

## OS IMPACTOS DA TERAPIA DO RISO NA SAÚDE MENTAL EM PACIENTES COM DIFERENTES QUADROS CLÍNICOS

<sup>1</sup> Letícia Maria Fernandes Pereira; <sup>2</sup> Gabriel Medeiros da Cunha; <sup>3</sup> Guilherme Guedes de Oliveira;  
<sup>4</sup> Luana Gabriella Martins de Mello Macedo Hollanda; <sup>5</sup> Profa. Katiane Fernandes Nóbrega

<sup>1</sup> Graduando em medicina pela Universidade Potiguar – leetmaria97@gmail.com; <sup>2</sup> Graduando em medicina pela Universidade Potiguar – gabrielcunhaaraujo01@gmail.com; <sup>3</sup> Graduando em medicina pela Universidade Potiguar – oliveiraguilhermeg@gmail.com; <sup>4</sup> Graduando em medicina pela Universidade Potiguar – luana\_mello\_@hotmail.com; <sup>5</sup> Profa. do Curso de Medicina da Universidade Potiguar – katieanenobrega@unp.br

**Área temática:** Inovações em Psicologia, Psicoterapia e Saúde Mental

**Modalidade:** Pôster Interativo

**E-mail do autor:** leetmaria97@gmail.com

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** Problemas relacionados à saúde mental estão entre as dificuldades que mais preocupam as organizações da saúde. Neste contexto, urge a adesão de terapias complementares com caráter humanizado e integrativo, como a terapia do riso. A referida terapia tem se popularizado mundialmente por ser um tratamento complementar não invasivo, sem efeito colateral, de baixo custo e fácil implementação. Além disso, tem demonstrado diversos benefícios à saúde dos pacientes.

**OBJETIVO:** Avaliar os impactos da terapia riso na evolução de diferentes quadros clínicos relacionados ao contexto da saúde mental. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. A busca pelo material de referência deu-se com foco na pergunta norteadora. Para isso, foram utilizados a seguinte estratégia de busca *Laughter Therapy AND (Patient OR Psychological)*, sendo a seleção dos trabalhos científicos feita via análise de estudos encontrados nas bibliotecas virtuais (BVS e periódicos Capes) e nas bases de dados (*Medline, Pubmed e Scielo*).

**RESULTADOS:** Após análise crítica e sistemática, foram encontrados 8 artigos científicos, que melhores respondiam à pergunta norteadora. A análise indicou que a terapia do riso possui potencial de modelagem da eficácia no humor, níveis de estresse psicológico e dor. O estudo permite ainda constatar que a implementação da terapia do riso em diferentes ambientes da saúde impacta diretamente na evolução do quadro fisiológico e emocional dos pacientes, proporcionando uma melhor adesão aos tratamentos convencionais, diminuição da depressão, entre outros benefícios. Além disso, foi visível a necessidade de um maior investimento na área da saúde para avaliar todos os impactos possíveis causados pelo tratamento do humor e como ele afeta cuidados padrões estabelecidos em ambientes hospitalares. **CONCLUSÃO:** A terapia do riso demonstrou inúmeros pontos positivos no que tange a esfera de cuidado e melhora na evolução dos quadros clínicos de pacientes em todas as idades.

**Palavras-chave:** Terapia do riso; Psicologia; Paciente.

## 1 INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2022), as desordens mentais configuram uma grande parcela das doenças que afetam a população, sendo os transtornos mentais uma das principais causas de incapacidade no mundo. Na área da psiquiatria, é perceptível o avanço da utilização de tratamentos alternativos, os quais se mostram eficazes na suplementação das terapias convencionais. Neste sentido, promovem bem-estar através de emoções positivas, podendo trazer a melhora sustentada da saúde mental (TAGALIDOU *et al.*, 2019).

A ciência do riso vem sendo estudada com o intuito de relacionar o bom humor a substâncias químicas produzidas no cérebro, que proporcionam bem-estar, reduzem estresse, ansiedade, tensão e podem até neutralizar a depressão (BRESSINGTON *et al.*, 2019). Vale ressaltar que, embora atividades focadas no humor tenham baixa implementação na prática de medicina alternativa, a terapia do riso possibilita aos praticantes revisitar sua ludicidade, utilizando princípios de atenção plena como técnica complementar aos tratamentos convencionais recebidos pelos pacientes (TREMAYNE; SHARMA, 2019).

Sendo assim, pesquisando a integralidade do cuidado com foco na utilização de terapias complementares no âmbito da saúde, torna-se oportuno analisar os conceitos da terapia do riso como ela pode modificar o bem estar físico e mental das pessoas. Portanto, esse é um estudo de revisão integrativa com o objetivo de avaliar os impactos da terapia riso na evolução de diferentes quadros clínicos relacionados ao contexto da saúde mental, em todas as faixas etárias.

## 2 MÉTODO

Este estudo é uma revisão integrativa da literatura, elaborada em seis etapas: elaboração de pergunta norteadora, busca na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa (SOUZA *et al.*, 2010). Logo, para a obtenção da pergunta norteadora foi utilizado PICO que representa um acrônimo para população, fenômeno de interesse e contexto. Assim, foi elaborada a pergunta norteadora: Qual o impacto causado pela terapia riso na evolução do quadro clínico de pacientes com transtornos psiquiátricos?

Posteriormente, ocorreu uma busca na literatura usando os seguintes descritores e operadores booleanos: *Laughter Therapy AND (Patient OR Psychological)*. A busca ocorreu nas bibliotecas

virtuais, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e periódicos Capes e nas bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (Medline), *National Library of Medicine* (Pubmed) e a *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Os critérios de inclusão foram: textos completos e gratuitos, textos na língua espanhola, inglesa e portuguesa e dos últimos cinco anos. Já os critérios de exclusão foram: estudos de pesquisa repetidos e trabalho na modalidade de revisão da literatura.

A terceira fase da revisão deu-se pela coleta de informações como: nome do autor, ano do estudo, título, resumo simples e conclusões, o que tornou possível a organização de forma sistemática destas informações. A quarta etapa, correspondeu à análise crítica e sistemática dos dados obtidos, para a seleção dos melhores estudos. Desta forma, a quinta fase foi marcada pela discussão dos principais resultados adquiridos após a análise, o que tornou possível que a sexta fase acontecesse, ou seja, a obtenção da revisão integrativa que conseguiu responder a pergunta norteadora.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o uso dos descritores e operadores booleanos foram encontrados 1194 estudos ao todo nas suas bases de dados Medline, Pubmed, SciELO. Em seguida, foram aplicados critérios de inclusão e exclusão, restando 147 artigos dos quais 10 estudos pertencem ao Pubmed, 88 a BVS, 2 ao SciELO e 47 aos periódicos Capes. Desses, foram feitas uma leitura do título, resumo simples e das palavras-chaves o que concedeu a seleção de 36 trabalhos dos quais foram lidos na íntegra. Subsequentemente, aconteceu a seleção de 8 trabalhos acadêmicos que responderam de forma mais adequada a pergunta norteadora, presentes na Tabela 1.

Tabela 1: Artigos relacionados com os efeitos da terapia do riso no quadro clínico de pacientes.

N.º	AUTOR/ANO	OBJETIVO	DESFECHO
1	(Lopes <i>et al.</i> , 2019).	Avaliar o efeito da intervenção do palhaço sobre os níveis de estresse psicológico e fadiga relacionada ao tratamento de câncer na pediatria.	Os níveis de estresse psicológico e fadiga melhoraram após a intervenção do palhaço. Nível de cortisol salivar apresentou uma diminuição significativa após a intervenção e os de $\alpha$ -amilase permaneceu inalterado.
2	(Francisco <i>et al.</i> , 2019).	Avaliar os benefícios da terapia do riso sobre os níveis de autoestima, ansiedade e felicidade em pacientes com dependência química.	O estudo mostrou os efeitos que a adição da terapia do riso ao tratamento padrão em um ambiente hospitalar, em pacientes com transtornos aditivos podendo levar a uma melhora nos índices de autoestima, ansiedade e felicidade.
3	(Sánchez <i>et al.</i> , 2017).	Averiguar o impacto de um programa do humor nos níveis de estresse em pacientes pediátricos.	A terapia do humor tem efeitos benéficos sobre os níveis de estresse e cortisol em pacientes internatos da pediatria. Isso apoia a implementação e o reforço dessas terapias.
4	(Morishima <i>et al.</i> , 2019).	Medir os efeitos da terapia do riso na qualidade de vida dos pacientes com câncer.	A terapia do riso pode representar uma intervenção complementar benéfica e não invasiva no cenário clínico, dos pacientes com câncer.

5	(Tagalidou <i>et al.</i> , 2019).	Avaliar o papel do humor para pessoas que sofrem de depressão, ansiedade e transtornos de adaptação.	Os diferentes resultados dos dois grupos da pesquisa mostraram potencial moderadores de eficácia no humor, como variáveis climáticas interpessoais e específicas do grupo.
6	(Tremayne; Sharma, 2019).	Aprimorar conhecimento e compreensão dos enfermeiros sobre a terapia do riso, que é uma prática no âmbito complementar e alternativa.	A terapia do riso visa permitir que os pacientes alcance níveis de ludicidade. E evidência os vários benefícios deste tratamento nos pacientes com quadro crônicos, no sentido de melhorar aspectos físicos e psicológicos.
7	(Yoshikawa <i>et al.</i> , 2018).	Investigar o efeito da terapia do riso na função lógica e psicológica em pessoas idosas.	Demonstrou que o uso pelo programa do riso uma vez por semana, resultou em redução na PA/FC, alívio de problemas geriátricos, depressão, dor corporal e melhora da sociabilidade e aumento de nível de serotonina.
8	(SangHee <i>et al.</i> , 2018).	Examinar os efeitos da intervenção de humor na fisiologia e psicologia de crianças com dermatite atópica.	O tratamento via humor pode ser uma intervenção de enfermagem eficaz para crianças com quadro de dermatite atópica.

Fonte: Autores 2022.

De acordo com Lopes *et al.* (2019), foi apontado que níveis de cortisol podem ser afetados pela terapia do riso e que valores menores de cortisol são capazes de causar um impacto positivo no processo de inflamação crônica promovido pelo crescimento de tumores. Além disso, o tratamento é de baixo custo, não causa efeito adverso constatado, tem fácil implementação, possibilita a maior adesão a diversos tratamentos hospitalares e diminui níveis de estresse (SÁNCHEZ *et al.*, 2017).

Outrossim, foi notória a repercussão da introdução do tratamento do riso na saúde de pacientes idosos acometidos por: aumento de pressão arterial e da frequência cardíaca, e mudanças de níveis de adrenalina, noradrenalina e cortisol. Dessa maneira, foi perceptível que mudanças psicológicas, devido ao tratamento promoveram vínculos sociais, diminuição da depressão, aumento da felicidade e motivação para realizar novas atividades. Logo, esta alteração no quadro psicológico fomentou uma melhora do quadro fisiológico destes pacientes (YOSHIKAWA *et al.*, 2019).

Segundo Francisco *et al.* (2019), pacientes com dependências químicas afetados por distúrbios psicológicos apresentam dificuldade à adesão ao tratamento padrão. Assim, a inserção da terapia do riso de maneira complementar ao cuidado terapêutico padrão demonstrou efeitos positivos, aumentando a eficácia de tratamento, pois diminuiu a ansiedade, a depressão e aumentou a autoestima e índice de felicidade dos enfermos. Ademais, pacientes com quadro de câncer estão sujeitos a uma perda expressiva da qualidade de vida (QDV), devido a patologia e os tratamentos necessários, os quais em diversas vezes podem ser desconfortantes. Neste ponto de vista, a terapia do riso tem como objetivo melhorar a QDV e por consequência, aperfeiçoar a resposta cognitiva, aumentar da resistência à dor e da longevidade ao tratamento ao câncer (MORISHIMA *et al.*, 2019).

Conforme Tremayne e Sharma (2019), a terapia do riso não contribui apenas com o processo psicológico dos pacientes, mas também com a parte física, promovendo condicionamento e mobilidade corporal, atuando na saúde cardiovascular. Além disso, a implementação do tratamento tem apresentado resultados a respeito de pacientes com dermatites atópicas, as quais possuem quadros agudos conectados a distúrbios emocionais. Portanto, foi constatado que a elevação do humor promoveu o decaimento de surtos de dermatite atópica com origens emocionais (SANGHEE *et al.*, 2018).

#### 4 CONCLUSÃO

Diante das evidências trazidas por esta revisão integrativa, postula-se que a terapia do riso tem o poder de causar um impacto direto na saúde psicológica das pessoas. Ademais, os benefícios do tratamento não se limitam apenas ao campo da saúde mental, uma vez que tem capacidade de proporcionar alterações nos funcionamentos fisiológicos das pessoas.

A partir da realização desta revisão integrativa foi possível constatar alguns fatores adversos para pesquisa nessa área temática como: a baixa produção de material científico envolvendo a terapia do riso e suas vertentes, e o fato da terapia do riso ser algo inovador e ter baixa implementação nas práticas médicas padrões. Assim, elucida a necessidade de maiores investimentos em pesquisa de dados primários para verificação da origem e da extensão dos benefícios alcançados desta terapia.

#### REFERÊNCIAS

BRESSINGTON, Daniel; MUI, Jolene; YU, Clare; *et al.* Feasibility of a group-based laughter yoga intervention as an adjunctive treatment for residual symptoms of depression, anxiety and stress in people with depression. **Journal of Affective Disorders**, v. 248, n. 1, p. 42–51, 2019. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032718328805?via%3Dihub>>. Acesso em: 12 maio 2019.

DE FRANCISCO, Seyla; TORRES, Cristina; DE ANDRÉS, Sandra; *et al.* Effectiveness of Integrative Laughter Therapy to Reduce Anxiety, Improve Self-Esteem and Increase Happiness: A Naturalistic Study at a Day Hospital for Addictive Disorders. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 16, n. 21, p. 4194, 2019. Disponível em: <<https://www.mdpi.com/1660-4601/16/21/4194/htm#cite>>. Acesso em: 10 abr. 2020.

KIM, SangHee; KIM, Shin-Jeong; DUKYOO, Jung; *et al.* The Effects of a Humor Intervention on the Physiological, Physical, and Psychological Responses of School-aged Children With Atopic Dermatitis in South Korea: A Pilot Study. **Journal of Pediatric Nursing**, v. 39, n. e21-e29, p. e21-e29, 2018. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29398317/>>. Acesso em: 16 maio 2021.

LOPES, Luis C. Júnior; SILVEIRA, Denise S. C.; OLSON, Karin; *et al.* Clown Intervention on Psychological Stress and Fatigue in Pediatric Patients With Cancer Undergoing Chemotherapy. **Cancer Nursing**, v. 0, n. 0, p. 1, 2019.

MORISHIMA, Toshitaka; MIYASHIRO, Isao; INOUE, Norimitsu; *et al.* Effects of laughter therapy on quality of life in patients with cancer: An open-label, randomized controlled trial. **PLoS ONE**, v. 14, n. 6, 2019. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6597115/>>. Acesso em: 17 jun. 2020.

OMS, Organização Mundial da Saúde. **OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde**. [www.paho.org](http://www.paho.org). Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao>>.

SÁNCHEZ, Julio C.; ECHEVERRI, Luis F.; LONDOÑO, Manuel J.; *et al.* Effects of a Humor Therapy Program on Stress Levels in Pediatric Inpatients. **Hospital Pediatrics**, v. 7, n. 1, p. 46-53, 2016.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da ; CARVALHO, Rachel de. Integrative review: what is it? How to do it? **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-45082010000100102](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082010000100102)>.

TAGALIDOU, Nektaria; DISTLBERGER, Eva; LODERER, Viola; *et al.* Efficacy and feasibility of a humor training for people suffering from depression, anxiety, and adjustment disorder: a randomized controlled trial. **BMC Psychiatry**, v. 19, n. 1, 2019. Disponível em: <<https://bmcpsy psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-019-2075-x>>. Acesso em: jul. 2020.

TREMAYNE, Penny ; SHARMA, Kirti. Implementing laughter therapy to enhance the well-being of patients and nurses. **Nursing Standard**, v. 34, n. 3, p. 28-33, 2019. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31468821/>>. Acesso em: 23 jul. 2022.

YOSHIKAWA, Yuki; OHMAKI, Etsuko; KAWAHATA, Hirohisa; *et al.* Beneficial effect of laughter therapy on physiological and psychological function in elders. **Nursing Open**, v. 6, n. 1, p. 93-99, 2018. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/nop2.190>>. Acesso em: 19 jul. 2022.