

TERAPIA DO RISO EM ADULTOS E IDOSOS HOSPITALIZADOS: REVISÃO INTEGRATIVA

Resumo: A terapia do riso começou a ser difundida devido a hospitalização ser hostil para os pacientes. Manter a integridade do indivíduo, levando em consideração seu humor é considerada uma atribuição do enfermeiro. Identificar como a intervenção terapia do riso em adultos e idosos hospitalizados atua nas respostas de bem-estar, qualidade de vida e humor. Revisão integrativa da literatura. Foram selecionados sete artigos após a busca, com utilização dos critérios de inclusão e exclusão. Estudos relatam a comprovação dos efeitos benéficos acerca do humor, podendo reduzir estresse, ansiedade, e influenciando diretamente nos sinais vitais. Ressalta-se a importância do desenvolvimento de pesquisas sobre a temática, devido à escassez na literatura de estudos, sobretudo brasileiros. O uso da risoterapia é necessária no ambiente hospitalar, por isso, estudos como esse ajudam a incentivar os profissionais a implementar essa estratégia e assim melhorar a qualidade da assistência prestada. Descritores: Terapia do Riso, Saúde do Adulto, Saúde do Idoso.

Laughter therapy in adults and hospitalized elderly: integrative review

Abstract: Laughter therapy started to be widespread due to hospitalization being hostile to patients. Maintaining the individual's integrity, taking into account his mood is considered a nurse's responsibility. To identify how the laughter therapy intervention in hospitalized adults and elderly acts on responses to well-being, quality of life and mood. Integrative literature review. Seven articles were selected after the search, using the inclusion and exclusion criteria. Studies report evidence of beneficial effects on mood, which can reduce stress, anxiety, and influence directly on vital signs. The importance of developing research on the subject is emphasized, due to the scarcity in the literature of studies, especially Brazilians. The use of risotherapy is necessary in the hospital environment, therefore, studies like this help to encourage professionals to implement this strategy and thus improve the quality of care provided.

Descriptors: Laughter Therapy, Adult Health, Health of the Elderly.

Terapia de risa en adultos y personas hospitalizadas: revisión integrativa

Resumen: Terapia de risa comenzó a generalizarse debido a que la hospitalización era hostil. Mantener la integridad del individuo, y su estado de ánimo, se considera responsabilidad de la enfermera. Identificar cómo la intervención de terapia de risa en adultos hospitalizados y ancianos actúa sobre las respuestas al bienestar, calidad de vida y estado de ánimo. Revisión integral de literatura. Se seleccionaron siete artículos después de la búsqueda, con criterios de inclusión y exclusión. Estudios informan efectos beneficiosos sobre estado de ánimo, que pueden reducir estrés, ansiedad e influir en los signos vitales. Se destaca la importancia de desarrollar investigaciones sobre el tema, debido a la escasez en la literatura de estudios, especialmente brasileños. Uso de risoterapia es necesario en hospital, por lo tanto, estudios como este ayudan a alentar a los profesionales a implementar esta estrategia y así mejorar la calidad de atención brindada.

Descriptorios: Risaterapia, Salud del Adulto, Salud del Anciano.

Gabrielle da Costa de Muinck

Residente de Enfermagem Médico-cirúrgica -
 Universidade Federal do Estado do Rio de
 Janeiro (UNIRIO).
 E-mail: gabidemuinck@gmail.com

Joana Coutinho

Residente de Enfermagem Médico-cirúrgica -
 Universidade Federal do Estado do Rio de
 Janeiro (UNIRIO).
 E-mail: joanaveigac@hotmail.com

Priscilla Alfradique de Souza

Enfermeira. Professora Adjunta -
 Universidade Federal do Estado do Rio de
 Janeiro (UNIRIO).
 E-mail: priscilla.alfradique@unirio.br

Rosane Barreto Cardoso

Enfermeira. Doutoranda de Enfermagem -
 Universidade do Estado do Rio de Janeiro
 (UERJ).
 E-mail: rosane.bcardoso@gmail.com

Rosâne Mello

Enfermeira. Doutora em Enfermagem -
 Universidade Federal do Estado do Rio de
 Janeiro (UNIRIO).
 E-mail: rosane.mello@unirio.br

Submissão: 22/06/2020
 Aprovação: 30/11/2020

Como citar este artigo:

Muinck GC, Coutinho J, Souza PA, Cardoso RB, Mello R. Terapia do riso em adultos e idosos hospitalizados: revisão integrativa. São Paulo: Rev Recien. 2021; 11(33):139-148.

DOI: <https://doi.org/10.24276/rrecien2021.11.33.139-148>

Introdução

O ambiente hospitalar muitas vezes é um ambiente hostil, gerando sofrimento físico e psicológico aos pacientes, acarretando sentimentos negativos. A pessoa que precisa de internação hospitalar, em geral, atravessa situações que levam a emoções desconfortáveis, como a despersonalização, que se caracteriza pela alteração da identidade. Com isso, o riso pode gerar um escape da atual realidade, o que pode promover um cuidado mais eficaz de forma divertida^{1,2}.

A terapia do riso é uma estratégia que vem sendo difundida no meio intra e extra hospitalar, visando ser um meio facilitador no processo saúde-doença, principalmente, em indivíduos hospitalizados. O interesse por essa área vem crescendo entre os profissionais de saúde, inclusive entre enfermeiros, sendo esses os profissionais que têm maior contato com os pacientes. Foi divulgada por Patch Adams, médico norte americano, que no início da década de 1970, proporcionou aos pacientes momentos de descontração para que a dor e o sofrimento causados por suas enfermidades fossem esquecidas, usando assim a medicina de uma forma não convencional³.

O objetivo do riso é criar um link entre a comunicação e a socialização a partir de sentimentos positivos. Através da utilização da alegria, o riso vira uma forma de aperfeiçoamento do cuidado e das relações entre profissional e paciente. Uma das intervenções de enfermagem é valorizar e basear suas condutas no contato interpessoal com o enfermo, gerada no período de internação do paciente. Essa é a origem do raciocínio da risoterapia, que pode ser utilizada como instrumento terapêutico do enfermeiro

para se aproximar da subjetividade do paciente e ser capaz de intervir no cuidado⁴.

Portanto, a risoterapia é um método utilizado em diversos hospitais por profissionais de áreas diferentes, e possui benefícios tanto para os pacientes como para os profissionais. A técnica citada proporciona momentos de prazer e leveza, que são restringidos pela internação hospitalar. Essa terapia pode ser desenvolvida de diversas maneiras, que vão desde o uso da palhaçaria, atividades lúdicas, ou até mesmo simples conversas que resgatem momentos de felicidade desses pacientes, gerando o riso. Visto que a maioria dos estudos são desenvolvidos com crianças, o presente artigo estudo se propõe a debater estudos que abordem as populações adultas e idosas com a finalidade de recuperação da autoestima e confiança através do riso⁵.

Ressalta-se também a importância de garantir a qualidade de vida dos indivíduos hospitalizados. Qualidade de vida pode ser definida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores no qual ele vive em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”⁶. Enfrentar uma hospitalização e o processo de adoecimento não significa que a pessoa tenha que perder seus valores, sua identidade, seus gostos e seus momentos de privacidade. Essas perdas podem ser minimizadas frente a um cuidado que vise o bem-estar do paciente, respeitando-o como ser humano acima de tudo⁷.

Com isso, o Sistema Único de Saúde (SUS) criou, em 2001, o Programa de Humanização ao Atendimento Hospitalar (PHAH), com o objetivo de melhorar a assistência e a relação entre usuário e profissionais de saúde. Posteriormente, em 2003,

após um maior fortalecimento desse programa, surgiu a Política Nacional de Humanização (PNH) e, a partir desta, a humanização visa proporcionar o fortalecimento dos valores de autonomia e protagonismo dos sujeitos, garantindo os direitos dos usuários em todos os aspectos, incluindo nesse contexto o direito ao lazer, até mesmo no ambiente hospitalar⁸.

Com relação a Classificação das Intervenções de Enfermagem, o humor é considerado uma intervenção de enfermagem, sendo definido como uma facilitação para que o paciente expresse o que é engraçado e lúdico para ele, aliviando assim estresses e medos. Dentre as atividades propostas dentro dessa intervenção, estão: determinar o tipo de humor valorizado pelo paciente; determinar as reações típicas do paciente ao humor (riso ou sorriso); evitar assuntos que sensibilizem o paciente; discutir as vantagens do riso; e disponibilizar materiais de humor, como jogos e livros⁹.

Portanto, pretende-se com este estudo estimular a promoção do processo de cuidado a partir de atividades lúdicas, como a terapia do riso, e a importância de sua inserção no cuidado promovido pelos profissionais da enfermagem.

Objetivo

Identificar na literatura como a terapia do riso influencia no bem-estar, na qualidade de vida e no humor de adultos e idosos.

Material e Método

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura, que consiste numa análise de estudos que sejam relevantes e auxiliem na melhora da prática clínica. Assim, possibilitando que seja possível realizar a síntese do conhecimento, identificando também

lacunas no conhecimento, para a realização de novos estudos¹⁰.

Para a elaboração desta revisão integrativa foram percorridas as seguintes etapas: estabelecimento da pergunta de pesquisa e objetivos da revisão integrativa; estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de artigos (seleção da amostra); definição das informações a serem extraídas dos artigos selecionados; análise dos resultados e discussão¹⁰.

A pergunta de pesquisa foi: adultos e idosos hospitalizados que recebem intervenção da terapia do riso apresentam melhora nas respostas de bem-estar, qualidade de vida e humor?

Desta maneira, foi realizado um levantamento dos artigos sobre a temática, publicados até o ano de 2019. A busca realizada pelas pesquisadoras, ocorreu no mês de novembro de 2019, nas seguintes bases de dados eletrônicas: Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), disponíveis na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e na PubMed. A busca foi realizada por meio dos descritores: senso de humor, pacientes internados, cuidados de enfermagem, terapia do riso, saúde do adulto e saúde do idoso. Utilizaram-se os operadores booleanos AND e OR.

Para seleção dos artigos realizou-se, primeiramente, a leitura dos resumos das publicações selecionadas com o objetivo de refinar a amostra por meio de critérios de inclusão e exclusão. Foram incluídos artigos originais publicados até 2019, nos idiomas português, inglês e espanhol, que tratavam de intervenção ou revisão bibliográfica. Os critérios de exclusão foram: artigos sem relação com a temática de terapia do riso, teses e dissertações. Do total de 156

artigos identificados foram excluídos 138 após leitura dos títulos e resumos, restando 18 que foram submetidos à leitura completa. Desses, foram excluídos sete, por aplicação dos critérios de exclusão, restando 11. Retiraram-se, então quatro artigos repetidos, restando sete que foram incluídos na amostra do estudo (Figura 1).

Foi realizada também, uma avaliação do nível de evidencia científica dos artigos selecionados, de acordo com a classificação de cinco níveis da Oxford Centre for Evidence - Based Medicine. Os níveis estabelecidos seguem as seguintes recomendações: Nível 1 - estudos de levantamento local e atual, censitários ou com amostras aleatorizadas; Nível 2 - revisão sistemática de levantamentos que permitem pareamento com as circunstâncias locais; Nível 3 - estudo local com amostra não aleatorizada; Nível 4 - série de casos; e Nível 5 - opinião de autoridades respeitadas ou especialistas, revisão da literatura não sistemática¹¹.

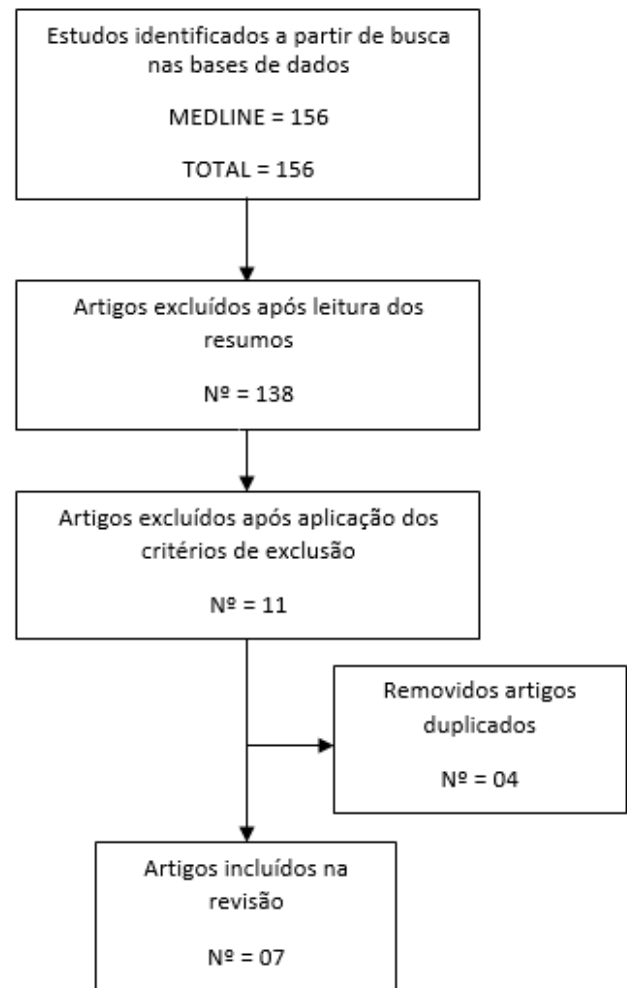
Resultados

A revisão integrativa foi composta por sete artigos, sendo os sete encontrados em revistas internacionais, sendo necessário realizar tradução. Observou-se, em relação ao ano de publicação, artigos publicados nos anos 1993, 2008, 2011, 2016, 2017 e 2018. Quanto aos países em que foram realizados os estudos, foi observado predomínio em países desenvolvidos, como: Estados Unidos, Turquia, Canadá e Coréia do Sul. (Quadro 1).

Quadro 1. Síntese dos artigos selecionados: título, autores, ano, objetivo e principais resultados.

Título	Autores/Ano	Objetivo	Principais Resultados
Humor Won, Humor Too: A Model to Incorporate Humor Into the Healthcare Setting ¹²	Ackerman MH, Henry MB, Graham KM, Coffey N (1993)	Desenvolver um modelo para incorporar o humor em um ambiente de assistência médica.	A terapia do riso foi receptiva pelos pacientes. Também foi observado aspectos positivos entres os profissionais quanto a interpessoal, facilitando o processo de trabalho.
The purpose and function of humour in health, health care and nursing: a narrative review ¹³	McCreddie M, Wiggins S (2008)	Identificar, analisar criticamente e sintetizar a literatura de humor	A análise apontou a efetividade da interação médico-paciente.

Figura 1. Fluxograma de identificação e seleção dos artigos, Brasil, 2020.



Effects of laughter therapy on depression, cognition and sleep among the community-dwelling elderly ¹⁴	Ko HJ, Youn CH (2011)	Investigar os efeitos da terapia do riso na depressão, cognição e sono em idosos na comunidade.	A terapia do riso tem efeitos positivos na depressão, insônia e cognição na população idosa.
The effects of a simulated laughter programme on mood, cortisol levels, and health-related quality of life among haemodialysis patients ¹⁵	Heo EH, Kim S, Park H-J, Kil SY (2016)	Avaliar os efeitos de um programa simulado de riso no humor em pacientes em hemodiálise.	Grupo do riso exibiu melhorias no humor, sintomas, qualidade da interação social e limitações de função devido à saúde física.
Elder-Clowning in Long-Term Dementia Care: Results of a Pilot Study ¹⁶	Kontos P, Miller K-L, Colobong R, Lazgare LIP, Binns M, Low L-F, et al (2016)	Avaliar os efeitos da terapia com palhaço mais velhos em um lar de idosos.	A terapia utilizando palhaços mais velhos reduziu sintomas comportamentais e psicológicos moderados a graves de demência, principalmente em Alzheimer.
The effect of laughter therapy on the quality of life of nursing home residents ¹⁷	Kuru N, Kublay G (2017)	Realizar terapia do riso e avaliar seu efeito na qualidade de vida dos moradores de lar de idosos.	Após a realização da terapia do riso houve melhora significativa dos escores de qualidade de vida, como funcionamento físico, dor, saúde emocional e espiritual.
Laughter and humour interventions for well-being in older adults: A systematic review and intervention classification ¹⁸	Gonot-Schoupinsky FN, Garip G (2018)	Avaliar o potencial das intervenções de riso e humor para o bem estar	Intervenções de riso e humor demonstraram efeitos positivos de melhorar o bem-estar.

Os autores utilizaram como métodos: estudos de intervenção experimental e revisão bibliográfica sistemática. A maioria dos artigos (quatro) apresentou nível de evidência B3 (Quadro 2).

Quadro 2. Síntese dos artigos selecionados: título, revista, ano de publicação e metodologia.

Título	Revista / Ano de publicação	Nível de Evidência	Metodologia
Humor Won, Humor Too: A Model to Incorporate Humor Into the Healthcare Setting ¹²	Nursing Forum (1993)	B2	Intervenção experimental realizado com pacientes hospitalizados e profissionais de saúde, através de dois programas de humor, um voltado para os pacientes (Chuckle Wagon) e o outro para o aprimoramento dos profissionais (Centro de Recursos de Humor).
The purpose and function of humour in health, health care and nursing: a narrative review ¹³	Journal of advanced nursing (2008)	A2	Revisão bibliográfica.
Effects of laughter therapy on depression, cognition and sleep among the community-dwelling elderly ¹⁴	Geriatrics & Gerontology International (2011)	B3	Grupo controle com 109 idosos, sendo desses, 48 submetidos a terapia do riso e 61 no grupo controle. Foram utilizadas algumas escalas para avaliação, como a Escala de Depressão Geriátrica.

The effects of a simulated laughter programme on mood, cortisol levels, and health-related quality of life among haemodialysis patients ¹⁵	Complementary Therapies in Clinical Practice (2016)	B3	Estudo quase-experimental, 18 pacientes em hemodiálise. Grupo controle não equivalente.
Elder-Clowning in Long-Term Dementia Care: Results of a Pilot Study ¹⁶	Journal compilation, The American Geriatrics Society (2016)	B3	Métodos mistos antes e depois de residentes com demência. Participaram do estudo 33 residentes de um lar de idosos, contando com 4 palhaços mais velhos para realização da terapia do riso. Os participantes foram avaliados usando o Inventário Neuropsiquiátrico - Versão para Uso Doméstico (NPINH).
The effect of laughter therapy on the quality of life of nursing home residents ¹⁷	Journal of Clinical Nursing (2017)	B3	Estudo experimental com caso controle. Grupo experimental composto por 32 residentes de um lar de idosos, e o grupo controle por 33 residentes de outro lar de idosos.
Laughter and humour interventions for well-being in older adults: A systematic review and intervention classification ¹⁸	Complementary Therapies in Medicine (2018)	A2	Revisão bibliográfica sistemática.

Discussão

O cuidado transpõe a concepção de tratar queixas físicas dos pacientes, mas abrange a totalidade do indivíduo em observância aos aspectos físicos, espirituais, psicológicos e sociais. Avaliar o humor do paciente é uma tarefa necessária a ser realizada pelo enfermeiro, já que tal aspecto impacta diretamente na saúde física e mental. A terapia do riso pode contribuir com a humanização hospitalar e com a carência de propostas de ações em saúde a serem aplicadas para além da dimensão biomédica. Com isso, a terapia do riso é uma intervenção que atua positivamente no bem-estar, qualidade de vida e humor em adultos e idosos hospitalizados⁴.

Há uma escassez de estudos na literatura que tratem de intervenções de terapia do riso em pacientes hospitalizados. Dos artigos encontrados, a maior parte foi referente a terapia com adultos, e a

maioria dos estudos que trabalhavam com idosos foram realizados em asilos. Dos sete artigos selecionados na revisão integrativa, dois¹³⁻¹⁷ trouxeram as teorias dominantes acerca do humor.

O humor tem sido discutido há séculos com centenas de teorias, e a maioria dos estudos, apoiam três teorias dominantes: a superioridade ou tendenciosa, que implica sobre a nossa superioridade rindo de outras pessoas (Hobbes 1588-1679); incongruência, onde eventos inesperados, discordantes, estresses ou eventos irrelevantes são a base do riso (Kant 1724 - 1804); e alívio, mostrando o humor como uma forma de enganar a censura e, portanto, provocar o alívio e, por consequência, o riso (Freud 1856 - 1938). As referidas teorias falam sobre as questões filosóficas no debate sobre o humor¹³⁻¹⁷.

Em 1964 quando o Dr. William Fry, pesquisador de humor, fundou o instituto de Gerontologia na

Universidade de Stanford, Fry destacou o valor do riso no processo de envelhecimento, demonstrou vastos benefícios no sistema cardiovascular, reduzindo a pressão arterial. Evidenciou a capacidade do riso em reduzir o estresse, a dor, estimular o relaxamento muscular e beneficiar os sistemas cognitivo e imunológico. Inúmeras terapias do riso foram desenvolvidas, a maioria baseada em comédia, um exemplo é a terapia do palhaço de Patch Adams¹⁸.

O humor, em forma de riso, gera modificações fisiológicas no corpo gerando positivas mudanças. Indiretamente, o humor ou o riso auxiliam na administração dos efeitos adversos do estresse, potencializando a capacidade de administrar os efeitos negativos. Pesquisadores que estudam a ligação fisiológica direta focam em três partes: imunidade, efeitos cardiovasculares e dor. O humor, infelizmente, não é levado muito a sério, mas é um ponto para firmar relação entre paciente e profissional da saúde. Trabalhar o humor não é necessariamente contar uma piada, é algo complexo, sempre vai depender do contexto, das evidências científicas utilizadas como base, e parte de quem somos e como interagimos com os outros¹⁴.

Corroborando a necessidade de trabalhar o humor, o riso fornece vantagens fisiológicas significativas e tem funções sociais. O riso promove elevação do ritmo cardíaco e absorção de oxigênio, fazendo com que melhore a circulação sanguínea, e fortaleça o sistema imunológico através do aumento do número de células de defesa^{1,2}.

Conforme a OMS a população está envelhecendo cada vez mais no mundo, 2% da população total tinha mais de 60 anos em 2015, é esperado que aumente para 3,2% a cada ano. O aumento da população de

idosos implica em vários problemas, como fatores econômicos, questões ambientais, sociais, de saúde, entre outros. A qualidade de vida dos idosos é preocupante, as pessoas tendem a desenvolver menor qualidade de vida com aumento da idade. Alguns idosos que residem em asilos, experimentam mais solidão que aqueles que vivem com suas famílias, e essa questão também se aplica a hospitalização, já que o contato com seus entes queridos se torna menor¹⁹.

Qualidade de vida é a capacidade do indivíduo perceber sua posição na vida, um conceito amplo e complexo influenciado por situações físicas, espirituais e social⁷. A boa qualidade de vida é mais uma necessidade do que o luxo para um envelhecimento saudável.

O estudo de Kuru e Kublay apresentaram algumas intervenções e alternativas que podem ser usadas para melhorar a qualidade de vida dos idosos, como música, oração, meditação riso e humor¹⁷.

No contexto da hospitalização, a depressão é um fator importante a ser observado, que pode ocorrer devido a um prejuízo na qualidade de vida do indivíduo, podendo afetar jovens e, principalmente idosos que se veem numa situação de enfrentamento de dor, incapacidade física, com um prognóstico ruim, sentimento de solidão e o afastamento social. Esse distanciamento das pessoas, sobretudo de seus familiares, pode gerar transtornos psicológicos, principalmente em internações superiores a cinco dias, dificultando o processo de recuperação, e conseqüentemente, a alta hospitalar^{14,20}.

Um estudo¹⁸ referente as intervenções de terapia do riso realizadas em indivíduos com mais de 60 anos, contando com 369 participantes (212 do grupo experimental e 157 do grupo controle), demonstrou

mudanças benéficas relativas ao bem-estar e aumento na qualidade de vida dos idosos¹⁸. Foi adotado no referido estudo um método terapêutico que envolve exercício de riso ao yoga, no qual, durante uma sessão, o riso é simulado através de exercícios físicos, promovendo contato com outras pessoas do grupo. Na maioria das vezes o riso simulado gera o riso espontâneo, o corpo humano não sabe distinguir entre risos falsos e risos verdadeiros.

Com relação aos idosos, um estudo¹⁶ realizado no Canadá, em um lar de idosos com algum tipo de demência, foi implementado a terapia do riso com palhaços idosos treinados por profissionais, que não pertenciam ao lar mencionado. Foi avaliado o efeito desse tipo de abordagem não farmacológica em contrapartida ao uso de medicamentos antipsicóticos e psicotrópicos. As técnicas implementadas pelos palhaços idosos incluíam músicas, brincadeiras, sempre preservando suas limitações. Neste estudo a maioria dos participantes era composta por mulheres idosas com doença de Alzheimer, e os resultados mostraram um escore mais baixo de agitação e agressão, porém não apresentou diferenças significativas em idosos que apresentavam depressão¹⁶.

Outro estudo¹³ identificou que os processos biológicos e psicológicos sofrem mudanças degenerativas ao longo da vida. A depressão tem se tornado uma condição comum em idosos, afetando negativamente grande parte de suas vidas, junto a outras doenças que causam declínio das funções cognitivas e conseqüentemente da qualidade de vida. No estudo de Ko e Youn foi realizada estratégias não farmacológicas para tratamentos dessas alterações degenerativas, entre elas, a terapia do riso, cuja

psicoterapêutica mostrou-se uma eficiente intervenção para o tratamento da depressão e demência do idoso¹⁴.

Corroborando com os efeitos na qualidade de vida, Heo e colaboradores realizou estudo com grupo controle para analisar o efeito do riso em 18 pacientes com doença renal terminal em tratamento com hemodiálise, em um hospital universitário coreano. Esses pacientes foram submetidos a um programa simulado de riso com técnicas de relaxamento, para avaliar melhora na qualidade de vida. Foram avaliados os dois grupos, obtendo-se os seguintes resultados: o nível de humor foi mais alto no grupo onde foi estimulado o riso; os níveis de cortisol não apresentaram diferença entre os grupos; e os aspectos relacionados a saúde mental, como autoestima, e melhorias na qualidade de vida foram melhores no grupo do riso, sendo assim, este programa teve um efeito positivo fisiologicamente nesses pacientes, mostrando a importância do riso¹⁵.

Ainda, um estudo¹² realizado nos Estados Unidos, mostrou a criação de dois programas de humor em um hospital, pela equipe médica e de enfermagem, sendo esses: um voltado para o paciente, Chuckle Wagon, e o outro para a equipe, Centro de Recursos de Humor. Foram mobilizados diversos recursos materiais e humanos, até mesmo de outros centros médicos, para realização desse projeto, com a criação de dois comitês: o Humor Won (humor ganho), direcionado para o programa que envolvia pacientes, e o Humor Too (humor também), para o programa voltado para a equipe¹¹. Neste estudo o chuckle wagon, (“vagão de risada”), consistiu na criação de um carrinho de humor, de uma forma artística e colorida, que continha brinquedos, caricaturas e livros de comédia

para os pacientes, levando o humor para onde o paciente estivesse. Já o centro de recursos de humor, consistiu numa biblioteca sobre materiais de humor, voltado para os profissionais aprimorarem suas técnicas sobre esse assunto. Houve grande satisfação por parte dos pacientes, porém, foi necessário existirem algumas restrições, como pacientes em pós-operatório devido o esforço que pode causar dor, e mostrou também a utilização em grupos que não foram pensados anteriormente, como os pacientes em pré-operatório, reduzindo estresse e ansiedade. Nas equipes o impacto também foi positivo, melhorando a relação interpessoal¹².

Quando se trata de analisar a terapia do riso no âmbito hospitalar com pacientes adultos e idosos, apenas dois estudos¹²⁻¹⁷ abordaram a atuação do enfermeiro no contexto de utilização de terapias integrativas, como a do riso. O enfermeiro é o profissional que possui maior contato com os pacientes, pois presta assistência nas 24 horas, realizando intervenções de enfermagem constantemente, não só da parte técnica, mas também a partir de uma visão holística, percebendo o paciente como um todo. Utilizar o riso como terapia acaba sendo um dos cuidados de enfermagem, quando se identifica que aquele paciente necessita de uma intervenção nesse sentido.

Os estudos selecionados na revisão integrativa relatam os efeitos benéficos acerca do humor, tendo impactos fisiológicos e psíquicos positivos nos indivíduos que necessitam de hospitalização, podendo auxiliar reduzindo estresse, ansiedade, e influenciando nos sinais vitais, como redução da pressão arterial.

Ao realizar a busca para concretizar esse estudo, identificou-se uma escassez na literatura sobre terapia

do riso em pacientes adultos e idosos hospitalizados, ocasionando uma limitação no estudo. No Brasil, há um trabalho²¹ que trata do assunto em uma instituição filantrópica, com idosos. Foram realizados ensaios estratégicos (com filmes, shows humorísticos, entre outros) e uma entrevista estruturada sobre a satisfação sobre o atendimento recebido, com os 10 participantes. Os resultados mostraram que a risoterapia pode ser incluída na terapia como uma forma de melhorar tratamento e cuidados desses idosos institucionalizados, dando ênfase na atuação do enfermeiro neste contexto, por ser o profissional que possui maior contato com os pacientes²¹.

Ressalta-se a importância do desenvolvimento de pesquisas sobre a temática, especialmente no campo prático, devido à escassez na literatura de estudos, sobretudo brasileiros.

Conclusão

O uso da terapia do riso vem crescendo e se difundido entre os profissionais da saúde, com enfoque nos enfermeiros, como intervenção para melhorar a qualidade de vida dos adultos e idosos hospitalizados. Dessa forma, possibilita também a melhora da qualidade do cuidado.

Percebe-se que ainda há pouco incentivo e recursos para o desenvolvimento de cuidados com implementação da terapia do riso. Considera-se importante a implementação da terapia do riso no ambiente hospitalar, torna-se indispensável a realização de estudos que busquem a humanização na assistência, como garantia dos direitos aos indivíduos, assegurados por legislação.

Espera-se com esse estudo, estimular os profissionais da área da saúde a utilizarem métodos e práticas integrativas para o cuidado, como a terapia do

riso. Promovendo, assim estratégias para melhorar a interação paciente-profissional que é essencial para o cuidado, e por conseguinte a qualidade de vida dos adultos e idosos sob processo de hospitalização.

Referências

1. Han JH, Park KM. Effects of Laughter Therapy on Depression and Sleep among Patients at Long-term Care Hospitals. *Korean J Adult Nurs.* 2017; 29(5):560-568.
2. Tremayne P, Sharma K. Implementing laughter therapy to enhance the well-being of patients and nurses. *Nursing Standard,* 2019; 34(3):28-33.
3. Coutinho MO, Lima IC, Bastos RA. Terapia do riso como instrumento para o processo de cuidado na ótica dos acadêmicos de enfermagem. *ABCS Health Sci.* 2016; 41(3):163-167.
4. Sousa LMM, Marques-Vieira CMA, Antunes AV, Frade MFG, Severino SPS, Valentim OS. Humor intervention in the nurse-patient interaction. *Rev Bras Enferm.* 2019; 72(4):1078-1085.
5. Cardoso JS, Faria AKS. A terapia do riso como instrumento de humanização no setor pediátrico. *Rev UNILUS Ensino Pesq.* 2018; 15(4):162-169.
6. The WHOQOL Group. The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Soc Sci Med Oxford.* 1995; 41(10):1403-1409.
7. Catapan SC, Oliveira WF, Rotta TM. Palhaçoterapia em ambiente hospitalar: uma revisão de literatura. *Ciênc Saúde Coletiva.* 2019; 24(9):3417-3429.
8. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. *HumanizaSUS: política nacional de humanização / Ministério da Saúde, Secretaria Executiva, Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização.* Brasília: Ministério da Saúde. 2003.
9. Bulechek GM, Butcher HK, Dochterman JM, Wagner CM. *NIC - Classificação das Intervenções de Enfermagem.* Elsevier, 6ª ed. 2016.
10. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enferm.* 2008; 17(4):758-764.
11. Santos LNC, Aquino RG, Souza PA, Silva NCM, Luna AA. Diagnósticos de enfermagem em pós-operatório de neurocirurgia. *Rev Enferm UFPE Online.* 2019; 13:e241596.
12. Ackerman MH, Henry MB, Graham KM, Coffey N. Humor Won, Humor Too: A Model to Incorporate Humor Into the Healthcare Setting. *Nursing Forum.* 1993; 28(4).
13. McCreaddie M, Wiggins S. The purpose and function of humour in health, health care and nursing: a narrative review. *Journal of Advanced Nursing.* 2008; 61(6):584-595.
14. Ko HJ, Youn CH. Effects of laughter therapy on depression, cognition and sleep among the community-dwelling elderly. *Geriatrics & Gerontology International.* 2011; 11(3):267-274.
15. Heo EH, Kim S, Park HJ, Kil SY. The effects of a simulated laughter programme on mood, cortisol levels, and health-related quality of life among haemodialysis patients. *Complementary Therapies in Clinical Practice.* 2016; 25(0):1-7.
16. Kontos P, Miller K-L, Colobong R, Lazgare LIP, Binns M, Low L-F, et al. Elder-Clowning in Long-Term Dementia Care: Results of a Pilot Study. *Journal of the American Geriatrics Society.* 2016; 64(2): 347-353.
17. Kuru N, Kublay G. The effect of laughter therapy on the quality of life of nursing home residents. *Journal of Clinical Nursing.* 2017; 26(21-22):3354-3362.
18. Gonot-Schoupinsky FN, Garip G. Laughter and humour interventions for well-being in older adults: A systematic review and intervention classification. *Complementary Therapies in Medicine.* 2018; 38:85-91.
19. World Health Organization. *World report on ageing and health [Internet].* Geneva: WHO. 2015.
20. Silva RP, Pinto PI, Alencar AMC. Efeitos da hospitalização prolongada: o impacto da internação na vida paciente e seus cuidadores. *Rev Saúde (Sta. Maria).* 2018; 44(3):1-12.
21. Lemos ACML. A utilização da risoterapia na assistência de enfermagem ao idosos institucionalizado. *Dissertação (Mestrado em Enfermagem).* Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Brasil. 2015.