

EXPERIÊNCIA PSICOTERAPÊUTICA NO CONTEXTO HOSPITALAR: APLICAÇÃO DE TÉCNICAS PSICOTERAPÊUTICAS DA TERAPIA COGNITIVO- COMPORTAMENTAL EM PACIENTES INTERNADOS

EMANUELY MARQUES LOPES DAS NEVES¹; ALINE VERÇOSA DOS
SANTOS², ERIK VEIGA ALOY³ THAIS MARINI DA ROSA⁴; CID PINHEIRO
FARIAS⁵

¹Faculdade Anhanguera de Pelotas – lelyjag22@gmail.com

²Faculdade Anhanguera de Pelotas – alineverperes@gmail.com

³Faculdade Anhanguera de Pelotas – erickveigaaloy290@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – thais.marini@ufpel.edu.br

⁵Faculdade Anhanguera de Pelotas – cidanhanguera@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O estágio de psicologia hospitalar proporciona uma experiência crucial no aprimoramento de competências clínicas voltadas à aplicação de intervenções psicoterapêuticas em um contexto hospitalar. Observa-se que as condições de saúde mental, tendem a ser exacerbadas pela hospitalização, considerando que o ambiente hospitalar frequentemente intensifica sentimentos de vulnerabilidade e impotência (AZEVEDO; CREPALDI, 2016). Esse sofrimento muitas vezes tende a ficar em segundo plano frente as emergências associadas aos causadores da internação. Pensar a saúde por uma ótica biopsicossocial assumiu a inclusão de outras áreas da saúde, dentro do constructo atual, sobre a prática do cuidado hospitalar, dentre esses, a Psicologia.

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), proposta por Beck (1976), baseia-se na premissa de que pensamentos, emoções e comportamentos estão interligados, com a modificação de padrões cognitivos disfuncionais desempenhando papel central na melhoria do enfrentamento das condições de saúde. No âmbito hospitalar, a TCC se mostrou não apenas eficaz na gestão de aspectos emocionais e psicológicos, mas também fundamental para a adaptação dos pacientes ao tratamento, facilitando o manejo do estresse e das dificuldades emocionais que acompanham o processo de hospitalização, tendo como foco a reestruturação cognitiva e comportamental ajudando os pacientes a adotar uma postura mais adaptativa diante de suas condições de saúde. As técnicas de reestruturação cognitiva, aliadas ao desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, foram fundamentais para a mitigação dos impactos emocionais

adversos e para a promoção de uma recuperação mais equilibrada (Baptista; Lacerda, 2015). Dessa forma, o presente trabalho tem como objetivo descrever as principais experiências do campo de estágio em Psicologia hospitalar, com ênfase em intervenções vindas da TCC.

2. METODOLOGIA

O estágio ocorreu no Hospital Sociedade Portuguesa de Beneficência, entre março e junho de 2024, sob supervisão da psicóloga responsável. Os acadêmicos participavam dos atendimentos duas vezes por semana, acompanhando diversos casos de adultos com múltiplas patologias que tornaram necessárias a internação breve ou estendida no ambiente hospitalar. A abordagem terapêutica adotada seguiu os princípios da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) com ênfase na identificação e modificação de padrões cognitivos disfuncionais e dos comportamentos associados ao sofrimento emocional dos pacientes. Essa prática é aprovada como uma intervenção integrativa e complementar pelo Sistema Único de Saúde (SUS) (Portaria nº 849/2017). Entre as atividades desenvolvidas pelos estagiários, destacam-se a realização de anamnese, avaliação do estado mental, escuta ativa e a aplicação de técnicas psicoterápicas baseadas nas práticas da TCC.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Os relatos dos pacientes internados indicaram que sentimentos de isolamento, medo, ansiedade, impotência eram frequentemente associados à hospitalização. A ausência de suporte emocional adequado, somada à incerteza quanto ao estado de saúde, contribuiu para a intensificação desses sintomas. Tais achados corroboram a literatura existente, como observado em Ramos-Cerqueira e Crepaldi (2013), sugerindo a associação entre ambiente hospitalar com agravos em sintomas de ansiedade e depressão devido à impessoalidade do local e à falta de apoio emocional contínuo.

A aplicação da TCC, com foco na reestruturação cognitiva e comportamental, demonstrou-se eficaz na reinterpretação de pensamentos negativos, ajudando os pacientes a adotar uma postura mais adaptativa diante de suas condições de saúde. As técnicas de reestruturação cognitiva, aliadas ao desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, foram fundamentais para a

mitigação dos impactos emocionais adversos e para a promoção de uma recuperação mais equilibrada.

Durante o período de estágio observou-se que as principais queixas dos internos se tratavam de: Solidão, temor relacionado a pós-hospitalização e a possível perda de independência em seu cotidiano por conta de suas patologias, e possíveis sequelas dos procedimentos realizados, como amputações de membros entre outros.

As técnicas da Terapia cognitivo-comportamental aplicadas para auxiliar na regulação de humor e facilitar o processo de internação e pós internação foram em primeiro lugar a psicoeducação dentro dos atendimentos continuamente se reforçava de maneira didática e objetiva a necessidade de buscar auxílio para lidar com a saúde mental que também é afetada pelo adoecimento físico. A psicoeducação é uma das principais estratégias de intervenção da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), tendo como objetivo fornecer informações para corrigir interpretações errôneas e promover um entendimento mais preciso sobre a condição de saúde mental do paciente e seu tratamento (Beck, 1979).

Outras técnicas psicoterápicas aplicadas no ambiente hospitalar foram: Os registros de pensamentos disfuncionais, e a técnica de resolução de problemas, em diversos casos foi requerido aos pacientes mais lúcidos e dispostos que fizessem listas de seus temores, assim era possível identificar as principais queixas e auxiliar os pacientes a refletirem sobre possíveis soluções.

Em um caso específico foi necessário a utilização da técnica de dessensibilização sistemática, A técnica de dessensibilização sistemática foi originalmente desenvolvida por Wolpe em 1950 e é utilizada na TCC, especialmente para o tratamento de fobias e ansiedade. Seu objetivo é ajudar o paciente a reduzir ou eliminar respostas de medo e ansiedade através de uma exposição gradual ao estímulo temido, com aplicação de técnicas de relaxamento (Wolpe, 1958). No paciente em questão foi utilizada para auxiliar em uma fobia de agulhas, inicialmente foi feito um treinamento de relaxamento ao ver as injeções sendo aplicadas em outros pacientes, posteriormente seguida de uma exposição mais aprofundada ao objeto da fobia até que o paciente conseguiu ter autonomia para realizar os procedimentos sem reações aparentes.

Além dos benefícios percebidos pelos pacientes, e pela equipe do hospital, o estágio foi um componente vital no desenvolvimento de habilidades clínicas dos acadêmicos, como a escuta ativa, a avaliação de estado mental e a condução de intervenções psicoterapêuticas. A experiência destacou a importância de abordagens psicoterapêuticas integradas, que combinem suporte emocional com intervenções práticas para maximizar o bem-estar dos pacientes.

4. CONSIDERAÇÕES

Este relato destaca que as intervenções psicoterapêuticas, especialmente a Terapia cognitivo-comportamental (TCC), foram eficazes no manejo de sintomas emocionais decorrentes da hospitalização. A aplicação de técnicas como a reestruturação cognitiva e o desenvolvimento de habilidade de enfrentamento contribuiu para uma adaptação mais saudável dos pacientes a sua condição de saúde, promovendo uma recuperação emocional mais equilibrada. Ademais, a experiência reforça a importância da abordagem multidisciplinar no contexto hospitalar, e o aprimoramento de habilidades clínicas por parte dos psicólogos desse campo de atuação.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AZEVEDO, R. S.; CREPALDI, M. A. A psicologia hospitalar e o suporte emocional aos pacientes internados. **Revista Brasileira de Psicologia Hospitalar**, v. 12, n. 2, p. 45-60, 2016.

BAPTISTA, M. N.; LACERDA, S. S. Psicologia hospitalar e a terapia cognitivocomportamental: desafios e possibilidades. In: SILVA, G. P. (Org.). **Intervenções psicológicas no contexto hospitalar**. São Paulo: Hogrefe, 2015. p. 115-136.

BECK, A. T. **Cognitive therapy and the emotional disorders**. New York: International Press, 1976.

RAMOS-CERQUEIRA, A. T. A.; CREPALDI, M. A. **Psicologia hospitalar: teoria e prática**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2013.

WOLPE, J. **Psychotherapy by reciprocal inhibition**. Stanford: Stanford University Press, 1958.