

ESCUTA TERAPÊUTICA: POSSIBILIDADE DE CUIDADO AO CUIDADOR FAMILIAR

JÉSSICA MORÉ PAULETTI¹; ADRIANA FIORESE BOFF²; STEFANIE GRIEBELER OLIVEIRA³

¹ Universidade Federal de Pelotas (UFPel) 1 – jessicam.pauletti25@gmail.com

² Universidade Federal de Pelotas (UFPel) – adrianafiorese@hotmail.com

³ Universidade Federal de Pelotas (UFPel) – stefaniegriebeleroliveira@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Um dos instrumentos de cuidados que podemos lançar mão para ajudar no processo de recuperação e cura do doente é a comunicação terapêutica. Na enfermagem vai além de dialogar coloquialmente. É uma comunicação dirigida com uma finalidade: a de perceber as falas do paciente ou cuidador, a fim de conhecermos seus medos, angústias e aflições, visando estabelecer a relação de confiança que permita fazer criar um vínculo.

A comunicação terapêutica consiste na habilidade do profissional em usar seu conhecimento para ajudar a pessoa com tensão temporária a conviver com outras pessoas e ajustar-se nas situações que não podem ser mudadas e a superar seus bloqueios à auto-realização, para enfrentar seus problemas (PONTES, LEITÃO, RAMOS, 2008). A comunicação torna-se um grande fator de humanização na atenção à saúde por favorecer o entendimento e a reciprocidade dos conteúdos que envolvem o significado da doença e as atitudes coerentes perante o tratamento e a promoção da saúde e da vida (BERTACHINI, 2012).

Acreditando ser uma necessidade, propiciar ao cuidador familiar espaços de fala e reflexão, a Faculdade de Enfermagem, elaborou um projeto intitulado “Um olhar sobre o cuidador familiar: quem cuida merece ser cuidado”, que além de utilizar as visitas domiciliares para acompanhar tais cuidadores, interveem principalmente, como a escuta terapêutica, que atravessa todos os encontros realizados. Desse modo, o objetivo desse trabalho é discutir a escuta terapêutica como possibilidade de cuidado ao cuidador familiar.

2. METODOLOGIA

O Grupo de Estudos de práticas contemporâneas do cuidado de si e dos outros (GEPECCUIDADO) da Faculdade de Enfermagem, é um grupo que tem como objetivo cuidados e intervenções com os cuidadores. O grupo tira de foco o doente e coloca em foco o cuidador que por vezes acaba esquecendo de si para cuidar do doente, utilizando-se principalmente da escuta terapêutica. A execução do Projeto de Extensão “Um olhar sobre o cuidador familiar: quem cuida merece ser cuidado” teve início em junho de 2015, e até o momento 41 cuidadores foram acompanhados. Tais cuidadores são acessados por meio de seus vínculos com o Programa Melhor em Casa e Programa de Internação Domiciliar Interdisciplinar (PIDI).

Utilizamos, como auxílio, mostrar uma sequência de imagens ao cuidador, que deve descrever o que vê e como se sente em relação a elas, observando sua reação a cada imagem. Através desses resultados e da conversa dirigida é possível identificar as fases em que o cuidador se encontra dentro do processo do

cuidar, possibilitando assim planejar e executar intervenções, que tragam benefício a eles.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A escolha dos cuidadores é realizada pela professora coordenadora do projeto, por meio de sorteios. Após a ligação e agendamento, é organizado um cronograma de visitas com os acadêmicos de enfermagem e da terapia ocupacional, que por sua vez são organizados em trios ou duplas. O contato com os cuidadores são feitos em quatro encontros, sendo que em cada encontro possui um foco diferente. A escuta terapêutica atravessa todos os encontros, e nesses encontros são tratados assuntos como, por exemplo, ao contar a sua história, o cuidador vai refletindo sobre sua fala e acontecimentos, aliviando sua sobrecarga e pensando como ele se modificou ao longo desse processo de cuidado. Além disso, se sente valorizado, por ter esse espaço de fala e escuta em que o mesmo não se sente julgado pelos seus pronunciamentos.

A comunicação é um processo de relação que envolve troca e transformação dos envolvidos, pois esses trazem consigo suas vivências, crenças e valores, que está presente em todo o processo comunicacional, revelando sua dimensão holística. É um processo dinâmico, de moldagem e crescimento interpessoal contínuo (Haddad *et al*, 2011).

Ao olhar as imagens do vídeo reflexivo, utilizado no segundo encontro, o cuidador relaciona e o que as significa conforme suas memórias e experiências. Ao falar de suas formas de alívio, pode pensar em novas técnicas de enfrentamento, pois traz a tona seus relatos, fazendo com eles ganhem significados. Destaca-se que, em muitas situações, o cuidador está sobrecarregado e se coloca em segundo lugar, pondendo tornar-se um segundo paciente, a partir de suas privações e frustrações em prol do cuidado ao paciente.

Ao praticarmos a escuta terapêutica, ela é compreendida não apenas como uma coleta de informações sobre as necessidades do sujeito, mas também como um formato de acolhimento (LIMA, VIEIRA, SILVEIRA, 2015). A escuta acaba se sobressaindo como uma das habilidades interpessoais a serem aprendidas por todos os profissionais de saúde. Reconhecendo assim que a comunicação consegue mesmo é o caminho mais apropriado que o cuidador possui para se readjustar (SOUZA, PEREIRA, KANDORSKI, 2003).

Dos quarenta e um cuidadores que já entrevistamos, a nossa principal intervenção foi é a comunicação terapêutica. Nela ouvimos mais do que falamos, criamos vínculos e empatias, o que os leva a confidenciar seus sentimentos de dor, angústia, medo, frustração e pensamentos acerca de solidão, culpa, impotência, fracasso e morte. Eles acabam desabafando seus pensamentos e sentimentos. O fato de terem participado das entrevistas e terem um olhar sobre eles, muitas vezes serviu aos cuidadores como um gatilho para liberar seus sentimentos e se sentirem um pouco como o centro da atenção até então voltada apenas ao doente.

4. CONCLUSÕES

Uma das maiores aprendizagens que tivemos foi ouvir sem qualquer julgamento ou preconceito sobre suas sua maneira de colocar seus sentimentos e sofrimentos. Além disso, aprendemos a prestar atenção aos jeitos e as expressões que por vezes foi à única maneira de se colocar a frente dos assuntos que lhe causavam dor.

Vimos que o fato de estar em suas residências e ficar lá ouvindo os transformaram de uma maneira grandiosa, pois eles tinham tempo para pensar em si e tempo para cuidar do seu íntimo.

Através desse processo pudemos avaliar a situação pessoal de cuidadores de doentes terminais, como estão inseridos nesse contexto e como estão sendo afetados. Aprendemos a reconhecer sinais de cansaço e sentimentos negativos desses indivíduos, além de conduzí-los em nossas conversas para descobrirmos seus principais problemas e formas de intervenção.

Observamos a extenção do auto-sacrifício dessas pessoas, que abrem mão de vida social, amigos, relacionamento, lazer, horas de sono ou descanso e da própria saúde física e mental para cuidar de seus entes queridos até o fim. Testemunhamos o afeto, compaixão e empatia manifestados por esses indivíduos, que continuaram sua luta, apesar de todas dificuldades e, em muitos casos, frieza a abandono de outras pessoas, até mesmo por parte da família.

A grandeza de nosso projeto não está apenas nos dados obtidos e de benefícios futuros que venha a trazer, mas sim nas intervenções diretas feitas principalmente através da escuta terapêutica, onde são visíveis os benefícios momentâneos. Nota-se assim que é de suma importância voltar o olhar para o cuidador, que assim como o doente necessita de ajuda, atenção, afeto e ser cuidado.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BERTACHINI, L. A Comunicação Terapêutica como fator de humanização na Atenção Primária. **O Mundo de Saúde**. São Paulo, n. 36, v. 3, p. 507-520, 2012. Disponível em: http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/95/14.pdf. Acesso em: 13 jun 2016.

HADDAD, J.G.V; MACHADO, E.P; AMADO, J.N; ZOBOLI, E.L.C.P. A comunicação terapêutica na relação enfermeiro-usuário da atenção básica: um instrumento para a promoção da saúde e cidadania. **O Mundo da Saúde**. São Paulo, n. 32, v. 2, p. 145-155, 2011.

LIMA, D.W.C; VIEIRA, A.N; SILVEIRA, L.C. A Escuta terapêutica no cuidado clínico de enfermagem em saúde mental. **Revista Textos e Contexto de Enfermagem**. Florianópolis, n. 24, v. 1, p. 154 – 160, 2015.

SOUZA, R.C; PEREIRA, M.A; KANTORSKI, L.P. Escuta Terapêutica: um instrumento essencial do Cuidado de Enfermagem. **Revista de Enfermagem da UERJ**, Rio de Janeiro, n. 11, p. 92-97, 2003.

PONTES, A.C; LEITÃO, I.M.T; RAMOS, I.C. Comunicação Terapêutica em Enfermagem: instrumento essencial do cuidado. **Revista Brasileira de Enfermagem**. Brasília, n. 3, v. 61, 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672008000300006. Acesso em: 13 jun 2016.