

ESTRATÉGIAS DE COMUNICAÇÃO TERAPÊUTICA ADEQUADAS AOS PORTADORES DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE GENERALIZADA

Área de concentração em Enfermagem Assistencial

Tiago Yure Grigorio Araujo¹; Amanda Gomes Fernandes²;
Maria d'Ávilla de Oliveira Dantas³; Tarciana Sampaio Costa⁴

¹ Faculdades Integradas de Patos, thiago-yuri@hotmail.com

² Faculdades Integradas de Patos, amanda.fernandes1905@gmail.com

³ Faculdades Integradas de Patos, davilladnts@gmail.com

⁴ Docente, Faculdades Integradas de Patos, tarcianasampaio@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO: A comunicação conforma-se na troca de informações interpessoais por meio de um estímulo, de modo que, as relações entre as pessoas ou grupos assim determinadas permitem que os indivíduos envolvidos, tracem metas, busquem alcançar objetivos, efetuem mudanças em seu comportamento, e atinjam a cura de suas enfermidades. Sendo essa uma ideia geral, se faz pertinente sua aplicação à realidade da enfermagem, em que o enfermeiro por meio de uma comunicabilidade bem sucedida que utiliza no âmbito da prestação de cuidados, alcançará um nível de comunicação eficaz conduzindo a resultados mais positivos (Gomes, Amendoeira e Martins, 2012). A ansiedade apresenta-se como uma reação emocional normal a certas tarefas e situações da vida, é algo fisiológico, essencial para nós. Quando evolui, tornam os impulsos que eram considerados funcionais, patológicos. Os transtornos de ansiedade generalizada se caracterizam pelo grande aumento da ansiedade e da preocupação que se torna desmoderado, incontrolável e desproporcional ao estímulo, com sentimento de apreensão aos eventos do dia-a-dia. A sua manifestação patológica, leva o indivíduo a se concentrar apenas nas suas preocupações, diminuindo sua percepção e aprendizagem, o indivíduo tenta focar num detalhe específico e não consegue, pois a sua compreensão está diminuída. Em níveis avançados de ansiedade, o portador apresenta temor e terror, impossibilitando-o de manter sua vida equilibrada. É dever do enfermeiro na área da saúde mental usar de estratégias de comunicação terapêutica para a reabilitação desse paciente. Para tanto, o objetivo desse trabalho foi identificar as estratégias de comunicação terapêutica adequadas aos portadores de transtornos de ansiedade generalizada. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Este estudo constitui-se de uma revisão da literatura, realizada através de consultas a livros da Biblioteca central das Faculdades Integradas de Patos “Flávio Sátiro Fernandes” e por artigos científicos selecionados através de busca no banco de dados do scielo. A pesquisa dos artigos foi realizada entre fevereiro e março de 2017. A busca nos bancos de dados foi executada utilizando às terminologias cadastradas nos Descritores em Ciências da Saúde cadastrados na Biblioteca Virtual em Saúde, que permite o uso da terminologia comum em português, inglês e espanhol. Os descritores em saúde mental utilizados na busca foram “Comunicação em Saúde”, “Comunicação Não Verbal” e “Transtornos de Ansiedade”. Os critérios de inclusão para os estudos encontrados foram à adesão à abordagem das Estratégias de Comunicação terapêutica e as Manifestações Clínicas dos Transtornos de Ansiedade. Foram excluídos os estudos publicados em línguas estrangeiras. Para a análise dos dados, utilizou-se a classificação das manifestações clínicas dos transtornos de ansiedade e a estratégia de comunicação terapêutica adequada segundo a literatura pertinente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: São imensas as literaturas que apontam para a subsistência de uma infinidade de elementos verbais, não-verbais e paraverbais presentes no processo comunicativo, tornando assim a comunicação numa totalidade que integra o verbal o não-verbal e o paraverbal. A comunicação é desta

forma um denominador comum presente nas ações de enfermagem, que influenciará diretamente na maneira como o cuidado é prestado a cada pessoa e assim garantir a obtenção de benefícios terapêuticos. Sendo assim, foram pesquisadas as principais manifestações clínicas dos transtornos de ansiedade generalizada adequando-as as estratégias de comunicação terapêutica. “Preocupação excessiva” - *Estimular comparações*: Por meio de situações relatadas pelo paciente, levá-lo a refletir sobre situações anteriores semelhantes, permitindo assim, uma análise de mecanismos de enfrentamento utilizado nessas situações. “Apreensão; receio; temor” - *Estimular a expressão de sentimentos subjacentes*: Muitas vezes os pacientes verbalizam frases que parecem ser grosseiras, entretanto contêm sentimentos e pensamentos implícitos que precisam ser esclarecidos para se trabalhar com base nas necessidades do paciente. *Solicitar ao cliente a identificação do agente da ação*: Quando o cliente utiliza termos indefinidos com “nós”, “eles”, “todo mundo”, “a gente”, etc. o enfermeiro deve atentar para a identificação do agente da ação. “Nervosismo” - *Verbalizar a aceitação*: Considerando que o paciente apresente comportamento voltado ao transtorno apresentado, a aceitação temporária de algumas manifestações torna-se necessária, indicando compreensão, ao mesmo tempo em que é oferecido elementos para que ele analise seu comportamento. “Dificuldade de concentração” - *Descrever os eventos em sequência lógica*: Decorrente da ansiedade, há pacientes que possuem dificuldade de relatar eventos numa sequência lógica, impedindo a compreensão das ideias por ele apresentadas. O enfermeiro deve utilizar estratégias de modo a tornar os fatos na ordem dos acontecimentos, auxiliados por frases como: “quando isso aconteceu”?... “tente se lembrar como era antes da faculdade”. Irritabilidade - *Verbalizar aceitação*: aceitar o comportamento apresentado, sabendo que ele faz parte das manifestações da patologia, aceitando temporariamente o comportamento apresentado. *Usar frases descritivas*: Por meio de uma linguagem clara e objetiva evitando “Dar conselhos”. A comunicação é desta forma, um denominador comum presente nas ações de enfermagem que terá influência nas maneiras como o cuidado é prestado a cada pessoa e deverá garantir a obtenção de ganhos terapêuticos (Gomes, et al, 2012). É igualmente importante considerar que a comunicação terapêutica tem a finalidade de identificar e atender as necessidades de saúde de cada pessoa, neste caso de amenizar as manifestações clínicas da ansiedade e contribuir para melhorar a prática de enfermagem.

CONCLUSÕES: As pesquisas realizadas nos permite concluir que, a comunicação terapêutica é uma ferramenta utilizada pelos enfermeiros para conduzir a elaboração do plano de cuidados de pacientes apresentando manifestações clínicas dos transtornos de ansiedade, para tanto, a escolha pela estratégia de comunicação terapêutica adequada deve estar em consonância com os dados clínicos identificados pelo profissional, sendo esta prática fundamental para o desenvolvimento da dimensão autônoma do cuidado. Dessa forma, nesse estudo, apresentamos esta associação, das manifestações clínicas dos transtornos de ansiedade e as estratégias de comunicação terapêutica adequada, que contribui para os acadêmicos de enfermagem e a comunidade acadêmica na elaboração dos planos de cuidado, bem como para a sociedade e pacientes que receberão uma assistência qualificada e embasada em princípios científicos.

Palavras-Chave: Comunicação terapêutica, Ansiedade, Enfermagem.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. COELHO, M.T.V., & SEQUEIRA, C. (2014) **Comunicação terapêutica em enfermagem: como a caracterizam os enfermeiros**. R. portuguesa de saúde mental (11), 31-xx
2. Diário da República, 2.^a série — N.º 35 — 18 de Fevereiro de 2011. Regulamento n.º 129/2011: **Regulamento das Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Mental**.
3. GOMES, F., AMENDOEIRA, J. E. MARTINS, M. (2012). **A comunicação no processo terapêutico das famílias de doentes mentais**. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, 7, 54-60. Acedido em http://issuu.com/spesm/docs/revistan_7_spesm_nal.
4. FILHO A. J, MORAES, A. E. C., PERES, M. A. A. **Atuação do enfermeiro nos centros de atenção psicossocial: implicações históricas da enfermagem psiquiátrica**. R. Rene. 2009; 10 (2):158-65.
5. STEFANELLI, M. C., FUKUDA, I. M. K., ARANTES, E. C. **Enfermagem psiquiátrica em suas dimensões assistenciais**. Editora Manole Ltda. 2008.