

A IMPORTÂNCIA DO RISO NO BEM-ESTAR DO IDOSO HOSPITALIZADO

Marielly Silva Nobre ⁽¹⁾; Paulo Ricardo da Silva ⁽²⁾

¹Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), mari_silvanobre@hotmail.com

²Fisioterapeuta graduado no Centro Universitário Tiradentes – UNIT, ft.paulo.ricardo@gmail.com

INTRODUÇÃO

O contexto hospitalar mostra-se na maioria das vezes um ambiente desagradável, hostil e cheio de restrições para nossos idosos¹. A hospitalização do idoso coloca-os numa posição de grande dependência em diferentes aspectos, por limitá-los muitas vezes em espaço físico, rotina, roupas, objetos pessoais², além das relações pessoais afetivas³, e de seus papéis sociais⁵.

O adoecimento é um momento crítico para o ser humano por conta de modificações físicas e psíquicas⁵, que traz o sentimento de medo, ansiedade ou até angústia, que tende a evoluir para um quadro de humor deprimido, para vivenciar apenas o estado de doença².

As atividades lúdicas realizadas no hospital proporciona a sensação, ao hospitalizado de menor desgaste pelo tempo de internação³. Como, por exemplo, a terapia do riso conhecido como a risoterapia, que segundo Godoi³ possui inúmeros benefícios, tanto para os pacientes como para profissionais, promovendo a inserção dos acompanhantes e do grupo familiar junto ao tratamento de forma ativa. A partir de uma visão centrada no paciente, essa proposta vem sendo reconhecida como uma estratégia complementar para o processo de humanização⁹.

De acordo com Gomes¹⁰ após as atividades realizadas pelos Dr. Palhaços, foi observado que a prática do riso e da gargalhada melhorava o humor, reforçava a imunidade e diminui o estresse, ansiedade e dor por liberação de neurotransmissores, o que facilitava o tratamento analgésico em ambiente hospitalar.

No Brasil com a criação dos Doutores da Alegria em 1991, houve um aumento em iniciativas similares em diferentes regiões do país⁸, foi baseado nesta iniciativa que surgiu o grupo FisioAlegria.

O grupo FisioAlegria foi criado no dia 31 de agosto de 2010, idealizado pelo fisioterapeuta Paulo Ricardo, tendo como principal objetivo levar alegria para as crianças, adultos e idosos, que estejam hospitalizados, além dos profissionais e todo o corpo do hospital, através da figura do "doutor palhaço", como forma minimizar a dor e a angústia pela hospitalização. O mesmo tem como base a fisiologia do riso, que é o benefício que o sorriso traz para o corpo humano, no âmbito psicológico e fisiológico.

Tendo em vista a melhoria da saúde e da qualidade de vida dos idosos hospitalizados, é que o FisioAlegria atua, buscando proporcionar um pouco de alegria, utilizando de atividades diversas, como musicais, fantoches e marionetes, mímicas, brincadeiras de perguntas e respostas, ou até mesmo uma simples palavra de conforto e carinho. Todas as atividades colocadas dentro de um tema central, visando colocar ênfase na diversão, na atenção e na espontaneidade do paciente.

O presente estudo se justifica pelo fato que, a Palhaçoterapia é uma forma de humanizar o ambiente hospitalar, através de atividades lúdicas, atribuir ao mesmo uma sensação de acolhedor, proporcionando alegria¹, diminuição da ansiedade e do sofrimento, podendo ser direcionada aos idosos pode ser direcionada para um acolhimento, buscando tanto o bem-estar físico como o emocional⁴, além de favorecer a atenção psicossocial acarretado pela separação da vida cotidiana e/ou familiar³.

Diante do contexto apresentado, este estudo teve como objetivo apresentar o relato de experiência do grupo “FisioAlegria” sobre a importância do riso no bem estar do idoso hospitalizado.

METODOLOGIA

Tratou-se de um relato de experiência das atividades realizadas no projeto FisioAlegria, desenvolvida com idosos em Hospitais de Maceió-AL, no 1º semestre de 2017. Os hospitais de atividades com idosos foram: Hospital Memorial Arthur Ramos, Hospital do Coração.

As atividades foram realizadas aos sábados no período da tarde, nas enfermarias e apartamentos dos Hospitais, onde ocorre a abordagem do Dr. Palhaço para promover um ambiente com risos e alegria. O grupo de Dr. Palhaços é formado por estudantes universitários e profissionais com o objetivo primordial de trazer bem estar a todos que necessitam por meio de projetos que envolvam humanização.

Antecedendo cada atividade o Dr palhaço se articula com seu grupo de atividade de cada mês, para o planejamento da mesma, levando sempre temas diferentes e criativos. As atividades realizadas foram: Fisioshow (que consistiu em um jogo de perguntas e respostas como o passa ou repassa, qual é a musica, palavras sortidas, complete a musica, qual o cantor), esta atividade teve como um dos objetivos interagir com os pacientes e familiares em um mesmo momento; adivinhação; Fisiorecados (onde foi distribuído recados enviados de um paciente para funcionários ou outros paciente); telefone sem fio; caça-palavras, jogos dos sete erros, jogo da força, histórias

contadas, jogos dos ditados populares. Todas estas atividades foram integrada em temas diferentes a cada sábado.

Entende-se como relato de experiência 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 análises⁷.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A experiência de levar um pouco de alegria para cada pessoa presente no hospital possui duas linhas de percepção do voluntário, a primeira onde o mesmo se entrega a atividade e se doa, e a segunda onde o voluntário recebe do paciente o agradecimento.

Inicialmente existe uma interação entre o grupo para planejar e produzir a atividade, atribuímos um tema a cada sábado, e a partir daí a entrada nos hospitais. O planejamento cria um conexão mutua entre o próprio grupo, propiciando uma melhor comunicação para o fluir da atividade e desempenho no hospital.

Na atividade dentro do hospital atuamos deste a recepção ate as enfermarias e UTI. Dentro das enfermarias a presença do idoso na maioria das vezes é acompanhada de um cuidador formal, ou de algum familiar. Dessa maneira a atuação do Dr. Palhaço para eles é representada como uma felicidade em receber alguém que leve um pouco de alegria, ou até mesmo como forma de desabafo. Dessa maneira, construímos um jeito de cuidar onde a alegria, o riso e as brincadeiras promovem um ambiente acolhedor e minimizador de sofrimentos.

Como Dr. Palhaços, pensamos que o sofrimento pela doença ou por fatores psicológicos, podem sim serem quebrados. Os idosos nós recebem sempre de portas abertas, muitos esperam pela nossa presença todos os sábados, como uma forma de esquecer o ambiente monótono do hospital ou ate mesmo dos procedimentos dolorosos. Quando saímos levamos risos, que demonstram felicidade.

Quando entramos em cada quarto podemos notar a mudança de humor de cada paciente de forma positiva, tendo o relato dos mesmos ao final de cada atividade. O sorriso de cada quarto confirma que o trabalho realizado pode proporcionar alguma melhora ao paciente. Muitas vezes de forma significativa mostrando melhora física e psicossocial.

Em idosos a dimensão da ação do riso em seu processo de melhora do estado de humor se dá de forma mais expressiva, pois os mesmos transmitem de forma sincera, através de palavras, gestos, sorrisos ou olhares, isso demonstra que a produção de risos agrega sentimentos e atribui ao paciente sensação de conforto e felicidade.

CONCLUSÃO

Concluimos que a figura do Dr. Palhaço dentro do ambiente hospitalar mostra que é possível melhorar o bem estar psicológico, através da mudança de humor do próprio ambiente, minimizando assim os efeitos negativos da ideia de hospital-doença. A experiência possibilitou um aprendizado ímpar para os participantes do projeto, pois intervindo com humanização e levando de forma harmoniosa o sorriso, como forma de melhorar o estado de humor.

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- Silva MJP, Graziano KU. **A abordagem psicossocial na assistência ao adulto hospitalizado.** Rev.Esc.Enf. USP. 1996; 30(2):291-6.
- 3- Godoi AF. de. **Hotelaria Hospitalar e Humanização no Atendimento em Hospitais.** São Paulo: Ícone, 2004.
- 4- 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 2017 set 13].Disponível em: <http://anais.congressodehumanizacao.com.br/files/2012/07/RESUMO-091.pdf>
- 5- Szareski C, Beuter M. **O familiar acompanhante no cuidado ao adulto hospitalizado na perspectiva da equipe de enfermagem.** Santa Maria; 2009. Mestrado [Dissertação] - Universidade Federal de Santa Maria
- 6- Masetti MM. **Boas misturas: possibilidades de modificações da prática do profissional de saúde a partir do contato com os Doutores da Alegria.** São Paulo; 2001. Mestrado [Dissertação] - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

- 7- Severino AJ. **Metodologia do trabalho científico: diretrizes para o trabalho científico didático na universidade.** São Paulo: Cortez; 2007.
- 8- Masseti M. **Doutores da ética da alegria.** Interface Comun Saúde Educ. 2005; 9(17):453-8.
- 9- Mota GM, Mota DMC, Machado MMT, Arrais RH, Oliveira CPV, Salgado MS et al. **A percepção dos estudantes de graduação sobre a atuação do “doutor palhaço” em um hospital universitário.** Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza, 25(2 Supl): 25-32, abr./jun., 2012.
- 10- Gomes ARB, Abrantes AO, Santos AA, Machado RIL, Oliveira ICC. **A palhaçoterapia no hospital universitário Lauro Wanderlei.** R. bras ci Saúde, João Pessoa, 16(Supl. 1):1-57, out. 2012.