Submissão: 17/12/2024
Publicação: 18/12/2024
DOI:

SORRISOS TRANSFORMADORES: UM PROJETO DE CURA ATRAVÉS DA ALEGRIA E DA PALHAÇOTERAPIA

TRANSFORMING SMILES: A HEALING PROJECT THROUGH JOY AND CLOWN THERAPY

Maísa Martins Decósimo[1]
Eduardo dos Santos Briere[2]
Maria Vitória de Oliveira de Melo[3]
Fernanda Teixeira Furlan Chico[4]
Jéssica Vieira Menin[5]

Resumo: Ao analisarmos hospitais e abrigos é possível encontrar pessoas em situações emocionais e físicas vulneráveis, com dores, medos, depressão, ansiedade e estresse. Pensando nisso e entendendo que emoções e sentimentos negativos são capazes de influenciar no tratamento e na manutenção da saúde desses indivíduos, os profissionais de saúde, através da humanização, tornam esses ambientes hostis em lugares acolhedores, amenizando angústias e inseguranças. Por conta disso, por meio da palhaçaria, o projeto de extensão “Viver de Rir” tem como objetivo proporcionar o riso, fenômeno biológico capaz de causar relaxamento emocional e físico, promovendo o bem-estar ao indivíduo por ser algo contagiante, libertador e estimulante, pois ocorre liberação de endorfina, dopamina, ocitocina e serotonina, conhecidos como hormônios do bem-estar e da felicidade. Participam desse projeto doze acadêmicos e três professoras dos cursos das áreas da saúde do Centro Universitário Univel. As ações ocorrerão pelo menos uma vez por mês em ambientes de assistência em saúde, por meio destas serão realizados momentos voltados para distração e acolhimento. Até o mês de setembro de 2024 foram realizadas cinco ações em hospitais e abrigos de idosos, além dos encontros para treinamento e planejamento da equipe. A palhaçaria teve resultados positivos, pois foi capaz de dissipar momentaneamente as preocupações diárias dos pacientes por meio do riso. Também, é bom ressaltar a importância desse projeto para os acadêmicos, pois o mesmo colabora na qualidade técnica dos profissionais, desenvolvendo habilidades essenciais de empatia, comunicação e sensibilidade para uma abordagem mais humanizada e holística ao paciente.

Palavras-chave: Humanização. População vulnerável. Receptores de endorfina. Terapia do riso. Remédio.

Abstract: When analyzing hospitals and shelters, it is possible to find people in

[1] Acadêmica do Curso de Fisioterapia da UNIVEL – Centro Universitário Univel.

[2] Acadêmico do Curso de Fisioterapia da UNIVEL – Centro Universitário Univel.

[3] .Acadêmica do Curso de Fisioterapia da UNIVEL – Centro Universitário Univel.

[4] Coordenadora do Curso de Fisioterapia da UNIVEL - Centro Universitário Univel

[5] Docente do Curso de Biomedicina da UNIVEL - Centro Universitário Univel.

vulnerable emotional and physical situations, with pain, fear, depression, anxiety and stress. With this in mind and understanding that negative emotions and feelings can influence the treatment and maintenance of these individuals' health, health professionals, through humanization, turn these hostile environments into welcoming places, alleviating anguish and insecurity. Because of this, through clowning, the extension project “Living with Laughter” aims to provide laughter, a biological phenomenon capable of causing emotional and physical relaxation, promoting well-being in the individual because it is contagious, liberating and stimulating, as it releases endorphins, dopamine, oxytocin and serotonin, known as the hormones of well-being and happiness. Twelve students and three professors from health courses at Univel University Center participate in this project. The actions will take place at least once a month in health care environments, through which moments focused on distraction and reception will be held. By September 2024, five actions were carried out in hospitals and nursing homes, in addition to meetings for team training and planning. The clowning had positive results, as it was able to momentarily dispel patients' daily worries through laughter. It is also important to emphasize the importance of this project for academics, as it contributes to the technical quality of professionals, developing essential skills of empathy, communication and sensitivity for a more humanized and holistic approach to the patient.

Keywords: Humanization. Vulnerable population. Endorphin receptors. Laughter therapy. Medicine.

1 INTRODUÇÃO

A Palhaçaria, também conhecida como Terapia do Riso, é um conjunto de projetos multiprofissionais que engloba ações sociais, geralmente desenvolvido por profissionais de diversas áreas da saúde. Tem como objetivo principal proporcionar momentos de conversas, brincadeiras e música como forma de distração aos indivíduos em situações vulneráveis, promovendo a humanização em hospitais e abrigos de idosos, tornando esses locais um ambiente mais agradável possível (Nogueira, 2020).

A característica principal dos envolvidos nessas ações é a utilização de nomes, vestimenta, acessórios e maquiagem que remetem à figura do palhaço, porém a principalidade dessa caracterização é profundamente complexa (Tsallis, 2009).

A figura do palhaço vai além de um simples nariz em formato de uma bola vermelha, maquiagens e roupas um tanto quanto extravagantes e características.

Segundo Tsallis (2009), o palhaço representa a exteriorização do indivíduo, ou seja, manifesta a essência pura que é viver sem máscaras sociais, expondo incapacidades e fragilidades sem medo.

> É nisso que reside o efeito do palhaço: quando todos no mundo almejam vencer, ele explora perder; quando no circo todos voam, ele cai; quando as feras são domadas, ele é indomável; enfim, quando o poder é gigantesco, ele vence pela fraqueza...[...] Aí está sua capacidade de criação / re-creação (ibid), sua potência surge desse momento, desse encontro com sua fragilidade. Nesse instante, ele captura o outro por sua humanidade, não por sua capacidade de superação (Tsallis, 2009, p. 138).

A construção do palhaço se dá por meio dos vícios, defeitos e erros que compõem o ser humano, porém nela não há vergonha em relação a isso, pelo

contrário, transforma essas adversidades em risos, tornando-se a própria graça (Rodrigues, 2015).

Por meio da sua linguagem única é possível estabelecer uma fluidez do contato com as inúmeras variáveis consideradas negativas por serem frágeis e ridículas, promovendo a exploração intrapessoal e revelando o que todos querem esconder (Tsallis, 2009).

Mesmo que os olhares voltados para os palhaços variam de estranhamento à grande apreço, ele é o desenvolvimento de um conjunto de vivências, ou seja, ele reflete o meio em que vive, convertendo as variadas situações em divertimento, e segundo Tsallis, o palhaço perde, mas ele sempre recomeça (Pedroso, Silva e Brandão, 2023; Tsallis, 2009).

É através desse pensar, juntamente com o talento único de fazer graça, que o palhaço faz da sua vida um estoque de risadas alheias, promovendo melhora significativa na vida das pessoas, pois o riso é considerado uma manifestação corporal que traz consigo alterações hormonais que influenciam fisiologicamente o corpo humano. A partir do riso sincero ocorre a liberação de endorfina, dopamina, ocitocina e serotonina, conhecidos como hormônios da felicidade e do bem-estar (Ferreira, 2018).

Por conta desse processo são desencadeados efeitos analgésicos, de relaxamento, motivacionais e sensação de prazer que contribuem para o bem-estar físico e emocional do indivíduo (Oliveiral, Machado e Carneiro, 2023).

Quando esses hormônios não são estimulados e/ou entram em desequilíbrio são manifestados sentimentos de angústia, ansiedade, depressão, podendo provocar crises e síndromes que afetam os aspectos psicológicos, fisiológicos e sociais das pessoas (Pereira e Mota, 2021).

Por muitos anos o tratamento ao paciente era direcionado apenas à patologia, sem interesse algum em entendê-lo como um ser influenciável pelo meio em que vive e pelos aspectos biopsicossociais. É importante compreender que estar em hospitais e abrigos ocasiona uma série de emoções e sentimentos negativos, como dor, estresse, ansiedade, nervosismo, depressão e inseguranças, estes tendem a regredir o bem-estar dos indivíduos que ali se encontram (Pereira e Mota, 2021).

Pensando nessa relação, pode-se constatar que ao levar o riso à lugares de difícil descontração, onde o estresse e ansiedade prevalecem e modificam a qualidade de vida de indivíduos, é possível proporcionar sentimentos e energias positivos, colaborando para uma melhor manutenção da saúde e bem-estar.

Ao olhar para o indivíduo como um todo, compreendendo e acolhendo seus valores e culturas, é possível levar um melhor prognóstico, trazendo melhores resultados aos tratamentos. Diante disso, surge a humanização na saúde, processo pelo qual ocorre o cuidado ao paciente enquanto compreende os contextos familiares, sociais e emocionais (Nogueira, 2020).

> Humanizar é individualizar a assistência frente às necessidades de cada um. [...] Cada indivíduo deve ser considerado único, tendo necessidades, valores e crenças específicas. Manter e preservar a sua dignidade significa respeitar os princípios da moral e do código de ética médica. [...] O conceito de humanização pode ser traduzido como uma busca incessante do conforto físico e psíquico e espiritual ao paciente, família e equipe (Nogueira, 2020, p. 139).

Portanto, a partir da situação na qual os pacientes e familiares se encontram, cabe a equipe de profissionais envolvidos nos campos da saúde buscar métodos que possam amenizar as angústias sentidas nesses locais (Pereira e Mota, 2021).

Fundamentada na qualidade de vida e nos aspectos que a moldam, com o objetivo de unir o palhaço, o riso e a humanização, no ano de 2023, a professora do projeto de extensão, na época estreado como “Rir é o melhor remédio” e depois alterado para o nome atual “Viver de rir”, juntamente com outras três professoras e sete alunas, iniciaram as ações no Abrigo São Vicente de Paulo, as quais posteriormente foram ampliadas para os demais locais.

A palhaçaria na área da saúde ajuda a aliviar o estresse e a ansiedade dos pacientes, criando um ambiente mais leve e acolhedor nos cenários clínicos. A presença de palhaços treinados pode transformar a atmosfera de hospitais e clínicas, proporcionando momentos de descontração e risos que contribuem para o bem-estar geral dos pacientes. Essa abordagem lúdica não apenas humaniza a prática médica, mas também contribui para a construção de uma relação mais positiva e colaborativa entre profissionais de saúde e aqueles sob seus cuidados.

Ao integrar a palhaçaria no treinamento de alunos da saúde, as instituições educacionais estão investindo não apenas na qualidade técnica dos profissionais, mas também na promoção de um ambiente de cuidado mais compassivo e centrado no paciente. Essa abordagem inovadora reconhece a importância de tratar não apenas as condições físicas, mas também de nutrir o aspecto humano no processo de cura.

2 METODOLOGIA

O projeto conta com a participação de doze estudantes e três docentes dos cursos de Biomedicina, Educação Física, Enfermagem, Fisioterapia e Psicologia do Centro Universitário Univel, situado em Cascavel, Paraná, Brasil. As ações desenvolvidas pelo projeto baseiam-se na palhaçoterapia, ou terapia do riso, realizada em diversos ambientes de assistência em saúde e seguiram o seguinte cronograma:

Tabela 1: Cronograma de atividades.

Data	**Atividade realizada**
20/03/2024 a 23/03/2024	Inscrição
03/04/2024	Seleção
04/05/2024	Primeiro encontro - ambientação
08/06/2024	Segundo encontro - maquiagem e capacitação
22/06/2024	Terceiro encontro - primeira ação
17/08/2024	Quarto encontro - segunda ação
28/09/2024	Quinto encontro - terceira ação
Em planejamento	Sexto encontro - quarta ação
Em planejamento	Sétimo encontro - quinta ação
Em planejamento	Oitavo encontro - encerramento do projeto

Fonte: Autores, 2024.

Por meio dessas ações serão realizadas conversas, brincadeiras, músicas e danças, proporcionando momentos de distração, alegria, companheirismo e conforto.

2.1 Processo de seleção

O processo de seleção ocorreu em duas etapas: a primeira, em março de 2024, no qual foi realizado o processo de inscrição, e a segunda, em abril de 2024, voltada para as dinâmicas e entrevistas dos candidatos.

Na primeira etapa houve a inscrição dos alunos interessados e regularmente matriculados nos cursos de Fisioterapia, Educação Física, Biomedicina, Psicologia, Nutrição, Enfermagem e Odontologia do Centro Universitário Univel, os quais responderam perguntas relacionadas ao interesse em participar do projeto.

Com base em suas respostas, foram selecionados 64 (sessenta e quatro) acadêmicos para participarem da segunda etapa, que consistiu em uma dinâmica e entrevista realizada com a coordenação do projeto e uma profissional psicóloga responsável.

Finalizado o período de seleção, foram divulgados os resultados, em que 12 acadêmicos foram selecionados.

2.2 Ambientação e Capacitação

Os 12 acadêmicos selecionados compareceram no primeiro dia de encontro, que ocorreu em abril de 2024. Este encontro foi focado na apresentação do projeto e na recepção da nova equipe.

Em um primeiro momento, a professoras responsáveis apresentaram o projeto. No segundo momento, uma roda de conversa foi realizada para possibilitar a realização de uma dinâmica entre os participantes, promovendo um ambiente para que se apresentassem se conhecessem de forma descontraída.

Figura 1: Ambientação



Fonte: Autores, 2024.

Posteriormente foram realizadas as capacitações para o projeto, sendo um dia intensivo de atividades. O encontro foi direcionado para a criação de um personagem palhaço e escolha de acessórios. Após isso, houve um treinamento em uma plataforma de criação e edição de imagens, com o fim de instruir os acadêmicos à realizarem postagens periódicas nas redes sociais do projeto.

Figura 2: Capacitação



Fonte: Autores, 2024.

Na oficina da maquiagem, os alunos puderam soltar a criatividade na hora de escolherem as suas identidades visuais como palhaço, através da pintura. Escolheram os tons de cores e as características individuais de cada maquiagem.

Figura 3: Maquiagens e treinamento





Fonte: Autores, 2024.

Por fim, a equipe passou por uma capacitação de palhaçaria hospitalar, momento em que ocorreram dinâmicas e brincadeiras com o propósito de incentivar a liberdade de expressão e criatividade durante as atividades. Além disso, foram apresentadas diversas reflexões sobre a função do personagem palhaço dentro de ambientes de assistência à saúde.

Figura 4: Treinamento de palhaçaria



Fonte: Autores, 2024.

3 RESULTADOS

Os encontros seguintes do projeto foram realizados em variados ambientes de assistência à saúde. Os participantes, dessa vez, caracterizados, realizaram sessões de palhaçaria hospitalar adaptadas para cada ambiente e para cada público. Nessas sessões, materiais como balões e língua de sogra foram utilizados.

3.4.1 Encontro no Espaço Integral Master, Cascavel, Paraná

Foram realizados dois encontros no Espaço Integral Master: Lar de idosos, os quais aconteceram nos dias 22 de junho de 2024 e 28 de setembro de 2024.

Figura 5: Encontros no Espaço Integral Master



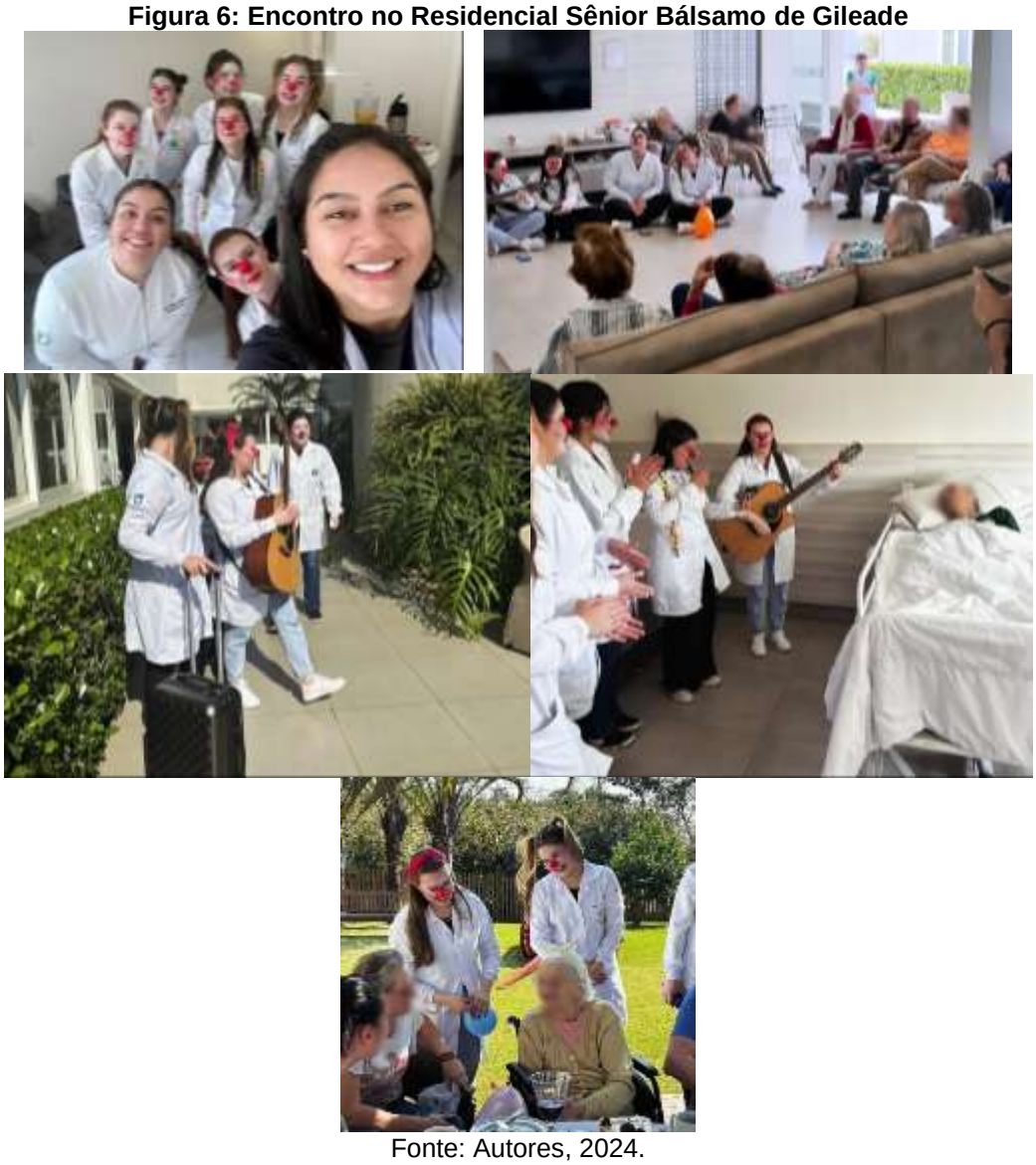


Fonte: Autores, 2024.

3.4.2 Encontro no Residencial Sênior Bálsamo de Gileade, Cascavel, Paraná

Essa ação ocorreu no dia 17 de agosto de 2024, no espaço Residencial Sênior Bálsamo de Gileade. Lá parte dos alunos e professoras conversaram, brincaram, dançaram e cantaram com os idosos.

Figura 6: Encontro no Residencial Sênior Bálsamo de Gileade



Fonte: Autores, 2024.

3.4.3 Encontro no Hospital de Retaguarda Allan Brame Pinho, Cascavel, Paraná

Essa reunião também aconteceu no dia 17 de agosto de 2024, no Hospital de Retaguarda Allan Brame Pinho, no período da manhã. Os pacientes tiveram momentos de descontração com a visita dos palhaços.

Figura 7: Encontro no Hospital de Retaguarda Allan Brame Pinho



Fonte: Autores, 2024.

Nessas ações, muitas vezes os acadêmicos e professoras se depararam com desanimo e não colaboração dos pacientes e idosos às atividades propostas, o que fez com que a equipe agisse com improvisação para que o maior número de pessoas interagisse nas atividades. Apesar disso, é possível construir uma visão ampla e compreensiva, e entender a importância da criatividade e liberdade de poder escolher quem quiser ser.

Mesmo que seja difícil deixar o lado real e aderir à figura do palhaço sem misturar os personagens, é satisfatório enxergar que os simples gestos e conversas podem causar efeitos positivos e melhorar o dia da maioria que fazem parte desses momentos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Visto os efeitos benéficos do riso juntamente com a destreza de ser palhaço, é possível notar significativa contribuição emocional do projeto durante as ações realizadas. Foram recebidos elogios de algumas equipes de trabalho dos locais onde ocorreram as ações:

“Foi um prazer receber o grupo, os idosos amaram, as meninas são sensacionais. ” - Equipe de trabalho do Residencial Sênior Bálsamo de Gileade, 2024.

“Muito obrigado por fazerem a alegria dos nossos pacientes! Vocês são demais! Parabéns! ” - Equipe de trabalho do Hospital de Retaguarda Allan Brame Pinho, 2024.

Por meio desses elogios e reações de alegria e entusiasmo dos pacientes é possível qualificar o benefício dessas ações, pois durante as visitas no abrigo, os

alunos transformaram o ambiente com brincadeiras, jogos e apresentações divertidas. Os palhaços improvisados trouxeram risos e sorrisos, dissipando momentaneamente as preocupações diárias dos pacientes.

Além disso, o treinamento em palhaçaria desempenha um papel fundamental na formação de estudantes da área da saúde, proporcionando uma abordagem única e holística para o cuidado com os pacientes. Ao incorporar elementos de palhaçaria no currículo, os alunos aprendem a desenvolver habilidades essenciais de empatia, comunicação e sensibilidade emocional, aprimorando a sua capacidade de se conectar de maneira mais profunda com os pacientes, compreendendo não apenas suas necessidades físicas, mas também suas emoções e preocupações.

A ação não apenas proporciona momentos de felicidade para os residentes do abrigo, mas também inspira os alunos a continuarem buscando maneiras criativas de fazer a diferença em suas comunidades. O poder transformador da alegria e compaixão, encapsulado na simplicidade dos trajes de palhaço, ecoa como uma lembrança duradoura do impacto positivo que os atos altruístas podem ter na vida das pessoas.

REFERÊNCIAS

FERREIRA, F. S. **A relação entre química da felicidade, química do estresse, liderança, motivação e confiança organizacional.** Instituto Universitário de Lisboa - ISCTE Business School, São Paulo, 2018. Disponível em: <https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/18161/1/master_fabio_silva_ferreira.pdf>. Acesso em: 17 out. 2024.

NOGUEIRA, M. L. **Rir é o melhor remédio: terapia do riso na atenção a pacientes em Unidade de Terapia Intensiva.** Temas em Saúde, v. 20, ed. 5, pág. 119-147, 2020. Disponível em: <https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2020/11/20507.pdf>. Acesso em: 20 out. 2024.

OLIVEIRAL, G. E. S., MACHADO, P. M. S., CARNEIRO, S. N. V. **Quando dar risada é o remédio: relato de experência da prática do riso no Hospital Estadual da Criança de Feira de Santana.** Revista Expressão Católica, v. 12, pág. 293-298, 2023. ISSN: 2357-8483.

PEDROSO, J. S., SILVA, C. V., BRANDÃO, F. M. V. **Ciência da palhaçaria: estudos teóricos e práticas em saúde mental.** Editora Rede Unida (Série saúde mental coletiva). Porto Alegre, 2023. Disponível em: <https://editora.redeunida.org.br/wp-content/uploads/2023/06/Livro-Ciencia-da-palhacaria.pdf>. Acesso em: 04 out. 2024.

PEREIRA, M. O., MOTA, F. R. L. **Perspectivas multidisciplinares de humanização em saúde: o uso da terapia assistida por animais em hospitais.** Gepnews, v. 5, ed. 1, pág. 356-358, 2021. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/index.php/gepnews/article/view/12932>. Acesso em: 19 out. 2024.

RODRIGUES, J. F. P. S. **“Rir-se comigo e Rir-se de mim”: O Arquétipo do Clown e as implicações do olhar do outro no Autoconhecimento.** Instituto

Universitário Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, 2015. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.12/4485>. Acesso em: 04 out. 2024.

SANTOS, A. I. L. **De nariz vermelho no hospital: a atividade lúdica dos Doutores Palhaços com crianças hospitalizadas.** University of Minho Library, 2011. Disponível em: <https://hdl.handle.net/1822/18605>. Acesso em: 17 out. 2024.

TSALLIS, A. C. **Palhaços: uma possível reflexão para a Gestalt-terapia.** Estudos e pesquisas em psicologia - Universidade Estadual do Rio de Janeiro, ed. 9, v. 1, pág. 137-149, Rio de Janeiro, 2009. Disponível em: <http://www.revispsi.uerj.br/v9n1/artigos/pdf/v9n1a11.pdf>. Acesso em: 04 out. 2024.

VIDAL, C. A. M. L. **Benefícios Terapêuticos do Humor.** Dissertações de Mestrado e Teses de Doutoramento - Faculdade Ciências da Saúde, 2014. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.6/5444>. Acesso em: 16 out. 2024.