

Humor como estratégia de comunicação com a pessoa em situação de doença

Autor: Luís Sousa

Resumo

A investigação no âmbito do humor tem demonstrado benefícios para a saúde e bem-estar das pessoas. O humor desempenha um papel importante nas interações humanas, o que favorece a comunicação. O humor enquanto intervenção de enfermagem está integrado na Classificação Internacional de apoio à Prática de Enfermagem e na *Nursing Intervention Classification*.

O humor tem sido enquadrado nas teorias de enfermagem de relação e de comunicação. No contexto dos cuidados de enfermagem pode ser utilizado como estratégia de comunicação entre enfermeiro-pessoa. Contudo, existem fatores que influenciam esta intervenção, bem como condições de utilização.

Para os enfermeiros, o humor é humanizante, gere emoções, diminui tensões, melhora a comunicação e a experiência hospitalar, no entanto pode ser difícil de utilizar quando baixa de auto-estima e confiança.

Na perspetiva das pessoas em situação de doença, o humor apresenta benefícios na interação terapêutica com maior participação nos cuidados de saúde.

Descritores: Nurse-Patient Relations; Communication; Nursing; Wit and Humor as Topic.

Introdução

Os estudos realizados sobre o humor no contexto dos cuidados enfermagem demonstraram a existência de benefícios na saúde e no bem-estar das pessoas (José, 2006; José, 2010; Sousa & José, 2016). Este tem vindo a ser incluído na prática de cuidados e está inserido nas linguagens classificadas em enfermagem, nomeadamente, como intervenção na *Nursing Intervention Classification* (NIC) (Butcher, Bulechek, Dochterman & Wagner, 2013) e além disso como, recurso e intervenção na Classificação Internacional de apoio à Prática de Enfermagem (CIPE) (Conselho Internacional de Enfermeiras, 2011). Todavia, esta intervenção ainda não é valorizada pelos enfermeiros (Haydon & Riet, 2014) e não é uma intervenção sistematizada na prática de cuidados (Sousa & José, 2016).

Na NIC a intervenção humor está definida como o conjunto de atividades que permitem ao enfermeiro ajudar a pessoa a perceber, apreciar e expressar o que é engraçado, divertido ou cômico, de modo a estabelecer relações, aliviar a tensão, libertar a raiva e facilitar a aprendizagem ou lidar com sentimentos dolorosos, contribuindo desta forma para a promoção e manutenção da saúde (Butcher *et al.*, 2013).

Os benefícios do humor na saúde e na vida das pessoas, referidos em duas revisões sistemáticas foram: promove o bem-estar; ajuda a lidar com situações difíceis e desagradáveis; ajuda a aproximar as pessoas nivelando os papéis; ajuda a partilhar sentimentos; ajuda a capacidade de ter/manter a esperança; promove o relaxamento; reduz a tensão, reduz o stresse e do desconforto; aumenta da tolerância à dor e fortalece o sistema imunitário através do aumento da atividade das células *Natural Killer* e dos níveis de imunoglobulinas (José, 2006; Sousa & José, 2016).

As teorias de enfermagem que suportam a intervenção humor têm no seu amago a relação terapêutica e comunicação (Åstedt-Kurki, & Isola, 2001; Tanay, Roberts & Ream, 2013; Tremayne, 2014; Canha, 2016).

Quais o benefícios da utilização do humor como estratégia de comunicação na relação enfermeiro-pessoa em situação de doença?

Os objetivos desta comunicação é reflectir sobre os benefícios da utilização do humor como estratégia de comunicações na interação enfermeiro-pessoa em situação de doença.

Método

A comunicação terá por base uma revisão narrativa da literatura sobre a utilização do humor como estratégia de comunicação entre enfermeiro-pessoa em situação de doença. A pesquisa foi feita em Maio de 2016 com recurso à plataforma EBSCOHost® (CINAHL Complete e MEDLINE Complete), Biblioteca Virtual de Saúde (CINAHL e MEDLINE) e Google Académico. Os descritores foram validados na plataforma de Descritores Ciências da Saúde (DeSC) com a seguinte estratégias de pesquisa: (((Nurse-Patient Relations) OR (Communication)) AND (Nursing) AND (Wit and Humor as Topic)). Foram incluídos artigos dos últimos 10 anos.

Resultados e discussão

Nesta revisão são analisados 7 artigos que pertencem ao paradigma qualitativo. Estes foram publicados em 2008 (Dean &Major, 2008), em 2009

(McCreaddie & Wiggins, 2009), em 2010 (McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010) e em 2014 (Haydon & Riet, 2014; McCreaddie, Payne, 2014, Tanay, Wiseman, Roberts & Ream, 2014). Quanto ao país de origem, cinco foram desenvolvidos no Reino Unido (McCreaddie & Wiggins, 2009; McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010; McCreaddie, Payne, 2014; Tanay *et al.*, 2014), os outros estudos são oriundos da Austrália (Haydon & Riet, 2014) e do Canadá (Dean & Major, 2008).

Relativamente ao desenho do estudo, quatro seguiram a metodologia da Grounded Theory (McCreaddie & Wiggins, 2009; McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010; McCreaddie, Payne, 2014), os restantes têm como desenho metodológico a investigação narrativa (Haydon & Riet, 2014) e método etnográfico (Dean & Major, 2008; Tanay *et al.*, 2014).

As amostras são heterogêneas abrangem enfermeiros, pessoa em situação de doença, familiares e outros funcionários. As amostras de enfermeiros variam entre 4 (Haydon & Riet, 2014) e 15 enfermeiros (Dean & Major, 2008), de pessoas em situação crítica variam entre 21 (McCreaddie, Payne, 2014) e 51 (McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010), de familiares/ pessoas significativas entre 8 (Haydon & Riet, 2014) e 17 (McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010) e por último, de outros profissionais variou entre 5 (McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010) e 15 (Dean & Major, 2008).

Todos os estudos referem-se ao humor na perspetiva dos enfermeiros, porém dois estudos abordam o humor na perspetiva das pessoas em situação de doença (McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010).

Os estudos incluídos nesta revisão são qualitativos e são suportados pelas teorias da comunicação e interação enfermeiro- pessoa em situação de doença (Dean & Major, 2008; McCreaddie, Payne, 2010; Haydon & Riet, 2014,) Interação enfermeiro-pessoa em situação de doença (McCreaddie, Payne, 2014; Tanay *et al.*, 2014), comunicação (McCreaddie & Wiggins, 2009) e psicologia positiva e perspetiva positivista (McCreaddie, Payne & Froggatt, 2010).

O humor quando utilizado nos cuidados de enfermagem desenvolve a capacidade afetiva ou mudança psicológica, através da promoção do aumento da humanidade da experiência (Dean & Major, 2008; Haydon & Riet, 2014).

Embora os enfermeiros sintam que o humor pode por vezes pôr em causa o seu profissionalismo (Tanay *et al.*, 2014), não devem ser relutantes em utilizá-lo como uma parte integrante do cuidado compassivo e personalizado, mesmo em situações críticas. Deve ser utilizado como ferramenta comunicação para as pessoas em processo de doença de modo a melhorar a experiência no hospital tanto para com as pessoas em situação de doença como para os

enfermeiros, isto porque, este humaniza os cuidados e favorece a comunicação e a interação entre os enfermeiro-pessoa em situação de doença, melhorando a satisfação da pessoa em situação de doença e de quem presta cuidados (Dean & Major, 2008; Haydon & Riet, 2014).

Os enfermeiros devem estar sensibilizados para o potencial da multiplicidade de significados que surgem nas interações enfermeiro- pessoa em situação de doença e usufruir da possibilidade de utilizar o humor espontâneo em contexto clínico. É certo que a sua utilização pode envolver riscos, pois nem sempre o humor utilizado vai de encontro às expectativas por parte das pessoas em situação de doença (McCreaddie & Wiggins, 2009; McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010; McCreaddie & Payne, 2014;). Por isso, implica por parte do enfermeiro uma avaliação constante e adequação à situação específica de cada pessoa em situação de doença (Tanay *et al.*, 2014). Neste contexto, a utilização do humor exige confiança, capacidade para assumir riscos e auto-estima por parte dos enfermeiros (McCreaddie & Wiggins, 2009; McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010; McCreaddie & Payne, 2014;).

As pessoas em situação de doença que tendem a assumir o papel de “bom-doente” tentam utilizar o humor, de modo a obterem afeto, atenção e cuidados de enfermagem personalizados. Além disso, recorrem muitas vezes ao humor auto depreciativo (problemático) e ao humor incongruente (não-problemático) (McCreaddie & Wiggins, 2009).

Na perspetiva dos enfermeiros o humor é humanizante, permite gerir as emoções, diminuir tensões produzidas, melhorar a comunicação e a experiência hospitalar, todavia pode ser difícil de utilizar quando os enfermeiros apresentam baixa de auto-estima e de confiança (Dean & Major, 2008; McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2014; Haydon & Riet, 2014). Na óptica das pessoas doentes, o humor tem benefícios na interação terapêutica com maior participação nos cuidados de saúde, criando a imagem de “bom-doente” (McCreaddie *et al.*, 2010; McCreaddie & Payne, 2010;).

As principais limitações do estudo estão relacionadas as características das amostras, nomeadamente género (McCreaddie *et al.*, 2010), contexto cultural (McCreaddie & Wiggins, 2009; McCreaddie & Payne, 2014), número reduzido de participantes (McCreaddie & Payne, 2014), o conhecimento prévio dos observadores relativamente aos participantes (McCreaddie & Payne, 2014) e a inúmera interpretações que se podem fazer os resultado obtidos (McCreaddie & Wiggins, 2009). Neste sentido, recomenda-se que seja produzida mais investigação para colmatar as limitações existentes, de modo a garantir a adequada implementação do humor na interação enfermeiro-pessoa em situação de doença/Família, para que haja benefícios para ambos (McCreaddie & Payne, 2014).

Conclusão

Através desta revisão narrativa compreendeu-se os fatores que influenciam a utilização do humor como estratégia de comunicação no âmbito dos cuidados de enfermagem tanto na perspectiva das pessoas em situação de doença, como dos enfermeiros, assim como identificar os benefícios do humor em ambas as perspectivas.

Para os enfermeiros, o humor é humanizante, gere emoções, diminui tensões, melhora a comunicação e a experiência hospitalar, no entanto pode ser difícil de utilizar quando baixa de auto-estima e confiança. É influenciado pelo género, contexto, cultura, assim como pelo nível da auto-estima e confiança que os enfermeiros têm.

Na perspectiva das pessoas em situação de doença, o humor apresenta benefícios na interação terapêutica com maior participação nos cuidados de saúde. As pessoas em situação de doença apreciam e têm uma atitude expectante em relação ao humor utilizado pelos enfermeiros, criando a imagem de “bom-doente”.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Åstedt-Kurki, P., & Isola, A. (2001). Humour between nurse and patient, and among staff: analysis of nurses' diaries. *Journal of Advanced Nursing*, 35(3), 452-458.
- Butcher, H. K., Bulechek, G. M., Dochterman, J. M. M., & Wagner, C. (2013). *Nursing interventions classification (NIC)*. Elsevier Health Sciences.
- Canha, B. (2016). Using Humor in Treatment of Substance Use Disorders: Worthy of Further Investigation. *The Open Nursing Journal*, 10(1), 37-44. DOI: 10.2174/1874434601610010037
- Conselho Internacional de Enfermeiros (2011). *CIPE 2: Classificação Internacional para a Prática de Enfermagem - Versão 2*. Loures: Lusoditacta.
- Dean, R. A. K., & Major, J. E. (2008). From critical care to comfort care: the sustaining value of humour. *Journal of clinical nursing*, 17(8), 1088-1095
- Haydon, G., & Riet, P. V. D. (2014). A narrative inquiry: How do nurses respond to patients' use of humour?. *Contemporary nurse*, 46(2), 197-205.
- José, H. (2006). Humor: que papel na saúde? Uma revisão literatura. *Pensar Enfermagem*, 10(2), 2-18.
- José, H. M. G. (2010). *Resposta humana ao humor: humor como resposta humana*. Loures:Lusociência.

- McCreaddie, M., & Wiggins, S. (2009). Reconciling the good patient persona with problematic and non-problematic humour: a grounded theory. *International Journal of Nursing Studies*, 46(8), 1079-1091.
- McCreaddie, M., & Payne, S. (2010). Evolving grounded theory methodology: towards a discursive approach. *International journal of nursing studies*, 47(6), 781-793.
- McCreaddie, M., Payne, S., & Froggatt, K. (2010). Ensnared by positivity: A constructivist perspective on 'being positive in cancer care. *European Journal of Oncology Nursing*, 14(4), 283-290.
- McCreaddie, M., & Payne, S. (2014). Humour in health-care interactions: a risk worth taking. *Health expectations: an international journal of public participation in health care and health policy*, 17(3), 332-344.
- Sousa, L.M.M. & José, H.M.G. (2013). Revisão Integrativa Sobre a intervenção do humor na enfermagem, Trabalho apresentado em 2º Congresso de Ciências da Saúde, Clínica Multiperfil, In Livro de resumos do 2º Congresso da Multiperfil Luanda. *Revista de Ciências Médicas*, 9(20), 307-308.
- Sousa, L. M. M. & José, H. M. G. (2016). Benefícios do humor na saúde: Revisão Sistemática da Literatura. *Enformação*, 7, 22-32.
- Tanay MA, Roberts J, Ream E (2013). Humour in adult cancer care: a concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*. 69, 9, 2131-2140.
- Tanay, M. A., Wiseman, T., Roberts, J., & Ream, E. (2014). A time to weep and a time to laugh: Humour in the nurse–patient relationship in an adult cancer setting. *Supportive Care in Cancer*, 22(5), 1295-1301.
- Tremayne, P. (2014). Using humour to enhance the nurse-patient relationship. *Nursing Standard*, 28(30), 37-40.