



Research Paper

## Importância Da Psicologia Da Saúde Nos Ambientes De Estágio Supervisionado: Um Relato De Experiência

Claudia Eliane Lanzarini de Assis

Tassiana Sanches da Silva <sup>1</sup>

Diego da Silva <sup>2</sup>

**RESUMO:** Este relatório contém as informações do estágio em Psicologia da Saúde realizado numa Casa de Apoio. Para a consecução e desenvolvimento do estágio no primeiro semestre foram realizadas cinco visitas entre os meses de março e maio de 2022, com intuito de realizar observações e interações com os pacientes residentes nesta instituição. A partir da interação por meio de diálogos e escuta ativa e acolhedora com dinâmicas lúdica como ouvir música, cantar, dançar oficinas de pintura, desenho, maquiagem, e esmaltação de unhas e ainda jogos como domino e blocos de montar, podemos observar o funcionamento da casa e a dinâmica desenvolvidas pelos moradores e seus perfis comportamentais e psicológicos. Embasados nos conhecimentos advindos da Psicologia e sua contribuição para a promoção e prevenção da saúde, por meio da revisão de literatura, abordamos a relevância da Psicologia da Saúde neste contexto, seus pontos potencias e seus pontos deficientes.

**Palavras-Chave:** Psicologia, saúde, Psicologia da saúde, acolhimento, escuta ativa.

**ABSTRACT:** This report contains the information of the internship in Health Psychology held at casa de Apoio. To achieve and develop the internship in the first semester, five visits were made between March and May 2022, in order to perform observations and interactions with the patients living in this institution. From the interaction through dialogues and active and welcoming listening with playful dynamics such as listening to music, singing, dancing painting workshops, drawing, makeup, and nail enameling and even games such as domino and assembling blocks, we can observe the functioning of the house and the dynamics developed by the residents and their behavioral and psychological profiles. Based on the knowledge departing from Psychology and its contribution to health promotion and prevention, through literature review, we will address the relevance of Health Psychology in this context, its potential points and its deficient points.

**Keywords:** Psychology, health, Health psychology, welcoming, active listening.

Received 01 July, 2022; Revised 08 July, 2022; Accepted 10 July, 2022 © The author(s) 2022. Published with open access at [www.questjournals.org](http://www.questjournals.org)

### I. INTRODUÇÃO

Estudos realizados nas ultimas décadas demonstram que o modelo comportamental e os hábitos de vida das pessoas podem apresentar implicações significativas no processo ou exacerbação das doenças. Diversos hábitos e comportamentos que colaboram com o processo e preservação da saúde são comunmente desenvolvidos durante a infância e a adolescência, bem como habitos alimentares e a pratica de atividades físicas. Pelo qual especialistas em comportamento e saúde, os psicólogos tem desenvolvido e introduzido

---

<sup>1</sup> Graduandas de Psicologia da Uniensino.

<sup>2</sup> Professor do curso de Psicologia da Uniensino.

programas que tem por objetivo multiplicar a prática de comportamentos saudáveis ( Miyazaki, Domingos & Caballo, 2001).

Com a crescente necessidade de entender e pensar o processo saúde/doença numa dimensão psicossocial e de compreender e intervir nos meios individuais ou grupais, onde estão sujeitos as mais diversificadas doenças e condições inapropriadas de saúde, vem se tornando as instituições de saúde no Brasil um novo nicho de atuação para os psicólogos (Almeida, Malagris, 2011).

A Psicologia da Saúde atua aplicando o conhecimentos das técnicas psicológicas à saúde, às doenças e aos cuidados de saúde. Explora o papel da psicologia como ciência e como profissão nas esferas da saúde, da doença e do próprio fornecimento dos cuidados de saúde, focando nas experiências, comportamentos e interações. Considerando os contextos sociais e culturais em que a saúde e as doenças ocorrem, visto que o significado desses discursos sobre saúde e doença variam conforme a posição socioeconômica, o gênero e a multiplicidade cultural ( Teixeira, 2004).

Deste modo a Psicologia da Saúde tem seu foco no modo como o indivíduo vive e experiencia a sua condição de saúde ou doença, na sua relação consigo mesmo, com os outros e com o mundo. Tem o propósito de preparar as pessoas para que elas insiram em seu projeto de vida, um conjunto de ações e práticas comportamentais ativas que promovam a prevenção de doenças, além de aprimorar técnicas de enfrentamento no processo de adaptação ao adoecer, à doença e às suas possíveis consequências (Almeida, Malagris, 2011).

Partindo desta temática objetivamos analisar a importância da psicologia da saúde, seu impacto na promoção da saúde, na prevenção da doença, e na melhora da qualidade de vida, utilizando como metodologia a pesquisa bibliográfica em artigos, revistas e periódicos online, e a observação in loco e interação com os moradores de uma Casa de Apoio para Adultos.

## **II. DESCRIÇÃO GERAL DAS PRÁTICAS REALIZADAS**

Dentre as práticas realizadas no período de estágio está a observação do funcionamento da casa, como seus horários, modelo de atendimento, e cuidados prestados.

Pode ser observado uma rotina rígida, com horários fixos para as dinâmicas da casa como: Horário para acordar, horário de banho, horários das refeições, horários das medicações, etc.

Quanto ao modelo de atendimento e os cuidados prestados, percebemos que mesmo diante de toda dedicação e carinho dos funcionários para com os moradores, este atendimento é bem precário, pois falta uma equipe multidisciplinar que conte ao menos com enfermeiro, psicólogo, psiquiatra, terapeuta ocupacional, fisioterapeuta entre outros, para desferir um atendimento mais apropriado aos moradores, um atendimento e cuidado que abarque as necessidades e as patologias e psicopatologias individuais de cada morador.

Foram observados também os funcionários, como se comportam diante da demanda que atendem, e do serviço que prestam. Notamos que esses são bastante solícitos e prestativos, desempenham suas atividades com motivação e bom humor, porém é possível notar que em algumas situações e atividades lhes faltam conhecimento técnico, e psicológico, visto que esses desempenham várias funções na casa.

Quanto aos moradores, nosso maior foco, observamos seus comportamentos em relação a sua psicopatologia, seu perfil comportamental, verificamos uma certa variedade de psicopatologias sendo a mais frequente a esquizofrenia, em seus subtipos e graus de comprometimento. Percebemos que essa variedade de psicopatologias e graus de comprometimento é um fator que causa dificuldades dentro da casa em alguns momentos brigas e até agressões. Os moradores podem ser divididos em dois grupos: Os com comprometimento intelectual de leve a médio, comunicativos e participantes, e um outro com grau de comprometimento mais intenso, pouco contactante, que muito pouco interagem. Mas em um contexto geral é nítido que todos eles sofrem com a solidão e falta de família.

Percebemos a necessidades de pertencimento do grupo morador da casa, apoio e cuidados individualizados. Nossa interação dentro da casa foi pautada no respeito, e empatia, escuta atenta e acolhedoras, por meio de dinâmicas lúdicas como ouvir músicas, cantar, danças, oficinas de pintura e desenho, maquiagem, esmaltação de unhas e ainda jogos como dominó e blocos de montar, atividades simples que permitiram os pacientes se expressarem, melhorando sua autoestima e seu estado de humor.

## **PSICOLOGIA DA SAÚDE**

A Psicologia da Saúde é apresentada como área de contribuição profissional, científica e educacionais da Psicologia para a manutenção e a promoção da saúde, visando a prevenção e o tratamento da demanda saúde-doença e causas referentes ao desenvolvimento de adoecimento, além de pretender agregar análise e a melhoria dos serviços de saúde, e elaboração de uma política sanitária (Calvetti, Muller, Nunes, 2012). Deste modo aplica os conhecimentos e as técnicas psicológicas à saúde, estudando a função da psicologia como ciência e como profissão nos âmbitos da saúde, da doença e da prestação dos cuidados de saúde, salientando as experiências, comportamentos, e interações, envolvendo e considerando os contextos culturais e sociais onde a saúde e a doença ocorre (Teixeira, 2004).

A Psicologia da saúde está inserida no âmbito de natureza interdisciplinar que tem por objetivo realizar estudos relacionados à promoção, prevenção e tratamento da saúde do indivíduo e da população para a melhora da qualidade de vida. Centrando-se na atenção primária, secundária e terciária e pretende aprofundar-se no futuro, à promoção e a educação para a saúde (Calveti, Muller, Nunes, 2012).

O departamento de Psicologia da Saúde da American Psychological Association (APA) estabeleceu metas para a Psicologia da saúde, onde salientam: compreender e avaliar a interação existente entre o estado de bem-estar físico e os diversos fatores biológicos, psicológicos e sociais, buscam entender como as teorias e as técnicas de pesquisa psicológica podem ser aplicados para fomentar a promoção da saúde e o tratamento da doença, evidenciando a importância da integração do profissional psicólogo com outros da área da saúde, considerando a diversidade dos fatores relacionados no processo saúde-doença (Calveti, Muller, Nunes, 2012).

Calveti, Muller e Nunes (2012) ainda apontam que o futuro da Psicologia da saúde está em maximizar o desenvolvimento do modelo biopsicossocial, devido fato de que fatores psicossociais têm estado presentes em pesquisas relacionadas às intervenções em relação ao processo saúde-doença. Fazendo necessário apontar atividades de prevenção e tratamento assim como a realização de programas de treinamento sobre emergências de campo na procura da melhoria da qualidade de vida.

Deste modo a Psicologia da saúde busca entender o papel dos aspectos psicológicos sobre a conservação da saúde, o desenvolvimento de doença e os comportamentos associados. Além de desenvolver estudos sobre cada um desses fenômenos, os psicólogos da saúde realizam intervenções com o objetivo de prevenir doenças e contribuir no manejo ou no enfrentamento das mesmas. (Almeida, Malagris, 2011).

### **A PSICOLOGIA DA SAÚDE NO AMBIENTE DE ESTÁGIO**

Considerando toda a contribuição da Psicologia da saúde na promoção e manutenção da saúde e à prevenção da doença, sendo sua principal finalidade compreender como é possível, por meio de intervenções psicológicas agregar melhorias no bem-estar dos indivíduos e das comunidades (Almeida, Malagris, 2011), voltamos nosso olhar para a instituição onde o estágio foi realizado, instituição essa onde os cuidados com a saúde, seja ela física ou mental são precários, devido à falta de uma equipe multidisciplinar, percebemos que dentro deste viés a Psicologia da saúde poderia trazer grande contribuição para aquela comunidade.

Inicialmente por meio de uma avaliação psicológica que visa obter dados acerca do funcionamento global do paciente (funcionamento cognitivo, estilo interativo, presença de transtornos mentais, estratégias de enfrentamento e habilidades) (Miyazaki, et al 2002), seria possível elaborar estratégias de intervenção com aqueles pacientes, visando a melhoria da qualidade de vida, promoção da saúde e prevenção às doenças.

Assim os padrões de morbidade e mortalidade, a evolução do conhecimento a da tecnologia área médica e a administração do sistema de saúde estabelecem novos desafios e possibilidades para o trabalho do psicólogo. Deste modo é necessário destacar a importância da universidade na formação de profissionais aptos a associar atividades de extensão, pesquisa e ensino, utilizando modelos de avaliação e intervenção cientificamente apoiadas, avaliar intervenções utilizando método científico, registrar custos/benefícios das intervenções em um sistema de saúde onde a pressão é contínua para a redução de custos, são fatores fundamentais para o desenvolvimento e fortalecimento desta área (Miyazaki, et al 2002).

### **III. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Segundo o departamento de Psicologia da Saúde da American Psychological Association (APA) a psicologia na saúde utiliza, cada vez mais, conhecimentos básicos da ciência psicológica e suas extensões no campo da saúde, avaliando o impacto do comportamento na saúde e vice-versa. A saúde, como abordada anteriormente, pode ser considerada como um estado de completo bem-estar físico, psicológico e social. O número e a variedade de intervenções da psicologia na saúde para ajudar as pessoas a enfrentar a dor, a ansiedade, a depressão e outros subprodutos de doenças crônicas, vem aumentando progressivamente.

Procuramos demonstrar, com este trabalho, a relevância da escuta analítica na prática clínica, como também, a importância de observar que a teoria deve ser utilizada como um guia, não como um dogma. Há que se ter a referência teórica, todo psicólogo está imbuído da teoria. Mas tomando os devidos cuidados para não se apropriar deste contexto durante a sessão, pois isso faria com que o profissional se dispersasse do material relatado por seu paciente em divagações teóricas, o que comprometeria sua escuta e o decurso do tratamento.

Muito mais ainda poderia ser dito, mas nunca é possível dizer tudo. Portanto, finalizamos este trabalho com o pensamento de que o psicólogo deve procurar reconhecer e aceitar suas inevitáveis falhas e erros nos atendimentos a fim de que, ao percebê-los e assumi-los, possa se colocar numa posição de aprendizado com relação aos mesmos. Isto implica, dentre outras coisas, maturidade e ética profissional. Para conduzir o analisando na direção de sua verdade única e singular, urge que o analista se conscientize do que é possível fazer com suas próprias idiosincrasias, com sua própria singularidade.

## REFERÊNCIAS

- [1]. ALMEIDA, Raquel Ayres de; MALAGRIS, Lucia Emmanoel Novaes. A prática da psicologia da saúde. **Rev. SBPH**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 183-202, dez. 2011. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582011000200012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582011000200012&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 22 jun. 2022.
- [2]. MIYAZAKI, M.C.O.S., Domingos, N.A.M., & Caballo, V.E. (2001). Psicologia da Saúde: intervenções em hospitais públicos. In: B. Rangé (org.). *Psicoterapias Cognitivo-Comportamentais: um diálogo com a psiquiatria*, (pp.463-474). Porto Alegre: Artmed. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusp/a/hsRP9YqVGGHynrdcC83zgBn/>
- [3]. TEIXEIRA, José A. Carvalho. Psicologia da Saúde. *Análise Psicológica*, Lisboa, Vol 22, nº 3 (2004). Disponível em: <http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/view/214/pdf>
- [4]. Miyazaki, M. Cristina O. S. et al. Psicologia da saúde: extensão de serviços à comunidade, ensino e pesquisa. *Psicologia USP* [online]. 2002, v. 13, n. 1 [Acessado 27 Junho 2022] , pp. 29-53. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-65642002000100003>>. Epub 20 Set 2002. ISSN 1678-5177. <https://doi.org/10.1590/S0103-65642002000100003>.
- [5]. Calvetti, Prisca Ücker, Muller, Marisa Campio e Nunes, Maria Lúcia Tiellet *Psicologia da saúde e psicologia positiva: perspectivas e desafios*. *Psicologia: Ciência e Profissão* [online]. 2007, v. 27, n. 4 [Acessado 27 Junho 2022] , pp. 706-717. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1414-98932007000400011>>. Epub 07 Ago 2012. ISSN 1982-3703. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932007000400011>.