



## **DESENVOLVENDO HABILIDADES (AUTOCONHECIMENTO E EMPATIA) PARA LIDAR COM O MEDO E A RESISTÊNCIA DOS PACIENTES AOS EXAMES LABORATORIAIS**

Ilana Batista Sales<sup>1</sup>; Fernando Ricardo dos Passos Neto<sup>1</sup>; Cátia da Silva Medeiros<sup>1</sup>; Pedro Henrique Malta Santos<sup>1</sup>; Ohana Luiza Santos de Oliveira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Graduandos do Curso de Bacharelado em Biomedicina (FAMAM), silana337@gmail.com; nando.d.passos@gmail.com, calymedeiros@gmail.com, pedromalta919@gmail.com;

<sup>2</sup>Doutoranda em Biotecnologia (UFBA), FAMAM, ohana.biomedica@yahoo.com.br.

O medo impede que muitos procedimentos de saúde sejam iniciados, podendo ser um tratamento dentário ou até mesmo uma coleta de sangue. Esse sentimento é algo controlável, no entanto, quando a pessoa perde o domínio sobre si ao entrar em contato com essa situação de estresse, pode desencadear reações como crise de ansiedade, taquicardia, sudorese excessiva, tensão muscular, distúrbios gastrointestinais e até ataques de pânico. Algumas destas reações podem interferir diretamente no resultado dos exames, o que altera o diagnóstico preciso. Este trabalho teve como objetivo sugerir medidas de intervenções mais humanizadas com o paciente durante o atendimento, tentando proporcionar tranquilidade, segurança e bem-estar. A metodologia utilizada foi uma revisão de literatura bibliográfica onde foram utilizados como base de dados: SciELO, PubMed, Lilacs. Pôde ser observado que cabe ao médico dar o primeiro passo para acalmar o paciente, explicando por que está pedindo determinado exame e como o procedimento será feito. Em contrapartida algumas medidas simples que o laboratório poderia tomar visando o bem estar do paciente seriam: permitir que o paciente entre acompanhado ou solicitar a presença de um acompanhante que segure sua mão durante a realização do exame auxiliando na diminuição da tensão, pois já foi comprovado que o contato físico minimiza o medo. Outra opção seria alguns dias antes do exame o paciente fazer uma visita ao laboratório ou clínica para conhecer o local, o dispositivo, o procedimento e o profissional que fará o atendimento. Cabe também ao o profissional estar atento e observar o comportamento dos pacientes, a pratica do autoconhecimento favorece a construção de relações, nesse exato momento ele pratica empatia, tendo um olhar especial e um atendimento humanizado.

**Palavras-chave:** Saúde mental. Terapia. Tratamento humanizado. Patologia Clínica.