

## RESUMO

### #79 Mandalas das emoções para enfrentamento do sofrimento psíquico de pacientes com doenças crônicas e vulneráveis no sistema único de saúde: estudo de caso

#### *Mandalas of emotions to face the psychic suffering of patients with chronic and vulnerable diseases in the public health system: case study*

**Introdução:** As Mandalas das Emoções® tem como referência preceitos teóricos da Medicina Tradicional Chinesa, como as cinco cores (verde, vermelho, amarelo, branco e preto) e cinco emoções com seus correspondentes negativos e positivos (ansiedade/compreensão, agitação/compaixão, preocupação/gratidão, tristeza/alegria, medo/coragem)<sup>1</sup>. **Objetivo:** Por meio da abordagem de cada uma dessas emoções representadas pelas cores de mandalas, o intuito desse estudo é viabilizar a reflexão e trabalhar as emoções de pessoas com epilepsia e seus familiares, parte de um projeto de doutorado. **Métodos:** O recrutamento ocorreu no Ambulatório de Neurologia de um hospital de ensino, com aprovação do Comitê de ética (64276116.4.0000.5404), mediante o pedido do contato telefônico de pessoas com epilepsia e familiares. Os seis encontros quinzenais das 10h30 às 12h entre agosto e outubro de 2017 possibilitaram trabalhar cada uma das cinco mandalas e suas respectivas emoções associadas, mediados por duas enfermeiras e por uma estudante de psicologia, com o apoio à distância da médica criadora da técnica. Os participantes receberam um caderno com explicação sobre o método e para o registro diário de sua aplicação, cartões coloridos para formar as mandalas. A cada encontro, explanou-se sobre uma das cinco emoções e suas polaridades. Os participantes foram orientados a fechar os olhos e, durante 8 minutos, refletir sobre as questões: “(i) Já sentiu isso (a emoção)? (ii) Com que frequência? (iii) Você se lembra de alguma situação? (iv) Como você reagiu? (v) Você acha que poderia ter reagido diferente? De que forma?”. Após esse período, os participantes compartilharam sobre sua reflexão e novas perspectivas. **Resultados:** Das 30 pessoas convidadas, doze confirmaram presença, quatro compareceram e duas concluíram as seis sessões, uma pessoa com epilepsia e sua mãe. As Mandalas despertaram emoções relacionadas a períodos de grande instabilidade clínica, familiar e pesso-



Gabriela Salim Spagnol<sup>1</sup>  
Carolinne Yuri Tagami<sup>2</sup>  
Isilda Sueli Andreolli Mira de Assunção<sup>2</sup>  
Li Hui Ling<sup>3</sup>  
Li Li Min<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, Brasil.

<sup>2</sup> ONG Assistência à Saúde de Pacientes com Epilepsia, Campinas, SP, Brasil.

<sup>3</sup> Espaço Médico e Cultural Pró-ativo, Curitiba, PR, Brasil.

email: gabrielaspagnol21@hotmail.com

al: o pós-operatório da retirada de um tumor no cérebro, o qual desencadeou a epilepsia; ao período de um mês em que a paciente, então gestante, ficou em coma após queda por conta de crise epiléptica, ocasionando a perda do bebê; como também relacionada à separação do marido e ao retorno à casa de sua mãe. A mãe, por sua vez, relatou diversas emoções devido ao estado clínico da filha. As participantes demonstraram desenvolvimento progressivo de estratégias para lidar com as emoções. **Conclusões:** As sessões e o registro no caderno, mediados pelas Mandalas, possibilitaram a conscientização sobre as emoções vivenciadas pelo paciente com epilepsia e seu fa-

miliar. Tal exercício conferiu um distanciamento entre a emoção e o indivíduo e melhor domínio sobre as emoções nas tomadas de decisão e relações interpessoais. A epilepsia é uma doença neurológica crônica, um problema de saúde pública, a qual ocasiona uma grande carga psicossocial aos pacientes, associada à imprevisibilidade das crises e ao estigma. Nesse contexto, as Mandalas das Emoções® constituem uma ferramenta de baixo custo, fácil aprendizagem, a qual pode ser aplicada em larga escala no Sistema Único de Saúde, com o intuito de promover a melhora da saúde mental e alívio do sofrimento psíquico em doenças crônicas e vulneráveis.

**Apoio financeiro:** Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil (CAPES), Código de Financiamento 001.

**Palavras-chave:** Epilepsia. Terapias Complementares. Medicina Tradicional Chinesa. Autocuidado.

## REFERÊNCIA

1. Ling L.H. Dialogando com as emoções e promovendo a saúde. Curitiba: Insight, 2013.