

Quando o humor integra o agir profissional dos enfermeiros

Benefícios da intervenção Humor

Luís Manuel Mota de Sousa, Mestre. Enfermeiro Especialista em Reabilitação no Hospital Curry Cabral. Professor Assistente na Universidade Atlântica. Doutorando em Enfermagem na Universidade Católica Portuguesa. Portugal, luismmsousa@gmail.com

Introdução

Os estudos tem evidenciado que o humor contribui para a saúde e bem-estar das pessoas. Este desempenha uma função especial nas interações humanas, permitindo dizer-se que possibilita um encontro e acompanhamento com o Outro. Embora tenha havido, ao longo destes anos, um grande investimento no estudo em torno humor, da sua natureza, factores que o influenciam, propósitos e benefícios, a definição de humor ainda não tem sido consensual. O humor está previsto com intervenção na Nursing Interventions Classification (NIC), assim como, recurso e intervenção na CIPE versão 2 , no entanto, não é uma intervenção sistematizada na prática de cuidados.

Objetivo

Analisar estudos quantitativos publicados entre 2006 e 2012, de modo a identificar o papel que o humor tem na vida e saúde das pessoas.

Materiais e métodos

Revisão Sistemática de Literatura, utilizando o método PICOS.

Optou-se por este período uma vez que existe uma revisão sobre o tema anterior a 2006 (José, 2006).

Utilizou-se a questão de investigação e critério de inclusão e exclusão do estudo anterior (José, 2006, p2) para lhe dar continuidade. A pergunta que conduziu a pesquisa foi “Qual o papel do humor na saúde das pessoas?”

Nesta revisão excluíram-se os artigos que: (1) não se apresentavam estudos empíricos; (2) que apresentavam falta de informação para preencher os critérios de análise PICOS - Participantes, Intervenções, Comparações, Resultados (Outcomes) e Desenho do Estudos (Study Design) (Centre For Reviews And Dissemination, 2009), (3) revisão da literatura e meta-análise, e estudos qualitativos e por último, (4) foram publicados antes de 2006.

Na procura de estudos relevantes para elaboração desta revisão sistemática utilizaram-se termos e palavras-chave que conduziram e ajudaram a delimitar a pesquisa. Foram usados os descritores : humor; laughter; intervention; effects; results/ outcomes; nursing; health; illness/ disease/sickness and wellness/ wellbeing.

Os descritores em inglês foram validados na através da plataforma MeSH-BROWSER (http://www.nlm.nih.gov/mesh/2013/mesh_browser/MBrowser.html) e os descritores em português e espanhol foram submetidos à DeCS, Descritores de Ciências da Saúde (<http://decs.bvs.br/cgi-bin/wxis1660.exe/decsserver/>).

Acedeu-se a área reservada no site da Ordem dos enfermeiros para pesquisar na Biblioteca do Conhecimento Online (Elsevier - Science Direct(Freedom collection), SpringerLink(Springer/Kluwer), Wiley Online Library (Wiley), Academic Search Complete (EBSCO), PubMed , Web of Science (ISI), Current Contents (ISI), assim como EBSCO Host - CINAHL®, Nursing & Allied Health Collection, British Nursing Index, Cochrane Collection, que inclui: Cochrane Central Register of Controlled Trials; Cochrane Database of Systematic Reviews (CDSR) e Database of Abstracts of Reviews of Effects (DARE), MedicLatina, MEDLINE®. Pesquisou-se ainda na SciELO e para complementar a pesquisa, o motor de pesquisa Google. Scholar. Utilizou-se ainda repositórios de universidades nacionais e internacionais.

Na selecção de estudos relevantes considerou-se, ainda, as referências bibliográficas mencionadas nos artigos escolhidos.

Após uma primeira análise através da leitura do título e descritores, seguiu-se leitura do abstract e aceitaram-se 51 estudos, tendo em consideração os critérios de exclusão e a aplicação

Procedeu-se seguidamente à aplicação das tabelas do manual User Manual: Version 5.0 System for the Unified Management do Joanna Briggs Institute,

relativamente a Estudos Ensaio clínicos controlados e Randomizados (p. 122) e Estudos descritivos/ Estudos de series de Casos (p.124).

Principais Resultados

Foram incluídos 51 estudos de 17 países, seleccionados a partir da pesquisa em bases de dados electrónicas (EBSCO e b-on), repositórios nacionais, *SciElo* e *Google Scholar*, em que os participantes eram estudantes, profissionais de saúde, idosos e pessoas com doença/dor crónica. Os estudos enquadram-se no paradigma quantitativo, apresentando diferentes desenhos de investigação.

O humor apresenta benefícios a nível organizacional, escolar e cuidados de saúde. As equipas são mais produtivas, coesas, mostram menor nível de stress e estão mais motivadas e satisfeitas. No contexto educacional, melhora a aprendizagem e diminui o stress e ansiedade. Na saúde e na vida das pessoas o humor ajuda a promover o bem-estar; a lidar com situações difíceis e desagradáveis, a reduzir a tensão, o stress e o desconforto; aumentar a tolerância à dor, e fortalecer o sistema imunitário.

Conclusões

Esta revisão sistemática da literatura discute as implicações do humor no âmbito da disciplina Enfermagem, evidenciando que este tem de ser valorizado pelos enfermeiros, assim como deve integrar o seu agir profissional e fazer parte do ensino pré e pós-graduado. Apontam-se algumas recomendações para a conceptualização do humor enquanto teoria de médio alcance e algumas sugestões para futuras investigações.

Descritores: humor; saúde; enfermagem

Bibliografia

Centre For Reviews And Dissemination (2009) - Systematic Reviews: CRD's guidance for undertaking reviews in health care. York. University of York. ISBN 9781900640473. Disponível em: <http://www.york.ac.uk/inst/crd/guidance.htm>

JBI. (2011) User Manual: Version 5.0 System for the Unified Management. Assessment and Review of Information. Joanna Briggs Institute's. Disponível em <http://joannabriggs.org/Documents/sumari/SUMARI%20V5%20User%20guide.pdf>

José, H. (2006). Humor: que papel na saúde? Uma revisão literatura. *Pensar Enfermagem*. 10(2), pp. 2-18.

José, HM G. (2010). Resposta humana ao humor: humor como resposta humana. Loures : Lusociência, 978-972-8930-56-1.