente no hospital tornarão menos longo e desgastante o período de internação. Iniciativas com atividades lúdicas como, por exemplo, a risoterapia (terapia do riso) entre outras, resultam em inúmeros benefícios, não somente para os pacientes como para profissionais e acompanhantes, além de promover a inserção dos acompanhantes e do grupo familiar junto ao tratamento. Lambert<sup>3</sup> ressalta que o sorriso e o riso ativam e desencadeiam a produção e liberação de hormônios do nosso organismo chamados “endorfinas”, que são os mesmos produzidos, quando fazemos exercícios e caminhadas, principalmente, ao ar livre. Essas substâncias são também chamadas de “hormônios da alegria e da felicidade”, por produzir um grande bem-estar mental, físico e espiritual<sup>3</sup>.

Dessa forma, compreendemos que no processo de hospitalização, o idoso necessita de um cuidar humanizado permeado de compromisso, amor, solidariedade, carinho e momentos de alegria através de risos e brincadeiras para aliviar o estresse inerente à hospitalização. Ademais, Martinez<sup>4</sup> ressalta que a expressão corporal é uma linguagem universal, unipessoal, uma forma de comunicação e expressão do corpo, não tendo limite de idade ou sexo, possibilitando sentimentos, emoções, melhora no estado de ânimo através de movimentos e gestos. Mazocco et al<sup>5</sup> entendem que utilizar a Terapia do Riso, associada a outras terapêuticas, é uma das formas de desenvolver a interação entre profissionais e pacientes melhorar a qualidade na rotina diária, discutindo o período de internamento, de forma com que se conheça as histórias de vida de cada um, aprendendo coisas novas, criando vínculos de afetividade e interação, proporcionando um aumento da autoestima e resposta positiva diante das dificuldades enfrentadas no período de tratamento.

Não se pode esquecer-se de levar em consideração o respeito a individualidade de cada paciente demonstrando, para toda a equipe, a importância do atendimento humanizado<sup>5</sup>. Vale ressaltar que as ações com brincadeiras, trazendo alegria e um colorido ao ambiente hospitalar estão de acordo com a Política de Humanização do SUS, entendida como: a valorização dos diferentes

sujeitos envolvidos no processo de saúde, estabelecimento de vínculos solidários, aumento da corresponsabilidade na produção de saúde, compromisso com a ambiência e condições de trabalho e atendimento, além da identificação das necessidades sociais da saúde<sup>6</sup>.

Assim, atividades lúdicas direcionadas aos idosos devem ser focadas na postura acolhedora e ética, almejando tanto o seu bem-estar como também influenciar no desenvolvimento da formação cidadã de todo os envolvidos.

Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi apresentar o relato de experiência do projeto “Tiquinho de Alegria” sobre a importância do riso no bem-estar do idoso hospitalizado.

## **METODOLOGIA**

Tratou-se de um relato de experiência das atividades realizadas pelos graduandos integrantes do projeto de pesquisa e extensão Tiquinho de Alegria, desenvolvidas com idosos no Hospital Universitário Lauro Wanderley, no ano de 2014. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética do Hospital Universitário Lauro Wanderley sob o CAAE: 0396..0.126.000-10.

Entende-se como relato de experiência<sup>7</sup> o conjunto da descrição da realização experimental, dos resultados nele obtidos e das ideias associadas, de modo a constituir uma compilação completa e coerente de tudo relacionado a esse trabalho, sendo ainda o registro permanente das informações obtidas elaborado principalmente para descrever experiências, investigações, processos, métodos e análises.

## **DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA**

A vivência prática de acordar cedo, especialmente aos domingos e levar sentimentos de felicidade através de risos, gargalhadas, dramatizações, músicas com fantoches para os idosos foi uma missão gratificante, especialmente pela satisfação demonstrada pelos risos dos idosos que ficam pedindo para conversar e rir mais. Os idosos recebem a nossa atenção, interagindo e, ao brincar, se esquecem das tristezas e do ambiente monótono do hospital, rindo e demonstrando muita felicidade.

É possível compreender a dimensão da satisfação do grupo Tiquinho de Alegria, ao fazer pessoas tão vulneráveis felizes, através de alguns discursos:

*“quando chegamos de mansinho na enfermaria e observamos um idoso triste no leito, conversamos, brincamos, fazemos piadas engraçadas; é gratificante vê-lo interagir, sentir-se alegre e até se levantar do leito revelando melhora no seu quadro clínico, emocional;*

*“é emocionante quando ele nos revela que está sentindo-se melhor com a nossa presença e pede para voltar outras vezes”.*

*“Diante desse sentimento e de gestos de carinhos, nós integrantes do projeto Tiquinho de Alegria buscamos inumar a característica hostil que rodeia o âmbito hospitalar trazendo à tona momentos alegres permeados pelo riso, descortinando o modelo biomédico presente no serviço de saúde.”*

Desta forma o projeto tem como escopo favorecer a atenção psicossocial e o acolhimento emocional diante da complexidade vivida no momento de hospitalização advindo pela separação da vida cotidiana e familiar. Com base na utilização de técnicas artísticas, tendo em vista a melhoria da saúde e da qualidade de vida dos idosos hospitalizados, é que o Tiquinho de Alegria intervém na expectativa de proporcionar um ambiente hospitalar mais agradável (ao utilizar técnicas musicais, fantoches e marionetes, mágicas, mímicas, malabarismos e leitura de histórias) visando colocar ênfase na diversão, na atenção e na espontaneidade do paciente, mitigando o estresse e fomentando o bem estar.

Concluimos que a figura do palhaço que se expressa através do projeto dentro do universo hospitalar mostra que é possível articular o cuidar em saúde e a educação em um ambiente alegre, minimizando o efeito negativo do binômio hospital-doença. A experiência possibilitou um aprendizado ímpar para os participantes do projeto, pois não foi preciso usar medicamentos, agulhas ou procedimentos cirúrgicos para curar os usuários, mas sim o melhor que alguém pode dar a outra pessoa: o sorriso.

Dessa maneira, construímos um jeito de cuidar onde a alegria, o riso e as brincadeiras promovem um ambiente acolhedor e minimizador de sofrimentos, agindo de acordo com os pressupostos de políticas de humanização, a exemplo do “Humaniza SUS”. Mesmo diante do sofrimento, podemos contribuir com um “tiquinho de alegria” no enfrentamento da doença, da solidão e das tristezas dos idosos hospitalizados “não os esquecendo em um canto qualquer”.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 Santos AIL. De nariz vermelho no Hospital: a atividade lúdica dos Doutores Palhaços com crianças hospitalizadas. Dissertação (Mestrado em Estudos da Criança. Área de Especialização em Associativismo e Animação Sócio-Cultural). Portugal: Universidade do Minho. Instituto de Educação. Junho de 2011.
- 2 Godoi AF. de. Hotelaria Hospitalar e Humanização no Atendimento em Hospitais. São Paulo: Ícone, 2004.
- 3 Lambert E. A terapia do riso: a cura pela alegria. São Paulo: Pensamento, Cultrix, 1999.
- 4 Martinez MTC. Sistema de ejercicios dirigidos a la preparación en la expresión corporal de los niños del Círculo Infantil 'Heroicas Guerrillas'. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires. 2013; 18(180):.1. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd180/la-preparacion-en-la-expresion-corporal.htm>
- 5 Mazocco F, Hentges JM, Almeida ACH, Erdmann MF, Zimmermann J. terapia do riso: enfermagem humanizando o ambiente hospitalar II Congresso de Humanização I Jornada Interdisciplinar de Humanização Curitiba, 08 a 10 de agosto de 2011.-P:1-23.[acesso em 2015 jul 2].Disponível em: <http://anais.congressodehumanizacao.com.br/files/2012/07/RESUMO-091.pdf>
- 6 Queiroz MIF, Machado RIL, Cordeiro M, Oliveira SM, Oliveirall JCCO,Carvalho JM, Freitas JN, Cerqueira GS, Oliveira ICC. Influência da palhaçoterapia na assistência à criança hospitalizada. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires. 2014; 18(190). [acesso em 1 jul 2015]. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd190/palhaçoterapia-na-assistencia-a-crianca-hospitalizada.htm>



7 Severino AJ. Metodologia do trabalho científico: diretrizes para o trabalho científico didático na universidade. São Paulo: Cortez; 2007.

CONGRESSO INTERNACIONAL DE  
ENVELHECIMENTO HUMANO

Longevidade: Transformações, Impactos e Perspectivas

24 A 26 DE SETEMBRO DE 2015

