

## **BANHO DE SOL SUPERVISIONADO EM IDOSOS HOSPITALIZADOS COM RESTRIÇÃO AO LEITO: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Laezio Marcelo Carneiro Júnior <sup>1</sup>  
Ana Luiza Azevedo do Vale <sup>2</sup>

### **INTRODUÇÃO**

No decorrer do envelhecimento o organismo apresenta alterações e um declínio de suas capacidades, o que acarreta em diversas vulnerabilidades consideradas propícias para tornar os idosos mais suscetíveis às doenças e à hospitalização (JANNUZZI E CINTRA, 2006). Essa internação, quase sempre prolongada, pode cursar com perda da funcionalidade devido a diversos fatores, como a idade avançada, incapacidades pré-existentes, comprometimento cognitivo, delirium, polifarmácia, história de quedas e comorbidades (CARVALHO *et al.*, 2018), e muitas vezes, predispõe o indivíduo a restrição ao leito com alto risco para desenvolver lesões por pressão pelas limitações de mobilidade (OLIVEIRA *et al.*, 2017).

Paralelo a isso, autores apontam que a hospitalização e a interrupção do ritmo circadiano apresentam consequências negativas ao paciente. Essa combinação priva os pacientes da luz natural do sol, os sujeita a muitas horas de luz artificial durante o dia e à iluminação interna noturna dos hospitais (WEST *et al.*, 2019).

Nos últimos anos, a comunidade científica vem alertando sobre os benefícios do banho de sol regular (CUI E GONG *et al.*, 2021; VAN DER RHEE *et al.*, 2016). A luz solar, além de aliviar os efeitos emocionais decorrentes do processo de internação hospitalar por longa permanência, contribui para manutenção dos níveis séricos de vitamina D (COMYM, *et al.*, 2022), das quais possui diversas funções para manutenção da homeostase, dentre os quais se destacam o metabolismo da insulina, minerais, em especial o cálcio, regulação do sistema imunológico, cardiovascular e musculoesquelético (CASTRO, 2011).

Com o intuito de amenizar o sofrimento causado pela internação prolongada é necessário que os serviços se preocupem com a excelência no atendimento e a humanização

---

<sup>1</sup> Residente no Programa de Pós Graduação Residência Multiprofissional em Atenção à Saúde da Pessoa Idosa da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública - EBMSp, [laeziomcjr@gmail.com](mailto:laeziomcjr@gmail.com);

<sup>2</sup> Preceptora no Programa de Pós Graduação Residência Multiprofissional em Atenção à Saúde da Pessoa Idosa da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública - EBMSp, [ana.azevedo@irmadulce.org.br](mailto:ana.azevedo@irmadulce.org.br).

do cuidado. Ademais, pacientes com prejuízo na cognição estão mais suscetíveis à objetificação e, conseqüentemente, afastamento da equipe assistente. Desse modo, as estratégias de Humanização em Saúde favorecem o investimento da equipe contribuindo positivamente para a reabilitação e recuperação dos pacientes internados (SOARES, 2014).

O momento do banho de sol no ambiente hospitalar possibilita uma experiência humanizada, confortável e mais sensível às necessidades dos usuários e seus familiares. Sendo assim, o objetivo deste trabalho é relatar uma vivência multiprofissional do banho de sol supervisionado em idosos hospitalizados com restrição ao leito.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, realizado através do atendimento externo a idosos com adoecimento crônico e restrição ao leito por mais de seis meses em um hospital público localizado na cidade de Salvador/Bahia, em junho de 2023. Foram incluídos idosos com mobilidade reduzida, déficit cognitivo moderado e grave e síndrome da imobilidade, sendo excluídos aqueles em uso de drogas vasoativas, oxigenioterapia, desconforto respiratório, delirium e nível de consciência rebaixado.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Durante o período da residência na unidade de assistência a pacientes crônicos, foi observado que alguns idosos não tinham a oportunidade de serem conduzidos à área externa do hospital, recebendo os cuidados da equipe apenas na enfermaria. Diante disso, foi sugerido e proporcionado o banho de sol supervisionado e, conseqüentemente, um momento fora da unidade hospitalar aos idosos restritos ao leito.

No primeiro momento, foi realizada uma sinalização com a equipe e, posteriormente, a explicação do objetivo e metodologia, seguida pelo convite aos cuidadores para acompanhar essa experiência com os participantes no projeto. Aqueles idosos que possuíam o nível cognitivo preservado, o convite foi realizado de maneira clara e objetiva, a fim de saber o nível de interesse em participar dessa ação.

Participaram dessa vivência 4 idosos, sendo 1 do sexo masculino e 3 feminino, da qual foi supervisionada pela equipe da residência multiprofissional em Atenção à Saúde da Pessoa Idosa, composta pelo fisioterapeuta, enfermeira e psicóloga, fora da unidade hospitalar. A atividade ocorreu no final do período da tarde, com duração média de 20 minutos, em respeito

ao intervalo entre as dietas e horário das medicações.

As ações de humanização da saúde, como a oferta do banho de sol, apresentam resultados significativos na integralidade do indivíduo. Paralelo a isso, essas ações contribuem para o vínculo terapêutico, essencial no cuidado de pessoas com doenças crônicas. Ademais, essa prática pode contribuir na redução do tempo de hospitalização, além de proporcionar uma experiência acolhedora e menos dolorosa para o paciente e seus acompanhantes (COMYM *et. al.*, 2022).

Corroborando com a literatura, a presente intervenção da equipe assistente proporcionou alguns momentos no ambiente externo, buscando promover o bem-estar e uma oportunidade de lazer aos participantes. Além disso, também foi possível observar uma maior socialização e fortalecimento do vínculo entre os envolvidos, bem como, a melhora dos aspectos emocionais.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O banho de sol apresenta-se como uma alternativa viável que contribui para a promoção e humanização do cuidado integral na saúde, como também na reabilitação e recuperação dos pacientes internados. Essa vivência no contexto da internação prolongada, estimula a criação de vínculos e uma maior adesão ao tratamento, além de favorecer a valorização do sujeito e a participação dos familiares nesse processo de cuidado. Entretanto, devido a escassez de informações referente ao assunto, recomenda-se a realização de novas pesquisas para maiores abordagens sobre o tema.

**Palavras-chave:** Idosos, Restrição ao leito, Banho de sol, Humanização.

## REFERÊNCIAS

CASTRO, L.C.G. O sistema endocrinológico vitamina D. **Arq Bras Endocrinol Metab.**, v. 55, n. 8, p. 566-575, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abem/a/MTXBWgkFtspJDGWNNJbmQzC/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 19 jun. 2023.

CARVALHO, T.C.; DO VALLE, A.P.; JACINTO, A.F.; MAYORAL, V.F.S.; VILLAS BOAS, P.J.F. Impacto da hospitalização na funcionalidade de idosos: estudo de coorte. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, v. 21, n. 2, p. 136-144, 2018. Disponível em: <https://scielo.br/j/rbgg/a/HTMckZWnrCwsbVFbv3FzBx/?lang=en>. Acesso em: 18 jun. 2023.

COMYM, V. da C.C.; FABRI, J.M.G.; PEREIRA, E.R.; SILVA, R.M.C.R.A.; PEREIRA, A.M.; GAROFALO, R. da C.; et al. Sunbathing for Hospitalized Patients: A humanized strategy. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 10, p. e473111033170, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/33170>. Acesso em: 18 jun. 2023.

CUI, Y.; GONG, Q.; HUANG, C.; GUO, F.; LI, W. WANG, Y.; et al. The relationship between sunlight exposure duration and depressive symptoms: A cross-sectional study on elderly Chinese women. **Plos one**, v. 16, n. 7, p. 225-31, 2021. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0254856>. Acesso em: 18 jun. 2023.

JANNUZZI, F.F.; CINTRA, F.A. Atividades de lazer em idosos Atividades de lazer em idosos durante a hospitalização. **Rev Esc Enferm USP**, v. 40, n. 2, p. 179-87, 2006. Disponível em: <https://scielo.br/j/reeusp/a/Ry5cBRcy8MHW9frc86MdBQk/?lang=pt>. Acesso em: 18 jun. 2023.

OLIVEIRA, V.C.; RABELO, C.B.M.; VIEIRA, C.P.B.; COSTA, J.P. Intervenções de enfermagem na prevenção de lesões por pressão: estudo descritivo-exploratório. **Rev Pre Infec e Saúde**, v. 3, n. 3, p. 21-29, 2017. Disponível em: <http://www.ojs.ufpi.br/index.php/nupcis/article/view/6581>. Acesso em: 19 jun. 2023

SOARES, C.C.O.V. **Paciente comatoso: sujeito e objeto**. 2014, 103f. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Juiz de Fora. Programa de Pós-graduação em psicologia. Juiz de Fora, MG. Disponível em: <https://repositorio.ufjf.br/jspui/bitstream/ufjf/563/1/carlacristinasoaresdeoliveiradovale.pdf>. Acesso em: 18 jun. 2023.

VAN DER RHEE, H.J.; DE VRIES, E.; COEBERGH, J.W. (2016). Regular sun exposure benefits health. **Medical Hypotheses**, v. 97, n. 1, p. 34-37, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27876126/>. Acesso em: 18 jun. 2023.

WEST, A.S.; SENNELS H.P.; SIMONSEN, S.A.; SCHØNSTED, M.; ZIELINSKI, A.H.; HANSEN, N.C.; et al. The effects of naturalistic light on daytime plasma melatonin and serum cortisol levels in stroke patients during admission for rehabilitation: a randomized clinical trial. **Int J Med Sci**, v. 16, n. 1, p. 125-34, 2019. Disponível em: <https://ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6332482/>. Acesso em: 19 jun. 2023.