



**ANAIS DO I SIMPÓSIO FPS
DE SAÚDE MENTAL,
LONGEVIDADE E
QUALIDADE DE VIDA**

Recife, 2024

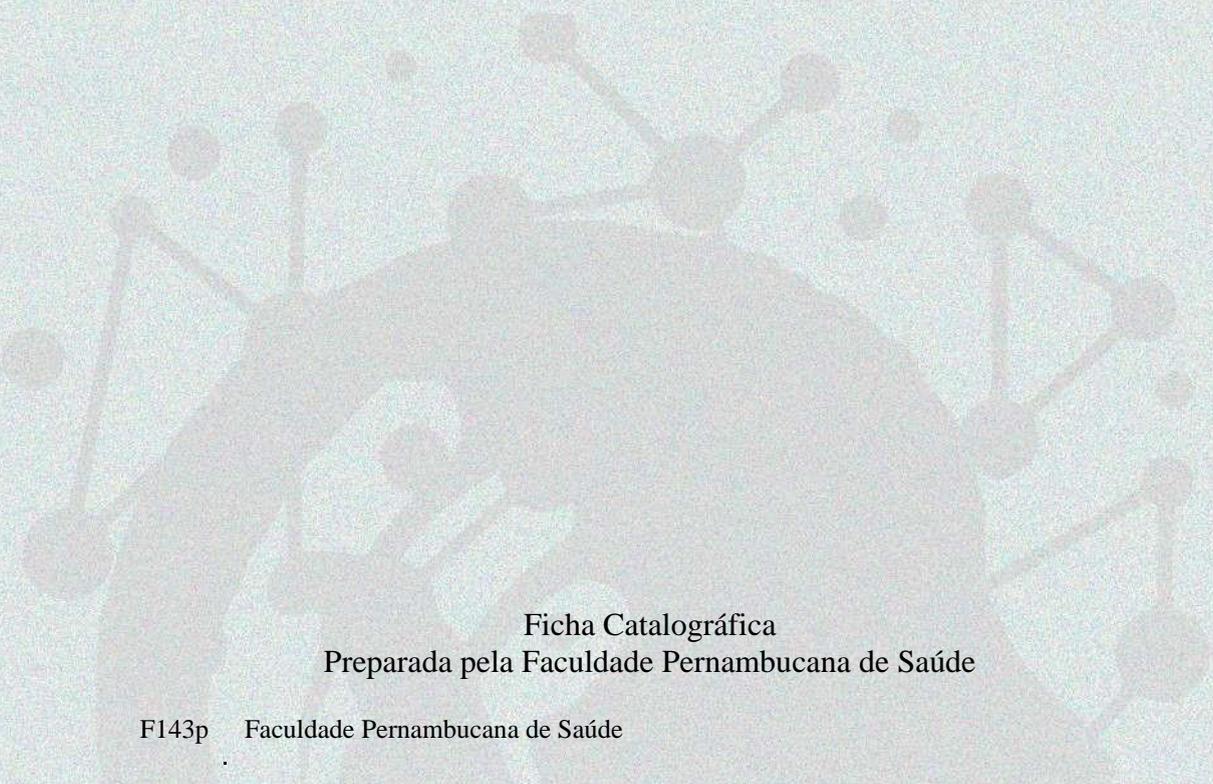
ORGANIZADORES

Andrea Echeverria

Cristianne Roberta Machado Cavalcante Tomasi

Maria Julia Lyra da Silva

Fabrcia Michelline Queiroz de Holanda Padilha



Ficha Catalográfica
Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde

F143p Faculdade Pernambucana de Saúde

1º Simpósio de Saúde mental, longevidade e qualidade de vida. Faculdade Pernambucana de Saúde 2024. / Faculdade Pernambucana de Saúde, Organizadoras: Andrea Echeverria, Cristianne Roberta Machado Cavalcante Tomasi, Maria Julia Lyra da Silva, Fabrícia Michelline Queiroz de Holanda Padilha. – Recife: FPS, 2024.

65 f.:

Anais.

ISBN: 978-65-6034-077-0

1. Simpósio de saúde mental . 2. Simpósio – qualidade de vida. 3. Faculdade Pernambucana de Saúde. I. Título

CDU 371.78

APRESENTAÇÃO

I SIMPÓSIO FPS SAÚDE MENTAL, LONGEVIDADE E QUALIDADE DE VIDA

O I Simpósio de Saúde Mental, Longevidade e Qualidade de Vida da FPS, teve sua primeira edição acontecendo nos dias 19 e 20 de abril, sendo dedicado à exploração das interconexões entre as temáticas de saúde mental, a longevidade e a qualidade de vida. Este simpósio reuniu profissionais, pesquisadores e acadêmicos das diferentes áreas de saúde, para um diálogo enriquecedor e troca de conhecimentos fundamentais para o avanço das práticas que promovem uma vida mais longa e saudável.

O principal objetivo desse evento científico, foi criar um ambiente de compartilhamento de estudos e inovações, com o intuito de fomentar reflexões eficazes que integrem os cuidados com a saúde mental às práticas de promoção da longevidade com qualidade de vida. Reforçando a importância de promover uma discussão abrangente, visando oportunidades emergentes neste campo.

O evento proporcionou a apresentação oral de mais de 50 trabalhos científicos, sendo possível a troca de conhecimentos dentre as mais recentes pesquisas e práticas que se encontram para inspirar e engendrar abordagens inovadoras na integração dos cuidados com a saúde mental, estratégias de longevidade e melhorias contínuas na qualidade de vida. Nosso foco foi gerar um diálogo produtivo que não só aborde os desafios atuais, mas que também celebre e propague soluções e oportunidades crescentes nesta área essencial.

Dentro da perspectiva das evidentes mudanças nos estilos de vida da sociedade contemporânea, com ênfase nas demandas de excelência profissional, nos imperativos de performance a partir das conexões sociais digitais, do estilo de vida saudável e a da longevidade da população, as conferências, mesas redondas e apresentações dos trabalhos, trouxeram questões que foram debatidas com intuito de elucidar, como o trabalho interprofissional se torna uma ferramenta primordial para se pensar em estratégias de intervenção e prevenção visando o bem-estar e a saúde mental da população.

SUMARIO

“TIC TAC NO IMIP: UM PROJETO DE INTERVENÇÃO SOBRE O IMPACTO DO INTERNAMENTO PROLONGADO NA SAÚDE MENTAL DE PACIENTES DE UM HOSPITAL GERAL DO RECIFE	7
EFICÁCIA DA MEDITAÇÃO MINDFULNESS COMO TÉCNICA PARA A REMISSÃO DE SINTOMAS DO TOC EM ADULTOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	8
A ESPIRITUALIDADE COMO FATOR DE PROMOÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES ONCOLÓGICOS	9
A LEITURA COLETIVA COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA NA VIDA ACADÊMICA: REFLEXÃO DE ESTUDANTES DE MEDICINA ACERCA DE PARTICIPAÇÃO EM CLUBE LITERÁRIO	10
A QUALIDADE DO SONO E SEUS IMPACTOS NA INCIDÊNCIA DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	11
A SAÚDE MENTAL E SEU IMPACTO NOS DESFECHOS CIRÚRGICOS	12
A TERAPIA COMPORTAMENTAL DIALÉTICA PARA O TRATAMENTO DE SINTOMAS DE HUMOR DO TRANSTORNO AFETIVO BIPOLAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	13
ANÁLISE DA IMPORTÂNCIA DO USO DE EDG-15 PARA IDENTIFICAÇÃO PRECOCE DE SINTOMAS DEPRESSIVOS EM IDOSOS.	14
ANÁLISE DOS FATORES QUE AFETAM O SONO E SUA RELEVÂNCIA PARA MANUTENÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA.	15
ARTETERAPIA COMO RECURSO DE INTERVENÇÃO TERAPÊUTICA NO TRATAMENTO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA	16
AS CONTRIBUIÇÕES DOS JOGOS DIGITAIS NA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA E NA LONGEVIDADE DE PESSOAS IDOSAS	17
ASSISTÊNCIA A PUÉRPERAS COM INDICATIVO DE DEPRESSÃO PÓS-PARTO	18
ASSOCIAÇÃO ENTRE MULTIMORBIDADE E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS DA COMUNIDADE: UM ESTUDO TRANSVERSAL	19
AVALIAÇÃO DA ADESÃO A DIETAS DA MODA POR INDIVÍDUOS FÍSICAMENTE ATIVOS EM DUAS ACADEMIAS DO RECIFE-PE	20
DEPRESSÃO EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: IMPACTOS DA INSTITUCIONALIZAÇÃO NOS FATORES ASSOCIADO À DEPRESSÃO.	21

DESAFIOS E SUPORTES: O.6 IMPACTO DAS DEMANDAS ACADÊMICAS NA SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS DE MEDICINA	22
EFEITO DE FÁRMACOS E EXERCÍCIOS FÍSICO COMO TRATAMENTO EM UM MODELO EXPERIMENTAL DA SÍNDROME DAS PERNAS INQUIETAS	23
EFEITOS DE INTERVENÇÕES BASEADAS EM MINDFULNESS PARA LONGEVIDADE: UMA RAPID UMBRELLA REVIEW	24
EFEITOS DE UM EXERCÍCIO EM ALTA INTENSIDADE SOBRE O CONTROLE INIBITÓRIO DE JOVENS FÍSICAMENTE ATIVOS: UM ESTUDO PILOTO	25
EQUILIBRANDO DESAFIOS: UM ESTUDO SOBRE BURNOUT E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO EM ESTUDANTES DE MBA	26
EXERCÍCIO EM ALTA INTENSIDADE ALTERA O ESTADO DE HUMOR DE JOVENS UNIVERSITÁRIOS?	27
FADIGA MENTAL REDUZ A ATIVIDADE NEUROMUSCULAR NO TREINAMENTO DE FORÇA ATÉ A EXAUSTÃO	28
INSEGURANÇA ALIMENTAR E QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES IDOSOS RENAI CRÔNICOS EM HEMODIÁLISE ACOMPANHADOS EM UM HOSPITAL DE REFERÊNCIA EM RECIFE	29
MANEJO CLÍNICO DA COGNIÇÃO SOCIAL EM QUADROS DEMENCIAIS: A SCOPING REVIEW	30
MELODIA DO CUIDADO: RELATO DE PROPOSTA DE INTERVENÇÃO EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMENÊNCIA PARA IDOSOS	31
“O FEITIÇO VIROU CONTRA O FEITICEIRO”.: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE AÇÃO CONTRA O BULLIYNG EM UMA ESCOLA DE RECIFE	32
OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA REGULAR COMO ADJUVANTE DO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO	33
OS BENEFÍCIOS DA MEDITAÇÃO COMO PRÁTICA PARA PROMOVER A LONGEVIDADE	34
PADRÕES DE ATIVIDADE FÍSICA, COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E SONO E SUA ASSOCIAÇÃO COM FRAGILIDADE EM IDOSOS COM DOENÇAS CRÔNICAS: ESTUDO TRANSVERSAL	35
PESSOAS PORTADORAS DE FERIDAS CRÔNICAS E O IMPACTO DA FERIDA EM SUA VIDA COTIDIANA	36
PREVALÊNCIA DE FRAGILIDADE E DE SINTOMAS DEPRESSIVOS ENTRE IDOSOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA	37

PROMOVENDO LONGEVIDADE E QUALIDADE DE VIDA: O PAPEL DO EXERCÍCIO FÍSICO NA RECUPERAÇÃO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA	38
RELAÇÃO ENTRE FADIGA PERCEBIDA E ÍNDICE DE FADIGA EM UM TESTE PARA AVALIAÇÃO DA POTÊNCIA ANAERÓBIA.	40
REVISÃO INTEGRATIVA: O USO DA TECNOLOGIA COMO TREINO DA MEMÓRIA NO COTIDIANO DO IDOSO	41
TDAH E LONGEVIDADE, INVESTINDO NA SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	42
TDAH EM CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR: RESULTADOS PRELIMINARES DE UM ESTUDO TRANSVERSAL	43
VIVÊNCIAS DE ESTUDANTES DE UM CURSO MÉDICO SOBRE PREVENÇÃO E PROMOÇÃO À SAÚDE DE PESSOAS IDOSAS A PARTIR DA PRÁTICA DA EXTENSÃO CURRICULARIZADA	44
A IMPORTÂNCIA DA SUPLEMENTAÇÃO DE ZINCO NO CONTROLE E PREVENÇÃO DA DIABETES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA	45
ANÁLISE DO USO INDISCRIMINADO DO METILFENIDATO POR CRIANÇAS E ADOLESCENTES: REVISÃO INTEGRATIVA	46
DISTRIBUIÇÃO REGIONAL DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM ESTUDANTES DA REDE ESTADUAL: UM RECORTE DO PROJETO ATITUDE	47
EXCLUSÃO DIGITAL DE IDOSOS: IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA, SAÚDE MENTAL E LONGEVIDADE DOS IDOSOS	48
EXTENSÃO CURRICULAR INTERPROFISSIONAL NA COMUNIDADE:	49
RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ESTUDANTES INGRESSANTES NA PSICOLOGIA	49
IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA DE REDE PÚBLICA NO RECIFE: RELATO DE EXPERIÊNCIA	50
O CONSUMO DE CIGARROS ELETRÔNICOS POR JOVENS-ADULTOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA	51
O IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE NO BRASIL	52
O IMPACTO DO REIKI NA QUALIDADE DE VIDA DA EQUIPE DE ENFERMAGEM EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA	53
O IMPACTO INVISÍVEL: A CRISE DA SAÚDE MENTAL ENTRE ENFERMEIROS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19	55
O MANEJO DE EMOÇÕES COM ACOMPANHANTES NA UTI PEDIÁTRICA	56

SOB A PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA BREVE DE APOIO	56
O PAPEL DA ARTE NA PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL, QUALIDADE DE VIDA E HUMANIZAÇÃO DO ESTUDANTE DE MEDICINA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	58
INTRODUÇÃO	58
O PASSEIO TERAPÊUTICO COMO FERRAMENTA DO SERVIÇO DE ATENÇÃO DOMICILIAR (SAD) PARA A PROMOÇÃO DA HUMANIZAÇÃO E QUALIDADE DE VIDA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA	59
OS EFEITOS DA ESPIRITUALIDADE NA PREVENÇÃO OU TRATAMENTO DE DOENÇA ARTERIAL CORONARIANA: REVISÃO INTEGRATIVA	59
PAPEL DA PSICOLOGIA FRENTE AO LUTO ANTECIPATÓRIO DE MÃES NA ENFERMARIA PEDIÁTRICA	61
PERFIL NUTRICIONAL DE PACIENTES PÓS CIRURGIA BARIÁTRICA ACOMPANHADOS AMBULATORIALMENTE	61
UM OLHAR ALÉM DO CID 6A02: INTERVENÇÃO DO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA NA ABORDAGEM GESTÁLTICA	62
	62
	63
	63

“TIC TAC NO IMIP: UM PROJETO DE INTERVENÇÃO SOBRE O IMPACTO DO INTERNAMENTO PROLONGADO NA SAÚDE MENTAL DE PACIENTES DE UM HOSPITAL GERAL DO RECIFE”.

Nathália de Melo Vasconcelos Silva, Aline Beatriz Chagas Souza, Raelícia Elias Gomes da Silva, Thaís Mulatinho Rosado

RESUMO

INTRODUÇÃO: A psicologia hospitalar surgiu como campo de trabalho para atuação de psicólogos, estudando os aspectos psicológicos que compõem a subjetividade em torno do adoecimento. Vale salientar a hospitalização como um desafio à capacidade de adaptação do sujeito, provocando reações no restabelecimento da saúde. Um dos pontos mais preocupantes são os impactos vivenciados pelos pacientes durante sua permanência na unidade de saúde, principalmente quanto à condição emocional, em que muitos desenvolvem medo, insegurança, quadros de ansiedade e outros transtornos. As dificuldades do internamento têm desenvolvido sintomas significativos que podem estar relacionados ao agravamento de certas doenças e que impactam diretamente a funcionalidade dos pacientes, afetando a família e a qualidade de vida. **OBJETIVO:** Apresentar um jornal de circulação interna para pacientes de uma enfermaria de hospital geral, visando o entretenimento, manejo da ansiedade e estimular aspectos cognitivos, auxiliando a compreensão dos profissionais de saúde frente aos impactos da hospitalização. **METODOLOGIA:** A intervenção será pautada seguindo os moldes das etapas do método de Maguerez. Primeiramente, será realizada a etapa de problematização que será observar o cenário hospitalar. O segundo momento será identificar os postos-chaves, que são as questões básicas que se apresentaram durante o momento de observação. No terceiro momento terá como base no que for colhido na observação, entrelaçando a teoria e a vivência prática, dando validação para a atividade que será realizada visando o bem-estar dos indivíduos envolvidos. Por fim, as temáticas que envolvem o cenário, estando suportado pela teoria, tendo hipóteses que poderão auxiliar no processo, será aplicada e realizada a intervenção. **RESULTADOS:** Espera-se, de posse dos resultados, a possibilidade de ser oferecido o suporte ao enfrentamento no processo de internação através dos recursos artísticos dispostos no "TIC-TAC NO IMIP", de forma a diminuir os impactos negativos deste contexto, gerando bem-estar diante da monotonia vivenciada em uma instituição hospitalar e fortalecendo a autonomia do paciente. Espera-se também estimular a compreensão do momento vivenciado, assim simbolizando e ressignificando o momento estressor. **CONCLUSÃO:** Oliveira e Nakano² apontam que a resiliência tem sido reconhecida como um suporte para a promoção de saúde mental, a qual, aliada à criatividade, poderia ser utilizada como um recurso na busca por respostas mais eficazes e soluções mais adaptadas na presença de um ambiente desfavorável. Portanto, entende-se a necessidade de compreender o espaço de internação - este, potencial gerador de ansiedade e angústia pelo seu caráter estressor - como um terreno fértil para a execução do projeto. Este, permitiu fortalecer a importância de um cuidado psicológico como forma de enfrentamento a tais fatores, sendo necessário promover estratégias que auxiliem na identificação de situações de vulnerabilidade emocional, objetivando a propagação da promoção da saúde aos pacientes.

PALAVRAS-CHAVE: saúde mental; psicologia hospitalar; paciente; intervenção psicossocial.

EFICÁCIA DA MEDITAÇÃO MINDFULNESS COMO TÉCNICA PARA A REMISSÃO DE SINTOMAS DO TOC EM ADULTOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Luma Maria Mendes da Luz, Amanda de Hollanda Winkler, Letícia Lira Travassos, Luísa Viana Rocha, Mateus Marques Coutinho, Leopoldo Nelson Fernandes Barbosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: O Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC) é caracterizado pela presença de pensamentos obsessivos que são vivenciados de maneira intrusiva e indesejada, e/ou comportamentos/atos mentais compulsivos, os quais visam a redução da angústia causada pelas obsessões. Uma alternativa de tratamento para o TOC é a meditação *Mindfulness*. Esta pode ser definida como uma forma de atenção plena, atingida através da concentração no momento presente de forma intencional e sem julgamentos. Para o TOC, a meditação é uma alternativa que busca promover a redução da persistência e impacto dos sintomas no funcionamento adaptativo do indivíduo. **OBJETIVO:** O presente estudo visa analisar os benefícios da prática da meditação *Mindfulness* na remissão de sintomas do TOC na população adulta, bem como seu grau de eficácia no tratamento do transtorno em comparação a outras alternativas. **MÉTODO:** Foi realizada uma revisão integrativa de estudos que abordavam os efeitos da prática da meditação *Mindfulness* em adultos diagnosticados com TOC. Os descritores utilizados foram encontrados no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH), sendo “*Mindfulness*”, “*Obsessive-Compulsive Disorder*” e “*Adults*”, aplicados nas bases de dados *PubMed* e *ScienceDirect*. **RESULTADOS:** 8 artigos foram selecionados. Os achados evidenciaram que a meditação *Mindfulness* pode ser eficaz para a diminuição dos sintomas de TOC, acarretando benefícios como o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento e diminuição dos sintomas depressivos. Também foi observada uma correlação entre a prática de *Mindfulness* com melhores desempenhos nas tarefas de cognição social, e aumento nas capacidades de percepção, interpretação e geração de respostas adaptativas. Outro efeito percebido na prática da meditação relaciona-se à diminuição no tempo ocupado pelos pensamentos obsessivos e no sofrimento associado a tais sintomas, evidenciando o impacto positivo promovido no adulto acometido pelo transtorno. Ao ser comparada com alternativas de tratamento do TOC, a *Mindfulness* apresentou um efeito maior em relação a grupos de psicoeducação, porém não foi observado um acréscimo benéfico clinicamente significativo em comparação à exposição e prevenção de respostas quando aplicadas isoladamente. Este resultado pode ser explicado pela resistência observada nos indivíduos previamente tratados com esta técnica. Os efeitos da *Mindfulness* guiada na terapia foram significativamente maiores em relação às terapias de exposição e a meditação autoguiada, evidenciando a importância do acompanhamento terapêutico. **CONCLUSÃO:** A prática da *Mindfulness* pode ser uma aliada no tratamento do TOC, porém observa-se a necessidade da realização de mais estudos para que possam ser desenvolvidos protocolos direcionados para o TOC.

PALAVRAS-CHAVE: mindfulness; obsessive-compulsive disorder; adults.

A ESPIRITUALIDADE COMO FATOR DE PROMOÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES ONCOLÓGICOS

Luisa Sial de Moraes Andrade, Bruna Larissa da Silva Rodrigues, Luma Maria Mendes da Luz,

Mikaela Luíza do Rêgo Barros Nóbrega, Letícia Lira Travassos, Juliana Monteiro Costa

RESUMO

INTRODUÇÃO: A espiritualidade refere-se a um aspecto intrínseco ao sujeito a partir de seus questionamentos sobre o seu próprio sentido de vida, podendo ou não ser ligada a alguma crença religiosa, e atuando como um fator motivador de sua existência e de sua sensação de completude. No que se refere ao Câncer, caracteriza-se como a terceira doença que mais mata no Brasil atualmente, desse modo, expondo os pacientes oncológicos a um maior nível de estresse psíquico e medo da morte. Não obstante, destaca-se o exercício da espiritualidade pelos pacientes oncológicos como uma competência que visa promover uma melhor qualidade de vida, enfatizando uma visão do homem como ser biopsicossocioespiritual. **OBJETIVO:** Compreender a espiritualidade como fator de promoção de qualidade de vida em pacientes oncológicos. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. No que tange ao levantamento de dados, foram restringidos os artigos científicos em língua portuguesa e inglesa, publicados nos últimos cinco anos. Foram utilizados os descritores “Spirituality”, “Quality of Life” e “Occupational Cancer” encontrados no Descritores em Ciência da Saúde (DeCS/MeSH) e aplicados nas plataformas Lilacs, Scielo e Pubmed. **RESULTADOS:** Os achados apontam que a espiritualidade proporciona aos pacientes oncológicos uma melhora na qualidade de vida, à medida que, através da valorização espiritual fortifica-se o sentimento de completude e a aceitação ao diagnóstico, fato importante no processo de enfrentamento da doença. Não obstante, por ser uma patologia grave e crescente, pacientes oncológicos sofrem com as mudanças físicas causadas pelo processo de adoecimento, podendo apresentar como sintomas psicológicos a falta de motivação e a queda na autoestima devido às limitações implicadas pelo adoecimento; desse modo, o cultivo à espiritualidade por parte desses pacientes fortifica a qualidade de vida de forma que os reconecta com o próprio eu, promovendo um fortalecimento espiritual que os motiva à continuidade do tratamento e ao surgimento de uma esperança pela cura. Outrossim, destaca-se também o papel da espiritualidade como um fortalecedor do vínculo do paciente com a própria vida, de modo a proporcionar uma aceitação sobre a visão de morte e o questionamento sobre a vida como um bem valioso. **CONCLUSÃO:** a espiritualidade atua diretamente na qualidade e no sentido de vida dos pacientes oncológicos, fazendo-se necessário o impulsionamento desse viés biopsicossocioespiritual como um valor particular e pertencente a cada sujeito.

PALAVRAS-CHAVE: espiritualidade; qualidade de vida; sentido de vida; câncer.

A LEITURA COLETIVA COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA NA VIDA ACADÊMICA: REFLEXÃO DE ESTUDANTES DE MEDICINA ACERCA DE PARTICIPAÇÃO EM CLUBE LITERÁRIO

Letícia Maria Pereira de Melo, Esthella Yohanna Nunes Benízio, Patrícia de Moraes, Pedro Paulo Procópio de Oliveira Santos

RESUMO

INTRODUÇÃO: A leitura é uma importante ferramenta que tem sido utilizada ao longo da história como meio de proporcionar o bem-estar das pessoas, promovendo percepções, reflexões e inspirações que auxiliam no processo de autoconhecimento, no enfrentamento de desafios e no desenvolvimento pessoal. Nesse sentido, a leitura coletiva é uma prática que tem se mostrado eficaz como ferramenta terapêutica na vida de estudantes de medicina. Por meio de discussões literárias, os discentes encontram um espaço de acolhimento e apoio para lidar com as demandas emocionais e intelectuais da formação profissional. Ademais, ler em conjunto com os pares não apenas promove o desenvolvimento acadêmico estudantil, mas também contribui para o bem-estar psicoemocional, ajudando a reduzir o estresse e a ansiedade associados aos desafios da formação. **OBJETIVO:** Esse relato tem como objetivo destacar a vivência de acadêmicos de medicina em encontros literários coletivos, discutindo os impactos do intercâmbio de experiências para a melhora da qualidade de vida dos estudantes envolvidos, bem como explorando seus benefícios como ferramenta terapêutica, de incentivo às práticas de autocuidado e promoção de saúde mental no ambiente acadêmico. **MÉTODO:** Na perspectiva dos estudantes de medicina que participaram do clube literário, a leitura compartilhada trouxe não só ampliação do conhecimento acerca de questões extracurriculares, como também um espaço para debater sobre emoções e dúvidas, ampliando assim, a perspectiva de uma visão humanizada no trato com colegas, pacientes e comunidade de modo geral. Diante desses fatos, pode-se inferir que as discussões em grupo permitiram reflexões éticas, sociais e humanísticas que transpassam a medicina, promovendo um desenvolvimento da análise crítica e empática. No que tange à logística da proposição de livros, houve não somente o interesse coletivo, mas também o estímulo a discussões intimistas sobre compaixão, preconceitos, evolução individual e inseguranças humanas nas esferas profissional e social, estendendo o viés crítico para além das leituras curriculares. Portanto, as reuniões não foram pautadas unicamente na leitura como instrumento prazeroso, mas acima de tudo como ferramenta para compreensão das adversidades socioemocionais inerentes à vida estudantil. **RESULTADOS:** Através do intercâmbio de conhecimentos nas discussões literárias, os estudantes vivenciaram a atenuação do peso socioemocional da rotina acadêmica no curso de Medicina, conectando-se pelo compartilhamento de opiniões acerca dos temas presentes nas peças literárias trabalhadas. O caráter recompensador da vivência, mesmo frente à sobrecarga curricular, reforçou a necessidade da inclusão da leitura coletiva como prática de bem-estar entre os estudantes. **CONCLUSÃO:** Em suma, a leitura é um importante instrumento para a vida acadêmica. Mediante as discussões literárias, os estudantes têm a oportunidade de se conectar, compartilhar experiências e ampliar seus conhecimentos. Portanto, promover a leitura coletiva como ferramenta terapêutica na vida acadêmica não apenas contribui para o desenvolvimento universitário, mas também para a promoção de uma melhora da qualidade de vida, ampliando as competências socioemocionais, fato que trará benefícios à sociedade como um todo, a qual será assistida por profissionais qualificados não simplesmente no âmbito técnico, e sim com a sensibilidade inerente a vetores transformadores advindos da literatura.

PALAVRAS-CHAVE: leitura; leitura coletiva; saúde mental; qualidade de vida.

A QUALIDADE DO SONO E SEUS IMPACTOS NA INCIDÊNCIA DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Mikaela Luiza do Rego Barros Nóbrega, Letícia Lira Travassos, Amanda de Hollanda Winkler
Celina Rodrigues Bechara dos Santos, Luisa Viana Rocha, Leopoldo Nelson Fernandes Barbosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: Sabe-se que a má qualidade do sono, a curto prazo, pode acarretar efeitos deletérios na capacidade atencional e na memória, enquanto distúrbios de sono de longo prazo podem resultar na diminuição da imunidade e induzir potenciais doenças físicas e psicológicas, como o aumento de sintomas de ansiedade e depressão. Além disso, sabe-se que essas comorbidades funcionam como o que se denomina de “dose dependente”, ou seja, quanto maior o nível de ansiedade, maior será a probabilidade de desenvolvimento de problemas associados ao sono, a exemplo da insônia. Em vista disso, as demandas dos ambientes universitários, seu mecanismo de cobrança e a ansiedade que resulta deles contribui para uma maior incidência de problemas do sono nesta população que, por conseguinte, afetam a saúde dessa população na medida em que acarretam também uma frustração consigo mesmo, haja vista a dificuldade em atingir metas acadêmicas. **OBJETIVO:** Analisar a correlação entre a qualidade do sono e a incidência de sintomas de ansiedade em estudantes universitários. **MÉTODO:** A busca de artigos científicos foi realizada em quatro bases de dados: PubMed, SciELO, Lilacs e Cochrane utilizando os descritores "Sleep quality", "Anxiety" e "University students" com o operador booleano "AND" do DeCS/MeSH. No total, foram encontradas 609 publicações nas bases de dados. **RESULTADOS:** 11 artigos foram selecionados. Os achados apontam que a correlação entre a qualidade do sono e a incidência de sintomas de ansiedade na população universitária tem sido amplamente estudada na literatura, na busca pela compreensão de quais fatores impactam na saúde física e mental desse público. Diversos estudos transversais foram conduzidos em diferentes países com o objetivo de investigar o estado da saúde mental de universitários, utilizando diversas abordagens e escalas como a Generalized Anxiety Disorder – 7 (GAD7) e a Depression, Anxiety, and Stress Scale-21 (DASS-21), sendo em sua maioria questionários de autorrelato autoaplicáveis via online, para mensuração dos sintomas percebidos pelos estudantes. **CONCLUSÃO:** Tendo-se em consideração o mencionado, compreende-se que a ansiedade coopera assiduamente para a falta de qualidade do sono e vice-versa. Desse modo, faz-se relevante avaliar a incidência dos quadros citados em estudantes universitários pela ótica da co-dependência e correlação da sintomatologia característica de ambos, visto que favorecem o sofrimento, prejuízo mental e físico do público.

PALAVRAS-CHAVE: qualidade do sono; ansiedade; estudantes universitários.

A SAÚDE MENTAL E SEU IMPACTO NOS DESFECHOS CIRÚRGICOS

Caio Farias Pimentel, Laís Figueirôa Valente, Joao Felipe Tavares Machado, Fernando Antonio de Melo Cahu Neto

RESUMO

INTRODUÇÃO: A saúde mental abrange um estado de bem-estar e é um componente chave para o desenvolvimento de diversas áreas da vida do ser humano. Já a qualidade de vida é um conceito amplo, que envolve o meio ambiente com aspectos físicos, psicológicos, nível de independência, crenças pessoais e relações sociais. O conhecimento acerca destes temas torna-se essencial, não apenas para a psiquiatria, mas para todas as áreas da medicina. No caso das especialidades cirúrgicas, toda e qualquer intervenção cirúrgica é uma situação crítica que expõe o indivíduo a um estresse físico e emocional, despertando componentes pessoais complexos que se manifestam em emoções, fantasias, atitudes e comportamentos, podendo assim interferir diretamente na saúde mental e na qualidade de vida do paciente. Outro ponto importante é a relação da saúde mental com os desfechos cirúrgicos, a presença de transtornos psiquiátricos influencia negativamente no pós operatório do paciente, com mais limitações funcionais e maior grau de insatisfação com os resultados. Sendo assim, a identificação e o tratamento adequado destes transtornos se faz essencial antes de qualquer procedimento cirúrgico. **OBJETIVO:** Revisar e sintetizar a literatura atual acerca da influência da saúde mental nos desfechos cirúrgicos. **MÉTODOS:** Revisão integrativa da literatura realizada na plataforma PubMed utilizando os descritores “Mental health” e “surgery”. Foram incluídos 20 artigos de 1996 a 2024, dos quais 6 foram selecionados. **RESULTADOS :** Os estressores mais importantes dentro da situação cirúrgica são o diagnóstico, a doença, a dor, a hospitalização, os procedimentos médicos, o temor de não despertar da anestesia, as consequências da cirurgia, a perda da autonomia e a morte. A saúde mental do paciente está diretamente relacionada com o impacto que estes fatores causarão em suas vidas. Numerosos estudos demonstraram que condições de saúde mental, como depressão ou ansiedade antes da cirurgia, podem contribuir negativamente para o desenvolvimento de complicações, como delírio, dor, quedas e aumento das taxas de readmissão. Além disso, foi evidenciado que o desenvolvimento de dor persistente após um procedimento cirúrgico está intimamente relacionado com fatores psicológicos, como a presença de depressão diagnosticada. Outro fator de destaque encontrado foi que o tempo de hospitalização do paciente, que já é maior em pacientes cirúrgicos, causa estresse e este é ainda maior em pacientes com uma má saúde mental. **CONCLUSÕES:** Identificar e tratar de forma adequada os distúrbios psiquiátricos são fundamentais para aprimorar os resultados cirúrgicos e facilitar uma recuperação eficaz. A cirurgia em si é um fator de estresse físico e emocional e, assim, torna-se ponderável uma avaliação psicológica antes de qualquer procedimento.

PALAVRAS CHAVE: saúde mental; Psiquiatria; cirurgia.

A TERAPIA COMPORTAMENTAL DIALÉTICA PARA O TRATAMENTO DE SINTOMAS DE HUMOR DO TRANSTORNO AFETIVO BIPOLAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Guilherme Souza Barros e Silva dos Santos, Gabriela Pontual Dornellas Camara, Letícia Lira Travassos, Melissa Barbosa Sobral Sette, Saulo Henrique Campello de Freitas

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Terapia Comportamental Dialética (DBT, do inglês Dialectical Behavioral Therapy) foi desenvolvida pela psicóloga Marsha Linehan, inicialmente, com a finalidade de manejar tentativas de suicídio. Assim, obteve resultados positivos para o tratamento de indivíduos com Transtorno de Personalidade Borderline (TPB), diante da prevalência de comportamento suicida e autodestrutivo em pacientes com tal diagnóstico. No entanto, para além do tratamento do Transtorno de Personalidade Borderline (TPB), observa-se na literatura científica possíveis evidências acerca da utilização de estratégias da DBT para redução de sintomas de humor no Transtorno Bipolar (TB), o qual é caracterizado por um curso clínico de alteração de humor, envolvendo quadros de mania, depressão e hipomania. **OBJETIVO:** Investigar a eficácia da DBT para melhora dos sintomas de humor no Transtorno Afetivo Bipolar (TAB). **MÉTODOS:** A busca de artigos científicos foi realizada em quatro bases de dados: *PubMed*, *ScienceDirect*, *MEDLINE* e *Scopus*, utilizando os descritores "*Dialectical Behavior Therapy*", "*Bipolar Disorder*" e "*Symptoms*" com o operador booleano "AND" do DeCS/MeSH. Ao todo, foram encontradas 1.233 publicações nas bases de dados. **RESULTADOS:** 9 estudos foram selecionados a partir dos critérios de inclusão e exclusão, sendo, em sua maioria, ensaios clínicos randomizados e revisões de origem asiática, europeia, e norte-americana. Para avaliar os sintomas de bipolaridade, foram utilizadas as escalas *K-SADS Mania Rating Scale*, *Affective Lability Scale (ALS)*, *Quality of Life in Bipolar disorder scale (QoL-BD)*, *Bech Mania Rating Scale (BMRS)* e a *Hamilton-Depression Rating Scale*. **DISCUSSÃO:** Os estudos mostram que a DBT, além de melhorar a acessibilidade e aceitabilidade da terapia em pacientes com TB, demonstram eficácia na promoção de melhorias no funcionamento cognitivos, sintomas de mania e desregulação emocional. Quanto aos sintomas depressivos, os estudos apontaram uma menor gravidade sintomática nos pacientes submetidos a DBT em comparação aos que receberam outro tipo de terapia. Ademais, foi observado uma menor probabilidade de ideação suicida nos pacientes com TB submetidos a DBT. **CONCLUSÃO:** Os estudos apontam que a DBT possui potencial significativo para melhora dos sintomas do TB. No entanto, apesar dos desfechos positivos observados, ressalta-se a limitação em relação à baixa quantidade de estudos voltados para o tema. Portanto, salienta-se a importância do desenvolvimento de mais pesquisas para avaliar a eficácia da DBT para o tratamento do TB.

PALAVRAS-CHAVE: transtorno afetivo bipolar; terapia comportamental dialética; sintomas.

ANÁLISE DA IMPORTÂNCIA DO USO DE EDG-15 PARA IDENTIFICAÇÃO PRECOCE DE SINTOMAS DEPRESSIVOS EM IDOSOS.

Gabriela Carneiro de Farias Evangelista, Antonio Henrique de Arruda Antunes, João Vitor Cordeiro de Andrade Rego

RESUMO

INTRODUÇÃO: A depressão é um transtorno psiquiátrico que afeta o humor, a maneira como a pessoa se sente, pensa e age. Caracteriza-se por uma tristeza persistente, anedonia, sentimentos de vazio, irritabilidade, alterações no sono, apetite, fadiga, entre outros ¹. É uma

enfermidade prevalente entre os idosos e possui efeitos significativos no bem-estar dessas pessoas, visto que interfere na diminuição de sua capacidade funcional e aumenta a suscetibilidade a outras doenças e o risco de suicídios². Essa realidade mostra a importância do monitoramento regular e rastreio da depressão geriátrica por meio da Escala de Depressão Geriátrica (EDG). A partir dela é possível identificar as manifestações clínicas do transtorno e, conseqüentemente, prevenir as complicações decorrentes do episódio depressivo, contribuindo para a promoção da qualidade de vida desse público³. **OBJETIVO:** Analisar a importância da Escala de Depressão Geriátrica de 15 itens para o rastreio de transtornos depressivos na população idosa. **MÉTODO:** Trata-se de uma revisão de literatura de caráter descritivo e abordagem qualitativa realizada na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde em março de 2024. Os Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) utilizados foram: “Depressão”, “Programa de rastreio” e “Idoso”. Os critérios de inclusão foram textos em português correspondentes a temática. Os critérios de exclusão foram artigos que não respondiam ao objetivo do estudo ou repetidos nas bases de dados. Foram encontrados em manuscritos, os quais após aplicação dos critérios de exclusão e inclusão e leitura dos títulos e resumo, foram selecionados cinco. **Resultados:** A depressão geriátrica é frequentemente subdiagnosticada devido ao fato de que as manifestações clínicas são confundidas em sua maioria, com sintomas normais do processo de envelhecimento, favorecendo o agravamento do seu quadro patológico e proporcionando a diminuição da autonomia desse público³. Dessa forma, a Escala de Depressão Geriátrica de 15 itens serve como um instrumento de rastreio de sintomas depressivos e aborda questões relacionadas a uma variedade de sintomas depressivos comuns, como desânimo, anedonia, dificuldade de concentração, sentimentos de inutilidade⁴ [...]. Tais itens em conjunto, representam uma boa acurácia diagnóstica e confiabilidade adequada. Entre as suas vantagens, destacam-se: ser composta por perguntas fáceis de serem entendidas; rápida aplicação, ter pequena variação nas possibilidades de resposta; ser autoaplicada ou aplicada por um entrevistador treinado.⁵ Sugere-se a adoção do ponto de corte 5 ou 6, da EDG-15, como mais apropriado para detectar sinais de depressão, priorizando a sensibilidade em detrimento de uma leve redução na especificidade visto que a literatura evidencia que esses parâmetros de interpretação podem variar conforme a população de estudo.⁴ Ademais, a primeira pergunta requer atenção especial, pois, quando respondida negativamente apresenta alto valor preditivo positivo para depressão.⁵ **CONCLUSÕES:** O transtorno depressivo no idoso é uma questão psiquiátrica relevante, que não deve ser confundida com o processo natural do envelhecimento. Assim, a utilização rotineira de ferramentas para o rastreio de depressão pode permitir o diagnóstico precoce e, portanto, intervenções mais rápidas e eficazes, reduzindo assim a incidência de complicações graves e aprimorando a qualidade de vida dessas pessoas.

PALAVRAS-CHAVE : depressão; idoso; programa de rastreio.

ANÁLISE DOS FATORES QUE AFETAM O SONO E SUA RELEVÂNCIA PARA MANUTENÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA.

Antonio Henrique de Arruda Antunes, Gabriela Carneiro de Farias Evangelista, João Vitor Cordeiro de Andrade Rego

RESUMO

INTRODUÇÃO: O sono é um estado fisiológico cíclico, controlado principalmente por processos neurobiológicos, sendo fundamental para a manutenção do bem-estar ¹. Ele é caracterizado por 4 estágios divididos de acordo com o padrão do eletroencefalograma e pela presença de movimentos oculares rápidos ². O sono é um tema relevante, pois a literatura traz evidências de que a sua privação causa uma resposta metabólica e inflamatória robusta, com uma extensa repercussão negativa. Os distúrbios do sono constituem fator de risco para diversas doenças, como depressão, doenças coronarianas e síndrome metabólica ^{1,3}. Outrossim, eles constituem uma causa significativa de acidentes de trabalho e de trânsito, devido ao aumento da sonolência diurna. ⁴ Dessa forma, muitos estudos destacam fatores relacionados ao estilo de vida responsáveis por melhorar a qualidade do sono e de vida. **OBJETIVO:** Discutir os principais aspectos responsáveis por influenciar na qualidade do sono, relacionando com seus efeitos na qualidade de vida. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura de caráter descritivo e abordagem qualitativa realizada nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde e PubMed em fevereiro de 2024. Os Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) utilizados foram: “Sleep”, “Quality of life”. Os critérios de inclusão foram textos dos últimos 5 anos que abordassem a temática. Os critérios de exclusão foram artigos que não respondiam ao objetivo do estudo. Nesse sentido, após aplicação dos critérios de exclusão e inclusão e leitura dos títulos e resumos, foram selecionados 4. **RESULTADOS:** Existem diversos fatores responsáveis por influenciar a qualidade do sono. A prática regular de atividades físicas melhora o tempo de sono e a qualidade dele, especialmente se realizada durante o dia, período em que a secreção de melatonina é inalterada. ⁴ Ademais, a manutenção de uma nutrição balanceada, contendo quantidades razoáveis de proteína, carboidrato e gordura são essenciais para um sono de qualidade. Todavia, uma dieta rica em alimentos ultraprocessados, com maiores índices de gordura está relacionada a um aumento dos episódios de insônia. ¹ Uma das estratégias adotadas em pacientes com insônia é a realização da higiene do sono, um conjunto de medidas comportamentais realizadas para melhorar sua qualidade ⁴. Dentre elas, destacam-se o estabelecimento de uma rotina consistente de sono/vigília, diminuir a intensidade da iluminação, o uso de telas no período noturno e evitar o uso de substâncias como o álcool, nicotina, cafeína, entre outros. ¹ Por fim, é válido ressaltar os benefícios do repouso de qualidade para a cognição, memória, imunidade, saúde cardiovascular e mental, sendo observado um aumento da morbidade e exacerbação de condições médicas pré-existentes em pacientes com distúrbios do sono. ^{1,3} **CONCLUSÕES:** Como se sabe, o sono é um processo fisiológico fundamental para a manutenção da homeostase do corpo, influenciando na saúde física e mental. A partir disso, infere-se que existem variáveis que são responsáveis por impactar o sono, dentre elas, destacam-se de forma positiva, a prática de atividades físicas regular, boa nutrição e, negativamente, o uso de substâncias e aparelhos eletrônicos no período da noite.

PALAVRAS-CHAVE: sono; qualidade de vida; fatores de risco; higiene do sono.

ARTETERAPIA COMO RECURSO DE INTERVENÇÃO TERAPÊUTICA NO TRATAMENTO DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Echilly Suellen Cunha de Carvalho, Samily Suelen da Silva, Ingrid Thayanne Souza Alves, Maria Angélica Bezerra de Oliveira

RESUMO

INTRODUÇÃO: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um transtorno do neurodesenvolvimento que gera prejuízos na comunicação, interação social e comportamentos, incluindo sintomas variados que estão presentes desde o começo da vida infantil e prejudicam o funcionamento diário, afetando o bem estar do indivíduo. O termo “espectro” vem da variação e características múltiplas do autismo, que mudam de acordo com a individualidade, a idade e a gravidade da condição autista. A arteterapia se caracteriza como um tipo de psicoterapia que usa a arte como forma de expressão e comunicação. Suas principais funções são melhorar aspectos cognitivos e motores, promover autoconsciência e melhorar habilidades sociais, características que são afetadas no TEA. **OBJETIVO:** Reunir evidências sobre os benefícios do uso da arteterapia no tratamento do TEA em crianças e adolescentes. **MÉTODO:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, desenvolvida através de estudos indexados em português e inglês encontrados nas seguintes bases de dados: BVS, Pubmed e Science Direct. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 8 artigos, no período de 2019-2024. **RESULTADOS:** Os achados deste estudo demonstraram falta de consenso na literatura acerca do uso da arteterapia no tratamento do TEA. Sobre as melhorias nos distúrbios de interação e relações sociais, 3 artigos enfatizaram efeitos positivos na comunicação e habilidades sociais por meio da arteterapia. Além disso, em 2 estudos, técnicas de terapia teatral também demonstram resultados positivos em relação a dificuldade de interação social e comunicação. Um dos estudos demonstrou melhora adicional na concentração e na fala das crianças autistas, além de melhorar os comportamentos atípicos. Sobre os benefícios na regulação emocional, um dos estudos demonstrou a eficácia da arteterapia, sendo percebida uma melhora tanto pelos pais quanto pelos professores das crianças envolvidas na pesquisa. Corroborando com essa temática, um estudo de caso demonstrou que intervenções com desenhos foram significativas na expressão e no reconhecimento de emoções de uma criança autista que foi acompanhada por 6 anos. Um dos estudos demonstrou que a criação de imagens no papel também contribuiu para que crianças autistas expressassem emoções negativas. Sobre o uso da arteterapia, 2 dos estudos demonstraram que alguns pais não acreditavam que possui impactos positivos no tratamento, além da falta de conhecimento sobre a temática e falta de recomendação dos profissionais, circunstâncias que colaboram para a não utilização da arteterapia no tratamento do TEA. **CONCLUSÃO:** A maioria dos estudos demonstrou que a arteterapia possibilita melhora significativa nas principais características do TEA, promovendo melhor qualidade de vida dos indivíduos visto que atenua os sintomas do transtorno. Entretanto, houve divergências quanto ao uso, que parecem ser causadas pelas metodologias adotadas nos estudos, o tempo de acompanhamento dos participantes, a quantidade e qualidade das intervenções realizadas, além de questões como idade e inclinações pessoais das crianças e adolescentes autistas. Dessa forma, faz-se necessário realizar pesquisas que tragam dados mais consistentes, assim promovendo resultados sólidos para elaboração de evidências quanto ao uso da arteterapia no tratamento do autismo.

PALAVRAS-CHAVE: arteterapia; psicoterapia; autismo; crianças; adolescentes.

AS CONTRIBUIÇÕES DOS JOGOS DIGITAIS NA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA E NA LONGEVIDADE DE PESSOAS IDOSAS

Sarah Lapenda Pedrosa de Lucena da Fonseca, Maria Clara Costa Lucena, Mirella Sarubbo Diógenes Melo

RESUMO

INTRODUÇÃO: Jogos digitais são recursos tecnológicos que possuem objetivos específicos, contribuindo para o processo de aprendizagem e aprimoramento cognitivo por influenciarem positivamente no desempenho da autonomia e no desenvolvimento intelectual dos jogadores de forma lúdica e integrativa. Dito isso, sua inclusão na rotina da população idosa faz-se ferramenta auxiliar para um envelhecimento ativo, proporcionando melhorias na qualidade de vida e longevidade, posto que visam à prevenção e à manutenção de funções executivas biologicamente diminuídas no cenário do envelhecimento humano, além de influírem positivamente nos processos de reabilitação. **OBJETIVO:** Realizar uma revisão acerca das contribuições da prática de jogos digitais como aliada à melhoria da qualidade de vida e à longevidade entre pessoas idosas, visando estimular sua utilização como estratégia para a promoção do bem-estar físico e cognitivo. **MÉTODO:** Foi conduzida uma revisão de literatura, utilizando artigos científicos provenientes das bases de dados PubMed e SciELO. Os descritores utilizados foram “JOGOS DE VÍDEO”, “QUALIDADE DE VIDA” e “LONGEVIDADE”. Como critério de inclusão, foram utilizados artigos publicados entre 2015-2022, em língua inglesa e portuguesa. Excluíram-se trabalhos com metodologia incoerente e que não associam a prática de jogos digitais à melhoria da qualidade de vida e à longevidade, resultando na seleção de 8 artigos. **RESULTADOS:** Constatou-se que a prática de jogos digitais pela população idosa traz contribuições na melhoria da qualidade de vida e na longevidade por estimularem a aprendizagem continuada e atuarem de forma atrativa para a execução de habilidades análogas às cotidianas outrora restritas pelo declínio biológico. Exemplifica-se esse contexto pelo uso de jogos digitais educativos desenvolvidos para idosos, como “Janela 60”, que estimula a prática das funções executivas de memorização, coordenação e raciocínio de forma integrativa, fortalecendo a estimulação cognitiva dos jogadores. Desse modo, estudos relatam a relevância da prática dos jogos no formato “serious games”, aqueles com pelo menos uma finalidade além da diversão, e “exergames”, que denotam contribuições físicas, cognitivas e emocionais comprovadas cientificamente. Nesse sentido, a inclusão dos “exergames” na rotina dos idosos urge auxiliando na qualidade de vida, pois estudos de casos de indivíduos entre 60-94 anos enfatizam a aplicação desses recursos como estratégia de reabilitação motora e cognitiva por estimularem a re aquisição de funções a partir das atividades propostas pelos jogos e, dessa forma, ajudarem na recuperação da autonomia de pacientes após Acidente Vascular Encefálico. Ademais, pesquisas evidenciam sua aplicabilidade como recurso terapêutico na promoção do bem-estar de idosos, denotando seu efeito positivo no controle do equilíbrio corporal de pacientes diagnosticados com disfunção vestibular, auxiliando, portanto, na prevenção de quedas e minimizando queixas de tonturas e vertigens. **CONCLUSÕES:** A prática de jogos digitais constitui-se como aliada ao processo de melhoria da qualidade de vida e longevidade em pessoas idosas em razão das contribuições na saúde física, cognitiva e emocional, além de estimularem o desenvolvimento de habilidades interativas e exercitarem a autonomia dos praticantes. Devido à sua relevância, essa revisão enfatiza a pertinência de conduzir pesquisas adicionais a fim de consolidar as contribuições dos jogos digitais nesse contexto.

PALAVRAS-CHAVE: jogos digitais; qualidade de vida; longevidade; idoso.

ASSISTÊNCIA A PUÉRPERAS COM INDICATIVO DE DEPRESSÃO PÓS-PARTO

Lorraine Alves Tenório, Lucas de Freitas Souto, Iury Henrique Carneiro Cruz, Lucas Azevedo Neves de Carvalho, Joao Victor Melo Soares, Marcela Barreto Gadelha

RESUMO

INTRODUÇÃO: O período puerperal compreende um período marcado por fragilidade emocional, mudanças fisiológicas e psicossociais relacionadas à maternidade. Sendo uma fase de maior suscetibilidade para o surgimento de alterações psíquicas. Dentre as alterações psíquicas possíveis encontra-se a depressão pós-parto (DPP), considerada uma patologia que ocasiona persistentes mudanças emocionais e comportamentais nas mulheres durante o PP, incluindo sentimento de culpa, tristeza, desmotivação, ansiedade, podendo ocorrer por dias ou até meses após o parto. No cenário nacional, estudos evidenciaram uma prevalência de DPP entre 18,53% e 22,65% nas brasileiras. Dessa forma, diante dos dados apresentados, julga-se importante uma revisão de literatura a fim de analisar a assistência prestada às puérperas com indicativo de DPP. **OBJETIVO:** Avaliar a assistência às puérperas com indicativo de DPP, analisando a atuação dos serviços de saúde nesse aspecto incluindo atendimento e diagnóstico. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa, realizada por meio de buscas realizadas nas bases de dados BVS, Embase e PubMed por meio dos descritores “Depression”, “Perinatal” e “Assistance”. Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português, inglês e espanhol; artigos na íntegra que retratam a temática referente à assistência em saúde das puérperas com indicativo de DPP nos referidos bancos de dados. **RESULTADOS:** Ainda que o pré-natal possibilite a identificação precoce das mulheres com maior chance de apresentar depressão puerperal, em sua maior parte os estudos demonstram nenhuma estratégia assistencial voltada para o rastreamento da DPP prestada na própria unidade de saúde, ou mesmo na comunidade. Os desafios enfrentados pelos profissionais de saúde na prestação de assistência à saúde de mulheres com DPP incluem dificuldades no diagnóstico, devido à falta de reconhecimento dos profissionais de saúde aos sintomas ocultos da doença. Ainda que conseguissem elencar possíveis fatores de risco e alguns de seus sintomas, os profissionais da assistência constataram dificuldade na identificação da DPP, resultando em encaminhamentos inadequados, e falta de abordagem eficaz na intervenção precoce, pois relatam desconhecer os métodos de rastreamento e têm atuações limitadas diante da constatação da doença. Por outro lado, os resultados de uma meta-análise indicaram que as intervenções de telemedicina tiveram um impacto significativo na redução dos sintomas de depressão pós-parto em mulheres sem histórico de transtornos mentais. As intervenções baseadas em tecnologia, independentemente do tipo (baseado na web versus por telefone), resultaram em uma diminuição estatisticamente significativa na depressão pós-parto. **CONCLUSÃO:** Em resumo, o PP é um momento em que mulheres se encontram mais sujeitas a desenvolver depressão, diante disso a assistência perinatal se torna uma ferramenta importante no combate a DPP. Os profissionais de saúde estão em posição favorável para contribuir nesse enfrentamento, uma vez que eles acompanham a maioria das mulheres da gestação ao pós-parto. No entanto, o sistema de saúde ainda sofre com a falta de preparação de parte dos profissionais e da ausência de programas e estratégias voltados para DPP, desde a gestação até o pós-parto.

PALAVRAS-CHAVE: depressão; assistência; perinatal

ASSOCIAÇÃO ENTRE MULTIMORBIDADE E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM IDOSOS DA COMUNIDADE: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Welyson de Lima Santana, Ozeas L. Lins-Filho, Cristiane Tomasi, Mauro V. G Barros, Antonio H. Germano-Soares

RESUMO

INTRODUÇÃO: Multimorbidade, caracterizada por possuir 2 ou mais doenças crônicas, é uma condição muito prevalente em idosos. Tem sido apontado que idosos com multimorbidade apresentam menores níveis de atividades físicas (AF) e maior exposição em comportamentos sedentários (CS). Entretanto, maioria dos estudos têm medido a AF e CS de forma subjetiva, o que configura uma grande limitação. Os níveis de AF e CS podem ser medidos objetivamente por meio de acelerômetro, que, na atualidade, é considerado o padrão ouro para medida no tempo gasto nesses comportamentos. **OBJETIVO:** Analisar a associação entre multimorbidade e os níveis de AF e CS medidos por acelerômetro em pessoas idosas. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo transversal, que incluiu pessoas idosas (>60 anos de idade), de ambos os sexos, que moravam nas áreas adstritas das unidades de saúde da família da cidade do Recife. Os participantes passaram por uma entrevista face a face. A partir de uma lista de doenças crônicas, os idosos foram questionados se algum médico já tinha dito que eles tinham alguma daquelas doenças. A classificação de multimorbidade foi atribuída aos participantes que relataram ter 2 ou mais doenças crônicas. O tempo gasto em AF leve (AFL), AF moderada a vigorosa (AFMV) e CS foram medidos por acelerômetro triaxial. Modelos de regressão linear foram utilizados para analisar a associação entre multimorbidade e níveis de AF e CS. **RESULTADOS:** Cerca de 70% dos participantes apresentaram multimorbidade. Na análise de regressão, foi possível observar que os participantes com multimorbidade apresentaram, em média, 22min/dia de AFL ($b = -22,4$; valor de $p = 0,031$) e 9 min/dia de AFMV ($b = -9,3$; valor de $p < 0,001$), independente do sexo e idade. Nenhuma associação foi observada entre multimorbidade e CS ($b = -4,3$; valor de $p = 0,713$). **CONCLUSÕES:** A presença de multimorbidade afeta negativamente os níveis de atividade física em pessoas idosas.

PALAVRAS-CHAVE: atividade física; comportamento sedentário; envelhecimento; doenças crônicas

AValiação DA ADESÃO A DIETAS DA MODA POR INDIVÍDUOS FÍSICAMENTE ATIVOS EM DUAS ACADEMIAS DO RECIFE-PE

Lígia Pereira da Silva Barros, Fabricia Michelline Queiroz de Holanda Padilha, Júlia Cartaxo Sampaio, Marina Cortez Nunes, Marianna Uchôa Cavalcanti Costa

RESUMO

INTRODUÇÃO: O processo de modernização na sociedade brasileira trouxe melhorias em saneamento, moradia e disponibilidade de alimentos, porém também causou mudanças na dieta, aumentando o consumo de alimentos prejudiciais à saúde, levando a um aumento alarmante nos índices de obesidade e doenças relacionadas(5). Estratégias para combater esses problemas incluem atividade física regular e uma dieta balanceada. No entanto, a busca por dietas da moda, como as isentas de glúten, restritas em carboidratos e hiperproteicas, pode resultar em danos à saúde se não forem seguidas com orientação profissional, levando a deficiências nutricionais,

transtornos alimentares e efeitos rebote (7). É essencial promover uma compreensão mais profunda da nutrição e incentivar hábitos alimentares saudáveis para combater o aumento da obesidade e seus riscos à saúde. **OBJETIVO:** O objetivo deste trabalho foi realizar uma análise à adesão de dietas da moda (low carb, isenta de glúten, isenta dos derivados lácteos, hiperproteíca e à base de shake), disponíveis em revistas não científicas e internet por praticantes de exercício físico em duas academias na região metropolitana do Recife. **MÉTODO:** O método e procedimentos do estudo realizado em academias na região metropolitana do Recife. A pesquisa adotou uma abordagem transversal com análise quantitativa dos dados utilizando estatística descritiva. As academias selecionadas estão localizadas em áreas diferentes da cidade, uma na zona norte (bairro da Madalena) e outra na zona sul (bairro de Setúbal), ambas operando nos turnos matutino, vespertino e noturno. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética e pesquisa da Faculdade Pernambucana de Saúde (CEP 51.150-000), e todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido concordando voluntariamente em responder ao questionário. A pesquisa excluiu menores de 18 anos e aqueles que se recusaram a participar. Os dados foram coletados por meio de um questionário anônimo adaptado, aplicado pelas pesquisadoras após o término da rotina de exercícios físicos nas academias, nos horários da manhã e da noite. O questionário continha questões descritivas e de múltipla escolha. A coleta de dados ocorreu nos meses de janeiro a março de 2018, com as pesquisadoras visitando as academias pelo menos duas vezes por semana em horários diferentes. **RESULTADOS:** Obteve um total de 118 entrevistados, entre eles, 41,52% (49) fazem dietas da moda, prevalecendo o sexo feminino com 57,14% (28). A dieta Low Carb foi a mais aderida pelos participantes (67,34%), seguida pela dieta isenta de leite (22,44%). Dos sintomas relatados 22,44% apresentaram fraqueza e 30,61% tiveram irritabilidade. Ainda foi visto que 38,77% (19) dos participantes não tiveram indicação de profissional de saúde para realização da dieta. **CONCLUSÃO:** Com os resultados obtidos no estudo, concluímos a prevalência da adesão das dietas da moda pelo sexo feminino. Um dos pontos preocupantes que foi constatado é que as dietas descritas, muitas vezes não foram prescritas por nutricionistas, e sim adaptadas de modelos de outras pessoas ou tiradas de revistas e/ou redes sociais.

PALAVRAS-CHAVES: dietas da moda; modismos alimentares; tendências na alimentação; comidas da moda.

DEPRESSÃO EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: IMPACTOS DA INSTITUCIONALIZAÇÃO NOS FATORES ASSOCIADO À DEPRESSÃO.

Elba Fernanda Pereira Mourato, Letícia Porto Gutierrez, Eugênio Alencar Muniz Filho, Larissa Giovanna Araújo Bezerra

RESUMO

INTRODUÇÃO: A depressão caracteriza-se como um distúrbio de natureza multifatorial da área afetiva ou do humor, que exerce forte impacto funcional e envolve inúmeros aspectos de ordem biológica, psicológica e social, tendo como principais sintomas o humor deprimido e a perda de interesse ou prazer em atividade básicas. Assim, em idosos institucionalizados a sintomatologia depressiva é permeada por elementos que dizem respeito não apenas à doença, mas às oscilações sentimentais próprias do envelhecimento e ao contexto social marcado pela mudança de residência e pela falta de convivência com os familiares. **OBJETIVO:** Investigar o impacto da institucionalização em idosos com depressão e como isso se associa aos fatores

de piora do quadro depressivo. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura realizada com base em artigos científicos indexados no Scielo e PUBMED, publicados entre os anos de 2010 e 2023. A busca foi conduzida utilizando descritores controlados relacionados ao tema de interesse. Foram identificados inicialmente um total de 20 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão, que consistiram em selecionar apenas artigos em português que abordassem diretamente a temática da revisão, foram mantidos 6 artigos para análise. Os critérios de exclusão foram estabelecidos e excluíram artigos publicados antes de 2015 e aqueles que não estavam diretamente relacionados ao tema de pesquisa proposto. **RESULTADOS:** Nota-se que a institucionalização impacta de forma significativa na depressão e se associa aos seguintes fatores: não ser coberto pela Assistência de Segurança Social, baixo nível de escolaridade e baixo nível de atividade social, déficit visual, dificuldade de deglutição, baixa funcionalidade e à deambulação. Além disso, idosos depressivos mais insatisfeitos com a vida demonstram uma autopercepção de saúde ruim, atitudes negativas em relação ao seu modo de vida e a relatam pensamentos suicidas recentes. A presente revisão integrativa possibilitou entender o impacto sobre os fatores significativamente associados à depressão em idosos institucionalizados. Percebe-se pela pouca quantidade de artigos incluídos uma lacuna com relação à categorização dos estudos devido à escassez de pesquisas. Quanto aos instrumentos utilizados na detecção da depressão, observou-se uma ampla disponibilidade de instrumentos destinados a este fim na psiquiatria geriátrica, mas, essa ampla disponibilidade minimiza o poder de comparação dos resultados com aqueles estudos que utilizaram instrumentos específicos. **CONCLUSÃO:** Portanto, tem-se como fatores associados à depressão e que impactam diretamente no quadro depressivo de cada idoso as relações sociais frágeis, a falta qualidade de assistência prestada, falta de um cuidador individual e instrumento de análise mais específicos e mais abrangente para diagnósticos e acompanhamento da depressão.

DESAFIOS E SUPORTES: O IMPACTO DAS DEMANDAS ACADÊMICAS NA SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS DE MEDICINA

Caroline Amparo Alves Batista, Mariana Gomes de Oliveira Pina, Gabriel Borges de Brito - Rebeca Rodrigues Araujo, Ariana Hurlimann

RESUMO

INTRODUÇÃO: A universidade é um ambiente que propicia vasto conhecimento técnico e social, auxiliando no processo de formação profissional e pessoal, além de ser um ponto de mudança na vida de muitos jovens, que enfrentam novos desafios e dificuldades como a adaptação a novas rotinas, a integração com novas pessoas e a distância dos familiares. Por outro lado, situações como a extensa carga horária do curso de medicina, dificuldades na conciliação entre a vida pessoal e acadêmica, tempo lazer ou até mesmo a formação de um ambiente competitivo entre os estudantes podem afetar negativamente a qualidade de vida (QV), o bem-estar, a satisfação e a saúde mental dos estudantes de medicina. Diante disso, algumas ferramentas, como o apoio psicopedagógico, são utilizadas a fim de ajudar o aluno nessa mudança de estilo de vida e também para auxiliá-lo no controle de seus anseios, ansiedade e habilidades emocionais. **OBJETIVOS:** Analisar as principais influências na QV, na satisfação e na saúde mental dos estudantes de medicina. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão integrativa, elaborada pela questão de estudo de desafios e suportes: o impacto das demandas acadêmicas na saúde mental dos universitários de medicina. Disposta pelas bases de dados: SCIELO E PUBMED. Os critérios de inclusão foram: produções focadas em refletir sobre a

QV dos estudantes de medicina brasileiros no intervalo de tempo de 2020 a 2023, a partir dos descritores em saúde: qualidade de vida, estudantes de medicina e saúde mental. Foram utilizados 7 artigos selecionados conforme os critérios determinados. **RESULTADOS:** Nota-se que a dualidade existente no ambiente universitário para os estudantes de medicina, evidencia tanto os benefícios do vasto conhecimento técnico e social oferecido, quanto os desafios e estresses associados às exigências curriculares do curso. As pressões acadêmicas e a sobrecarga de responsabilidades impactam significativamente a QV, o bem-estar e a satisfação dos estudantes. Porém, a implementação de ferramentas de apoio psicopedagógico emerge como uma estratégia eficaz para mitigar tais impactos negativos. Essas ferramentas ajudam os alunos na adaptação a esse novo estilo de vida e também fornecem recursos para lidar com a ansiedade, os anseios e as demandas emocionais associadas ao curso de medicina, comprovando a importância de abordagens holísticas no ambiente acadêmico, visando o sucesso acadêmico e o bem-estar integral dos estudantes. **CONCLUSÃO:** Em suma, é inegável que a universidade, especialmente para os estudantes de medicina, representa um ambiente rico em oportunidades de crescimento pessoal e profissional, mas também desafia a saúde mental e o bem-estar dos indivíduos diante das exigências curriculares e das pressões sociais. Diante desses desafios, é imperativo que instituições de ensino e profissionais da área da saúde estejam atentos e ofereçam suporte adequado, como apoio psicopedagógico, para garantir não apenas o sucesso acadêmico, mas também o desenvolvimento integral e a qualidade de vida dos estudantes. O reconhecimento dessas necessidades e a implementação de medidas de apoio são fundamentais para promover um ambiente acadêmico mais saudável e inclusivo, capaz de preparar os futuros profissionais da saúde para enfrentar os desafios da prática médica com resiliência e equilíbrio emocional.

PALAVRAS CHAVE: demandas acadêmicas; saúde mental; estudantes de medicina.

EFEITO DE FÁRMACOS E EXERCÍCIOS FÍSICO COMO TRATAMENTO EM UM MODELO EXPERIMENTAL DA SÍNDROME DAS PERNAS INQUIETAS

Alessandro Spencer de Souza Holanda, Beatriz Franco, Alana Carolina Costa, Milca Abda Morais, Andrea Maculano Esteves.

RESUMO

INTRODUÇÃO: A síndrome das pernas inquietas (SPI) é um distúrbio de movimento relacionado ao sono. Caracterizada pela necessidade e ou desejo de mover as pernas com uma sensação desagradável e às vezes dolorosa. A causa da SPI não é totalmente compreendida, mas as evidências sugerem que ela está relacionada a baixos níveis de ferro no cérebro e à regulação da dopamina. O controle e melhora dos sintomas são identificados em terapias farmacológicas que podem apresentar resistência ao longo do tratamento ou efeitos adversos que prejudicam a qualidade de vida. Em pacientes com SPI, os efeitos fisiológicos positivos ligados à realização de exercícios físicos foram identificados como a melhora no padrão de sono. **OBJETIVO:** Verificar o efeito de diferentes medicamentos (agente dopaminérgico (DOPA); opioide (OPI); ligante $\alpha\delta$ gabapentina (GABA)) e exercício físico no tratamento da SPI em um modelo animal experimental. **MÉTODO:** O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética no Uso de Animais da UNICAMP (5561-1/2020). Ratos Wistar foram distribuídos aleatoriamente em cinco grupos: Controle (CTRL); Deficiência de Ferro (DI); e tratamentos com dopamina (DOPA); opioides (OPI), gabapentina (GABA) e exercício físico (EF). O delineamento experimental induziu os animais à SPI através de dieta com restrição de ferro a

partir do 30º dia de vida. Com 80 dias de vida, as intervenções foram iniciadas durante 4 semanas, e o teste comportamental em campo aberto foi realizado antes e após o início das intervenções (uma a cada semana). Após eutanásia e coleta de tecidos (estriado e medula espinhal), qPCR e expressão de proteínas referentes a PTPRD, DAT, TH e D2. A análise dos dados moleculares ocorreu por ANOVA unidirecional ou bidirecional. Foi utilizado post hoc de Duncan ou Bonferroni. $P < 0,05$ foi considerado significativo. **RESULTADOS:** A expressão gênica do corpo estriado no grupo DOPA foi diferente nos alvos D2, DAT e TH, em comparação aos tratados e ID. No Western Blotting, a medula mostrou diferença na proteína D2 para os tratamentos GABA e DOPA em comparação ao ID. O comportamento de deambulação diferiu entre CTRL, ID e OPI. O tratamento DOPA apresentou menor deambulação total comparado ao OPI. O tratamento com EF reduz a deambulação e melhora os sintomas após 28 dias ($p < 0,05$). A melhora dos parâmetros locomotores foi observada no tratamento com DOPA. O comportamento de aliciamento foi reduzido na comparação antes e depois no grupo EF. O grupo DOPA apresentou aumento da expressão gênica do estriado nos alvos DAT, TH e D2. Todos os grupos, exceto o controle ID, apresentaram alta expressão de TH. O grupo EF apresentou expressão de DAT próxima ao grupo controle saudável e DOPA. **CONCLUSÕES:** Os resultados indicaram que os medicamentos DOPA e GABA tiveram melhor efeito no tratamento. O exercício pode ser um tratamento significativo ou um complemento no controle e melhora dos sintomas de SPI.

PALAVRAS-CHAVE: exercício físico, síndrome das pernas inquietas, fármaco.

EFEITOS DE INTERVENÇÕES BASEADAS EM MINDFULNESS PARA LONGEVIDADE: UMA RAPID UMBRELLA REVIEW

Roberta de Lorenzi Steiger Ferraz, Ingrid Thyanne Souza Alves da Silva, Silvia Leoni Lins Normande, Pedro Augusto de Alencar Acevedo, Hendrik Wilhelm Crispiniano Garcia, Leopoldo Nelson Fernandes Barbosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: A atenção plena é comumente definida como prestar atenção propositalmente aos pensamentos, emoções e sensações à medida que surgem, momento a momento, com uma atitude aberta e de aceitação. É descrita também como ferramenta de autorregulação da atenção, direcionando-a para a experiência imediata, o que possibilita um maior reconhecimento dos eventos mentais no momento presente. A atenção plena é cultivada através da prática de exercícios mente-corpo. As intervenções baseadas na atenção plena (MBIs) visam melhoria da atenção em face das experiências, emoções e sentimentos, promovendo saúde mental e bem-estar. O Mindfulness apoia a auto regulação e função atencional, com efeitos comprovados nas funções cognitivas, diminuição do estresse e auxílio na prevenção do envelhecimento. Há, entretanto, necessidade de moderar a interpretação excessiva dos resultados relativos aos efeitos potenciadores do treino de Mindfulness no funcionamento executivo e nos seus subcomponentes, a fim de mensurar os benefícios efetivos dessa prática. **OBJETIVOS:** Fornecer uma visão abrangente do efeito de intervenções em Mindfulness para fins de melhoria nas funções cognitivas e longevidade. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma *Rapid Umbrella Review*, na qual foram incluídos estudos indexados em inglês e português. O levantamento dos artigos foi feito com buscas na Medical Literature Analysis and Retrieval System on-line (Medline), Biblioteca Virtual em

Saúde (BVS) e Periódicos CAPES, e foram utilizados os descritores e operação de busca a seguir: (("Mindfulness" OR "Meditation") AND ("Aging" OR "Executive Function" OR "Attention" OR "Memory")), no período de 2019-2024. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 9 artigos para a realização do estudo. **RESULTADOS:** Os resultados desta revisão revelaram uma diversidade de achados em relação aos efeitos nas funções cognitivas e longevidade. Enquanto 4 estudos indicaram melhorias na memória de trabalho, 4 não forneceram evidências claras e 1 relatou a ausência de efeito. De maneira semelhante, a literatura apresentou variação nos resultados referentes ao controle executivo, controle inibitório e atenção. Não foram encontrados efeitos significativos na melhoria da flexibilidade executiva; contudo, outros estudos encontrados na literatura científica sugerem que práticas baseadas em atenção plena ajudam a aumentar a flexibilidade psicológica e a reduzir o envolvimento em hábitos e reações desadaptativas. No tocante à disseminação on-line da meditação Mindfulness, 1 dos estudos destacou a importância da padronização metodológica para mensurar os benefícios dessa prática, uma vez que são diversos os métodos ofertados, seja por aplicativos, guiados por texto/vídeo/áudio, baseados em tecnologia XR, ou misto, ou via smartphones, tablets ou laptops. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** As discrepâncias nos resultados parecem derivar de divergências conceituais e metodológicas. Variações na definição de Mindfulness e meditação podem influenciar os critérios de seleção de estudos, resultando em diferentes conjuntos de dados. Portanto, uma padronização dos conceitos é crucial para garantir resultados mais consistentes na comunidade científica. Novas pesquisas que adotem medidas confiáveis de Mindfulness permitirão conclusões mais sólidas sobre seus efeitos.

PALAVRAS-CHAVE: Mindfulness; Meditation; Aging; Executive Function; Longevity

EFEITOS DE UM EXERCÍCIO EM ALTA INTENSIDADE SOBRE O CONTROLE INIBITÓRIO DE JOVENS FISICAMENTE ATIVOS: UM ESTUDO PILOTO

Natalia da Costa Brito, Tassio Henrique da Silva, João Gabriel Albuquerque Monte, Nephi Gondim Ribeiro Batista, Tércio Araújo do Rêgo Barros, Antônio Henrique Germano Soares

RESUMO

INTRODUÇÃO: As funções executivas são processos cognitivos necessários para concentração, atenção, planejamento e tomada de decisão e envolvem a integração de três componentes: o controle inibitório, a memória de trabalho e a flexibilidade cognitiva. O controle inibitório é compreendido como uma capacidade de controle atencional que nos leva ao desvio de distrações e impulsos. Melhores níveis de controle inibitório são associados a uma melhor aptidão cardiorrespiratória, desempenho acadêmico e desempenho em tarefas físicas. Uma das formas mais comuns de avaliação do controle inibitório é o Teste de Stroop. Estudos que apontam que uma sessão de exercícios físicos pode melhorar o controle inibitório de jovens, o que conseqüentemente pode acarretar no aprimoramento de tarefas cognitivas subsequentes. Entretanto a intensidade e duração do exercício ainda permanece em debate. Exercícios realizados em máxima intensidade e durações de até de 30 segundos tem sido sugerido como uma possível alternativa para quebra do comportamento sedentário e para melhora do controle inibitório de forma imediata. **OBJETIVOS:** o presente estudo tem por objetivo avaliar o controle inibitório de jovens universitários fisicamente ativos, antes e depois da realização de um protocolo de 30 segundos de saltos com contramovimento em máxima intensidade. **MÉTODOS:** O presente estudo possui o delineamento experimental, de forma que os voluntários participaram de uma avaliação para o controle inibitório antes e após a realização do protocolo de exercício. Participaram desta pesquisa 7 estudantes (5 homens e 2 mulheres) participantes da Extensão Híbrida em Educação Física e Fisioterapia. O controle inibitório foi avaliado pelo teste de Stroop, o qual foi apresentado e familiarizado para todos os participantes. No teste de Stroop os participantes nomeiam a cor de palavras em condições congruentes (palavra condizente com a cor que é apresentada) e incongruentes (palavra não condiz com a cor que está escrita). A partir do teste de Stroop são obtidos quantidade de erros e acertos além do tempo em milissegundos para gerar cada resposta. O protocolo de exercício consistiu na realização de 1 única série de saltos com contramovimento durante 30 segundos sob uma plataforma de contato, que avaliava de forma imediata a produção de potência e altura do salto. Os voluntários foram instruídos a produzir a maior altura em cada salto, para garantir a máxima intensidade. O controle inibitório foi avaliado antes, e imediatamente após o protocolo de exercícios. Os dados fornecidos no teste de Stroop foram analisados por meio de um teste T para amostras pareadas, com nível de significância estabelecido em $p < 0,05$. **RESULTADOS:** Após a realização de 30 segundos de exercício de saltos com contramovimento em máxima intensidade, foram observadas diferenças significativas no tempo de reação para respostas incongruentes ($p = 0,022$). Os voluntários levaram em média 12% a menos de tempo para gerar as respostas incongruentes, após o protocolo de exercícios. Não foram identificadas diferenças no número de acertos. **CONCLUSÃO:** Realizar um protocolo de exercícios de alta intensidade e curta duração melhora o controle inibitório de forma imediata em jovens universitários.

EQUILIBRANDO DESAFIOS: UM ESTUDO SOBRE BURNOUT E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO EM ESTUDANTES DE MBA

Lucas Soares Bezerra, Joana d'Arc Silveira Menezes, Marcelo Antônio de Oliveira Santos-Veloso, Lidiane Mendes Barbosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Síndrome de Burnout (SB) é um distúrbio emocional representado por exaustão e distanciamento do trabalho. Pesquisas que investiguem a síndrome em estudantes em formação executiva ainda são incipientes. **OBJETIVO:** O objetivo geral do trabalho foi estimar e estratificar o risco para o desenvolvimento da SB em estudantes de MBA, conforme os critérios de Peterson e Delgado. Os objetivos específicos foram: 1) avaliar o status social subjetivo da amostra; e 2) comparar os resultados conforme gênero e cor. **MÉTODOS:** Foi desenvolvido um estudo quantitativo, descritivo e de corte transversal, incluindo estudantes com idade ≥ 18 anos, com matrícula ativa em curso de MBA e que realizam atividade laboral remunerada. Excluíram-se os indivíduos com presença de diagnóstico profissional de transtorno de humor sem estabilidade clínica. Os dados foram coletados a partir de questionário online autoaplicável, entre novembro de 2023 e fevereiro de 2024 pela plataforma Google Forms, com recrutamento a partir de grupos acadêmicos de WhatsApp e LinkedIn. Foram coletados dados sociodemográficos, o *Occupational Stress Indicator* (OLBI), a Escala de MacArthur de Status Social Subjetivo (SSS) e o *World Health Organization-5 Well-Being Index* (WHO-5). Os dados foram processados pelo JASP v.0.18.3.0. O estudo obteve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE nº 75278823.0.0000.5193) e os participantes concordaram com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. **RESULTADOS:** Foram incluídos 210 participantes com idade mediana de 35 (29-42) anos, e 57,1% de mulheres. A SB foi estimada em 63,8% (n=134) da amostra, enquanto 72,4% (n=152) apresentou apenas exaustão e 78,1% (n=164) apenas distanciamento. Na estratificação de risco, este foi considerado baixo em 2,4%, moderado em 67,1% e elevado em 30,5%. Adicionalmente, o SSS médio da amostra foi $6,7 \pm 1,4$, e o WHO-5 médio $59 \pm 18,6$. Gênero feminino não esteve associado com estimativa de SB ($p=0,201$) ou com risco elevado de desenvolver a síndrome a partir da estratificação de risco ($p=0,667$). Apesar disso, houve diferença significativa de renda ($r=0,215$; $p=0,002$) e no 10º item do OLBI as mulheres indicaram suportar menos pressão no trabalho ($r=0,261$; $p<0,001$). Com relação à cor, a população não-branca (n=52; 24,8%) também não apresentou associação com SB ($p=0,952$) ou com risco elevado de desenvolver a síndrome ($p=0,770$). Todavia, esteve associada a menor renda ($r=0,297$; $p<0,001$) e menor SSS ($r=0,164$; $p=0,018$), esta última mantendo-se após ajuste por gênero e idade (IC 0,007 – 0,477; OR 1,274; $p=0,044$). Nos itens de nº 3, 5 e 6 do OLBI, indivíduos de cor não-branca apresentaram diferença em sentir trabalhar de forma mecânica ($r=0,174$; $p=0,012$), desinteresse pelo trabalho ($r=0,193$; $p=0,005$) e em não considerar o trabalho um desafio positivo ($r=0,135$; $p=0,05$). **CONCLUSÕES:** A SB foi estimada em 63,8% da amostra, e 30,5% apresentou alto risco de desenvolver a síndrome na estratificação de risco. Mulheres não apresentaram maiores índices para a SB, apesar de terem menor renda. Cor não-branca esteve associada a menores renda e SSS.

PALAVRAS-CHAVE: síndrome de burnout; qualidade de vida; status social; saúde ocupacional; pós-graduação.

EXERCÍCIO EM ALTA INTENSIDADE ALTERA O ESTADO DE HUMOR DE JOVENS UNIVERSITÁRIOS?

Isabela Beatriz; Eduardo Simões de Miranda; Filipe Berto Cezar dos Santos; João Pedro Queiroz Guimarães Coelho; Cristiane Roberta Machado Cavalvante Tomasi.

RESUMO

INTRODUÇÃO: A prática de exercícios físicos possibilita alterações benéficas na saúde física e mental. Estudos reportam melhoras sobre sintomas de ansiedade, depressão, autoestima e cognição em indivíduos após a prática regular de exercícios físicos. Além disso, o exercício físico também pode acarretar em alterações positivas nos estados de humor como: depressão, raiva, tensão, vigor, fadiga e confusão mental. Essas mudanças são mediadas pela secreção de fatores neuroendócrinos como monoaminas e endorfina em resposta ao exercício. Exercícios físicos em alta intensidade tem ganhado popularidade e notoriedade dentre os praticantes, entretanto seus desfechos sobre aspectos psicológicos como os estados de humor permanecem ainda sobre investigação. **OBJETIVO:** o presente estudo tem como objetivo investigar os efeitos de um protocolo de exercícios de alta intensidade e curta duração sobre os estados de humor em jovens universitários. **MÉTODOS:** 7 jovens universitários (5 homens e 2 mulheres) participantes da Extensão Híbrida em Educação Física e Fisioterapia foram voluntários deste estudo. Para avaliar o estado de humor dos participantes antes e depois do protocolo de exercício, foi utilizada a Escala de Humor de Brunel (BRUMS). O BRUMS é um instrumento que contém 24 indicadores simples de humor que são perceptíveis pelo indivíduo que está sendo avaliado. Os avaliados respondem como se sentem em relação às tais sensações, de acordo com a escala de 5 pontos (de 0 = nada a 4 = extremamente). Os 24 itens da escala compõem as seis subescalas de humor: raiva, confusão, depressão, fadiga, tensão e vigor. Cada subescala contém quatro itens e a soma das respostas de cada subescala gera um escore que pode variar de 0 a 16. O protocolo de exercício consistiu na realização de 1 única série de saltos com contramovimento durante 30 segundos sob uma plataforma de contato, que avaliava de forma imediata a produção de potência e altura do salto para garantia de que os indivíduos estavam realizando esforços máximos durante todo período. Para análise dos dados, foi utilizado um teste T para amostras dependentes que avaliou os escores das subescalas de humor antes e após a execução do protocolo de exercício. **RESULTADOS:** Não foram encontradas diferenças significativas no escores de humor após a execução de um exercício de alta intensidade e curta duração: tensão ($p = 0.253$), depressão ($p = 0.50$), raiva ($p = 0.84$), vigor ($p = 0.32$), fadiga ($p = 0.73$) e confusão ($p = 0.39$). A análise individual dos dados demonstrou que em média os participantes reduziram em 45% os escores de depressão, e aumentaram em 25% o estado de vigor. **CONCLUSÃO:** Um protocolo de exercícios de alta intensidade e curta duração não promoveu alterações nos estados de humor de jovens universitários fisicamente ativos, porém é importante ressaltar que 4 dos 7 indivíduos reportaram reduções no estado de humor relacionado a depressão e aumentaram o estado de humor relacionado ao vigor.

FADIGA MENTAL REDUZ A ATIVIDADE NEUROMUSCULAR NO TREINAMENTO DE FORÇA ATÉ A EXAUSTÃO

Ian Gabriel de Almeida Alves Pereira, Rafael Augusto Cabral Ferraz, Luiz Henrique Amador Vidal, Julia Gabriella Duarte de Oliveira, Tércio Araújo do Rêgo Barros

RESUMO

INTRODUÇÃO: A fadiga mental é um estado psicobiológico acompanhado por sintomas como sensação de cansaço, falta de energia e maior percepção de esforço. A fadiga mental pode ser induzida nos indivíduos após a realização de uma tarefa com alta demanda cognitiva, e prejudica o desempenho em tarefas motoras. Estudos demonstram que a fadiga mental reduz o número de repetições e o tempo até a exaustão em exercícios de força e resistência, entretanto

as respostas neuromusculares permanecem em debate. A eletromiografia (EMG) de superfície é um instrumento não invasivo de fácil aplicabilidade que reflete a demanda neuromuscular imposta a uma musculatura específica. Diante das interferências causadas pela fadiga mental no desempenho do treinamento físico, torna-se importante conhecer se os seus efeitos também sobre a atividade neuromuscular. **OBJETIVO:** o presente estudo tem como objetivo investigar os efeitos da fadiga mental sobre a atividade eletromiográfica do bíceps braquial em jovens universitários fisicamente ativos. **MÉTODOS:** O presente estudo tem um delineamento *crossover*, onde os voluntários participaram tanto do grupo experimental quanto do grupo controle. Trata-se de um estudo piloto, foram voluntários desta pesquisa, 10 estudantes universitários fisicamente ativos (7 homens e 3 mulheres) participantes da Extensão Híbrida de Educação Física e Fisioterapia. Os participantes foram submetidos a execução de uma série do exercício rosca direta até a exaustão muscular momentânea, com 50-60% da carga estimada para 1 repetição máxima, antes e depois de um protocolo para induzir a fadiga mental. O protocolo de fadiga mental foi induzido por meio da aplicação do teste D2, que consiste em teste para avaliação de funções executivas como controle inibitório e atenção seletiva. A atividade eletromiográfica do músculo bíceps braquial foi avaliada com 2 eletrodos de superfície, conectados a um módulo de aquisição com 4 canais analógicos (NewMiotool®) que registrou a atividade elétrica do músculo continuamente. Os sinais eletromiográficos foram amplificados e filtrados, e foi observado a média do pico/maior sinal eletromiográfico (μV) durante as repetições realizadas pelos indivíduos. Os indivíduos realizaram o exercício primeiramente em uma condição sem fadiga mental (sem realização do teste D2), e posteriormente em uma condição de fadiga mental (pós realização do teste D2). Houve um intervalo de repouso de 30 minutos para a realização do exercício. Para analisar os dados, um teste T para amostras dependentes, com a técnica de reamostragem de bootstrap, comparou o sinal de pico da EMG nas condições com e sem fadiga mental. O valor de significância estatística foi estabelecido em $p < 0,05$. **RESULTADOS:** Após a realização do protocolo para induzir fadiga mental, os participantes apresentaram uma redução média de $148,4 \pm 195,61 \mu\text{V}$ ($p = 0,036$) no pico de atividade eletromiográfica do bíceps braquial. **CONCLUSÃO:** Os achados do presente estudo demonstram que a fadiga mental interfere negativamente no desempenho neuromuscular de estudantes universitários fisicamente ativos. Dessa forma, sugere-se que para otimização da atividade neuromuscular durante a prática de exercícios, esforços de alta demanda cognitiva sejam evitados previamente a execução.

INSEGURANÇA ALIMENTAR E QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES IDOSOS RENAI CRÔNICOS EM HEMODIÁLISE ACOMPANHADOS EM UM HOSPITAL DE REFERÊNCIA EM RECIFE

Ana Clara Lacerda Cervantes de Carvalho, Mirela Sciortino Rio, Lilian Guerra Cabral dos Santos, Halanna Celina Magalhães, Elda Silva Augusto de Andrade, Samara Siqueira de Almeida

RESUMO

INTRODUÇÃO: Em relação às terapêuticas para a doença renal crônica em estágio terminal, os pacientes, principalmente idosos, tendem a ter melhor eficácia e evolução clínica na hemodiálise e qualidade de vida, se houver adesão aos tratamentos nutricionais que são dependentes do ciclo de suporte econômico, familiar, psicológico e social. Dessa forma, a Segurança Alimentar (SA) promove a garantia ao acesso, consumo, disponibilidade regular e permanente a alimentos de boa qualidade e em quantidade suficiente, sendo primordial para o sucesso do tratamento dialítico, influenciado pelas políticas sociais e dos fatores econômicos,

geográficos e culturais. **OBJETIVO:** Avaliar os níveis de insegurança alimentar e a qualidade de vida de pacientes idosos renais crônicos em hemodiálise acompanhados em um hospital de referência em Recife. **MÉTODO:** Tratou-se de um estudo de campo realizado no serviço do Centro de Hemodiálise do Instituto de Medicina Integral Prof. Fernando Figueira (IMIP), sendo de cunho social e nutricional com abordagem quantitativa de corte transversal. O período da pesquisa ocorreu durante sete meses de Maio a Novembro de 2023. Para os critérios de inclusão consistiram em idosos, moradores de Recife ou outras cidades de Pernambuco de ambos os sexos que estejam em tratamento de hemodiálise e em acompanhamento com a equipe de nutrição, com, no mínimo, de 2 consultas realizadas. A pesquisa iniciou com a coleta dos dados de identificação socioeconômica através de um questionário social adaptado e via análise por meio do prontuário eletrônico. Os demais questionários utilizados foram a Escala Brasileira de Insegurança Alimentar (EBIA) e o questionário de qualidade de vida relacionada a saúde. **RESULTADOS:** Na caracterização da amostra de pacientes em hemodiálise, avaliou-se 60 idosos, sendo 38 mulheres e 22 homens, apresentando predomínio das seguintes variáveis: 56,3% eram pardos, 21,3% pretos e 18,1% brancos; do estado civil: 42% eram solteiros e 40%, casados 40%, e mais da metade da amostra (51,9%) moram na região metropolitana. Sobre rede de apoio, 88,8% apresentam apoio, além de que 59% estavam aposentados e 41% eram desempregados ou recebiam algum benefício familiar, dessa forma sobre a renda, 61 44% apresentam de 1 a 2 salários, 33% recebiam até 1 salário, e somente 23% de 2 a 5 salários. Portanto, a baixa renda era a principal vulnerabilidade social apresentada em 62%, seguida por residência em área de risco em 18%, tabagismo em 12% e etilismo, 8%. Na análise da presença de SA, 34% estavam em Insegurança alimentar leve (IA) e 32,5% com Insegurança alimentar moderada (IAM), seguido por 13,5% com Insegurança alimentar grave (IAG), totalizando 80% da amostra em IA. Em relação à qualidade de vida constou-se que 75% não tinham uma qualidade de vida adequada e apenas 25% apresentavam indícios e aspectos desejados sobre a rotina de vida. **CONCLUSÃO:** Ocorre uma associação entre a insegurança alimentar e vulnerabilidades sociais com repercussões significativas na qualidade de vida dos pacientes. Em vista disso, reforça-se a necessidade de identificar a prevalência de insegurança alimentar e os fatores associados fundamentais para a avaliação das condições de vida e do planejamento de políticas públicas.

PALAVRAS-CHAVE: diálise renal, alimentos, nutrição e dieta, segurança alimentar
MANEJO CLÍNICO DA COGNIÇÃO SOCIAL EM QUADROS DEMENCIAIS: A SCOPING REVIEW

Joana D'arc Oliveira de Mendonça, Saulo Henrique Campello de Freitas, Letícia Lira Travassos Melissa Barbosa Sobral Sette, Paulo Cesar dos Santos Gomes

RESUMO

INTRODUÇÃO: Os quadros demenciais, também chamados de transtornos neurocognitivos crônicos, são condições clínicas caracterizadas por prejuízos no funcionamento cognitivo não explicados pelo envelhecimento normal e na independência funcional do indivíduo. Entre os principais sintomas das demências, destaca-se os déficits na memória, atenção, linguagem, agnosias, apraxias e alterações comportamentais. No entanto, o prejuízo funcional de tal condição clínica associa-se também ao déficit na cognição social, o qual engloba a teoria da mente, coerência central e reconhecimento de emoções, reforçando-se a inclusão de tal constructo na prática avaliativa dos quadros demenciais. **OBJETIVO:** Aprimorar a prática clínica frente à cognição social, por meio de uma análise abrangente da literatura, especialmente

em termos de diagnóstico precoce, planejamento terapêutico e intervenções direcionadas para pacientes com demência. **MÉTODOS:** Trata-se de uma scoping review conforme o protocolo PRISMA-ScR (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses extension for Scoping Reviews), nas bases de dados Pubmed/Medline, com os descritores: (social cognition), (dementia) DeCS/MeSH, mediante o operador booleano “AND”. **RESULTADOS:** 8 estudos revelaram-se congruentes com os critérios de elegibilidade previamente estabelecidos, a Demência Frontotemporal Variante Comportamental (bvFTD) caracteriza-se como quadro mais frequentemente relatado na literatura, a dificuldade no reconhecimento de emoções faciais foi o comprometimento maior, acompanhado da dificuldade em detectar faux-pas sociais. A literatura preconiza que pacientes com comprometimento cognitivo leve (CCL) apresentaram dificuldades no reconhecimento das emoções de raiva, medo e nojo, enquanto que aqueles com demência de Alzheimer (DA) também tiveram esse prejuízo, porém, apresentando no reconhecimento da raiva, surpresa e nojo raiva, surpresa e nojo. Tanto os pacientes com comprometimento cognitivo leve (CCL) e com demência de Alzheimer (DA) apresentaram prejuízos nas tarefas de Teoria da Mente (ToM). Em relação ao melhor desempenho na cognição social, este foi associado a idade mais jovem, sexo feminino, maior nível educacional, melhor cognição geral e menores índices de sintomas depressivos. Com relação ao fator de risco genético, se observa que as mutações dos genes C9orf72, GRN e MAPT apresentaram baixo nível de cognição social comparado a população geral. **CONCLUSÃO:** A escassez de avaliação rotineira da cognição social em quadros demenciais relatada na literatura, destaca uma lacuna significativa na prática clínica, impactando na qualidade de vida de pacientes, dado que, a presente revisão revelou alterações significativas em medidas de cognição social que impactam outras funções cognitivas, a interação do sujeito com o meio e o próprio diagnóstico. A escolha de incluir apenas estudos observacionais na revisão foi estratégica para capturar dados realistas e aplicáveis, mas também sublinha a importância de estudos futuros que empreguem metodologias diversas para enriquecer a base de evidências. Como limitação do estudo, ressalta-se que foram analisados somente estudos observacionais, cuja finalidade era capturar informações realistas e diretamente aplicáveis ao contexto clínico. **PALAVRAS-CHAVE:** social cognition; dementia; diagnosis

MELODIA DO CUIDADO: RELATO DE PROPOSTA DE INTERVENÇÃO EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS

Luana Brito Nocchi Conceição, Maria Cecília de Araújo Valença Genú, Maria Fernanda Cox Nunes de Melo, Nathaly Maria Ferreira Novaes

RESUMO

INTRODUÇÃO: De acordo com a literatura, é possível captar uma tendência de aumento na expectativa de vida e, conseqüentemente, do crescimento na população idosa. Nessa faixa etária é cabível afirmar a presença de sofrimento intenso devido ao declínio de capacidades físicas e cognitivas, a presença de síndromes e transtornos que prejudicam sua rotina diária de autocuidado e causando efeitos negativos em sua autonomia, bem-estar e qualidade de vida. Dito isso, é notável a necessidade de intervenções pensadas para esse público a fim de contribuir para o aumento do bem-estar dessa população. Nesse sentido, a música, presente na vida humana desde os primórdios, surge como uma grande aliada ao ser usada como ferramenta terapêutica complementar no cuidado com idosos. Dentre os principais benefícios associados a ela, estão a melhora na qualidade de vida de idosos, melhora de funções cognitivas, favorece a comunicação, estimula o fortalecimento de vínculos, além de auxiliar os tratamentos e prevenir

doenças próprias a essa população, como Alzheimer, Parkinson e depressão. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de elaboração e realização da proposta de intervenção com idosos residentes em uma ILPI (Instituição de Longa Permanência para Idosos). **MÉTODO:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência desenvolvido a partir da imersão de acadêmicos do curso de psicologia de uma faculdade privada, em Recife/PE no campo de uma ILPI na cidade do Recife, através de observação participante em quatro visitas ao local, como componente prático-avaliativo da Oficina de Reinserção Social. Os estudantes elaboraram uma intervenção musical, que foi realizada com 40 idosos residentes na referida instituição. As atividades foram desenvolvidas em três momentos, respectivamente: exploração e compreensão das preferências musicais do público-alvo; realização de uma roda de música coletiva com instrumentos diversos, incluindo violão, triângulo e pandeiro; avaliação das percepções dos usuários em relação a essas experiências. **RESULTADOS:** Os resultados apontaram que o uso da música como ferramenta terapêutica no tratamento dos idosos residentes da instituição de longa permanência obteve resultados significativos no bem-estar e em algumas funções cognitivas, como a memória dos idosos, além de contribuir para o acolhimento, convívio social e lazer dos residentes. **CONCLUSÕES:** Conclui-se, portanto, que o presente relato corrobora com os achados presentes na literatura acerca dos benefícios da música como ferramenta terapêutica no cuidado com idosos à medida que os residentes e profissionais da instituição de longa permanência afirmaram perceber melhorias relacionadas à qualidade de vida, expressão criativa e algumas funções cognitivas dos seniores.

PALAVRAS-CHAVE: idosos; música; longevidade; bem-estar.

“O FEITIÇO VIROU CONTRA O FEITICEIRO”: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE AÇÃO CONTRA O BULLIYNG EM UMA ESCOLA DE RECIFE

Laís Morais Cavalcanti Martins, Bruna Larissa da Silva Rodrigues, Luisa Sial de Moraes
Andrade, Luma Maria Mendes da Luz, Mikaela Luiza do Rêgo Barros Nóbrega, Isabelle Diniz
Cerqueira Leite

RESUMO

INTRODUÇÃO: O Bullying caracteriza-se por ser uma atitude agressiva persistente e sem razão evidente direcionada a um indivíduo ou a um grupo de pessoas. Atualmente, segundo dados estatísticos do IBGE, quarenta por cento dos alunos sofrem de bullying em escolas brasileiras^{2,3}, ressaltando o fato de que, mesmo sendo bastante discutido, o combate ao bullying ainda se configura um desafio. Nesse ínterim, vale ressaltar que a persistência da violência no ambiente escolar age como um comprometedor da qualidade de vida dos jovens adolescentes, demonstrando o caráter emergencial o tratar-se dessa problemática. **OBJETIVO:** Relatar a realização de uma atividade para promover a melhoria nas relações interpessoais e prevenção ao bullying entre adolescentes de uma Escola de Ensino Fundamental e Médio no Recife, buscando a promoção de qualidade de vida. **RELATO DE**

EXPERIÊNCIA: Foi realizada com os alunos uma atividade com o objetivo de fazê-los vivenciarem, de forma lúdica, o impacto de suas ações na vida dos colegas, levando-os à reflexão sobre empatia. Além disso, buscou-se instigá-los a questionarem as "brincadeiras" que costumam fazer no dia a dia, de modo a promover maior cuidado e responsabilidade com o estado emocional uns dos outros, e, conseqüentemente, um ambiente acolhedor e leve. A atividade foi baseada na dinâmica "O Feitiço Virou Contra o Feiticeiro", na qual os alunos são convidados a escreverem uma tarefa para o colega ao lado realizar, sem que esse saiba. Os adolescentes demonstraram-se empolgados, evidenciando sua criatividade ao propor atividades caricatas, como dançar em frente à turma e outras que poderiam gerar constrangimentos. A

instrução em seguida revelava que o feitiço deveria virar contra o feiticeiro, na medida em que cada aluno deveria realizar a tarefa que havia proposto. **RESULTADOS:** A atividade permitiu que os adolescentes refletissem acerca do impacto de suas atitudes na vida de seus colegas, vivenciando na prática que uma brincadeira só é válida quando todos os envolvidos estão confortáveis, e assim, contribuindo para um ambiente escolar saudável. **CONCLUSÕES:** Através da dinâmica realizada, foi possível perceber que a dinâmica vivenciada promoveu nos alunos a conscientização sobre as consequências de suas ações e palavras no outros. Isso os levou à oportunidade de poder colocar na prática, mesmo que por meio de um momento lúdico, a oportunidade de se colocar no lugar do outro; e, a partir disso, evitar situações e brincadeiras que possam colocar um colega em posição de constrangimento. Em suma, foi possível perceber que os estudantes puderam refletir sobre os danos causados pelo bullying, o valor da solidariedade e do respeito mútuo, proporcionando um ambiente com maior qualidade relacional.

PALAVRAS-CHAVE: bullying; adolescente; qualidade de vida; prevenção; escolar

OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA REGULAR COMO ADJUVANTE DO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

João Vitor Cordeiro de Andrade Rego, Antonio Henrique de Arruda Antunes, Gabriela Carneiro de Farias Evangelista

RESUMO

INTRODUÇÃO: A depressão é uma doença psíquica que atinge milhões de pessoas e é uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo, o indivíduo apresenta-se com tristeza, sentimentos de culpa, anedonia, baixa autoestima [...].¹ O estilo de vida relacionado aos fatores ambientais e predisposições genéticas influenciam no processo patológico.² Dessa forma, é relevante associar estratégias terapêuticas adjuvantes (não excludentes das terapias convencionais) no intuito de melhorar a qualidade de vida dessas pessoas.³ A atividade física representa uma opção segura e eficiente para a redução de sintomas depressivos, melhorando de maneira geral o estado de humor, a qualidade do sono e a autoestima e , assim, influenciando positivamente o bem-estar físico e psicológico.² **OBJETIVO:** Analisar a importância da prática regular de exercícios físicos como adjuvante do tratamento da depressão. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura de caráter descritivo e abordagem qualitativa realizada nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde e Lilacs em fevereiro de 2024. Os Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) utilizados foram: “Depressão” e “Exercício físico”. Os critérios de inclusão foram textos de relevância que abordassem a temática. Os critérios de exclusão foram artigos que não respondiam ao objetivo do estudo ou repetidos nas bases de dados e incompletos. Foram encontrados em manuscritos, os quais após aplicação dos critérios de exclusão e inclusão e leitura dos títulos e resumo, foram selecionados 3. **RESULTADOS:** A atividade física regular pode ser entendida como um tratamento psicossocial para a depressão que envolve mecanismos de autoestima e autoeficácia, contribuindo para a melhoria de diversos componentes da síndrome depressiva.³ Além disso, pode-se destacar três razões que justificam as vantagens da atividade física em pessoas com depressão. A primeira se relaciona com a condição física, visto que o exercício regular melhora o condicionamento, o que reduz o desconforto físico e está associado à melhora da autoestima geral em relação às percepções acerca da sua própria competência e aceitação. A segunda razão está associada à diminuição da tendência da ruminação intrusiva (caracterizada por um ciclo repetitivo de pensamentos negativos e autocríticos associados a uma dificuldade em controlá-los e contribui de maneira expressiva para a manutenção do quadro depressivo).¹ Desse modo, o tempo que o indivíduo se

dedica ao exercício, altera o foco do pensamento, afastando a propensão de pensamentos desse padrão. Por fim, o terceiro motivo relaciona-se com os aspectos neuroquímicos da depressão, tópico que ainda é alvo de debates na literatura.² Entre as teorias que tentam explicar a ação dos exercícios sobre a depressão, a hipótese das endorfinas têm destaque. Tal princípio sugere que a atividade física desencadearia uma secreção de endorfinas capaz de provocar um estado de euforia natural, por isso, aliviando as manifestações clínicas da enfermidade.³ **Conclusões** : Por fim, conclui-se que a prática regular de exercícios físicos apresenta-se como uma estratégia terapêutica complementar eficaz no tratamento da depressão. Portanto, tal atividade tem um impacto na melhoria da sintomatologia de forma multifatorial, abrangendo aspectos físicos, psicológicos, neuroquímicos e cognitivos.

PALAVRAS- CHAVE: atividade física; depressão; qualidade de vida.

OS BENEFÍCIOS DA MEDITAÇÃO COMO PRÁTICA PARA PROMOVER A LONGEVIDADE

Maria Clara Costa Lucena, Mirella Sarubbo Diógenes Melo, Sarah Lapenda Pedrosa de Lucena da Fonseca

RESUMO

INTRODUÇÃO: A meditação é uma prática que contempla um grupo de técnicas destinadas ao treinamento da focalização da atenção. O exercício detém como objetivo a diminuição do pensamento repetitivo e a reorientação cognitiva, resultando no desenvolvimento da atenção plena à vivência do momento presente e à consolidação do autoconhecimento dos praticantes. Além disso, a meditação reveste-se de grande relevância para a longevidade, visto que estudos recentes demonstram a funcionalidade de terapias baseadas na prática da meditação e sua forte associação com uma série de alterações morfofisiológicas neurais. Tais mudanças permitem o desenvolvimento de áreas cerebrais responsáveis pela regulação das emoções e da consciência, aspectos fundamentais para uma melhor qualidade de vida. **OBJETIVO:** Realizar uma revisão acerca da importância da meditação como aliada da longevidade, visando estimular sua prática entre a comunidade como estratégia para a promoção do bem-estar e da qualidade de vida. **METODOLOGIA:** Foi conduzida uma revisão de literatura, utilizando artigos científicos provenientes das bases de dados científicas PubMed/Medline e SciELO. Os descritores utilizados foram "LONGEVIDADE" e "MEDITAÇÃO". Como critério de inclusão, foram utilizados artigos científicos publicados entre 2009 e 2023, em língua inglesa e portuguesa. Excluíram-se trabalhos com metodologia incoerente e que não associam a meditação à longevidade, resultando na seleção de 8 artigos. **RESULTADOS:** Foi constatado que o treinamento mental proposto pela prática regular da meditação é capaz de produzir integração multimodal entre mente, corpo e mundo externo, impactando positivamente na ampliação da longevidade saudável dos praticantes. A prática proporciona uma série de mudanças morfofisiológicas que implicam na melhora da plasticidade neural e no aumento da sustentação da atenção. Estudos evidenciam que praticantes experientes de meditação possuem um maior desenvolvimento de áreas cerebrais importantes como o córtex pré-frontal e a ínsula anterior. Tal fato explica a associação da meditação com o aumento da longevidade, visto que essas áreas são responsáveis por processos importantes como memória, atenção, pensamento e consciência. Nesse sentido, um estudo feito com pacientes oncológicos constatou que a prática meditativa se mostrou uma alternativa complementar e eficiente na reabilitação dos pacientes, reduzindo a dor, o estresse e a ansiedade. Outrossim, foi observado que a prática e o cultivo regular da meditação impactam na biologia celular e na longevidade, influenciando positivamente no aumento da atividade da telomerase e dos telômeros. Como resultado, tem-se contribuições na

proteção do DNA e na diminuição do estresse oxidativo, fato que está atrelado a melhorias diretas na saúde mental, na qualidade de vida e na perspectiva de longevidade, tanto no âmbito celular quanto no físico e mental. Além disso, é válido ressaltar que estudos defendem que há uma associação direta positiva entre as horas de prática e o tamanho dos efeitos observados. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A meditação faz-se uma prática promissora à longevidade em razão dos seus impactos positivos na saúde física e mental, além de ser uma aliada no desenvolvimento de habilidades cognitivas e comportamentais. Devido a sua relevância, faz-se evidente a importância de conduzir pesquisas adicionais a fim de concretizar a aplicabilidade dessa prática como aliada da longevidade. **PALAVRAS-CHAVE:** longevidade; meditação; saúde

PADRÕES DE ATIVIDADE FÍSICA, COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO E SONO E SUA ASSOCIAÇÃO COM FRAGILIDADE EM IDOSOS COM DOENÇAS CRÔNICAS: ESTUDO TRANSVERSAL

Vitor J. Valente, Ozeas L. Lins-Filho, Cristiane Tomasi, Mauro V. G Barros, Antonio H. Germano-Soares

RESUMO

INTRODUÇÃO: Maiores níveis de atividade física (AF), reduzida exposição em comportamentos sedentários (CS) e uma duração de sono suficiente estão associados com melhores indicadores de saúde em pessoas idosas. Esses comportamentos baseados em tempo (ex. minutos/horas) apresentam uma inter-relação perfeita, uma vez que o tempo do dia é finito (ex. 1440 min/ 24 horas). Por exemplo, se uma pessoa dorme menos (~6 hrs) ou mais (~10 hrs) tempo numa dada noite, ela terá mais ou menos tempo disponível para ser distribuído entre AF e CS ao longo do dia. Da mesma forma, a forma como esse tempo disponível será gasto (ex. AF ou CS) pode definir que efeitos terão para saúde (distribuir para mais AF pode ser benéfico, enquanto distribuir para mais CS pode trazer prejuízos). Portanto, compreender os diferentes padrões de uso do tempo em AF, CS e sono e sua relação com indicadores de saúde em idosos é crucial. **OBJETIVO:** Identificar padrões de comportamentos de movimento associados à fragilidade em idosos com doenças crônicas **MÉTODOS:** Este estudo transversal incluiu 238 idosos (≥ 60 anos) com doença crônica de Recife, Pernambuco, Brasil. O tempo gasto em AF, CS e sono foi medido por 7 dias, 24 horas por dia, por meio de um acelerômetro triaxial. A fragilidade foi obtida pelo modelo de Fried, que considera 4 componentes: perda de peso não-intencional, exaustão, fraqueza muscular, velocidade da marcha comprometida. O escore final varia de 0-4 e os idosos com escore 0 foram classificados como robustos/não frágeis, enquanto àqueles com escores entre 1-4 foram classificados como pré frágeis/frágeis. A análise de cluster não hierárquica K-means foi empregada para identificar os agrupamentos de AF, CS e duração de sono, enquanto modelos de regressão logística foram empregados para testar as associações com a fragilidade. **RESULTADOS:** Foram identificados dois clusters [ativos e não sedentários (caracterizados por alta AFL e AFMV, e baixo CS) e sedentários e inativos (caracterizados por baixa AFL e AFMV, e CS elevado). Idosos ativos e não sedentários apresentaram ~57% menor chance de serem classificados como robustos/não frágeis (razão de chance = 0,437; IC 95% de 0,259 a 0,738) em comparação aos idosos inativos e sedentários. **CONCLUSÕES:** Esses resultados sugerem que aumentos concomitantes no tempo gasto em atividade física leve e atividade física moderada a vigorosa e reduções no tempo gasto em comportamento sedentário podem ser benéficos na prevenção de fragilidade entre idosos com doenças crônicas.

PALAVRAS-CHAVE: atividade física; comportamento sedentário; sono; envelhecimento; fragilidade.

PESSOAS PORTADORAS DE FERIDAS CRÔNICAS E O IMPACTO DA FERIDA EM SUA VIDA COTIDIANA

Glenda Souza Lacet, Jessyrayanne Mayalle de Oliveira Barbosa, Kenia Cheyenne Davi de Carvalho Gouveia, Jhenne Daynny Aristides Cruz, Thaynan Gonçalves da Silva

INTRODUÇÃO: As feridas crônicas caracterizam-se pela destruição de estruturas cutâneas, podendo também afetar tecidos mais profundos como músculos e ossos, com tempo igual ou superior a três meses, não cicatrizando ou tornando-se recidivantes, e muitas vezes acabam

interferindo diretamente na qualidade de vida (QV) de seus portadores. **OBJETIVO:** Avaliar o impacto da ferida na vida cotidiana das pessoas portadoras de feridas crônicas. **MÉTODO:** Trata-se de uma pesquisa do tipo transversal exploratório-descritiva, com abordagem quantitativa. A coleta de dados foi realizada no ambulatório de cicatrização do Hospital Universitário de Sergipe (HU-UFS). A população deste estudo foi constituída por pacientes portadores de feridas crônicas atendidos no ambulatório de cicatrização do HU-UFS. O tamanho da amostra calculado foi de 27 pacientes, destes, apenas 1 não atendeu aos critérios de inclusão e exclusão do estudo. Foram incluídos no estudo pacientes com idade acima de 18 anos, com assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), assiduidade no ambulatório de cicatrização do HU/UFS e com presença de ferida crônica em tratamento há um ano ou mais. Foram excluídos da pesquisa pacientes que interromperam sua participação. A coleta de dados foi realizada durante a consulta de enfermagem no ambulatório de cicatrização do HU/UFS através do instrumento World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-BREF). Os dados coletados foram digitados no software Microsoft Excel e analisados no Statistical Package for Social Science for Windows (SPSS) na versão 16.0. O estudo teve início após ter sido aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do HU/UFS. **RESULTADOS:** A frequência total, encontrada para os domínios que compõe o WHOQOL-BREF foi de 48,67%, o que demonstra de forma global que a população do estudo se encontra insatisfeita ou nem satisfeita e nem insatisfeita com sua QV. Sendo os domínios relações sociais (58,65%) e psicológico (53,37%) com melhores resultados, tendendo para uma satisfação com sua QV e os domínios físico (42,03%) e ambiente (45,67%) com os piores resultados, demonstrando insatisfação com sua QV. A autoavaliação da qualidade de vida foi classificada como nem ruim e nem boa (54,81%). Das 26 facetas investigadas utilizando o WHOQOL-BREF, as que apresentaram pior pontuação foram as relacionadas à dor e desconforto (60,58%) e dependência de medicação ou tratamento (67,31%), considerando que a escala utilizada na avaliação variou de nada (0%) a extrema (100%) presença de dor/desconforto e/ou dependência de medicação ou de tratamento nas últimas duas semanas. O estudo ainda demonstrou que 43,27% dos participantes apresentaram sentimentos negativos como mau humor, desespero, ansiedade e depressão. **CONCLUSÃO:** Esses resultados demonstram que as lesões crônicas causam dor e sofrimento, tanto físico quanto emocional, o que explica a avaliação negativa da qualidade de vida. É necessário que o portador de ferida crônica seja visto de forma multidimensional por uma equipe multiprofissional de saúde, para que desse modo se consolide uma assistência integral, voltada para suas reais necessidades.

PALAVRAS-CHAVE: qualidade de vida; feridas; equipe multiprofissional.

PREVALÊNCIA DE FRAGILIDADE E DE SINTOMAS DEPRESSIVOS ENTRE IDOSOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA

Eduarda Dias Bandeira de Melo, Daniel Belian Saraiva, Juliana Cavalcanti de Souza, Beatriz Moreira Alcântara de Siqueira, Leopoldo Nelson Fernandes Barbosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: A depressão, também conhecida como mal do século, é entendida como uma doença multifatorial que implica na afetividade e no humor, além de possuir forte impacto nos aspectos biológico, psicológico e social do sujeito, comprometendo sua funcionalidade. Esse transtorno está intimamente ligado à síndrome de fragilidade, a qual é marcada pelas perdas funcionais e pelo aumento da vulnerabilidade do idoso a fatores estressores. Ademais, verifica-

se a coocorrência da fragilidade e da depressão grave em cerca de 4% a 16% dos idosos com mais de 60 anos, aumentando para 35% naqueles com mais de 75 anos. Nesse sentido, a institucionalização aumenta a vulnerabilidade à depressão ao promover perdas em várias áreas da vida e afetar negativamente a autopercepção da saúde. A partir disso, apesar de não ser uma prática comum no Brasil, o envelhecimento da população sugere que haja também um aumento na demanda deste atendimento especializado nas referidas instituições, ainda que sem investimento adequado por parte das esferas públicas. Portanto, essas instituições muitas vezes carecem de recursos para destinar o cuidado adequado aos idosos, o que pode contribuir para o desenvolvimento da depressão. Assim, o presente estudo buscou analisar a prevalência da depressão e da síndrome de fragilidade entre idosos institucionalizados, a fim de identificar fatores que promovam uma melhor qualidade de vida para os indivíduos em idade avançada. **OBJETIVO:** Avaliar a frequência de sintomas de depressão, alterações cognitivas e índice de fragilidade entre idosos residentes em uma Instituição de Longa Permanência (ILPI). **MÉTODO:** Trata-se de um estudo descritivo e observacional do tipo transversal. Os participantes selecionados na ILPI, a qual contava, à época da coleta de dados, com 21 idosos institucionalizados, apenas 8 foram pré-selecionados e, destes, 7 se enquadravam nos critérios de inclusão (idade superior a 60 anos e estar institucionalizado há mais de seis meses) e exclusão (idosos acometidos por condições que impeçam a comunicação verbal). A partir disso, a coleta de dados se deu através da realização de um questionário demográfico, análise do prontuário dos pacientes e a aplicação de três instrumentos: a) a Escala Geriátrica de Depressão (GDS); b) o Mini Exame do Estado Mental (MEEM); e c) a Escala de Edmonton (ESAS-r). Após contato com a ILPI, a GDS foi excluída do ensaio, tendo em vista o seu potencial mobilizador de idosos já fragilizados. **RESULTADOS:** Verificou-se que há uma correlação direta entre a cognição preservada e a presença de sintomas depressivos por meio do autorrelato na Escala de Edmonton em direta proporção com a presença de sintomas da síndrome de fragilidade, ainda que não haja diagnósticos destas doenças. Ainda, o acompanhamento da família constitui-se como uma medida protetiva ao desenvolvimento do transtorno depressivo e da síndrome de fragilidade. **CONCLUSÕES:** Esses dados reforçam a necessidade de implantação de políticas públicas de assistência para idosos que possuam a infraestrutura necessária, tanto material quanto profissional, para o cuidado desta população, especificamente diante do aumento da expectativa de vida no Brasil.

PALAVRAS-CHAVE: depressão; síndrome de fragilidade; instituição de longa permanência.

PROMOVENDO LONGEVIDADE E QUALIDADE DE VIDA: O PAPEL DO EXERCÍCIO FÍSICO NA RECUPERAÇÃO DA DEPENDÊNCIA QUÍMICA

Letícia Porto Gutierrez, Elba Fernanda Pereira Mourato, Eugênio Alencar Muniz Filho
Larissa Giovanna Araújo Bezerra, Paulo Roberto de Andrade Neto, Gabriela Espósito Tabosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: A dependência química é um problema global que impacta a qualidade de vida e saúde mental dos indivíduos. Neste contexto, estratégias terapêuticas eficazes são essenciais. Uma abordagem que tem recebido crescente atenção é o papel do exercício físico na reabilitação e tratamento da dependência de drogas. Este pôster científico explora a relação entre exercício físico, longevidade e qualidade de vida em indivíduos com histórico de dependência química, com base em cinco estudos relevantes. **OBJETIVO:** Investigar o impacto do exercício físico na promoção da qualidade de vida e na redução do desejo de uso de substâncias em indivíduos em recuperação de dependência química, analisando seus efeitos

agudos e crônicos na saúde mental, capacidade cognitiva e padrões de comportamento relacionados ao uso de drogas. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão de literatura realizada com base em artigos científicos indexados no PUBMED e Scielo, publicados entre os anos de 2016 e 2022. A busca foi conduzida utilizando descritores controlados relacionados ao tema de interesse. Foram identificados inicialmente um total de 23 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão, que consistiram em selecionar apenas artigos em inglês ou português que abordassem diretamente a temática da revisão, foram mantidos 6 artigos para análise. Os critérios de exclusão foram estabelecidos previamente e incluíram artigos publicados antes de 2016 e aqueles que não estavam diretamente relacionados ao tema de pesquisa proposto. **RESULTADOS:** Em resumo, a participação regular em atividades físicas surge como uma estratégia essencial e complementar na promoção da recuperação e qualidade de vida de indivíduos em reabilitação por dependência química. Ao integrar as abordagens terapêuticas convencionais, como psicoterapia e farmacoterapia, o exercício físico representa uma melhoria substancial no cuidado e recuperação dos afetados. A implementação consistente de um programa de condicionamento físico, aliado a uma dieta equilibrada e rotinas regulares, desempenha um papel crucial na recuperação fisiológica, emocional, cognitiva e social. Além de aprimorar a composição corporal e a capacidade cardiorrespiratória, as atividades físicas criam um ambiente propício para enfrentar desafios psicológicos e comportamentais associados à dependência química. As evidências sugerem que o exercício físico contribui para a redução aguda de desejos e impulsos, o aumento do afeto positivo e a melhora crônica da depressão e ansiedade comórbidas, bem como para a capacidade de atenção e memória, moderando os resultados relacionados ao uso de álcool e substâncias. Além disso, ao proporcionar oportunidades para estabelecer novas rotinas e promover uma sensação de realização pessoal, as atividades físicas contribuem para transformar a identidade e aumentar a autoestima. Assim, a inclusão contínua de atividades físicas na vida cotidiana de indivíduos em recuperação não apenas complementa o tratamento convencional, mas também desempenha um papel fundamental na prevenção de recaídas e na promoção de uma vida saudável e duradoura. Esses benefícios têm um impacto positivo significativo na abordagem terapêutica da dependência química e na qualidade de vida pós-tratamento. **CONCLUSÃO:** O exercício físico emerge como uma estratégia fundamental na recuperação, reabilitação e integração social de dependentes, demonstrando efeitos significativos na capacidade cognitiva e redução do desejo de uso de drogas. A implementação de um programa de condicionamento físico, combinado com dieta adequada e horários regulares, é uma intervenção terapêutica robusta no processo de recuperação fisiológica, emocional, cognitiva e social.

PALAVRAS-CHAVE: exercício físico; dependência química; saúde mental; qualidade de vida; reabilitação

RELAÇÃO ENTRE FADIGA PERCEBIDA E ÍNDICE DE FADIGA EM UM TESTE PARA AVALIAÇÃO DA POTÊNCIA ANAERÓBIA.

Daniel Guilherme de Andrade, Gabriel de Lima Marinho, Israel Domingos Mariz, Rômulo da Rocha Couto e Ozeas Lins Filho

RESUMO

INTRODUÇÃO: Atualmente a fadiga neuromuscular é entendida como um processo de declínio do desempenho físico que é controlado por alterações psicofisiológicas. Além de fatores locais como alterações metabólicas, parâmetros psicológicos como percepção de esforço e fadiga podem influenciar o desempenho físico. Em atividades físicas de intensidade máxima variáveis relacionadas ao desempenho físico como: potência anaeróbia, velocidade atingida e número de repetições; podem ser afetadas pela percepção de fadiga de um indivíduo. Indivíduos com alta percepção de fadiga tendem a não demonstrar o máximo de desempenho físico em algumas tarefas. Entretanto pouco se sabe se a percepção de fadiga também afeta a queda de rendimento dos indivíduos durante esses esforços. **OBJETIVO:** Nesse sentido, objetivo do presente estudo é investigar a relação entre o nível de fadiga percebido e a queda de rendimento em um teste para avaliação da potência anaeróbia máxima. **MÉTODOS:** 7 estudantes universitários (5 homens e 2 mulheres) participantes da Extensão

Híbrida em Educação Física e Fisioterapia foram voluntários da presente pesquisa. Os voluntários foram previamente instruídos e preencheram Escala de Humor de Brunel (BRUMS). O BRUMS é um instrumento que contém 24 indicadores simples de humor que são perceptíveis pelo indivíduo que está sendo avaliado. Os avaliados respondem como se sentem em relação às tais sensações, de acordo com a escala de 5 pontos (de 0 = nada a 4 = extremamente). Os 24 itens da escala compõem as seis subescalas de humor: raiva, confusão, depressão, fadiga, tensão e vigor. Para a presente investigação foi utilizada apenas as subescalas que compõem o item de percepção de fadiga. Para avaliação da potência máxima anaeróbia foi utilizado o teste de Bosco (The Bosco Jump Test), com duração de 30 segundos. O teste de Bosco consiste na realização de saltos contínuos com contramovimento buscando atingir alturas máximas durante 30 segundos. Os saltos foram realizados em uma plataforma de contato (CEFISE®) com mensuração da potência de cada salto (W/kg). O índice de fadiga que é uma medida que representa a queda de rendimento durante o teste foi calculado conforme a fórmula recomendada: $((\text{maior potência} - \text{menor potência}) / \text{maior potência}) \times 100$. A correlação de Pearson foi utilizada para avaliar a relação entre a fadiga percebida reportada pelo questionário de BRUMS e o índice de fadiga do teste de Bosco. **RESULTADOS:** Foram encontradas correlação significativas positivas entre a fadiga percebida e o índice de fadiga ($r = 0,88$; $p = 0,008$). **CONCLUSÕES:** Os resultados do presente estudo demonstram que indivíduos que se percebem mais fadigados apresentam uma maior queda de rendimento em um teste máximo. Dessa forma reforça-se a compreensão de que o fenômeno de fadiga dentro de atividades físicas é um processo psicofisiológico que depende de percepções psicológicas e interações neurometabólicas.

REVISÃO INTEGRATIVA: O USO DA TECNOLOGIA COMO TREINO DA MEMÓRIA NO COTIDIANO DO IDOSO

Mariana Braga N. L. M. Lacerda, Mônica Cristina Batista de Melo

RESUMO

INTRODUÇÃO: A memória, uma das funções cognitivas que mais apresenta declínio ao longo da vida, é definida como sistema de armazenamento de informações não estático e transitório. Sua transitoriedade caracteriza-se como um enfraquecimento da memória com o tempo, visto que muitas informações são evocadas e esquecidas nesse trajeto. O envelhecimento, por sua vez, apresenta mudanças gradativas, sendo o declínio cognitivo da memória uma das queixas comuns nesse processo. Diante do aumento da população idosa no Brasil, tornam-se necessárias medidas na área da saúde que auxiliem o cuidado mnemônico do idoso para o envelhecimento saudável, podendo-se utilizar a tecnologia como ferramenta. **OBJETIVO:** Analisar a produção científica sobre o uso da tecnologia como recurso para o treino da memória no cotidiano do idoso. **MÉTODO:** Estudo de Revisão Integrativa. As etapas metodológicas foram realizadas, que consistem em cinco estágios, a formulação do problema, coleta de dados, avaliação dos dados, análise e interpretação, sendo esta última através das normas de análise discursiva qualitativa. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foram selecionados estudos dos últimos 20 anos e após avaliação crítica, foram escolhidas 14 pesquisas realizadas nas regiões do Nordeste, Centro-Oeste, Sudeste e Sul do Brasil, cujo tema era o uso da tecnologia para treino da memória do idoso, sendo 08 de natureza quantitativa, 02 qualitativas e 04 mistas (qualitativas e quantitativas), o ano de publicação variou de 2006 a 2019. Após análise das produções, observou-se nos resultados destaque ao potencial ativo e participativo do idoso na construção de novos conhecimentos. Os estudos revelaram que os treinos da memória através da tecnologia, facilita a aprendizagem de estratégias para memorização e compensação dos déficits cognitivos no envelhecimento, como também proporciona autonomia, independência e inclusão no mundo virtual. Ademais, os estudos relatam que estratégias de treino da memória operacional, em conjunto com a tecnologia, podem ser utilizadas como recurso para o funcionamento da memória episódica. Os efeitos desses treinos foram considerados estaticamente maiores que os testes e programas de intervenção, pois esses últimos não possuem o objetivo de aperfeiçoamento da memória, mas de avaliação e diagnóstico. Esse dado não coloca superioridade de nenhuma técnica, mas indica o treinamento da memória como prática à plasticidade da memória episódica. Um ponto crítico nesses achados é a ausência de manejo e treino com essas ferramentas por parte dos idosos, dificultando o uso seguro e eficiente da tecnologia. As evidências científicas exibem bons resultados na promoção de cursos digitais inclusivos para idosos, sendo necessárias mais iniciativas nesse âmbito. A educomunicação é um novo campo de intervenção social, que funciona como uma rede de educação através da mídia, sendo uma proposta de ensino ao idoso. **CONCLUSÃO:** O presente estudo visa estimular investigações sobre a educomunicação no uso de tecnologias pelos idosos, que desenvolvam o treino das áreas corticais e fortaleçam as funções executivas da memória, bem como a prevenção de declínios cognitivos futuros.

PALAVRAS-CHAVE: memória; treino cognitivo; idoso.

TDAAH E LONGEVIDADE, INVESTINDO NA SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Raiane Cruz, Michelle Torres, Leopoldo Barbosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: O estudo do Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAAH) e sua relação com a longevidade é importante para entender os impactos da saúde mental na qualidade de vida ao longo do tempo. Este trabalho explora o cenário atual do TDAAH,

destacando a necessidade de investimentos na saúde mental para promover a longevidade e o bem-estar das pessoas afetadas por essa condição. Por meio de uma análise estruturada, este estudo visa fornecer insights relevantes para profissionais de saúde, pesquisadores e formuladores de políticas públicas, a fim de melhorar o diagnóstico, tratamento e suporte contínuo para indivíduos com TDAH, contribuindo para uma sociedade mais saudável e inclusiva. **OBJETIVO:** Investigar a relação entre o TDAH e a longevidade, explorando como investimentos na saúde mental podem impactar positivamente a qualidade de vida e a expectativa de vida de indivíduos diagnosticados com TDAH. **MÉTODO:** Esta pesquisa adota uma abordagem de revisão integrativa, visando sintetizar de forma abrangente os resultados de estudos primários e secundários relacionados à relação entre o TDAH, longevidade e a importância da saúde mental. A revisão foi conduzida em bases de dados eletrônicas, incluindo PubMed e Scielo. Foram incluídos estudos publicados até a presente data, sem restrições geográficas, que abordem o TDAH e longevidade, abordando tanto os efeitos do TDAH na saúde física e mental ao longo da vida quanto intervenções para melhorar a qualidade de vida e a expectativa de vida de pessoas com TDAH. Como também estudos que discutiam estratégias de prevenção e tratamento para complicações associadas ao TDAH que possam impactar a longevidade. Essa busca foi realizada de forma sistemática, utilizando termos de pesquisa adequados e combinados com operadores booleanos. Os dados extraídos foram analisados de forma qualitativa, buscando identificar padrões, tendências e lacunas de conhecimento na literatura. A síntese dos resultados foi realizada de maneira a fornecer uma compreensão abrangente da relação entre TDAH e longevidade. **RESULTADOS:** A revisão integrativa revelou uma associação entre TDAH e impactos negativos na saúde física e mental ao longo da vida, como comorbidades e comportamentos de risco. Dessa forma, intervenções, como tratamento farmacológico e terapia cognitivo comportamental, mostraram-se promissoras para melhorar a qualidade de vida e a expectativa de vida de pessoas com TDAH. Estratégias de prevenção e tratamento de complicações associadas ao TDAH também foram identificadas como essenciais. No entanto, lacunas de conhecimento foram apontadas, sugerindo a necessidade de mais pesquisas para entender melhor os mecanismos subjacentes e avaliar a eficácia das intervenções. Esses resultados enfatizam a importância de abordagens integradas e multidisciplinares para o manejo do TDAH, visando promover a saúde e aumentar a longevidade desses indivíduos. **CONCLUSÃO:** Terapias como medicamentos e intervenções comportamentais mostram-se promissoras para melhorar a qualidade de vida e longevidade das pessoas com TDAH. Contudo, há uma necessidade de pesquisas adicionais para compreender plenamente os mecanismos subjacentes e desenvolver estratégias de intervenção mais eficazes. Uma abordagem colaborativa e multidisciplinar é crucial para otimizar o cuidado e garantir uma vida mais saudável para aqueles com TDAH. **PALAVRAS-CHAVE:** TDAH; longevidade; saúde mental; qualidade de vida

TDAH EM CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR: RESULTADOS PRELIMINARES DE UM ESTUDO TRANSVERSAL

Bruna Larissa da Silva Rodrigues, Celina Rodrigues Bechara dos Santos, Letícia Lira Travassos, Mikaela Luiza do Rego Barros Nóbrega, Saulo Henrique Campello de Freitas, Leopoldo Nelson Fernandes Barbosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: O Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é um transtorno do neurodesenvolvimento que tem como sintomas o prejuízo na atenção e/ou a presença de hiperatividade e de impulsividade. Na idade pré-escolar, o processo de diagnóstico se torna mais complexo a partir das diferenças fisiológicas e de desenvolvimento. Portanto, é

importante a investigação da prevalência de sintomas de TDAH nessa faixa etária, visando um maior direcionamento e estabelecimento de critérios definidos para o diagnóstico. **OBJETIVO:** Avaliar, a partir dos resultados preliminares de um estudo transversal, a frequência de sintomas de desatenção e hiperatividade em participantes de idade pré-escolar, a realização de terapia e presença de comorbidades. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo corte transversal realizado no ano de 2023 em um hospital de referência em Pernambuco (PE). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos (CEP) vide CAAE: 65137422.0.0000.5201. A coleta de dados teve início mediante as assinaturas dos termos Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE) pelo participante e Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelo responsável. Os participantes foram avaliados utilizando o Swanson, Nolan, and Pelham Questionnaire (SNAP-IV) e o questionário sociodemográfico e clínico. Resultados: Os resultados preliminares contam com 10 crianças entre 4 e 6 anos de idade. Dentre elas, 80% (n=8) têm alguma comorbidade psiquiátrica, 40% (n=4) realizam terapia e 70% (n=7) pontuaram tanto para desatenção quanto para hiperatividade a partir do SNAP-IV. **RESULTADOS:** Observa-se, a partir de dados encontrados na literatura, que o diagnóstico precoce do TDAH pode atenuar prejuízos futuros, uma vez que possibilita o planejamento de intervenções adequadas para a sintomatologia que cada criança expressa. Por existir prejuízos comportamentais em crianças com os sintomas do TDAH, a intervenção precoce pode minimizar a possibilidade de prejuízos no funcionamento social e acadêmico com o avançar da idade. No entanto, dados apontam que a maioria dos diagnósticos são feitos a partir dos 6 anos de idade. Além disso, os resultados do estudo corroboram com achados na literatura que estimam a prevalência de 70% de comorbidades associadas ao TDAH em crianças pré-escolares. **CONCLUSÃO:** Depreende-se que os resultados do estudo podem contribuir para a integração de informações de cunho qualitativo acerca do TDAH em crianças menores, possibilitando uma maior compreensão acerca da manifestação do transtorno nessa idade e da importância da intervenção precoce.

PALAVRAS-CHAVE: transtorno do déficit de atenção com hiperatividade; crianças; sintomas; idade pré-escolar

VIVÊNCIAS DE ESTUDANTES DE UM CURSO MÉDICO SOBRE PREVENÇÃO E PROMOÇÃO À SAÚDE DE PESSOAS IDOSAS A PARTIR DA PRÁTICA DA EXTENSÃO CURRICULARIZADA

Ana Flávia Dantas de Miranda; Carolina Fonseca Leal de Araújo; Mariane de Carvalho Lopes; Juliana Monteiro Costa; Mariana Maciel Nepomuceno

RESUMO

INTRODUÇÃO: Extensão, ensino e pesquisa são considerados pela legislação brasileira o tripé universitário. Tal preceito orienta a qualidade da produção universitária e ajuda a definir o papel social da instituição de ensino superior. No cenário internacional as extensões universitárias também estão presentes, tendo em vista a possibilidade de articulação e imersão dos estudantes em cenários onde a prevenção e promoção à saúde se faz necessária. Recentemente a Lei nº 13.005/2014 tornou a atividade de extensão como parte obrigatória da matriz curricular dos cursos de graduação, de modo que um percentual de 10% da carga horária do curso passou a ser distribuído para este fim. A extensão tem o intuito de promover uma relação dialógica entre estudantes e a comunidade, visando atender as necessidades físicas, psicológicas, sociais e culturais deste grupo. **OBJETIVO:** Descrever as vivências de estudantes do curso médico da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS) acerca da prevenção e promoção

à saúde de pessoas idosas a partir da prática da extensão curricularizada. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado a partir da vivência de três estudantes da FPS diante da extensão curricularizada no curso de medicina, que envolveu ações ofertadas para pessoas idosas, relacionadas à prevenção e promoção de saúde, como: rodas de conversa e atendimentos para aferição de pressão, exame de glicemia, oximetria de pulso e aferição de medidas antropométricas (peso, estatura e índice de massa corporal) durante o ano de 2023. **RESULTADOS:** A vivência prática da extensão curricularizada promoveu um maior diálogo entre os estudantes de medicina e a comunidade, contribuindo para uma visão mais ampla das demandas e vulnerabilidades desses sujeitos. Por meio das atividades realizadas, foram reveladas as necessidades de saúde, mas também o contexto social e psicológico de todos os envolvidos naquele cenário. Neste sentido, a extensão curricularizada convocou os estudantes a um olhar mais humanizado e holístico para o ser humano, desenvolvendo habilidades e competências que ultrapassam o saber técnico. **CONCLUSÃO:** A extensão curricularizada contribui para a construção da identidade profissional dos futuros médicos à medida que os mesmos assumem o protagonismo, através da produção de sentidos e da articulação do conhecimento social e acadêmico.

PALAVRAS-CHAVE: extensão; prevenção; humanização.

A IMPORTÂNCIA DA SUPLEMENTAÇÃO DE ZINCO NO CONTROLE E PREVENÇÃO DA DIABETES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Natália Maria da Silva, Mayara Paula de Oliveira, Matheus Laurindo Marques, Ana Lúcia Luiza Gomes

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Diabetes Mellitus (DM), é um distúrbio metabólico caracterizado por hiperglicemia constante, devido a deficiência na liberação do hormônio da insulina, parcial ou total. Além disso, a diabetes descompensada originada do aumento persistente da glicemia no sangue, poderá promover algumas desordens no organismo, acarretando em possíveis complicações sistêmicas. De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes, existem atualmente, no Brasil, mais de 13 milhões de pessoas vivendo com a doença, o que representa 6,9% da população. Diversos estudos têm investigado o papel do zinco e a sua relação com secreção de insulina, dentre eles podemos destacar a sua capacidade de aumentar a captação de glicose via GLUT2 aos respectivos receptores, a melhora da sensibilidade à insulina e redução da gordura corporal, uma vez que estar envolvida nos processos de síntese de glicogênio e gliconeogênese, como também a diminuição da inflamação sistêmica causada pela hiperglicemia, devido ao poder anti-oxidação do zinco. Além disso, como a diabetes é caracterizada como uma DCNT (Doença crônica não transmissível), a suplementação de zinco pode agregar efeitos benéficos biopsicossociais ao indivíduo, uma vez que até os dias atuais não se encontrou tratamento para sua cura. **OBJETIVO:** Relacionar a importância da suplementação de zinco no controle glicêmico em pessoas com diabetes mellitus, como também em sua prevenção. **MÉTODO:** Foi realizada uma revisão bibliográfica da literatura baseada em artigos publicados nas bases eletrônicas de dados, National Library of Medicine (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Sendo incluídos artigos originais, estudos realizados em humanos, artigos publicados nos últimos 10 anos nos idiomas inglês, português ou espanhol, cujos resumos estavam disponíveis para consulta. Já os critérios de exclusão foram artigos indisponíveis na íntegra e que não atenderam aos critérios de inclusão. **RESULTADOS:** É evidente, que o zinco desempenha um papel fundamental no controle glicêmico de pessoas com DM, em especial o tipo 2. Sendo o efeito

com maior relevância, o poder similar que o mineral exerce na ação de estimular a lipólise nos adipócitos, que tem ação análoga à insulina. Além disso, o zinco exerce função na prevenção da dishomeostase intracelular ou deficiência que se caracteriza pela instabilidade da homeostasia celular por perda ou falta de nutrientes, acarretando uma DM. Com isso, nota-se os efeitos positivos da suplementação contribuindo para a dissolução parcial desta problemática. **CONCLUSÕES:** Diante do exposto, é possível afirmar que o zinco cumpre papel essencial na prevenção, controle e manutenção da DM, devido às propriedades funcionais e as respectivas funções desse micronutriente. Assim, pode-se concluir que, a suplementação de zinco nos pacientes diabéticos estabelece um prognóstico positivo no controle da DM, promovendo uma melhor qualidade de vida ao longo dos anos.

PALAVRAS-CHAVES: diabetes; suplementação; zinco.

ANÁLISE DO USO INDISCRIMINADO DO METILFENIDATO POR CRIANÇAS E ADOLESCENTES: REVISÃO INTEGRATIVA

Maria Vitória dos Santos Silva, Karina Maria Bezerra da Silva, Marília Gomes da Silva, Suellen Karla Silva Guerra

RESUMO

INTRODUÇÃO: O metilfenidato, mais conhecido pelo nome comercial de Ritalina, é uma droga psicotrópica comumente usada por pessoas com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) e narcolepsia, sendo um medicamento estimulante do sistema nervoso central que faz parte da classe das anfetaminas. O uso indiscriminado do metilfenidato tem aumentado em pessoas sem o diagnóstico efetivo como crianças e adolescentes, com intuito de terem desempenhos cognitivos melhores. **OBJETIVO:** Analisar o uso indiscriminado em crianças e adolescentes do medicamento metilfenidato e suas consequências. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa de literatura, tendo início a partir da pergunta de pesquisa: Quais os principais riscos associados ao uso indiscriminado por crianças e adolescentes sem o diagnóstico devido e Quais fatores interferem no que diz respeito ao diagnóstico, contexto social e acompanhamento clínico adequado? Utilizando como base de dados: plataforma Google Acadêmico, PubMed e Scielo, no período temporal entre os anos de 2020 a 2023, nos idiomas português e inglês. Foram utilizados os DeCS: Medicamentos Psicotrópicos, Estimulantes do sistema nervoso central, TDAH, Saúde Mental, Medicamentos. A partir dos critérios de inclusão do recorte foram escolhidos 9 artigos, após a implementação dos critérios foi totalizado 5 artigos para compor o estudo. **RESULTADOS:** O metilfenidato (Ritalina) é um estimulante do sistema nervoso central (SNC), que vai atuar na elevação e concentração de Dopamina e Norepinefrina na junção sináptica, resultando em neurotransmissores ativos por mais tempo. É o estimulante mais consumido no Brasil e no mundo tendo em vista a existência da venda online deste medicamento, acarretando desta forma uma taxa elevada de uso entre adolescentes e adultos, com uma prevalência de 43,4% em relação ao tratamento de TDAH e 26,2% acerca de consumo para neuromelhoramento cognitivo, muitas vezes sendo de uso não prescritos. Os riscos associados ao uso indiscriminado do metilfenidato seja do uso sem prescrição médica, seja com acompanhamento clínico, variam desde o aumento do nível de estresse, redução de qualidade de vida, insônia, irritabilidade, alucinações, além de abuso e dependência, assim como pode também mascarar doenças relacionadas a saúde mental, como ansiedade, síndrome do pânico, aumento da pressão sistólica, frequência cardíacas e respiratórias elevados, podendo inclusive levar à óbito. **CONCLUSÃO:** Evidencia-se que o uso indiscriminado do metilfenidato leva a consequências neurológicas maléficas como danos mentais e físicos nas pessoas que os consomem, onde existe

um número grande de crianças e adolescentes que fazem uso deste tratamento de forma inadequada. Há a necessidade do alerta para a problemática em torno da venda deste medicamento on-line.

PALAVRAS-CHAVES: medicamentos psicotrópicos; estimulantes do sistema nervoso central; TDAH; saúde mental; medicamentos

DISTRIBUIÇÃO REGIONAL DE SINTOMAS DE ANSIEDADE EM ESTUDANTES DA REDE ESTADUAL: UM RECORTE DO PROJETO ATITUDE

Diego de Melo Lima, Caroline Ramos de Moura Silva, Paolo Porciúncula Lamb, João Francisco Lins Brayner Rangel Junior, Mauro Virgílio Gomes de Barros

RESUMO

INTRODUÇÃO: O Brasil registra a maior prevalência de Ansiedade no mundo, sendo os jovens um dos grupos mais atingidos pelo transtorno. Caracterizada como uma preocupação exarcebada com algo que ainda não aconteceu, e seus sintomas afetam de forma diferente cada indivíduo. Conhecer a distribuição regional dos sintomas nas regiões do estado de Pernambuco é fundamental para o planejamento em saúde. **OBJETIVO:** Identificar diferenças regionais quanto aos sintomas de Ansiedade em estudantes do Ensino Médio de Pernambuco. **Método:** Trata-se de um estudo epidemiológico, transversal, com uma amostra representativa de estudantes da rede pública estadual do ensino médio de Pernambuco (4271 estudantes de 14 a 19 anos, 54,5% do sexo feminino). Os dados foram coletados por meio da escala de Ansiedade Social para adolescentes (SAS-A), aplicado em 2022. Para esta pesquisa foi feito um recorte de seis perguntas da escala, as quais expressam textualmente a expressão: Preocupo-me (item 1) “fazer algo na frente dos outros”; (item 2) “com o que os outros pensam de mim”; (item 3) “com o que os outros dizem de mim”; (Item 4) “se os outros não gostam de mim”; (item 5) “com a possibilidade de ser zoadado”; e (item 6) “com a possibilidade de não gostarem de mim em uma discussão”. O questionário é organizado em escala de Linkert variando entre “não tem a ver comigo” e “Todas as vezes”. Para a análise dos dados foram considerados os três primeiros níveis da escala como ausência do sintoma e os dois últimos como um sintoma presente. Os resultados são apresentados em valores absolutos e relativos, organizados por macroregiões do estado, sendo considerado um $p < 0,05$ para a associação entre as variáveis. **RESULTADOS:** A distribuição dos alunos por macroregião foi de 36,5% da Região metropolitana de Recife, 17,7% da zona da mata, 18,7% do agreste e 27,1% do sertão. O item 2 teve a maior frequência do sintoma (34,8%), enquanto item 4 teve a menor (24,2%). Agreste e zona da mata tiveram a maior frequência de sintomas em três das perguntas avaliadas, respectivamente. O sertão teve a menor frequência de sintomas em quatro perguntas, enquanto a região metropolitana em duas. As perguntas referentes aos itens 1, 3 e 5 tiveram associação ($p < 0,05$) com as regiões do estado. A moças tiveram maiores frequências em todas as perguntas avaliadas, mostrando valores maiores para as mesmas regiões que a análise geral, contudo só foi observada associação no item 5. Enquanto entre os rapazes a distribuição mostrou-se um pouco diferente sendo a zona da mata com a maior prevalência em três dos itens e as demais regiões em um dos dos itens, não havendo associação entre a prevalência do sintoma e as regiões. **CONCLUSÕES:** Uma primeira análise tende a constatação de que a Zona da Mata e o Agreste apresentam frequências maiores de fatores relacionados a ansiedade, contudo dos seis itens avaliados somente três mostraram associação com as regiões avaliadas. E que apesar das moças apresentarem maiores frequências em todas as variáveis somente em uma a região se mostrou fator associado ao item avaliado.

PALAVRAS-CHAVE: saúde mental; adolescente; serviços de saúde escolar

EXCLUSÃO DIGITAL DE IDOSOS: IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA, SAÚDE MENTAL E LONGEVIDADE DOS IDOSOS

Eugênio Alencar Muniz Filho, Arthur Henrique Carvalho de Almeida, Elba Fernanda Pereira Mourato, Larissa Giovana Araújo Bezerra, Letícia Porto Gutierrez, Sabrina Vitória das Mercês Cavalcanti

RESUMO

INTRODUÇÃO: Na era digital contemporânea, a integração das tecnologias digitais no cotidiano tem remodelado as formas de comunicação, acesso à informação e interações sociais, promovendo uma inclusão social e cultural sem precedentes. Contudo, esse avanço tecnológico não é uniformemente distribuído, evidenciando uma lacuna significativa que afeta desproporcionalmente a população idosa. A exclusão digital, caracterizada pela falta de acesso ou habilidade para usar tecnologias digitais, emerge como um problema social crítico, impactando negativamente a saúde mental, a sensação de isolamento e a qualidade de vida dos idosos. **OBJETIVO:** Analisar como a exclusão digital, a falta de acesso ou habilidade para usar tecnologias digitais, impacta a saúde mental, a sensação de isolamento e a qualidade de vida dos idosos. **MÉTODO:** Trata-se de uma revisão de literatura de artigos científicos indexados no PUBMED, Brazilian Journal of Developpements, Scielo, Biomed Central e PsycInfo, entre 2016 e 2023, por meio de descritores controlados. Foram encontrados 12 artigos mediante os critérios de inclusão: artigos em inglês e português e que abordavam a temática referente à revisão. Os critérios de exclusão foram artigos anteriores a 2016 e que não abordavam a temática. **RESULTADO:** Revelam uma correlação significativa entre a exclusão digital e o aumento dos sintomas de depressão, ansiedade e solidão entre os idosos, destacam a importância de estratégias inclusivas que abordem tanto as barreiras tecnológicas quanto as psicossociais. A falta de competência digital não apenas impede que os idosos acessem informações importantes e serviços essenciais, mas também os coloca à margem das conexões sociais que se deslocaram para o ambiente online. Os idosos podem encontrar barreiras tecnológicas, como a dificuldade em navegar em interfaces de usuário complexas ou em entender novos dispositivos. Além disso, muitos enfrentam barreiras psicossociais, tais como o medo de cometer erros, o estigma associado ao aprendizado de novas habilidades em uma idade avançada, e a sensação de que o mundo digital é um domínio reservado para os mais jovens. Essas barreiras psicológicas são muitas vezes reforçadas por estereótipos etários e pela falta de representação dos idosos no desenvolvimento de tecnologias. **Conclusão:** A pesquisa conclui que a inclusão digital dos idosos é crucial para melhorar sua qualidade de vida e saúde mental, além de reforçar sua autonomia e participação social. Estratégias inclusivas devem ser desenvolvidas para superar barreiras tecnológicas e psicossociais, como complexidade das interfaces e estigma de aprendizado em idades avançadas. A literacia digital pode reduzir o isolamento e permitir acesso a serviços essenciais, exigindo ações conjuntas de políticas públicas, desenvolvedores de tecnologia e apoio familiar. Promover ambientes digitais acessíveis e representativos pode atenuar os estereótipos etários e potencializar a inclusão dos idosos na sociedade digital, garantindo que estejam conectados, informados e envolvidos.

PALAVRAS-CHAVE: exclusão digital; qualidade de vida; saúde mental; idosos.

EXTENSÃO CURRICULAR INTERPROFISSIONAL NA COMUNIDADE:

RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ESTUDANTES INGRESSANTES NA PSICOLOGIA

Gabriela Ventura Coelho, Beatriz Soares da Silveira, Rebeca Fernandes Penha, Nathaly Maria Ferreira-Novae

RESUMO

INTRODUÇÃO: O debate sobre o atendimento centrado no usuário tem crescido e evidenciado a necessidade de atenção interprofissional que consiste num trabalho em equipe no qual os profissionais trabalham no mesmo propósito clínico e com métodos participativos com os pacientes que encontram-se no cuidado interprofissional e, embora a extensão curricular seja um conceito em construção, tem grande potencial para contribuir no desenvolvimento de competências e habilidades para haja a formação de psicólogos à demanda de qualidade de vida dos sujeitos. Porém, é necessária uma disponibilidade dos profissionais em lidar com os outros na sua alteridade. **OBJETIVO:** Descrever potências e desafios da experiência de estudantes do primeiro período da graduação de Psicologia em projeto interprofissional de Extensão Curricular com comunidade do entorno de uma faculdade privada na cidade do Recife/PE, discutindo a sua importância na formação do Psicólogo. **MÉTODOS:** Pesquisa qualitativa de relato de experiência construído a partir da análise documental de diários de campo escritos por uma turma de 55 estudantes do primeiro período de Psicologia de uma faculdade privada, em Recife/PE, para fins avaliativos no módulo da extensão curricular. Eles registraram as suas experiências vivenciadas em projeto de extensão sobre o trabalho interprofissional com os cursos de Farmácia e Nutrição aplicado na promoção de cidadania para pessoas de uma comunidade próxima à faculdade. **RESULTADOS:** O enfoque temático do projeto foi a realização de atividades teórico-vivenciais e reflexões em sala de aula sobre desigualdade e vulnerabilidade social, bem como implicações destas na atuação do profissional de saúde na comunidade. Os estudantes foram sensibilizados quanto aos objetivos, papel da extensão curricular e elaboraram sobre a sua importância para a formação profissional em saúde de forma Interprofissional, onde esta é uma construção processual, dialógica e simbólica, com aproximações, tensionamentos e adaptações criativas nas relações eu-outros. A extensão curricular, como tal, é um território de desafios e de potencialidades. O encontro com profissionais em formação de outros cursos, numa interprofissionalidade, faz com que estereótipos e lacunas se apresentem, surgindo a questão: o que faz um psicólogo e qual é o seu espaço de atuação? Questionamento que possibilita que comunidade, alunos e todos envolvidos no projeto de extensão aprendam sobre o fazer um do outro. Ao mesmo tempo, a extensão curricularizada, ao diminuir as barreiras entre quem está dentro e quem está fora dos muros da faculdade, promove cidadania uma vez que permite que os alunos entre em contato com as demandas do outro. E assim, antes de estabelecer respostas prontas, num diálogo, busca entender quem é essa comunidade que participa desse projeto, quais meios podem ser acionados para que lhe seja proporcionada qualidade de vida, entre outros. **CONCLUSÃO:** Foi possível perceber as potências e desafios de se construir uma educação interprofissional focada na promoção de qualidade de vida de pessoas em situação de vulnerabilidade social, porém, ainda faz-se necessário provocar reflexões acerca da integração aos estudantes, ampliando o olhar do futuro profissional de saúde, sendo imprescindível a continuação desse estudo.

PALAVRAS-CHAVE: educação interprofissional, qualidade de vida, extensão

IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA DE REDE PÚBLICA NO RECIFE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Larissa de Lourdes Colaço Silva, José Luiz Miguel da Silva Sarah de Melo, Isabelle Diniz Cerqueira Leite

RESUMO

INTRODUÇÃO: A adolescência é marcada pela transição da infância para a vida adulta e envolve mudanças em diversos âmbitos biopsicossociais. Nessa fase, marcada pela construção e crise de identidade, o adolescente passa por instabilidade e conflitos afetivos, que acabam interferindo na sua saúde mental. Nesse sentido, a saúde mental é um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo, e possibilita o desenvolvimento de habilidades pessoais frente aos desafios do cotidiano. Com isso, o termo se relaciona à forma como o sujeito reage às exigências, mudanças e ao modo como gerencia suas ideias e emoções. Recentemente, tem-se evidenciado um maior número de jovens sofrendo com ansiedade e transtornos de humor. Neste cenário, percebe-se a importância de discutir e promover momentos de debates acerca da saúde mental e seus impactos nos adolescentes. **Objetivo:** Este trabalho tem como objetivo relatar uma ação de promoção da saúde mental para adolescentes do Ensino Fundamental II, de uma rede pública de ensino no Recife, por meio de atividades relacionadas a essa temática. **Método:** Baseou-se no relato de experiência sobre uma educação popular em saúde, por meio da qual buscou-se discutir com os adolescentes aspectos significativos de suas vivências cotidianas que interferiram em sua saúde mental. Na ação, realizada por discentes do curso de Psicologia da FPS no período de setembro a novembro de 2022, foram lançados questionamentos em relação à saúde mental e, a partir disso, emergiram temáticas e demandas dos próprios adolescentes, como por exemplo a ansiedade e seus impactos. Posteriormente, foi realizada uma psicoeducação atrelada à reflexão sobre os impactos na saúde mental. **Resultados:** Durante a ação, percebeu-se comunicação e interação dos alunos, o que demonstrou participação nos debates e atividades propostas, mesmo que alguns tenham ficado retraídos. Ao longo da prática, temas relacionados à ansiedade, como medo, preocupação e os impactos na vida futura foram surgindo, à medida em que o debate acerca da saúde mental era proporcionado. A partir da problematização sobre suas respostas, foi perguntado sobre a percepção que os alunos tinham sobre esses temas e, em seguida, foi realizada a psicoeducação acerca dos temas e demandas mais comuns trazidos por eles, além de sua relação com a saúde mental e seus impactos. **Conclusão:** A ação relatada demonstra a importância de proporcionar aos adolescentes a reflexão e debate acerca dos diversos aspectos que permeiam suas vidas, além dos impactos destes na saúde mental, que pode acabar por afetar atividades do cotidiano, relações interpessoais, visão de futuro e a qualidade de vida. Tal experiência promoveu reflexão, discussão, engajamento e senso crítico entre eles, bem como contribuiu para identificar outras demandas solicitadas para outras práticas semelhantes, e até mesmo auxiliar a escola a criar algo interativo para eles. Dessa forma, é necessário reforçar a relevância da criação e elaboração de medidas de cuidado à saúde mental e ressaltar os impactos que a permeiam, através de debates que busquem estimular o senso crítico desses adolescentes, com o objetivo de reduzir os efeitos agravantes à saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: saúde mental; adolescentes; escola pública; ansiedade.

O CONSUMO DE CIGARROS ELETRÔNICOS POR JOVENS-ADULTOS: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Ana Beatriz Angelo Candido Guimarães Barreto, Thayná Ingrid Ferreira Filgueira, Thálita Menezes

RESUMO

INTRODUÇÃO: Os cigarros eletrônicos são aparelhos que contém uma bateria fornecendo nicotina vaporizada disponibilizando a sensação de usar cigarros convencionais sem envolver a combustão do tabaco. Atualmente, os cigarros eletrônicos são socialmente mais aceitos em comparação aos cigarros combustíveis, visto que, ele oferece sabores desejáveis, a facilidade de utilização, design atraente e a experiência de fumar menos aversivas (ERINOSO, 2021). A mídia social é um forte elemento para a promoção do consumo onde a uma probabilidade maior dos jovens se sentirem atraídos para a utilização desses cigarros por se nomear como uma novidade no mercado global. Contudo, essa novidade entre os jovens-adultos apresenta efeitos danosos sobre a saúde do usuário (RANJIT, 2021). **OBJETIVOS:** Revisar a literatura quanto aos impactos na saúde dos jovens-adultos devido ao consumo de cigarros eletrônicos. **MÉTODO:** Revisão de literatura realizada no final de outubro de 2023, partindo da seguinte pergunta norteadora “Quais os impactos do consumo de cigarros eletrônicos na saúde de jovens adultos?”. Foram pesquisados artigos em inglês na base PubMed de 2018 a 2023, utilizando conjuntamente os descritores “vaping”, “Young Adult” e “Health” verificados no Decs, considerando como critério de inclusão estudos filtrados pelo eixo temporal de até cinco anos de publicação (2018-2023), filtro de humanos, texto completo gratuito e idade (19-24 anos). E como critérios de exclusão foram estabelecidos os seguintes aspectos: Estudos de caso, revisões sistemáticas da literatura e cartas ao editor e pesquisas cujo objetivo não fosse compatível com a pergunta norteadora. Após submetidos à triagem, os artigos foram dispostos em uma tabela realizada pelas próprias pesquisadoras e o risco de viés em cada estudo foi analisado. **RESULTADOS:** Do total de 1.067 artigos, apenas 60 atenderam aos critérios de inclusão após o processo seletivo e elegível dos estudos. **CONCLUSÃO:** De acordo com a literatura utilizada nesta revisão, as consequências do consumo de cigarros eletrônicos por jovens-adultos são múltiplas e podem afetar mais de uma área do organismo. Os prejuízos ao trato respiratório foram os mais encontrados nos estudos, embora este tenha sido constatado como principal alvo das pesquisas observou-se que a saúde mental dos usuários também pode ser prejudicada. Conclui-se que há uma defasagem literária a respeito da temática proposta, pois os efeitos psicológicos são pouco investigados e demandam mais pesquisas para o conhecimento acerca dessa questão.

PALAVRAS-CHAVE: cigarros eletrônicos; jovens-adultos; saúde

O IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE NO BRASIL

Luiza Braga Cavalcanti da Cunha, Ana Sofia da Mota Ribeiro

INTRODUÇÃO: Ao fim do ano de 2019, a pandemia pelo vírus SARS-CoV-2 deflagrou no mundo um estado de calamidade. Diante disso, medidas de controle sanitário foram necessárias a fim de controlar a disseminação do agente patogênico, o qual ainda possuía uma fisiopatologia obscura. Nesse contexto, as nações de todo o mundo determinaram o isolamento social como principal ferramenta para evitar a propagação do vírus. Assim, instituições de ensino de todo o território nacional suspenderam suas atividades presenciais e implementaram uma ferramenta de ensino à distância. No que concerne aos estudantes da área da saúde, incertezas surgiram em virtude do distanciamento social, uma vez que experiências práticas e interpessoais são indispensáveis para a formação em saúde e o desenvolvimento de competências subjetivas. Em virtude disso, a saúde mental dos discentes também foi afetada, aumentando assim os níveis de transtornos psicológicos nesse grupo. **OBJETIVO:** Debater a repercussão da pandemia do COVID-19, especialmente do isolamento social, na saúde mental dos acadêmicos da grande

área de saúde. **MÉTODO:** Resumo do tipo qualitativo. Realizado na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando os DeCs: (saúde mental), (pandemia), (covid-19), (estudantes da saúde) e (Brasil), com os operadores booleanos *AND*, *OR*, *AND* e *AND*, respectivamente. Ademais, considerando como critério de inclusão os estudos realizados nos últimos 5 anos e no idioma português, reduziu-se a pesquisa de 50 para 27, sendo selecionados os mais relevantes para o tema discutido. **RESULTADOS:** Em estudos analisados, foi constatado que grande parte dos discentes relatou ter percebido sinais e sintomas de patologias mentais, com destaque para depressão e ansiedade. Além disso, as circunstâncias de incerteza diante do vírus ainda pouco conhecido intensificaram o sofrimento emocional, principalmente entre os alunos dos cursos de Odontologia, Enfermagem e Medicina. Outrossim, muitos desses acadêmicos ainda precisaram lidar com o sentimento de luto devido à perda de pessoas próximas vítimas do SARS-CoV-2, o que foi um agravante na vulnerabilidade psíquica desses estudantes. **CONCLUSÃO:** Conclui-se, dessa maneira, que os impasses enfrentados pelo distanciamento social durante o período da pandemia afetaram a saúde mental dos discentes, bem como o rendimento acadêmico na formação em saúde. Isso pode resultar, a longo prazo, em indivíduos descontentes com sua graduação e inseguros no exercício das atividades intrínsecas à sua profissão. Portanto, é evidente a influência desses fatores no aumento das taxas de transtornos psicológicos e de suicídio entre estudantes e profissionais dessa área.

PALAVRAS-CHAVE: pandemia; SARS-CoV-2; saúde mental; estudantes da saúde

O IMPACTO DO REIKI NA QUALIDADE DE VIDA DA EQUIPE DE ENFERMAGEM EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

Inaia Mackert Pascoal, Gleyce Moreno Barbosa, Deuzany Bezerra de Melo Leão, Fabia Maria de Lima

RESUMO

INTRODUÇÃO: Nos últimos anos, estudos indicam uma vulnerabilidade ao estresse e pior qualidade de vida dos profissionais da enfermagem que atuam na Unidade de Terapia Intensiva (UTI), sendo esses trabalhadores expostos ao trabalho incessante, sobrecarga de atividades, baixa temperatura e barulho, situações que podem contribuir para o esgotamento emocional e aumento dos níveis de estresse. Percebeu-se, então, a necessidade de uma pesquisa com ênfase no cuidado integral desses profissionais, utilizando a terapêutica Reiki para observar qual o efeito em sua qualidade de vida. Dentre as diversas Práticas Integrativas e Complementares reconhecidas pelo SUS, o Reiki destaca-se por seu baixo custo, facilidade de aplicação e estudos evidenciando seus benefícios. **OBJETIVOS:** Sendo assim, a presente pesquisa teve como objetivo analisar os efeitos da Terapia Reiki na qualidade de vida em profissionais de enfermagem que trabalham na Unidade de Terapia Intensiva. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de intervenção com abordagens quantitativa e qualitativa, de cunho analítico, realizado no Hospital Universitário Oswaldo Cruz (HUOC-UPE), localizado na cidade de Recife, Pernambuco, Brasil, durante os meses de junho a agosto de 2022. A amostra conta com os 17 funcionários da equipe de enfermagem escalados para os plantões diurnos da unidade em questão. Os critérios de inclusão exigiam que os participantes não tivessem recebido Reiki anteriormente e estivessem disponíveis e comprometidos em participar de 4 sessões de Reiki com duração de aproximadamente 40 minutos, durante 3 semanas. Os critérios de exclusão incluíam ter recebido Reiki anteriormente, impossibilidade de comparecer às sessões devido a férias, atestados médicos ou licenças, resultando na ausência na unidade durante o período do estudo, falta de interesse em participar e não liberação pelo setor. Após a seleção, os 17 participantes foram organizados em 3 grupos de acordo com a escala de plantão da unidade,

permitindo que as sessões ocorressem durante seus dias de serviço/plantão. Para a análise da qualidade de vida, utilizou-se do instrumento WHOQOL-BREF e de um formulário em branco no Formulários Google para que os participantes expressassem suas percepções. Os dados foram analisados utilizando o Software Microsoft Office Excel 2021, segundo a ferramenta desenvolvida por Pedrosa, Pilatti e Reis (2010). O registro das percepções dos participantes foi feito através do Software Microsoft Office Excel 2021 e da ferramenta *MindMeister*, a fim de organizar e facilitar a leitura e a seleção das percepções que serão apresentadas nos resultados. A seleção foi feita com base na observação da repetição de sensações e experiências pessoais entre os participantes e níveis de confiança nos resultados da intervenção. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética por meio do parecer N° 6.089.680. **RESULTADOS:** Constatou-se que os efeitos do Reiki frente aos determinantes de uma melhor qualidade de vida são variados, agindo de forma a aumentar o bem-estar físico, mental, psicológico, emocional e espiritual, além de melhorar elacionamentos, a saúde e circunstâncias da vida relacionadas ao trabalho. Foi visto um resultado significativo em aspectos sutis e subjetivos que impactam diretamente na melhora da qualidade de vida dos participantes desse estudo. **CONCLUSÕES:** Destaca-se a necessidade de mais pesquisas nessa área para validar sua eficácia. A enfermagem, como maior força de trabalho na saúde, precisa ser vista de forma integral, reconhecendo a importância de cuidar dos profissionais para melhoraria da sua qualidade de vida e da assistência prestada.

PALAVRAS-CHAVE: Reiki; qualidade de vida; unidade de terapia intensiva.

O IMPACTO INVISÍVEL: A CRISE DA SAÚDE MENTAL ENTRE ENFERMEIROS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

Gabriel Botelho Feitosa, Ana Luísa Mota Salgado, Camille Tenório Carvalho, Glenda Souza Lacet, Jhenne Daynny Aristides Cruz, Mariane de Carvalho Lopes

RESUMO

INTRODUÇÃO: A declaração da OMS em março de 2020, categorizando a COVID-19 como pandemia, marcou um ponto crucial na história recente da saúde global. Esta designação ressalta a disseminação geográfica do vírus, alertando para os desafios enfrentados em várias nações. Entre os profissionais de saúde, os enfermeiros assumiram um papel crucial na linha de frente do combate à doença, enfrentando não apenas a carga viral, mas também estresses emocionais e desafios laborais significativos. Este artigo busca explorar os impactos dessa pandemia na saúde mental dos enfermeiros globalmente, especialmente em relação à depressão, ansiedade, estresse e burnout. **OBJETIVO:** O objetivo principal deste estudo é descrever como a pandemia da COVID-19 influenciou na saúde mental dos enfermeiros em todo o mundo. Para isso, busca-se identificar mudanças na prevalência de depressão, ansiedade, estresse e burnout, especificar os fatores que contribuíram para a piora dessas condições, investigar os fatores estressores específicos associados à saúde mental dos enfermeiros durante a pandemia e destacar lacunas na literatura. **MÉTODO:** Este estudo é uma revisão integrativa da literatura, e foi desenvolvido no período entre dezembro (2023) e fevereiro (2024). As bases de dados consultadas incluíram a National Library of Medicine (PubMed) e a Scientific Electronic Library Online (SciELO), com um intervalo de tempo entre 2020 a 2024. Foram citados na busca pelos artigos os descritores “covid-19”, “mental health” e “nurses”, utilizados na língua inglesa e são encontrados nos Descritores de Ciências da Saúde (DeCS). Além disso, foi usado o operador booleano “AND” para busca dos mesmos. Os critérios de inclusão foram “free full text”, “full text”, “english and portuguese”, “5 years”, e os critérios de exclusão foram os artigos de revisão de literatura, resumos, metanálise, duplicidade e aqueles que não atendiam o objetivo. Após a pesquisa, foram escolhidos 1.434 artigos, dentre os quais 1.106 foram excluídos por título, 189 por resumo e 108 por artigo, obtendo-se um total final de 31 trabalhos. **RESULTADOS:** Os resultados desta revisão mostraram um aumento significativo na prevalência de depressão, ansiedade, estresse e burnout entre os enfermeiros durante a pandemia da COVID-19. Os estudos revelaram altas taxas dessas condições, com destaque para índices alarmantes de ansiedade, chegando a 85,6%, e depressão, atingindo até 69,2%. O estresse também aumentou substancialmente, enquanto o burnout, especialmente entre os enfermeiros na linha de frente, apresentou-se com altas taxas de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal. **CONCLUSÕES:** A pandemia da COVID-19 teve impactos negativos significativos na saúde mental dos enfermeiros em todo o mundo. As evidências reunidas destacam a importância de abordar os desafios enfrentados por esses profissionais, incluindo a sobrecarga de trabalho, as condições adversas de trabalho e a falta de apoio. A melhoria do suporte psicossocial aos enfermeiros é essencial para preservar seu bem-estar e garantir a eficácia de suas práticas de cuidado. Além disso, esta revisão destaca a necessidade de mais pesquisas e intervenções direcionadas para promover a saúde mental dos enfermeiros e criar ambientes de trabalho mais saudáveis durante e após a pandemia.

PALAVRAS-CHAVE: Covid-19; saúde mental; enfermeiros.

O MANEJO DE EMOÇÕES COM ACOMPANHANTES NA UTI PEDIÁTRICA SOB A PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA BREVE DE APOIO

Leticia Roma Maracajá, Beatriz de Melo Oliveira, Maria Vitoria Souto Machado
Lívia Maria de Barros Monteiro, Eliane Nóbrega Albuquerque

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Unidade de Terapia Intensiva Pediátrica (UTIP) é caracterizada pelos hospitalizado e familiares como um ambiente de alta ansiedade e estresse.^{1,2} O Ministério da Saúde instituiu o Programa Nacional de Humanização valorizando o papel do acompanhante no processo de hospitalização.³ Junto as técnicas de Psicoterapia Breve de Apoio (PBA), o Psicólogo hospitalar deve focar no atendimento ao paciente, família e equipe, possibilitando a compreensão e tratamento dos aspectos psicológicos associados à doença e hospitalização, visando promover acolhimento e suporte emocional, além de ser um facilitador no processo de desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e melhor adaptação à realidade.⁴ Sob alicerce da PBA, intervenções psicológicas em grupo podem promover um espaço privilegiado para troca de experiências, desenvolvimento de estratégias adaptativas e autocuidado.⁵

OBJETIVO: Apresentar proposta de intervenção psicológica em grupo de acompanhantes de UTIP, na modalidade Roda de Conversa, visando fortalecer acolhimento, trocando vivências e psicoeducação relativa ao manejo de emoções. **MÉTODO:** Este estudo trata-se de um relato de experiência, utilizando a Metodologia Ativa como a Problematização e Aprendizagem Baseada em Problemas, por meio da utilização do Arco de Charles aguerz, seguindo etapas de observação da realidade, pontos-chave, teorização, hipótese de solução e aplicação na realidade.⁶ A partir de vivências da prática em psicologia hospitalar da raduação em psicologia no cenário de UTIP, é possível perceber que acompanhantes possuem uma alta carga de exigência emocional, havendo dificuldade no manejo saudável das emoções. Após cada atendimento, em discussões com a preceptoria, fica evidente a importância das articulações teórico-práticas para o planejamento das intervenções e planos terapêuticos dos pacientes em acompanhamento. Destaca-se a relevância do papel do acompanhante e necessidade de suporte psicológico para este. Foram realizadas buscas de artigos nas bases de dados Artmed, SCIELO e Google Scholar com descritores: Psicologia Médica, Psicoterapia Breve, Regulação Emocional, Unidades de Terapia Intensiva Pediátrica, Intervenção icossocial, Família. Corroborando com a literatura sobre possibilidades de intervenções psicológicas em grupo de acompanhantes no contexto hospitalar, propõe-se um roteiro de intervenção no formato de roda de conversa com as acompanhantes da UTIP, contemplando as técnicas em PBA. **Resultados:** Propõe-se que após contato e atendimentos individuais da equipe de psicologia com os acompanhantes da UTIP estes possam ser convidados a participar da Roda de conversa. O encontro deve iniciar com uma dinâmica de apresentação e posteriormente os participantes serão estimulados a circular a fala sobre suas vivências na UTIP sob a mediação da Psicologia. Através dos relatos dos participantes, deverão ser realizadas intervenções à luz da PBA como Psicoeducação, Ventilação de afetos, Clarificação e Redução de Ansiedade, visando oferecer estratégias para lidar com sobrecargas emocionais, promovendo ambiência equilibrada e benefícios para bem-estar psicológico dos envolvidos.⁷

CONCLUSÕES: Fechando o ciclo proposto pelo arco de Maguerz, a experiência vivida além de evidenciar a importância da atuação do psicólogo hospitalar e intervenções grupais utilizando técnicas da PBA, mostrou-se bastante significativa como prática pedagógica, possibilitando alunos da graduação o desenvolvimento do pensamento crítico e exercício da prática psicológica baseada em evidências.

PALAVRAS-CHAVES: psicologia hospitalar; psicoterapia breve de apoio; regulação emocional; unidades de terapia intensiva pediátrica; acompanhantes.

O PAPEL DA ARTE NA PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL, QUALIDADE DE VIDA E HUMANIZAÇÃO DO ESTUDANTE DE MEDICINA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Julio Cesar Veras Magalhães, Pedro Franklin de Araújo Santana, Indira Aragão França, Vanessa Maria Oliveira da Silva, Addonai Teixeira de Oliveira

RESUMO

INTRODUÇÃO: Historicamente, tem-se conhecimento da rotina exaustiva à qual os estudantes da graduação em medicina são expostos, os aproximando de um contexto de dedicação intensa em detrimento de sua saúde e qualidade de vida.¹ Nesse cenário, projeta-se que a arte possa desempenhar um papel não apenas esparecedor, mas também aliado à promoção de um estilo de vida mais saudável e, sobretudo, à formação de profissionais mais humanizados e sensibilizados para o serviço em prol da sociedade. Apesar da escassa produção científica sobre o tema, estima-se que práticas como a literatura, o teatro e a música sejam capazes de promover uma rotina acadêmica mais equilibrada, uma menor interação com fatores determinantes de doenças psicossociais e o desenvolvimento de habilidades clínicas associadas à empatia.^{2,3} Dessa forma, é importante compreender como o estímulo à expressão artística e cultural do estudante de medicina pode impactar seu bem-estar. **Objetivos:** Descrever o impacto das atividades e expressões artísticas na saúde integral, qualidade de vida e formação do estudante de medicina. **Métodos:** O estudo consiste em uma revisão integrativa de literatura, guiada pela seguinte questão: "Como a arte influencia na promoção da saúde, qualidade de vida e humanização do estudante de Medicina?". Foram realizadas buscas por publicações dos últimos 5 anos nas bases de dados SciELO, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed, nos idiomas português e inglês, utilizando os descritores: "arte", "educação médica", "humanização", "saúde do estudante" e "saúde mental", com diferentes combinações booleanas entre si. No total, 10 artigos foram selecionados e lidos pelos pesquisadores, objetivando identificar discussões relevantes, a metodologia e as conclusões dos estudos selecionados. **Resultados:** Com base na literatura contemporânea, observa-se que a vivência da arte durante a formação médica impacta positivamente no desenvolvimento técnico-humanista.^{4,5} De forma geral, estudos realizados no Brasil e nos Estados Unidos demonstraram que diferentes formas de expressão artística influenciam na maneira como o discente se relaciona consigo mesmo e com os indivíduos ao seu redor, incluindo seus pacientes. Entre os principais benefícios estão o aprimoramento das habilidades observacionais, da empatia, do trabalho em equipe, do fortalecimento das práticas clínicas, da comunicação assertiva, da criatividade na resolução de situações do cotidiano e do aumento da autoconfiança.⁶⁻⁹ Além disso, é possível destacar uma relação íntima entre atividades artísticas e saúde mental e física, na qual os estudantes que praticam alguma forma de arte mais de quatro vezes por semana apresentam baixo índice de sofrimento mental, contribuindo para a redução de sintomas de ansiedade e depressão, assim como para a diminuição dos fatores de risco de doenças crônicas não transmissíveis, como sobrepeso e sedentarismo, especialmente por meio da dança.¹⁰ **Conclusões:** Evidencia-se, portanto, o efeito positivo da vivência artística na promoção da saúde integral e qualidade de vida do estudante de medicina, assim como em sua formação humanizada. Dessa forma, contribui-se também para a compreensão da importância do incentivo à expressão artístico-cultural pelas instituições de ensino, as quais podem, também, explorar a utilização dessa ferramenta para discentes de outras graduações.

PALAVRAS-CHAVES: arte; educação médica; humanização; saúde do estudante; saúde mental.

O PASSEIO TERAPÊUTICO COMO FERRAMENTA DO SERVIÇO DE ATENÇÃO DOMICILIAR (SAD) PARA A PROMOÇÃO DA HUMANIZAÇÃO E QUALIDADE DE VIDA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Camila Gonçalves Chaves, Lara Costa Figueirôa, Julio Cesar Veras Magalhães, Alice Ferraz Neves, Pedro Franklin Araújo de Santana

RESUMO

INTRODUÇÃO: A promoção dos passeios terapêuticos surge como um resgate à liberdade humana, que pode ser inibida pela hospitalização ou impossibilidade de sair de casa. Essa prática se revelou um importante meio de promoção da qualidade de vida de pacientes que vivem em condições de debilitação, uma vez que esse tratamento vai além do bem-estar físico, possibilitando um cuidado integral e humanizado. Dessa forma, a compreensão da necessidade desse tipo de atividade significa um avanço no tratamento ampliado de pacientes. **OBJETIVO:** O presente trabalho objetivo relatar a experiência de estudantes de medicina em um passeio terapêutico, destacando a importância dessa vivência, tanto para os pacientes assistidos pelo SAD, quanto para a formação dos acadêmicos. **MÉTODO:** Esse estudo apresenta delineamento descritivo, do tipo relato de experiência. Refere-se a um detalhamento do passeio terapêutico, realizado em setembro de 2023, com um paciente acompanhado pelo Serviço de Atendimento Domiciliar (SAD). Esse passeio terapêutico foi realizado por uma equipe multidisciplinar do SAD, composta por fisioterapeuta, enfermeira e técnica de enfermagem e acompanhado por estudantes de medicina da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS). **RESULTADOS:** Foi realizado o passeio terapêutico, assistido por equipe multiprofissional. O paciente, o qual tinha sua mãe como cuidadora, era um jovem adulto que tinha espinha bífida com sequelas graves, as quais desencadearam a locomoção apenas com o auxílio de outra pessoa. A atividade foi realizada com apoio do projeto Praia sem Barreiras³ na praia de Boa Viagem, em Recife, Pernambuco e ao chegar no local, o paciente era transferido para uma cadeira de rodas que boiava no mar. Durante o momento, a enfermeira da equipe teve a oportunidade de orientar o paciente em tempo e espaço, fortalecer o vínculo terapêutico e realizar uma escuta ativa das demandas do paciente e de sua mãe. A atividade durou cerca de uma hora e se encerrou com uma festa surpresa para o paciente, pois seu aniversário havia passado há pouco tempo. Durante o momento, foram observados resultados imediatos relatados pelo próprio paciente, sua cuidadora e observados pela equipe, como: melhora da ansiedade, afirmações de felicidade, fortalecimento da adesão terapêutica e ressignificação positiva da ideia de tratamento. Além disso, também foram adquiridos ensinamentos importantes por parte dos acadêmicos, uma vez que, tiveram com essa prática a oportunidade de ampliar seu olhar de cuidado. **Conclusões:** Dessa forma, pôde-se compreender, coletivamente, a importância da realização de estratégias promotoras de humanização e qualidade de vida para pacientes com algum grau de comprometimento funcional, possibilitando a melhora do estado de saúde biopsicossocial. Logo, ratifica-se o impacto do passeio terapêutico como ferramenta efetiva no exercício do cuidado integral e interprofissional, assim como a essencialidade da abordagem dessa prática na formação de médicos mais humanizados.

PALAVRAS-CHAVE: humanização da assistência; integralidade em saúde; indicadores de qualidade de vida.

OS EFEITOS DA ESPIRITUALIDADE NA PREVENÇÃO OU TRATAMENTO DE DOENÇA ARTERIAL CORONARIANA: REVISÃO INTEGRATIVA

INTRODUÇÃO: As doenças cardiovasculares, especialmente a doença arterial coronariana (DAC), representam um grave problema de saúde global, com implicações significativas no bem-estar dos indivíduos. Nesse contexto, surge a discussão acerca do impacto de práticas integrativas, como programas de intervenção espiritual, meditação e mindfulness na melhoria do bem-estar físico e psicológico de pacientes com distúrbios cardiovasculares. **OBJETIVO:** Investigar a eficácia das intervenções espirituais em pacientes com DAC, considerando sua adaptação cultural e religiosa. Foi utilizado como pergunta norteadora “A espiritualidade pode ser utilizada como forma de prevenção primária e secundária para pacientes com doença arterial coronariana?”. **MÉTODOS:** Realizou-se uma revisão sistematizada na base de dados Medline, acessada através do Pubmed, com os seguintes descritores e estratégia de busca: ((beliefs, religious[MeSH Terms]) OR (Spirituality[MeSH Terms]) OR (Mindfulness[MeSH Terms])) AND (coronary diseases[MeSH Terms]). Foram incluídos na revisão ensaios clínicos e estudos clínicos randomizados controlados que associaram espiritualidade (e termos relacionados) e doença arterial coronariana. Excluiu-se capítulos de livros e documentos, meta-análises, revisões e revisões sistemáticas. A pesquisa inicial identificou 182 artigos, foi descartado 1 duplicata. Após a leitura dos títulos e resumos, excluiu-se 169 referências. Dos 12 artigos que restaram, 4 não estavam disponíveis na íntegra e 3 não versavam sobre o tema proposto. Ao final, 5 estudos foram incluídos na revisão, publicados entre os anos de 2013 e 2020. **RESULTADOS:** A maioria dos estudos encontrou associação estatisticamente significativa nas intervenções espirituais de pacientes com DAC. Visualizou-se desde redução da pressão psicológica e melhoria no enfrentamento e recuperação de doenças cardiovasculares, até uma diminuição significativa de ansiedade pré-cirúrgica em pacientes submetidos ao procedimento de revascularização do miocárdio. Constatou-se, ainda, uma redução significativa de sintomas de ansiedade e depressão em pacientes com doença arterial coronariana e diabetes submetidos à programas de meditação e mindfulness, resultando em uma diminuição estatística de 95% na preocupação e na supressão do pensamento. Também foram observadas melhorias no sono, relaxamento, diabetes e saúde cardiovascular em pacientes com doenças crônicas submetidas ao treinamento em MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction), além de terem sido eficazes no alívio de sintomas agudos, podendo reduzir o uso de medicação convencional em alguns casos. Por outro lado, a associação da prática espiritual do yoga com movimentos corporais não demonstrou melhorias perceptíveis nos parâmetros cardiovasculares subclínicos, como influxo mitral ou velocidade diastólica precoce em pacientes após eventos coronarianos. **Conclusões:** Intervenções espirituais, como programas de intervenção espiritual, meditação, mindfulness e práticas de atenção plena, mostraram-se eficazes na redução da ansiedade, depressão e preocupações patológicas, bem como na melhoria da saúde subjetiva e bem-estar geral, além de melhorar condições médicas preexistentes. Assim, torna-se evidente que tais intervenções, se adequadas às especificidades culturais e religiosas dos pacientes, podem desempenhar um papel significativo na melhoria do bem-estar físico e psicológico de pacientes com doenças arteriais coronarianas (DAC) e outros distúrbios cardiovasculares. Desse modo, a inclusão de abordagens espirituais como parte integrante do cuidado holístico de pacientes com doenças cardíacas pode ser relevante, visando não apenas a recuperação física, mas também o fortalecimento do bem-estar espiritual e emocional.

PAPEL DA PSICOLOGIA FRENTE AO LUTO ANTECIPATÓRIO DE MÃES NA ENFERMARIA PEDIÁTRICA

Sarah de Melo Avellar, José Luiz Miguel da Silva Grasa, Larissa de Lourdes Colaço Silva, Ana Paula Amaral Pedrosa

RESUMO

INTRODUÇÃO: O bebê imaginário e o bebê real estão associados aos sentimentos maternos e fantasias idealizadas pela mãe, desde a gestação até após o nascimento. O temor de ter um filho com problemas de saúde, pode ser gerador de ansiedade. O bebê real é fruto do nascimento e confronto do bebê idealizado (imaginário). No momento da gestação, ocorrem vários sentimentos com relação à idealização de um bebê saudável e a presença de um diagnóstico pode ser causador de um luto, um confronto do bebê. O luto é um processo de elaboração psíquica diante de uma perda significativa, real ou imaginária. No caso de crianças com diagnóstico que ameace a vida, o luto pode ser antecipatório, ou seja, com a consciência clara da inevitabilidade dessa ausência antes da perda real. Nesse momento, é necessário a atuação do psicólogo como um fator de importância nesse contexto de elaboração. **OBJETIVO:** Este trabalho tem como objetivo discutir através de um relato de experiência, a importância da atuação da psicologia frente ao luto antecipatório vivenciado por mães em enfermarias pediátricas. **MÉTODO:** Trata-se de relato de experiência baseado em vivências de estagiários em psicologia nas enfermarias pediátricas, nos meses de fevereiro e março de 2024, em hospital de referência no Recife. **RESULTADOS:** Durante a experiência no período de estágio, observa-se através dos relatos das genitoras, os impactos que o diagnóstico do filho acarreta para a família e principalmente para a mãe, que comumente é a cuidadora principal. Quando a hospitalização é vivenciada devido a uma doença ameaçadora da vida, percebe-se que, mesmo diante dos tratamentos, existe a culpa e o sofrimento materno de não ter um filho saudável. É necessário que a mãe vivencie o luto do bebê imaginário, para uma melhor elaboração psíquica deste acontecimento. Assim, o luto antecipatório faz-se presente como uma reação à perda e não apenas do morrer. Percebe-se essa vivência desde o diagnóstico, ou seja, o luto ocorreu diante da possibilidade real de uma perda futura (luto antecipatório). Diante desse cenário, a atuação do psicólogo é necessária, principalmente no que diz respeito a escutar a subjetividade, sendo fundamental pois oferece uma escuta ativa de qualidade e facilita o processo de elaboração dos significados da mãe frente aos anseios do luto devido à nova rotina pós diagnóstico. **CONCLUSÃO:** A vivência trazida mostra a importância do psicólogo hospitalar diante dos pais que enfrentam o luto antecipatório devido ao diagnóstico que ameaça a vida do filho. Entendendo o luto antecipatório como processo de elaboração frente a perda futura de um objeto amado, não necessariamente a morte, é essencial a atuação do psicólogo para facilitar a elaboração do luto, proporcionando a escuta clínica e expressão dos sentimentos.

PALAVRAS-CHAVE: Luto antecipatório; psicologia hospitalar; relação mãe e criança; diagnóstico; manejo clínico.

PERFIL NUTRICIONAL DE PACIENTES PÓS CIRURGIA BARIÁTRICA ACOMPANHADOS AMBULATORIALMENTE

Maria Laura de Figueiredo Arruda, Fabrícia M. Queiroz de Holanda Padilha, Ligia Pereira da Silva Barros, Julia Hertz Bogater

RESUMO

INTRODUÇÃO: A obesidade, uma condição multifacetada e crescente, emerge como um dos mais urgentes desafios de saúde pública contemporâneos. Suas ramificações são vastas e abrangem desde doenças metabólicas¹, até complicações cardiovasculares, impactos psicossociais e uma variedade de cânceres. Nesse cenário complexo, fatores ambientais e genéticos interagem, impulsionando o aumento desta epidemia. No âmago desta questão, encontram-se as mudanças de comportamento alimentar e estilos de vida sedentários que permeiam cada vez mais a sociedade moderna. Esses componentes, aliados aos ambientes que promovem a obesidade, estabelecem as condições ideais para o avanço da doença em escala global.² Dentro das opções terapêuticas, a cirurgia bariátrica emerge como o "padrão-ouro" para o tratamento da obesidade grave. Entretanto, sua efetividade não se limita à mera redução de peso, abrangendo também a substancial melhoria ou mesmo a remissão das comorbidades relacionadas a essa patologia.^{3,4} **OBJETIVO:** Dada a importância da cirurgia bariátrica e suas repercussões, este estudo tem como objetivo investigar as variações no perfil nutricional de pacientes antes e após a realização do procedimento cirúrgico. **Método:** Este estudo adotou uma abordagem retrospectiva, descritiva e transversal, realizado entre março e julho de 2022, no ambulatório do Instituto de Medicina Integral Professor Fernando Figueira (IMIP), em Recife-PE. Foram incluídos na pesquisa adultos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos, que se submeteram à cirurgia bariátrica com tempo mínimo de 1 ano e tempo máximo de 10 anos. Foi utilizado um questionário estruturado elaborado especificamente para essa pesquisa, com coleta de dados presencial a partir de informações obtidas dos prontuários e fichas de anamnese disponíveis no ambulatório de nutrição do hospital, tanto no período pré quanto pós-operatório. As variáveis analisadas incluíram informações socioeconômicas, clínicas e antropométricas, como Índice de Massa Corporal (IMC), uso de medicamentos, presença de comorbidades e acompanhamento nutricional pós-cirurgia. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, com número do parecer: 4.534.070. **Resultados:** O presente estudo obteve amostra de 43 pacientes, todos do sexo feminino, com idades entre 31 a 40 anos, a maioria (68%) apresentou um período de pós-operatório entre 1 e 6 anos, sendo predominantemente pela técnica de bypass gástrico (54%). Na avaliação pré-operatória, grande parte possuía obesidade grau 3, apresentando IMC médio de 42 kg/m². Pós-cirurgia, houve significativa redução de peso, com progressão da obesidade grau 3 para grau 1 e sobrepeso (IMC médio de 42 kg/m² para 32 kg/m²) respectivamente, associada a melhorias metabólicas, incluindo redução da resistência à insulina e controle de diabetes tipo II e hiperlipidemias. **CONCLUSÕES:** O estudo destacou a relevância da cirurgia bariátrica como uma intervenção eficaz para o tratamento da obesidade grave, revelando resultados promissores no pósoperatório, tanto em termos de perda de peso quanto de melhorias nos parâmetros metabólicos, promovendo assim, melhor qualidade de vida a esse paciente. No entanto, é importante ressaltar a necessidade de uma abordagem multidisciplinar e do acompanhamento contínuo dos pacientes, antes e após o procedimento, para maximizar os resultados e mitigar possíveis complicações.

PALAVRAS-CHAVE: cirurgia bariátrica; obesidade; avaliação nutricional.

UM OLHAR ALÉM DO CID 6A02: INTERVENÇÃO DO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA NA ABORDAGEM GESTÁLTICA

Júlyca Joyce da Silva Augusto

RESUMO

INTRODUÇÃO: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um transtorno neurológico que afeta o desenvolvimento do sujeito apresentando como principais características dificuldade na interação social, comunicação, comportamentos repetitivos e interesses específicos. O TEA é identificado no CID-11 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde) com o código 6A02 mediante suas subdivisões caracterizado pelo déficit intelectual e linguagem funcional derivado do grego a palavra “autismo” significa “eu mesmo” ou “ voltar a si”. Uma intervenção psicológica na abordagem gestáltica tem como um de seus princípios a legitimação da diversidade de expressão e comunicação do autismo, as acolhendo e de forma alguma as negando como meio de possibilidade de ser-no-mundo. Nesse contexto, é respeitado e levado em consideração o CID e descrições relatadas no laudo médico entretanto tem-se uma visão ampliada do sujeito além da sigla que o classifica. Em relação às dificuldades de relacionamento interpessoal marcada neste transtorno com a rigidez na fronteira de contato, o processo psicoterápico trabalha em torno de reduzi-la e aumentar a fluidez para a interação. **OBJETIVO:** Este estudo visa identificar a possibilidade de intervenção do Transtorno do Espectro Autista através da abordagem Gestáltica. **MÉTODO:** Foi realizada pesquisa de caráter bibliográfico utilizando plataformas de busca eletrônica como Google Acadêmico e Scielo Brasil. Sendo aplicado os descritores: Tratamento TEA fenomenologia, Tratamento TEA Gestalt, Intervenção TEA Gestalt, Intervenção autismo Gestalt e Autismo Gestalt. Selecionando resultados na língua portuguesa dos últimos seis anos, 2018-2024. Foram selecionados 05 artigos publicados em revistas científicas. **RESULTADOS:** No processo psicoterápico com um sujeito que apresenta TEA é estudado as formas que é expandido ou bloqueado as funções de contato (visão, audição, tato, degustação, olfato, fala e movimento) mediante as particularidades do indivíduo. Podendo ser observado na maneira como o sujeito move-se na sala se é explorando ou se retraindo, os tipos de brincadeiras que mais gosta e se permite ser tocada ou não. Para trabalhar na intervenção a diferenciação do Eu e TU e a fluidez no contato com o mundo pode-se utilizar jogos com delimitação de superfícies, dança, mímica, realização de expressão faciais diante do espelho, música, argila, tinta e massinha de modelar de modo a descrever e experienciar as sensações de cada momento e material. **CONCLUSÕES:** Mediante a pesquisa bibliográfica realizada é possível realizar intervenção psicoterápica de pessoas com o Transtorno do Espectro Autista através da abordagem gestáltica. Ressaltando que a Gestalt preza pela valorização da subjetividade do indivíduo, que por mais que exista uma classificação, este sujeito é atravessado por suas singularidades que deve ser respeitada no atendimento. Utilizando na intervenção a visão de mundo da Gestalt-Terapia do aqui e agora e o encorajamento da consciência sensorial e emocional se permitindo relação com o outro. Com isso, sugere-se maiores estudos e aprofundamento desta temática no meio acadêmico.

PALAVRAS-CHAVES: autismo; Gestalt; intervenção