

# O toque terapêutico nos cuidados de enfermagem: uma revisão integrativa da literatura

Sónia Brás<sup>1,3</sup>, Alcina Mendes<sup>1,3</sup>, Rita Marques<sup>2,4</sup>, Patrícia Pontífice Sousa<sup>2,5</sup>

<sup>1</sup> Instituto de Ciências da Saúde, Universidade Católica Portuguesa (ICS-UCP), RN.

<sup>2</sup> ICS-UCP, RN, MsNC, PhD; membro do CIIS.

<sup>3</sup> Mestranda em Enfermagem Médico-Cirúrgica da UCP; Enfermeira no CHLO, Hospital Egas Moniz.

<sup>4</sup> Professora Adjunta na ESSCVP.

<sup>5</sup> Professora Auxiliar na UCP.

## Introdução

O contacto humano é muitas vezes esquecido no cuidado do dia a dia, sendo um aspeto fundamental da enfermagem. Os enfermeiros estão tão ocupados com medidas e cuidados que salvam vidas que, por vezes, estas intervenções são esquecidas, pelo que o toque terapêutico é um tema de especial relevância. As evidências do impacto positivo que o toque terapêutico tem no doente preservam na atualidade o interesse na investigação. Assim, partiu-se da questão de investigação: quais os benefícios do toque terapêutico nos cuidados de enfermagem?

## Objetivos

Identificar os benefícios do toque terapêutico nos cuidados de enfermagem.

## Materiais e Métodos

Realizada uma revisão integrativa da literatura durante o mês de outubro de 2020, referente ao período temporal de 2000 a 2020, com os descritores “*therapeutic touch*”, “*nursing*” e “*nursing care*” nas bases de dados da EBSCO. Inicialmente foram incluídos 77 artigos que foram submetidos aos critérios de inclusão, nomeadamente a disponibilização de texto completo, artigos em português, inglês e francês, publicados entre 2000 a 2020. Após leitura de título, resumo e texto completo, a amostra final ficou constituída por cinco artigos. O processo de busca e seleção foi realizado por dois pesquisadores independentes, e perante algumas discordâncias foi pedida a avaliação de um terceiro avaliador.

## Resultados

O toque terapêutico é uma intervenção autónoma de enfermagem que contribui para o aumento da empatia na relação interpessoal pessoa-enfermeiro e para a satisfação relativamente aos cuidados de enfermagem. Como intervenção intencional, o toque de uma forma expressiva, genuína e sincera, possibilita aos enfermeiros a transmissão de apoio à pessoa/família. Numa investigação com 12 estudos experimentais, cujos participantes foram submetidos a uma sessão semanal de toque terapêutico durante seis semanas, verificou-se uma redução da dor, melhoria do *status* funcional e bem-estar nos sujeitos do grupo experimental em relação ao grupo de controlo.

Associado a outras intervenções de enfermagem autónomas, como a musicoterapia e a estimulação elétrica neuromuscular, o toque terapêutico e imagem guiada associada ao relaxamento revelaram-se efetivos no tratamento da dor crónica. Ainda, a valorização das preferências e dos valores individuais, como a massagem, combinados com o toque terapêutico, restauraram a tranquilidade, a esperança, a motivação e o humor.

Como intervenção que facilita o alívio do sofrimento, a redução da ansiedade e possibilita uma interação efetiva, o toque terapêutico é fundamental no cuidado individualizado e confortador.

Em contexto de cuidados intensivos à pessoa pós-cirúrgica, o toque como intervenção terapêutica emerge associado à segurança, ao conforto, à tranquilidade, à compreensão, ao olhar com interesse, ao encorajamento, aspetos promotores de cuidado à pessoa/família de forma intencional e humanizadora. Em situações de ansiedade, o toque terapêutico permite a diminuição da tensão vivida.

Num estudo exploratório em contexto de estruturas residenciais para pessoas idosas, constatou-se que

o toque terapêutico tem potencial para melhorar o bem-estar dos residentes, independentemente da sua condição específica, permitindo o alívio do stresse e da ansiedade, bem como o aumento da duração e qualidade do sono. Estes participantes referiram benefícios ao nível do alívio da dor, sensação de melhoria da saúde, e evidenciaram respeito, afirmação, tranquilidade e um sentido de valor. Os resultados da investigação salientam que o toque terapêutico é uma intervenção clinicamente relevante, prevenindo e diminuindo comportamentos perturbadores em pessoas com demência e doença de Alzheimer.

Sem custos associados, trata-se de uma intervenção autónoma de enfermagem que não requer equipamentos, prescrição médica ou qualquer tipo de supervisão, pelo que qualquer enfermeiro a poderá utilizar, dado que tem inúmeros benefícios para a pessoa e família alvo dos cuidados de enfermagem.

### **Conclusão**

O toque terapêutico ocorre na interação enfermeiro-pessoa e assenta na confiança mútua, no respeito e no reconhecimento das necessidades, em que o uso intencional produz um efeito positivo na pessoa/família. É fundamental compreender os benefícios do toque, pois só assim poderá ser valorizado e utilizado de forma intencional na prática de cuidados.

### **Palavras-Chave**

Toque terapêutico; cuidados de enfermagem; revisão integrativa.