

A IMPORTÂNCIA DA ESCUTA ATIVA E DA EMPATIA NA PSIQUIATRIA.

Danielle Lobato Gouveia Flosi^{*1}, Micaela Graciane Borges^{*1}, Rafaela do Nascimento Thomé^{*1}, Carolina De Marqui Milani^{*2} Cárita Chagas Gomes^{*2}, Ryan Viana Vilela^{*2}, Sueli Regina Bonfim^{*2}, Sandra Maria Lucatto Lobato^{*2}

^{*1}Acadêmico de medicina, Faculdade de Medicina FACERES, São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.

^{*2}Docente da Faculdade de Medicina FACERES, São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.

Autor Correspondente:

Danielle Lobato Gouveia Flosi E-mail: dlgouveia@hotmail.com

INTRODUÇÃO: A Psiquiatria é uma especialidade médica que vai além do diagnóstico clínico, pois requer uma compreensão holística do indivíduo que está sofrendo. Nesse cenário, a escuta ativa e a empatia são essenciais para criar uma conexão terapêutica, diminuir o preconceito e aumentar a adesão ao tratamento. Durante a formação médica, experiências em saúde mental permitem que os alunos desenvolvam essas competências, que são essenciais não só na Psiquiatria, mas em toda a prática médica.

OBJETIVO: Descrever a vivência adquirida durante as atividades acadêmicas em Psiquiatria, enfatizando a relevância da escuta ativa e da empatia no atendimento à saúde mental. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** Durante o estágio em saúde mental, notei que a maioria dos pacientes desejava ser ouvida e ter sua história contada. A prática da escuta ativa, considerando as falas, gestos e emoções demonstradas, revelou-se fundamental para estabelecer confiança e possibilitar que o paciente compartilhasse elementos significativos de sua vida. Adotar uma postura empática e isenta de julgamentos também se mostrou fundamental, pois permitiu criar um ambiente seguro de acolhimento, onde o sofrimento pôde ser reconhecido e validado. Ademais, ficou claro que a escuta empática não é exclusiva do médico, mas abrange toda a equipe multiprofissional, cuja atuação conjunta expande as oportunidades de cuidado e acompanhamento. **REFLEXÃO SOBRE A EXPERIÊNCIA:** Essa experiência destacou que a escuta ativa e a empatia são habilidades essenciais na prática psiquiátrica, indo além da técnica: demandam do profissional disponibilidade, sensibilidade e humildade.

Notei que, frequentemente, simples atos de acolhimento podem ter um impacto mais significativo no paciente do que procedimentos complexos. Também foi possível refletir sobre a importância de desenvolver essas habilidades durante a graduação, pois elas não só melhoram o cuidado com a saúde mental, mas também promovem uma prática médica mais humanizada em todas as especialidades. **CONCLUSÕES OU**

RECOMENDAÇÕES: Essa vivência fortaleceu a percepção de que a Psiquiatria é uma área que demanda, além do domínio técnico, uma abordagem humana e sensível frente ao sofrimento mental. A escuta ativa e a empatia mostraram-se essenciais para o cuidado

integral e para o estabelecimento de relações terapêuticas. Portanto, é essencial valorizar essas competências na educação médica para formar profissionais mais sensíveis, receptivos e humanizados.

PALAVRAS-CHAVE: Psiquiatria; Escuta ativa; Empatia; Saúde mental