

LINGUAGEM

IMPORTA



RENOB·MG

Rede para Enfrentamento da Obesidade e
Doenças Crônicas em Minas Gerais

LINGUAGEM IMPORTA:

INFLUÊNCIAS NO ENGAJAMENTO DO TRATAMENTO

A comunicação é bem mais ampla do que apenas seleção de palavras, ela também envolve uma série de fatores como a entonação, a velocidade da fala e vários aspectos de comunicação não verbal. Assim, o papel da escolha das palavras não pode ser reduzido pois ele tem um forte potencial de aproximar ou afastar o indivíduo, de incluí-lo ou excluí-lo, demonstrar o respeito ou estigmatizar. Posto esses fatores, é interessante que vocês, como profissionais e gestores de saúde, atente-se na forma como querem transmitir a mensagem e na forma como vocês irão transmitir a mensagem, pois a linguagem é uma forte influenciadora para o êxito ou para o fracasso de um engajamento do tratamento.

A partir disso, é interessante pensar em “O que pode ser melhorado” pois isso permite que você reflita sobre suas condutas e linguagens atuais e te possibilita a reorganização disso:

→Educação em saúde:

- Interessante é que ela seja: empática, motivadora, inclusiva e respeitosa.
- Que proporcione o empoderamento e estimule a autonomia, para cuidados baseados em decisões compartilhadas.

→Evitar usar a sua visão de mundo sobre a situação de um indivíduo:

- Deve-se evitar generalizações, estereótipos ou preconceitos, assim como falas que vinculam a pessoa com experiências anteriores ou com histórias de situações vivenciadas por outras pessoas. (NHS).

→Usar uma linguagem positiva:

- Usar uma linguagem empoderadora, baseada em pontos fortes, respeitosa, inclusiva e centrada na pessoa, pois pode melhorar a comunicação e aumentar a motivação, saúde e bem-estar de pessoas com diabetes e outras CCNT's.

→ Usar uma linguagem democrática:

- Aceite, respeite e permita que sua linguagem demonstre que as pessoas têm direito de fazer escolhas e são responsáveis por suas próprias condições, evitando qualquer linguagem que implique julgamento moral sobre seus comportamentos (Diabetes Australia, 2016).

LINGUAGEM IMPORTA:

POR QUÊ ENGAJAR NESSA PAUTA?

Segundo o Fórum DCNT's (Doenças Crônicas Não Transmissíveis) da Linguagem Importa, o papel da comunicação é central na informação da população, o que permite a tomada de decisões que possibilitam melhorar ou manter a saúde de todos. Partindo dessa perspectiva, a forma de se comunicar com os indivíduos possibilita a acessibilidade de informação o que, por consequência, proporciona conhecimento e dá oportunidades deles se engajarem em pautas que estão dentro e até mesmo fora do seu modo de vida.

O Fórum DCNT's ainda trás a questão de que os resultados de atualizar a linguagem vão refletir rapidamente no engajamento da população em estratégias de redução de riscos, redução do estigma e estereótipos, e engajamentos nos autocuidados para quem vive com uma ou mais CCNT. Nesse sentido, a comunicação é uma ferramenta muito importante em todos os momentos do dia-a-dia e por isso torna-se importante estudar a respeito de uma comunicação não violenta e as formas de linguagem na saúde. Pensar nessa perspectiva não só possibilita uma boa convivência em sociedade como também evita reprodução de termos inadequados e estigmatizados.

LINGUAGEM IMPORTA:

COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA (CNV)

Considerar a CNV dentro da temática da linguagem importa é entender que essa comunicação se baseia em habilidades de linguagem e comunicação que fortalecem a nossa capacidade humanística mesmo quando estamos em situações difíceis.

Partindo desse pressuposto, pontuar sua importância é evidenciar como ela ajuda na construção de relações interpessoais como:

- Capacidade de ouvir e ser ouvido;
- Capacidade de lidar com as emoções;
- Capacidade de uma comunicação empática;
- Capacidade de escuta ativa sem pré-julgamentos;
- Capacidade de expressar-se sem gerar conflitos;

Ao considerar esses fatores é interessante que você esteja conectado com sua natureza compassiva, pois é isso que fortalece a capacidade de humanização. Assim, pode-se dizer que a essência da CNV é a CONEXÃO da nossa natureza compassiva com a natureza compassiva do outro.

Segundo o Dicionário Online Brasileiro (DICIO) ser compassivo é característica de quem se compadece, se emociona e tem vontade de ajudar alguém numa situação de tragédia, infortúnio.

Por fim, é interessante que não haja paradigma da dominação e ir para o da parceria, o qual deve-se utilizar:

- Unidade e não dualidade;
- Acolhimento do indivíduo;
- Atividades de parceria e colaboração: ser construída com a pessoa e não sobre a pessoa.

LINGUAGEM IMPORTA:

COMUNICAÇÃO NÃO VERBAL

A linguagem corporal pode dizer muito sobre a condição da pessoa, sobretudo a forma como ela está vivendo e convivendo em/na sociedade.

“Sinais não-verbais podem ser utilizados para complementar, substituir ou contradizer a comunicação verbal e também para demonstrar sentimentos. Em caso de conflito entre mensagem verbal e a comunicação não-verbal a mensagem não-verbal prevalecerá.”

(RAMOS e BORTAGARAI, 2012)

Ao ter esse ponto de vista, como profissional da saúde, é muito interessante a observação de como o cliente/ paciente se comporta ou se apresenta durante a consulta: O que ele fala condiz com a expressão corporal dele (a)? Em suma, fazer esse questionamento e trabalhar com a capacidade de observação vai permitir que você descubra muitas informações sem que o paciente use a comunicação verbal.

Mas...o que eu devo observar?

- As ações ou movimentos do corpo,
- A postura corporal (cinésica),
- Os sinais vocais ou paralinguísticos,
- O uso do espaço pelos comunicadores (proxêmica),
- Os objetos e adornos utilizados,
- O tipo de corpo (características físicas),
- Momento em que as palavras são ditas.

RAMOS e BORTAGARAI, 2012 trazem que os profissionais devem atentar-se a essa comunicação não verbal porque sem tal percepção emocional, os problemas do dia a dia e a rotina podem fazer com que os profissionais toquem sem sentir, olhem sem ver e escutem sem ouvir.

Ainda, pode-se dizer que a competência em uma comunicação interpessoal é uma habilidade que deve ser adquirida pois vai proporcionar um cuidado em saúde humanizado e de excelência, tendo em vista que interpretar a comunicação não verbal enviada pelo paciente/cliente vai proporcionar a você, profissional ou gestor de saúde, a possibilidade de estabelecer um plano de cuidado que se adequa a singularidade do cliente/paciente.

Mas para que você consiga fazer tais indicações é importante que você trabalhe outros aspectos pessoais como:

- Demonstração de carinho
- Escuta ativa
- Expressar um olhar atencioso
- Capacidade de tocar e reconfortar o cliente/paciente

fazer isso vai gerar um laço de confiança que renderá segurança e proteção ao indivíduo, pois uma boa comunicação evita mal entendidos e torna as relações mais harmônicas e alcança os objetivos terapêuticos com mais eficiência e satisfação.

LINGUAGEM IMPORTA:

DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS

As doenças psicossomáticas têm profunda relação com as emoções, com os sentimentos e com os pensamentos. Nesse sentido, quando estes encontram-se em desequilíbrio por fatores de estresse e traumas, vão se expressar no corpo por meio de dores e/ou doenças físicas.

A doença psicossomática é a forma do corpo dizer o que está sentindo.
É a linguagem do corpo dizendo o que há em seu interior.

Ao ter o conhecimento disso, é muito interessante que o profissional de saúde busque saber mais a respeito do histórico patológico pregresso do paciente/cliente e atentar-se para as pequenas informações. Um exemplo de fácil entendimento seria este:

→ Se um indivíduo apresenta obesidade e/ou condição crônica não transmissível (CCNT) for advinda das doenças psicossomáticas o tratamento deve ser voltado para isso e não, diretamente na obesidade e/ou CCNT. Tendo em vista que o tratamento deve ser feito considerando a fonte do “problema” para ter um melhor resultado.

Se você tratar a doença, você ganha ou você perde. Se você tratar uma pessoa, eu garanto, você vai ganhar, não importa o resultado.

(PATCH ADAMS- O AMOR É CONTAGIOSO)

BIBLIOGRAFIA:

RAMOS, A.P; BORTAGARAI, F.M. A comunicação não-verbal na área da saúde. Rev. CEFAC. 2012 Jan-Fev; 14(1):164-170. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcefac/a/tvhH9gHRSnzJVkR76pmn6VL/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 18 de junho de 2022.

LINGUAGEM IMPORTA. Fórum DCNTs, 2022. Disponível em: <https://www.forumdcnts.org/post/linguagem-importa>. Acesso em: 18 de junho de 2022.



RENOB-MG

Rede para Enfrentamento da Obesidade e
Doenças Crônicas em Minas Gerais

LINGUAGEM

IMPORTA

Realização: RENOB • MG

Texto: Stela de Amorim Ferreira

Edição: Stela de Amorim Ferreira

Diagramação: Amanda de Souza