

A Terapia do Riso como apoio ao tratamento do câncer

O grupo Terapia do Riso foi criado na Unileste MG, e é uma organização informal artística que desde 2005, leva o trabalho de acadêmicos de diversos cursos da área da saúde para instituições afins. Utilizando a figura de um palhaço que acredita ser médico e realiza “exames” e “consulta”, o artista passa a fazer parte do dia-a-dia das enfermarias, visitando semanalmente todas as unidades em que há pacientes de diversas idades internados e interagindo, também com seus acompanhantes e profissionais do hospital. E no caso do COR a interação é feita com nossos pacientes desde a sala de infusão do quimioterápico até as recepções. Utilizando o lúdico das brincadeiras como atividade terapêutica: para relaxamento, estimulação do estado psicológico, destacando-se quanto tem sido importante como atividade de recreação, preenchendo o tempo e amenizando o tédio e o sofrimento da condição de “estar com câncer”.

As instituições hospitalares, infelizmente, são conhecidas como um lugar sombrio e muito frio, com pouco calor humano entre pacientes e profissionais da saúde. No ambiente hospitalar, geralmente os profissionais são bem preparados para lidar com doenças, e, poucos se dedicam de forma mais efetiva e afetiva na relação e cuidado do paciente.

Ao tirar os jalecos brancos e colocar roupas coloridas, pirucas, narizes vermelhos, e encarnar o personagem, iniciar conversas, bate-papo descontraído, contatos, atos simples como ouvir, olhar, ser atencioso, cantar, fazer brincadeiras, pode gerar no paciente motivação, diminuição do medo e sofrimento, contribuindo para o tratamento e permanência no ambiente hospitalar. Além de proporcionar alguns momentos de alegria e descontração para os pacientes, buscamos “contagiar” os profissionais e acadêmicos a resgatar a preocupação com aspectos humanísticos do cuidado à saúde; evidenciar a importância da relação afetiva que deve existir entre profissionais da saúde e pacientes; proporciona a nós acadêmicos refletir a respeito dos impactos psicológicos do ambiente hospitalar; permitir uma melhor comunicação com os pacientes; e que os profissionais da saúde percebam que a alegria pode ser uma ótima aliada às terapias convencionais.

É consenso que, hoje em dia, vive-se um momento bastante crucial: ou o homem humaniza a ciência, ou a ciência desumaniza o homem. Não porque a tecnologia em si seja uma pressão destruidora, ela é apenas a expressão da capacidade criativa do ser humano, mas, quando o seu uso não é acompanhado de consciência ética, ao invés de ser beneficiário, o homem se torna o agredido.

Na década de 1960, o médico americano Hunter Adams, desenvolveu no campo da medicina uma forma auxiliar para se aplicar no tratamento dos pacientes, ele propôs um envolvimento afetivo entre médico e paciente. Dr. Adams utilizava em seu trabalho atividades lúdicas. O significado de lúdico associa-se a jogo, brinquedo, divertimento; é algo que provoca riso, graça, é espirituoso. O lúdico utilizado como atividade terapêutica: para relaxamento, estimulação do estado psicológico, destacando-se quanto tem sido importante

como atividade de recreação, preenchendo o tempo e amenizando o tédio e o sofrimento da condição de “hospitalizado”.

Cientificamente o riso é um grande estimulador, ele é responsável por mandar a ordem para o cérebro, através do hipotálamo, que sintetiza as endorfinas, mais precisamente as betas endorfinas. Essas substâncias, que são produzidas nos momentos de bom humor e conseqüentemente do riso, são analgésicas, similares às morfina, mas com potência cem vezes maior. O riso está associado não somente com o alívio de tensão induzido pelo perigo e sinalização não agressiva, mas também com a expressão de emoções positivas. Riso e humor diminuem estresse e ansiedade, reforça a imunidade, relaxa a tensão muscular e diminui a dor. O riso inicia uma cadeia de reações fisiológicas.

Primeiro, ele ativa o sistema cardiovascular, então a frequência cardíaca e pressão arterial aumentam. As artérias então se dilatam, levando, portanto, a uma queda da pressão. Contrações fortes e repetidas dos músculos da parede torácica, abdômen e diafragma aumentam o fluxo sanguíneo nos órgãos. A respiração forçada (o há!há!há! do riso) eleva o fluxo de oxigênio no sangue. A tensão muscular diminui e pode-se temporariamente, perder o controle dos nossos membros, como na expressão “ficar fraco de tanto rir”.

Pessoas que sofrem de raiva crônica têm alta incidência de pressão sanguínea elevada, níveis mais altos de colesterol ataques cardíacos. Enquanto a raiva, a depressão e frustração perturbam a função de muitos sistemas fisiológicos, incluindo o sistema imune, o riso ajuda estes sistemas a funcionarem melhor. Por exemplo, o riso ajuda o sistema a aumentar o número de células que auxiliam contra infecção, as células T, no sangue. O riso também pode promover mudanças hormonais benéficas.

E é desta forma para tentar proporcionar um tratamento de qualidade que o COR incorporou em seu dia a dia de cuidados com o paciente a Terapia do Riso, vendo que estas atividades serão de grande importância para uma melhora gradativa do quadro clínico e psicológico daqueles que tratam desta doença que debilita tanto.