

# Objetivos SMART: Uma reflexão sobre a implementação no processo de cuidados à pessoa com doença mental

Basílio B.(1), Bento C.(1), André C.(2), Alves, J.(3), Graça V.(3)

## Introdução

Na Unidade Curricular Estágio V – Enfermagem em Saúde Mental e Psiquiatria, no 3ºAno 1ºSemestre do Curso de Enfermagem 1ºCiclo, no âmbito do processo de cuidados à pessoa com doença mental surgiu a oportunidade de planejar intervenções tendo por base os objetivos SMART. Um dos desafios na recuperação da pessoa é a definição de objetivos (Parsons *et al.*, 2018). O método SMART, defende que os objetivos criados devem ser (figura 1): Específicos (*Specific*), Mensuráveis, Atingíveis, Realistas e Temporais para que sejam atingidos mais facilmente e com sucesso (Drucker citado por Paiva, 2016).

## Objetivo

Partilhar a reflexão sobre a implementação dos objetivos SMART no processo de cuidados à pessoa com doença mental.

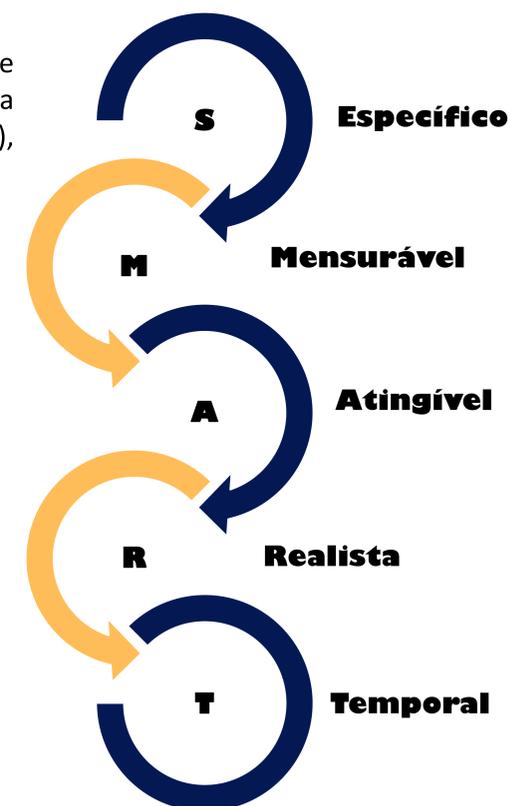
## Metodologia

Como metodologia para revisitar a aprendizagem desenvolvida em contexto de estágio consideramos a reflexão sobre ação pois esta tem um papel significativo na compreensão e integração do acontecimento (Perrenoud, 2011), mobilizando o ciclo reflexivo de Gibbs (Santos e Fernandes, 2004).

## Resultados

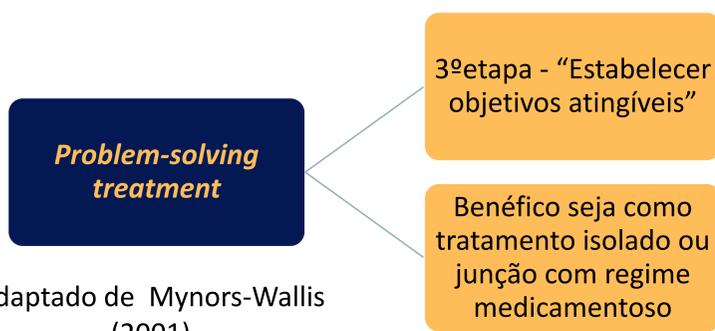
A implementação dos objetivos SMART requer identificar a área na qual se quer atuar, estabelecer os objetivos SMART e a Goal attainment scaling, ferramenta utilizada para providenciar uma medida quantificável ao objetivo, e estabelecer um plano com intervenções para colmatar problemas identificados durante o processo para atingir o objetivo proposto (Borgen *et al.*, 2020).

O Problem-solving treatment mostra a aplicabilidade dos objetivos SMART na área da saúde mental, e acaba por ser, de certo modo, um objetivo SMART devido às características que estes partilham pois as etapas deste tratamento são semelhantes às características dos objetivos SMART, figura 2 (Mynors-Wallis, 2001). No contexto do estágio V, foi possível participar na aplicabilidade dos objetivos SMART às pessoas que recorriam ao serviço no âmbito do seu processo de cuidados (figura 3).



Adaptado de Drucker citado por Paiva (2016)

Figura 1 – Representação da Sigla SMART



Adaptado de Mynors-Wallis (2001)

Figura 2 - Problem-solving treatment

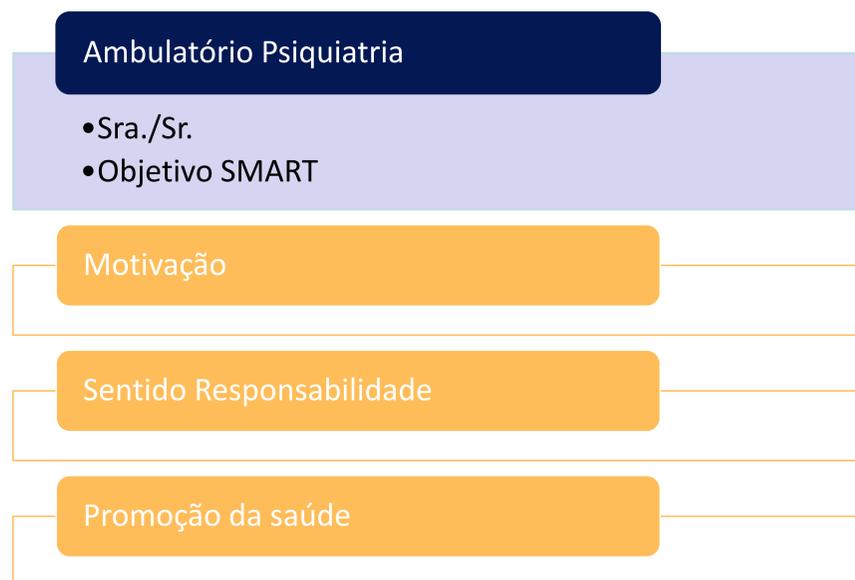


Figura 3 – Objetivos SMART no contexto do processo de cuidados

## Conclusão

A reflexão sobre as aprendizagens realizadas, assim como o seu impacto no desenvolvimento pessoal e construção profissional futura, vão ao encontro do defendido por Shaw *et al.* (2015) a ética dos objetivos SMART consiste na colaboração com as pessoas, de modo a empoderá-las dos objetivos criados.

## Relevância para a Enfermagem

A mobilização de objetivos SMART no âmbito do processo de cuidados facilita o trabalho colaborativo do enfermeiro com a pessoa com doença mental.

A criação dos objetivos SMART constitui-se num elemento essencial na intervenção com resultados positivos na alteração de comportamentos (Shaw *et al.*, 2015).

## Referências bibliográficas

- Borgen I. M. H., Lovstad M., Andelic N., Hauger S., Sigurdardottir S., Soberg H.L., Sveen U., Forslund M. V., Kleffeldgard I., Lindstad M., Winter L., Roe C. (2020, Março). Traumatic brain injury—needs and treatment options in the chronic phase: Study protocol for a randomized controlled community-based intervention. *Trials*, 1 (21), pp. 1-14. Disponível em: <https://trialsjournal.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s13063-020-4195-5.pdf> Mynors-Wallis, L. (2001). Problem-solving treatment in general psychiatric practice. *Advances in Psychiatric Treatment*, 6 (7), pp. 417-425. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/journals/advances-in-psychiatric-treatment/article/problemsolving-treatment-in-general-psychiatric-practice/E2BF927EA490DF03AD77BDBD31B73142> Paiva, E. C. P. (2016). A utilização do método smart para redefinir os objetivos estratégicos da liderança: Um estudo de caso aplicado em um fornecedor de peças plásticas da indústria automobilística. Monografia de Especialização em Gestão Empresarial, Universidade de Taubaté, Taubaté, São Paulo, Brasil. Disponível em: <http://repositorio.unitau.br:8080/jspui/bitstream/20.500.11874/1231/1/Edson%20de%20Carvalho%20Paiva.pdf> Parsons J. G. M., Plant S. E., Slark J., Tyson S. F., (2016, Novembro). How active are patients in setting goals during rehabilitation after stroke? A qualitative study of clinician perceptions. *Disability and Rehabilitation*, 3 (40), pp. 309-316. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09638288.2016.1253115> Perrenoud, P. (2011). *A Prática Reflexiva do Professor: Profissionalização e Razão Pedagógica*. São Paulo: Artmed Editora Santos, E., Fernandes, A. (2004). Prática Reflexiva: Guia para a Reflexão Estruturada. *Revista Referência*, 11, pp.59-62. Disponível em: [https://rr.esenfcp.pt/rr/index.php?module=rr&target=publicationDetails&pesquisa=&id\\_artigo=2064&id\\_revista=5&id\\_edicao=10](https://rr.esenfcp.pt/rr/index.php?module=rr&target=publicationDetails&pesquisa=&id_artigo=2064&id_revista=5&id_edicao=10) Shaw, R. L., Pattison, H. M., Holland, C., Cooke R. (2015, Janeiro). Be SMART: examining the experience of implementing the NHS Health Check in UK primary care. *BMC Family Practice*, 1 (16), pp. 1-8. Disponível em: <https://bmcfampract.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s12875-014-0212-7.pdf>