

# **MENTE-CORPO NO AMBIENTE HOSPITALAR: O USO DA CARTILHA NA ABORDAGEM PSICOLÓGICA AO PACIENTE ONCOLÓGICO**

Taísa Lima<sup>1</sup>; Thalita S. Almeida de Moraes<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Psicóloga, Especialista em Terapia Cognitivo-comportamental, pós-graduanda em Psicologia Hospitalar, Faculdade Santa Casa, Salvador, Bahia, [taisa\\_marques@outlook.com](mailto:taisa_marques@outlook.com)

<sup>2</sup> Psicóloga, Doutoranda em Medicina e Saúde Humana, Mestre em Psicologia e Intervenções em Saúde, Especialista em Psicologia Hospitalar, Faculdade Santa Casa, Salvador, Bahia, [thalita.sba@gmail.com](mailto:thalita.sba@gmail.com)

## **INTRODUÇÃO**

No ambiente hospitalar, a dor é uma realidade que transcende o aspecto físico, exercendo um impacto direto no bem-estar geral dos pacientes e em específico os oncológicos. Conforme destacado por Smith & Jones (2018), a dor hospitalar é conceituada como "uma experiência sensorial e emocional desagradável associada a lesões reais ou potenciais nos tecidos". Esta definição sublinha a complexidade da dor no contexto da internação e adoecimento, que se revela como uma realidade desafiadora afetando não somente o corpo, mas também a mente e as emoções dos pacientes.

Neste cenário, a abordagem integrada mente-corpo emerge como uma ferramenta essencial para lidar com a dor em pacientes oncológicos, a fim de promover o bem-estar e aprimorar a qualidade de vida dos indivíduos. Ao reconhecer a interligação entre os aspectos físicos e psicológicos da experiência da dor, os profissionais de saúde junto a equipe multiprofissional, podem vir a adotar estratégias psicológicas que buscam não apenas aliviar o sofrimento físico, mas também fortalecer a resiliência emocional dos pacientes.

Sendo assim, diante dos aspectos discutidos à respeito da sintonia mente-corpo com ênfase no enfrentamento da dor no ambiente hospitalar, o presente trabalho se propõe à elaboração de uma Cartilha Educativa como estratégia de cuidado. Este material aborda

a importância da conexão entre mente e corpo na abordagem da dor hospitalar para pacientes oncológicos, com especial atenção à dimensão psicológica, reconhecendo-a como um fenômeno complexo que requer uma abordagem multidisciplinar. Essa iniciativa tem como finalidade promover uma compreensão mais abrangente e empática da dor na área de Oncologia, beneficiando tanto os pacientes quanto os profissionais de saúde envolvidos no cuidado, com promoção do bem-estar e diminuição dos impactos negativos da vivência hospitalar com a dor.

## **METODOLOGIA**

As cartilhas educativas têm se destacado como instrumentos fundamentais na promoção da educação em saúde, oferecendo uma abordagem acessível e eficaz para a disseminação de informações relevantes sobre bem-estar e prevenção de doenças. De acordo com Carvalho (2018), esses materiais desempenham um papel crucial ao simplificar conceitos complexos de saúde, tornando-os compreensíveis para uma variedade de públicos.

Um dos principais benefícios das cartilhas educativas é sua capacidade de fornecer informações precisas e atualizadas sobre uma variedade de tópicos de saúde. Como destacado por Santos (2019), esses materiais são desenvolvidos com base em evidências científicas, garantindo a confiabilidade das informações apresentadas e contribuindo para a disseminação de conhecimento preciso e relevante.

Além disso, as cartilhas educativas têm o potencial de capacitar os indivíduos a tomarem decisões informadas sobre sua saúde. Esses materiais fornecem orientações práticas sobre prevenção de doenças, cuidados com a saúde e promoção de estilos de vida saudáveis, permitindo que as pessoas assumam um papel ativo na gestão de sua própria saúde e bem-estar.

Outro benefício é sua capacidade de alcançar diferentes grupos demográficos, independentemente do nível de instrução ou familiaridade com conceitos de saúde. A linguagem simples e as ilustrações claras utilizadas nessas cartilhas facilitam a compreensão e o engajamento de indivíduos de todas as idades e contextos sociais.

A educação em saúde desempenha um papel crucial na promoção do bem-estar e na prevenção de doenças, oferecendo às pessoas o conhecimento e as habilidades necessárias para cuidar de sua própria saúde e adotar comportamentos saudáveis. De acordo com Silva (2020), a educação em saúde é um processo contínuo que visa capacitar os indivíduos a tomarem decisões informadas sobre sua saúde, promovendo assim uma melhor qualidade de vida.

Para o desenvolvimento e construção do presente trabalho foram necessárias: a) realização de revisão bibliográfica, com identificação do aporte teórico, relacionando à educação em saúde, à construção de cartilhas educativas e a temática a ser abordada; b) identificar estudos, pesquisas e materiais relevantes que abordem as melhores práticas na criação de cartilhas educativas eficazes; c) a definição da estrutura da Cartilha Educativa; d) Por fim, a construção final do modelo de Cartilha proposto.

Para a realização da revisão bibliográfica foram utilizados sites de base de dados de pesquisa como a Scientific Electronic Library Online (SCIELO), a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), o Google Acadêmico, assim como livros, referenciais teóricos e documentos multidisciplinares que abordem a temática.

Nas bases de dados virtuais, foram utilizadas como palavras chaves e frases disparadoras: “Dor”; “Dor e hospitalização na oncologia”; “Psicologia Hospitalar e manejo da dor”; “Enfrentamento da dor para pacientes oncológicos”; “Elaboração de cartilhas educativas”; “Educação em saúde”; “Educação em Saúde em hospitais”; “Sintonia mente-corpo”; “Cartilhas hospitalares”.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como ilustrado na Figura 1, a cartilha “Mente-corpo no ambiente hospitalar: o uso da cartilha na abordagem psicológica ao paciente oncológico” contém uma capa, que destaca o título e subtítulo, autoras e as logomarcas das instituições que colaboraram com a realização da pesquisa. Em seguida, na Figura 2, contém o sumário com a paginação de cada tópico presente no corpo do manuscrito.

Figura 1.

*Capa da cartilha contendo o título e subtítulo, autoras e as logomarcas das instituições que colaboraram com a realização da pesquisa.*

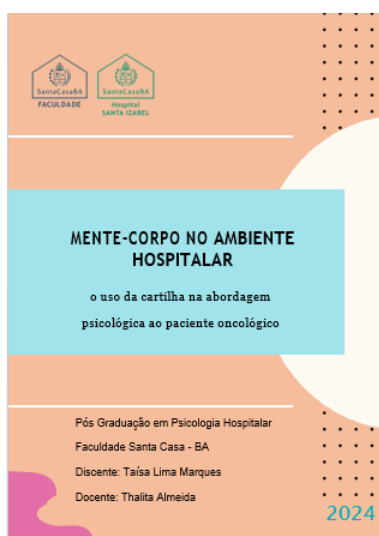


Figura 2.

*Sumário da cartilha com a paginação de cada tópico presente no corpo do manuscrito.*

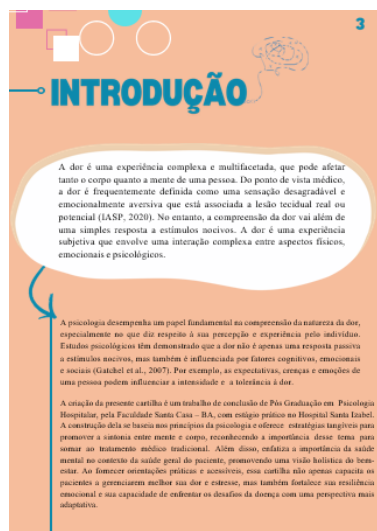
SUMÁRIO	
• Introdução	3
• Capítulo 1: Compreendendo a dor em pacientes oncológicos	4
• Capítulo 2: A conexão entre mente e corpo na percepção da dor	6
• Capítulo 3: Psicologia Hospitalar e estratégias de gerenciamento da dor na oncologia	7
• Capítulo 4: Promoção do bem-estar no ambiente hospitalar	10
• Conclusão	12
• Referências	13

Para uma apresentação didática dos conteúdos da cartilha, os elementos textuais foram estruturados em capítulos: (Capítulo 1) Compreendendo a dor em pacientes oncológicos; (Capítulo 2) A conexão mente e corpo na percepção da dor; (Capítulo 3) Psicologia hospitalar e as estratégias de gerenciamento da dor na oncologia; (Capítulo 4) Promoção do bem-estar no ambiente hospitalar;

Por conseguinte, ilustrada na Figura 3, a introdução a cartilha apresenta uma breve descrição das comunidades sobre o que é a Dor, a importância do papel da psicologia hospitalar e a finalidade da construção do trabalho. Discorre que a dor é um fenômeno multifacetado, que envolve não apenas a percepção de uma sensação desagradável, mas também aspectos emocionais, cognitivos e comportamentais.

Figura 3.

*Introdução da cartilha com breve descrição das comunidades sobre o que é a Dor, a importância do papel da psicologia hospitalar e a finalidade da construção do trabalho.*



Conforme definido pela International Association for the Study of Pain (2020), a dor é uma experiência sensorial e emocional desagradável associada a lesões reais ou potenciais nos tecidos, ou descrita em termos de tais lesões. Essa definição ressalta a complexidade da dor, que pode ser influenciada por fatores individuais, como experiências

passadas, crenças e expectativas, bem como por variáveis contextuais, como o ambiente em que a dor ocorre e o suporte social disponível (Melzack & Wall, 1965).

A psicologia hospitalar é uma área da psicologia que se dedica ao cuidado emocional e mental de pacientes hospitalizados, desempenhando um papel fundamental na promoção do bem-estar e na melhoria da qualidade de vida durante o tratamento médico. Segundo Santos (2018), "a psicologia hospitalar atua no acolhimento, na escuta ativa e na promoção do equilíbrio emocional dos indivíduos em situação de adoecimento". Um de seus precursores foi o psicólogo William James, que, no início do século XX, destacou a influência das emoções sobre a saúde física.

A atuação do psicólogo hospitalar envolve a compreensão das necessidades psicológicas dos pacientes, familiares e equipe de saúde, visando oferecer suporte emocional, promover a adaptação ao ambiente hospitalar e auxiliar no enfrentamento das questões emocionais decorrentes da doença e do tratamento. "A intervenção psicológica no ambiente hospitalar não apenas auxilia na recuperação física, mas também fortalece a saúde mental dos pacientes, favorecendo um processo de cura mais completo e eficaz" (Silva, 2020).

Em seguida e mostrados nas Figuras 4 e 5, tem-se o capítulo 1 (Compreendendo a dor em pacientes oncológicos), que aborda uma maior compreensão sobre a dor, trazendo suas formas de se manifestar e ser classificada, incluindo a dor física, emocional e psicológica. Além disso, enfatiza que é essencial adotar uma abordagem integrada para compreender e abordar a dor.

**Figura 4.**

*Primeira página do capítulo 1: Compreendendo a dor em pacientes oncológicos.*

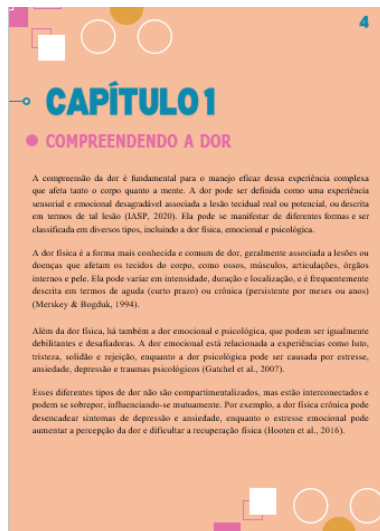


Figura 5.

*Segunda página do capítulo 1: Compreendendo a dor em pacientes oncológicos.*



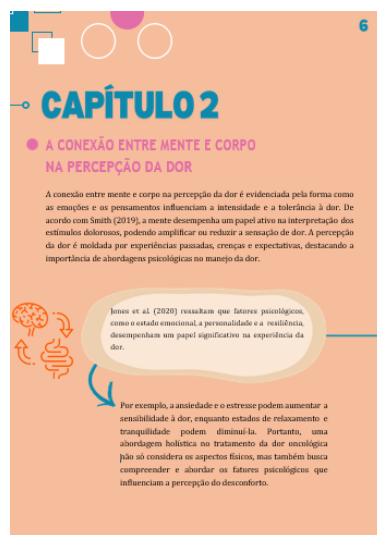
Ainda no capítulo 1, destaca-se que segundo McMahon e Koltzenburg (2005), a percepção da dor envolve uma intrincada rede de estruturas e processos fisiológicos que começam com a detecção de estímulos nocivos pelos nociceptores, receptores especializados localizados em diferentes tecidos do corpo. Esses estímulos são transformados em sinais elétricos que são transmitidos ao longo das vias nervosas periféricas até o sistema nervoso central.

O capítulo 2 (A compreensão mente e corpo na percepção da dor), ilustrado na Figura 6, apresenta brevemente de que forma a interação mente e corpo é evidenciada e

como tende a ser desenvolvida e aspectos influenciadores. Segundo Finan e Smith (2013), a percepção da dor é moldada por uma complexa interação entre fatores físicos e psicológicos. A mente desempenha um papel crucial na modulação da dor, podendo intensificar ou atenuar a sensação dolorosa. Além disso, a influência de emoções como ansiedade, medo e estresse pode amplificar a percepção da dor, tornando-a mais intensa e debilitante.

Figura 6.

*Capítulo 2: “A compreensão mente e corpo na percepção da dor”.*



A conexão entre mente e corpo na percepção da dor é evidenciada pela forma como as emoções e pensamentos influenciam a intensidade e a tolerância à dor. De acordo com Smith (2019), a mente desempenha um papel ativo na interpretação dos estímulos dolorosos, podendo amplificar ou reduzir a sensação de dor. A percepção da dor é moldada por experiências passadas, crenças e expectativas, destacando a importância de abordagens psicológicas no manejo da dor.

Estudos têm demonstrado que pacientes que recebem apoio psicológico adequado durante o tratamento hospitalar tendem a apresentar melhores resultados clínicos e uma recuperação mais rápida (Holland, Watson, Dunn, Oberoi, & Rosenthal, 2019, p. 518-537). Portanto, investir em uma abordagem integrada mente-corpo não apenas melhora o manejo



da dor, mas também promove um ambiente hospitalar mais acolhedor e centrado no paciente.

Já o Capítulo 3 (Psicologia hospitalar e as estratégias de gerenciamento da dor na oncologia), demonstrado nas Figuras 7, 8 e 9, inicia ressaltando que a mente desempenha um papel ativo na interpretação dos estímulos dolorosos, podendo amplificar ou reduzir a sensação de dor. Além disso, reforça que a Terapia Cognitivo-comportamental (TCC) têm se mostrado eficazes no manejo da dor em pacientes oncológicos. Em seguida, menciona e descreve brevemente quatro técnicas possíveis como estratégias do gerenciamento da dor: reestruturação cognitiva, treinamento de habilidades de enfrentamento, dessensibilização sistemática e respiração diafragmática.

Figura 7.

*Capítulo 3: “Psicologia hospitalar e as estratégias de gerenciamento da dor na oncologia”.*

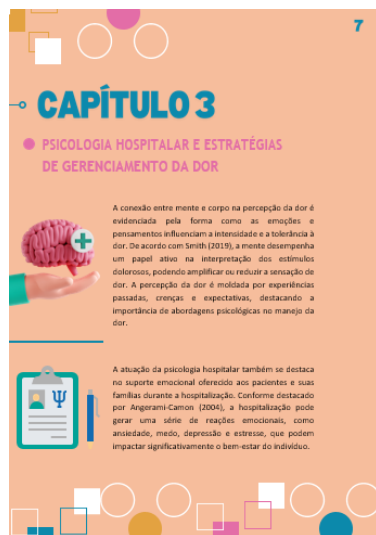


Figura 8.

*Página 2 do capítulo 3: “Psicologia hospitalar e as estratégias de gerenciamento da dor na oncologia”.*

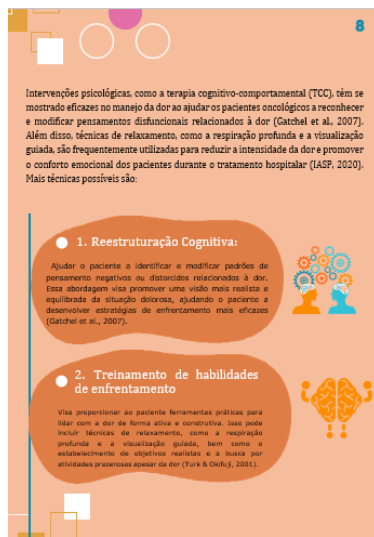


Figura 9.

*Página 3 do capítulo 3: “Psicologia hospitalar e as estratégias de gerenciamento da dor na oncologia”.*



A experiência de hospitalização e tratamento pode desencadear tensões entre o organismo e o ambiente, afetar a dinâmica da personalidade e gerar incongruências, o que pode representar um desafio adicional na adaptação do paciente ao contexto hospitalar (Branco, Leite, & Lessa, 2023). A necessidade de lidar com perdas impostas pela doença, os efeitos do diagnóstico oncológico e as mudanças na rotina e nas atividades diárias também podem representar desafios significativos para os pacientes hospitalizados.

A psicologia hospitalar pode ajudar a reduzir o sofrimento dos pacientes em relação à dor por meio de uma abordagem humanizada e empática, que considera as necessidades

biopsicossociais do paciente. Segundo Silva (2020), "a atenção psicológica pode ajudar a reduzir a sensação de desamparo e impotência, promovendo um maior controle sobre a dor e uma melhor adaptação ao tratamento". Além disso, a intervenção psicológica pode auxiliar na diminuição do estresse e da ansiedade associados à dor crônica, favorecendo um processo de recuperação mais eficaz e humanizado.

Por sua vez, o 4º e último capítulo (Promoção do bem-estar no ambiente hospitalar) ilustrado nas Figuras 10 e 11, destaca os desdobramentos do impacto da dor no bem-estar físico e emocional dos pacientes na oncologia, apresentando a importância do cuidado integral com a integração entre profissionais de diferentes áreas da saúde, além de estratégias essenciais para garantir uma abordagem eficaz e humanizada da dor no ambiente hospitalar.

Figura 10.

*4º e último capítulo: “Promoção do bem-estar no ambiente hospitalar”.*

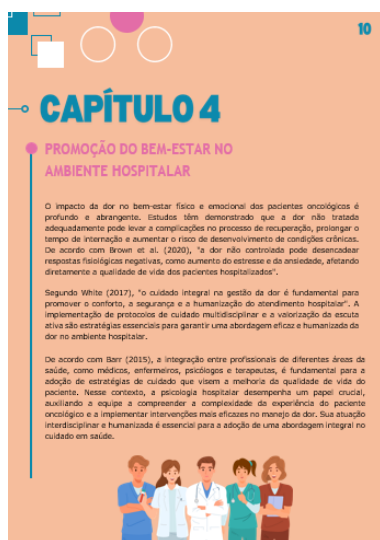


Figura 11.

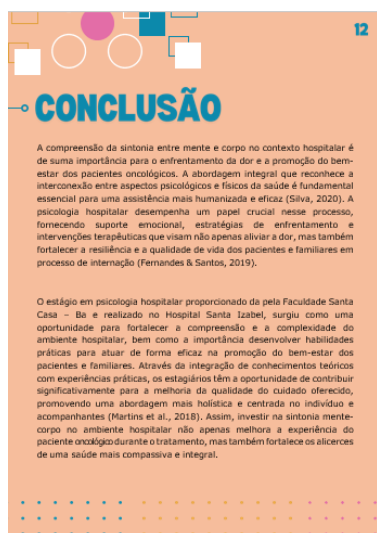
*Segunda página do 4º e último capítulo: “Promoção do bem-estar no ambiente hospitalar”.*



A conclusão, como demonstra a Figura 12, que consiste no fechamento da cartilha, enfatiza a importância da compreensão da sintonia entre mente e corpo no contexto hospitalar da oncologia, bem como o trabalho essencial da psicologia hospitalar nesse processo. Também, menciona a relevância do estágio em psicologia hospitalar proporcionado pela Faculdade Santa Casa – Ba e realizado no Hospital Santa Izabel, e a importância da construção da cartilha como trabalho de finalização de curso.

Figura 12.

*Conclusão que consiste no fechamento da cartilha.*



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A sinergia entre mente e corpo é um aspecto fundamental no contexto hospitalar, influenciando diretamente a experiência do paciente oncológico, o enfrentamento da dor e

a promoção do bem-estar. A abordagem psicológica desempenha um papel crucial nesse processo, oferecendo intervenções que visam integrar aspectos emocionais, cognitivos e físicos, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

A dor é uma das principais preocupações para os pacientes hospitalizados em oncologia, podendo afetar não apenas o corpo, mas também o estado emocional e psicológico. Portanto, compreender e abordar a dor de forma holística, considerando seus aspectos físicos e emocionais, é essencial para garantir um cuidado integral e humanizado. Além disso, a promoção do bem-estar no ambiente hospitalar não se resume apenas ao alívio da dor, mas também envolve a criação de um ambiente propício para o apoio emocional, a expressão de sentimentos e a busca por estratégias de enfrentamento eficazes. Nesse sentido, a psicologia desempenha um papel fundamental ao oferecer suporte emocional, ensinar técnicas de relaxamento, promover a resiliência e facilitar a comunicação entre pacientes e equipe de saúde.

Diante da importância dessas questões, a criação da cartilha “Mente-corpo no ambiente hospitalar: o uso da cartilha na abordagem psicológica ao paciente oncológico”, visa oferecer informações e orientações práticas para pacientes oncológicos, familiares e profissionais de saúde. Essa cartilha fornece recursos para compreender a relação entre mente e corpo, aprender estratégias de manejo da dor e promover o bem-estar emocional durante o período de hospitalização.

## **REFERÊNCIAS**

Carvalho, F. R., Silva, J. M., & Santos, P. A. (2018). Comunicação eficaz: Uma estratégia para humanizar a assistência hospitalar. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(1), 123-129. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0054>

Branco, A., Leite, B., & Lessa, C. (2023). Atuação da psicóloga hospitalar na perspectiva da abordagem centrada na pessoa. *Revista NUFEN: Phenomenology and*

*Interdisciplinarity*, 1, 15. <https://doi.org/10.26823/rnufen.v15i1.24005>

Finan, P. H., & Smith, B. D. (2013). O modelo biopsicossocial da dor: Uma revisão da literatura. *Current Pain and Headache Reports*, 17, 358. <https://doi.org/10.1007/s11916-013-0358-7>

International Association for the Study of Pain (IASP). (2020). *IASP terminology*. <https://www.iasp-pain.org/terminology>

McMahon, S. B., & Koltzenburg, M. (Orgs.). (2005). *Wall and Melzack's textbook of pain* (5ª ed.). Elsevier.

Melzack, R., & Wall, P. D. (1965). *Mecanismos da dor: Uma nova teoria*. *Science*, 150(3699), 971-979. <https://doi.org/10.1126/science.150.3699.971>

Santos, A. B. (2018). Psicologia hospitalar: A importância do acolhimento emocional no ambiente hospitalar. *Revista Brasileira de Psicologia Hospitalar*, 12(2), 45-58.

Santos, A. B. (2019). Psicologia hospitalar no manejo da dor: Estratégias de intervenção e promoção do bem-estar emocional. *Revista Brasileira de Psicologia Hospitalar*, 13(3), 78-92.

Silva, C. D. (2020). A atenção psicológica no manejo da dor: Uma abordagem humanizada e empática. *Psicologia em Foco*, 15(1), 34-46.

Silva, C. D. (2020). A atuação do psicólogo hospitalar na promoção da saúde mental em pacientes internados. *Psicologia em Foco*, 15(3), 78-92.

Smith, A. B., & Jones, C. D. (2018). O papel da respiração diafragmática na terapia cognitivo-comportamental. *Revista de Psicoterapia*, 25(2), 123-135.