

Comunicação com a pessoa com incapacidade: Protocolo de comunicação com idosos dependentes de autocuidado, uma estratégia da Psicomotricidade

Communication with the person with incapacity: Protocol of communication with elderly people dependent on self-care, a strategy of Psychomotricity

Comunicación con la persona con discapacidad: Protocolo de comunicación con ancianos dependientes de autocuidado, una estrategia de la Psicomotricidad

Ana Freitas; Fabienne Ramos; Joana Luz; Pedro Galhanas; José Garcia-Alonso, PhD, Universidade da Extremadura, Investigador POCTEP 0445_4IE_4_P, Espanha; César Fonseca, PhD, Universidade Évora, Investigador POCTEP 0445_4IE_4_P, Portugal.

Corresponding Author: cesar.j.fonseca@gmail.com

Resumo

Objetivo: Determinar como a comunicação é utilizada, pela psicomotricidade, para estabelecer relação terapêutica com pessoas idosas necessitadas de autocuidado.

Metodologia: Revisão sistemática de literatura por pesquisa na EBSCO e Scholar Google, realizada com base nas palavras chaves: autocuidado e comunicação. A pesquisa resultou em cinco artigos que foram eleitos para análise.

Resultados: Após uma análise dos artigos recolhidos, conseguiu-se obter informação de como a comunicação é uma ferramenta indispensável para o psicomotricista no estabelecimento da relação terapêutica, através da forma de como este se expressa.

Conclusões: A relação terapêutica, estabelecida através do diálogo tónico-emocional entre o paciente e o terapeuta, permite promover o sua autoconfiança e autoestima, promovendo assim o bem-estar geral do paciente e a sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Autocuidado, comunicação, dependente, incapacidade, psicomotricidade.

Abstract

Objective: To determine how communication is used by psychomotricity to establish a therapeutic relationship with elderly people in need of self-care.

Methodology: Systematic review of literature by research in EBSCO and Google Scholar, carried out based on the key words: self-care and communication. The search resulted in five articles chosen for analysis.

Results: After an analysis of the collected articles, we were able to obtain information on how communication is an indispensable tool of the psychomotricist in establishing the therapeutic relationship through the way in which it is expressed.

Conclusions: The therapeutic relationship, established through the tonic-emotional dialogue between the patient and the therapist, allows to promote their self-confidence and self-esteem, thus promoting the patient's general well-being and quality of life.

Key words: Self-care, communication, dependent, disability, psychomotricity.

Resumen

Objetivo: Determinar cómo la comunicación es utilizada, por la psicomotricidad, para establecer relación terapéutica con personas ancianas necesitadas de autocuidado.

Metodología: Revisión sistemática de literatura por investigación en EBSCO y Scholar Google, realizada sobre la base de las palabras clave: autocuidado y comunicación. La investigación resultó en cinco artículos que fueron elegidos para el análisis.

Resultados: Después de un análisis de los artículos recogidos, se logró obtener información de cómo la comunicación es una herramienta indispensable para el psicomotricista en el establecimiento de la relación terapéutica, a través de la forma de cómo éste se expresa.

Conclusiones: La relación terapéutica, establecida a través del diálogo tónico-emocional entre el paciente y el terapeuta, permite promover su autoconfianza y autoestima, promoviendo así el bienestar general del paciente y su calidad de vida.

Palabras clave: Autocuidado, comunicación, dependiente, incapacidad, psicomotricidad.

Introdução e fundamentação

A comunicação é a base das relações entre indivíduos, permitindo transmitir informação entre si. Todos os seres humanos são capazes de comunicar, utilizando, para tal, sistemas de referência próprios da situação sociocultural dos mesmos (Oliveira Silva, Souza & Tavares, 2007). Segundo Oliveira Silva, Souza & Tavares, são necessários os seguintes elementos para a execução desta competência, linguística, habilidade de formar frases, reconhecer, produzir e emitir sons e significados, paralinguística (habilidade de construir algumas características do significante), proxémica (capacidade de diversificar as atitudes espaciais e as distâncias interpessoais), executiva (aptidão de empregar ou não o ato comunicativo), pragmática (capacidade de utilizar ou não os signos linguísticos) e sociocultural, incluindo a habilidade de identificar situações sociais e as relações entre os papéis exercidos (Oliveira Silva, Souza & Tavares, 2007).

Entende-se como autocuidado o conjunto de atividades iniciadas e executadas pela própria pessoa, ao longo do ciclo de vida, e cujo objetivo é a manutenção da sua própria vida, saúde e bem-estar. Existem fatores, endógenos ou exógenos, tais como as doenças crônicas, acidentes e o envelhecimento, que desencadeiam dependência e que levam as pessoas a perderem a capacidade de cuidar de si próprias (Ribeiro & Pinto, 2014). É importante a identificação do tipo e do grau de dependência no autocuidado, para que mais facilmente sejam planejados os cuidados individualizados, bem como intervenções realistas e adequadas às necessidades de cada pessoa (Ribeiro & Pinto, 2014).

Para além do envelhecimento e das doenças crônicas, os acidentes rodoviários e de trabalho, têm contribuído para o aumento de pessoas dependentes no autocuidado. Qualquer indivíduo adulto e saudável possui a capacidade de se auto cuidar (Ribeiro & Pinto, 2014). No

entanto, por motivos de doença, idade, estado de desenvolvimento, falta de recursos ou fatores ambientais, a necessidade de autocuidado do indivíduo pode-se tornar superior à sua capacidade de o realizar. Um défice nesta capacidade pode requerer a ajuda de outros ou de equipamento específico para satisfazer as suas necessidades básicas, tais como a alimentação, higiene e vestuário (Ribeiro & Pinto, 2014).

Tendo em conta o facto de que futuramente os membros do grupo irão trabalhar com pessoas dependentes de autocuidado, resolveu-se escolher este tema. Assim, pretende-se determinar a influência da comunicação no estabelecimento de relação com pessoas idosas necessitadas de autocuidado.

Metodologia

A metodologia usada foi uma revisão sistemática da literatura. Realizaram-se várias pesquisas na EBSCO, tendo como palavras chave autocuidado e comunicação. Selecionaram-se cinco artigos, segundo os conteúdos de interesse do tema abordado.

Da análise destes artigos surgiram conceitos e informações que foram analisados e permitiram a chegada a algumas considerações finais.

Análise dos resultados

A Psicomotricidade e o idoso

Segundo Fernandes (2014), a Gerontopsicomotricidade assenta em quatro características específicas que a delimitam com práxis terapêutica de mediação corporal. Características essas que envolvem patologias associadas ao envelhecimento, como demência, patologias somáticas, problemas neurológicos e AVC e características com o propósito de ajudar o idoso a adquirir novas perceções e representações do seu corpo real e imaginário. A gerontopsicomotricidade também se baseia na relação entre o terapeuta e o idoso, na criação de empatia e estabelecimento de um bom diálogo tónico-emocional, através da linguagem corporal, e da construção da relação terapêutica (Fernandes, 2014).

As atividades em que é usado o corpo real e imaginário, procuram colmatar os problemas físicos e psicológicos que o idoso ostenta, como os problemas da marcha que podem levar a uma alteração na imagem corporal. Para este autor, é necessário renarcar o corpo do idoso para que este volte a habitá-lo e isto acontece, principalmente, no decurso do estabelecimento do diálogo tónico-emocional (Fernandes, 2014).

Com estas atividades, educa-se o corpo a conviver com o mundo exterior, o que permite, ao idoso, aprender hábitos que desenvolvam competências a nível neuromotor. Para além do desenvolvimento de competências a nível neuromotor, é ativado o funcionamento das capacidades psíquicas (sensações, perceções, representações, memória, simbolização, atenção, orientação e linguagem). Deste modo, há um progresso a nível afetivo, cognitivo e motor (Galvani, 2014).

Levy e Vasconcelos (2017), referem que a gerontopsicomotricidade tem como fundamento a manutenção das capacidades funcionais, potenciando as capacidades já adquiridas. Por outro lado, esta área do saber procura defrontar algumas limitações físicas e perdas e estimular o autocuidado, através da evolução das rotinas pessoais de saúde. Posto isto, o idoso irá questionar-se sobre as suas atitudes e, naturalmente, terá mais propensão a adaptar-se a todas as mudanças inerentes ao envelhecimento.

Para Galvani (2014), a intervenção psicomotora no idoso conduz a uma tomada de consciência e ao aproveitamento do seu corpo, não só pela sua funcionalidade, mas também pela sua capacidade de expressão. Em psicomotricidade, é necessário compreender de forma alargada a relação entre os conceitos de pensamentos e ações e quais as suas influências na vida quotidiana. Durante a intervenção, realizam-se atividades que permitam despertar os sentidos (perceção sensorial) para que o idoso possa revivenciar algum momento da sua vida e relacioná-la com a sensação corporal que está atualmente a experienciar (Galvani, 2014). Este ressurgir das memórias passadas reflete aquilo que o idoso aprendeu com o seu contacto com o mundo e como formou a sua individualidade, independência e autonomia (Galvani, 2014). Estas atividades potenciam a sequenciação e reestruturação do pensamento lógico e da linguagem, reativando a memória (Galvani, 2014). A realização de relaxação é importante, uma vez que a ansiedade e depressão associadas à velhice, impossibilitam o idoso de memorizar certas aprendizagens (Galvani, 2014). A relaxação promove a regulação tónica, a reestruturação da imagem corporal, a consciência do corpo e dos seus limites e a diminuição de estados ansiosos e depressivos (Galvani, 2014).

Assim, a psicomotricidade pode ser aplicada de forma preventiva, conseguindo conservar a tonicidade funcional, a imagem positiva do corpo, o controlo postural flexível, a integração e prolongamento de praxis ideomotoras e a organização espaço-temporal e adaptá-las àquilo que os idosos necessitam. Deste modo, os idosos escapam ao isolamento, à dependência, à estagnação, à apatia, ao afastamento, fazendo com que esta fase da vida tenha a dignidade que merece (Fonseca, 2017).

Considerações finais

Sabe-se que a comunicação é uma base muito importante de relação entre os indivíduos. Existem várias formas de comunicação para além da linguística, como a habilidade de formar frases; reconhecer, produzir e emitir sons e significados; a paralinguística; a proxémica e a pragmática. É neste âmbito que a psicomotricidade, através da mediação corporal, tem um papel importante no que diz respeito ao autocuidado. O autocuidado caracteriza-se como um conjunto de atividades executadas pela própria pessoa, ao longo do ciclo de vida e cujo objetivo é a manutenção da própria vida, saúde e bem-estar. É comum que durante o processo de envelhecimento ocorra uma perda gradual das capacidades de autocuidado. Com o intuito de minimizar as sensações de desconforto, mau estar ou frustração, que possam surgir no idoso ao precisarem de recorrer a ajuda no que diz respeito às actividades das suas necessidades básicas, que promover o investimento pessoal e a auto estima é importante e necessário. Uma das mais importantes ferramentas de comunicação utilizadas na psicomotricidade é a relação terapêutica que promove, para além de uma melhor comunicação, o diálogo tónico-emocional. O diálogo tónico-emocional promove a relação entre o idoso e o terapeuta e é essencial à criação de empatia entre ambos, o que promove o bem-estar geral do idoso e conseqüentemente a valorização das suas próprias capacidades. É importante renarcisar o corpo do idoso para que este volte a habitá-lo e isto é possível no decurso do estabelecimento do diálogo tónico-emocional. A intervenção psicomotora permite ao idoso uma tomada de consciência do seu corpo e de todas as suas alterações e adaptações, proporcionando, para além da noção de todas as suas funcionalidades, a capacidade de comunicação, através da expressão.

Referências

Alves, F., Carvalho, P., Foresti, B., & Oliveira, R. (2017). A Psicomotricidade como método de intervenção para idosos. *Revista da UIIPS – Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém*, 5, pp. 135-140.

R. M., Souza, J. G., & Tavares, J. L. (2007). COMUNICAÇÃO ENFERMEIRA E PACIENTE NA UNIDADE DE TRATAMENTO INTENSIVO. *Revista Baiana De Enfermagem*, 21(1), 55-63.

Fernandes, J. (2014). A GERONTOPSICOMOTRICIDADE COMO PRÁXIS TERAPÊUTICA DE MEDIAÇÃO CORPORAL. *Journal of Aging and Innovation*, 3, 2-4.

Galvani, C. (2014). Longevidade e Psicomotricidade: Ter ou ser um corpo que

envelhece com qualidade de vida. *Dissertação de Mestrado em Gerontologia Social*. São Paulo, Brasil.

Ribeiro, O., & Pinto, C. (2014). Caracterização da pessoa dependente no autocuidado: um estudo de base populacional num concelho do norte de Portugal. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*, 32(1), 27-36.