

ENFERMEIRAS SUPERANDO DESAFIOS COTIDIANOS E PÓS-PANDEMIA DE COVID-19 COM O “RITMOS DA VIDA”

NURSES OVERCOMING THE DAILY AND THE COVID-19 POST-PANDEMIC
CHALLENGES WITH “RHYTHMS OF LIFE”

ENFERMERAS SUPERANDO LOS DESAFIOS DIÁRIOS Y LA POSPANDEMIA DE
COVID-19 CON EL “RITMO DE LA VIDA”

AIANE MARA
DA SILVA¹

CINTIA BRAGHETO
FERREIRA¹

¹ Universidade Federal do
Triângulo Mineiro (UFTM),
Uberaba/MG, Brasil

RESUMO: A Enfermagem enfrenta desafios que foram acentuados na pandemia de covid-19, acarretando a necessidade do cuidado dos profissionais. Nesse sentido, buscou-se compreender como recursos baseados na metodologia “Ritmos da Vida” podem contribuir para o enfrentamento dos desafios vivenciados por enfermeiros, que atuaram na assistência a pacientes com covid-19 e Síndrome pós-covid-19. Realizou-se uma pesquisa-intervenção de abordagem qualitativa, orientada pelo construcionismo social, em uma Unidade de Pronto Atendimento (UPA), localizada em Minas Gerais, durante um período de vinte quatro horas. O “Ritmos da Vida” foi proposto em duas oficinas, no formato remoto, das quais participaram quatro enfermeiras. Os encontros possibilitaram o resgate de vivências pessoais, relatos sobre atuação na pandemia de covid-19, troca de experiências, a expressão de habilidades e formas de superação dos desafios vividos, demonstrando que “Ritmos da Vida” pode ser um recurso efetivo para o cuidado dos profissionais de saúde.

Palavras-chave: artes; metáfora; enfermagem; construcionismo social.

ABSTRACT: Nursing faces challenges that have been accentuated in the pandemic of covid-19, resulting in the need for care by professionals. Therefore, we sought to understand how resources based on the “Rhythms of Life” methodology can contribute to face the challenges experienced by nurses, who worked with patients with covid-19 and post-covid-19 Syndrome. A qualitative intervention research, guided by social constructionism, was carried out in a 24-hour Emergency Care Unit (UPA) located in Minas Gerais. The methodology “Rhythms of Life” was proposed in two workshops, in remote format, in which four nurses participated. The meetings allowed the rescue of personal experiences, reports on the performance in the pandemic of covid-19, exchange of experiences, the expression of skills and ways to overcome the challenges experienced. Demonstrating that the “Rhythms of Life” can be an effective resource for the care of health professionals.

Keywords: arts; metaphor; nursing; social constructionism.

RESUMEN: La enfermería enfrenta desafíos que se acentuaron en la pandemia de Covid-19, resultando en la necesidad de atención profesional. Con ese fin, buscamos comprender cómo los recursos basados en la metodología “Ritmos de La vida” pueden contribuir al enfrentamiento de los desafíos vividos por los enfermeros que actuaban en la asistencia a pacientes con síndrome de Covid-19 y post-Covid. Se llevó a fondo una investigación de intervención, con enfoque cualitativo, guiado por el construcionismo social, en una Unidad de Servicio de Urgencias (UPA) 24 horas ubicado en Minas Gerais. La metodología “Ritmos de la vida” se propusieron en dos talleres, en el formato a distancia, en los que participaron cuatro enfermeras. Los encuentros permitieron rescatar experiencias personales, relatos sobre desempeño en la pandemia del Covid-19, intercambio de experiencias, expresión de habilidades y formas de superar los desafíos experimentados. Demostrando que los “Ritmo de la vida” son un recurso eficaz para el cuidado de los profesionales de la salud.

Palabras clave: arte; metáfora; enfermería; construccinismo social.

Recebido em: 06/06/2023

Aprovado em: 25/10/2023



O ano de 2019 foi marcado pelo surgimento do Sars-CoV-2, desencadeando a pandemia de covid-19, que proporcionou maior visibilidade aos profissionais de saúde, principalmente à Enfermagem (Acioli et al., 2022; Paes et al., 2021). A deflagração da pandemia acentuou ainda mais os problemas vivenciados por essa classe de profissionais, tais como: desvalorização; falta de um piso salarial; baixos salários; dimensionamento inadequado; jornada de trabalho indefinida; sobrecarga de trabalho (Quadros et al., 2020).

Os profissionais da linha de frente foram apontados como aqueles que teriam maior risco de desenvolver problemas psiquiátricos, sendo os mais comuns associados à ansiedade, depressão, angústia e insônia (Lai et al., 2020; Paes et al., 2021). Segundo Silva Junior et. al. (2023), a prevalência de ansiedade entre trabalhadores de saúde da linha de frente foi de 40%, no Brasil. Um estudo realizado com 88 profissionais de Enfermagem de um hospital universitário do Paraná identificou a prevalência de ansiedade em 48,9% e depressão em 25% desses participantes (Dal’Bosco et. al., 2020).

Durante tal período, estratégias de enfrentamento foram ofertadas aos profissionais de saúde, como no caso de disponibilização de acolhimento psicológico em algumas instituições, disponibilização de escuta qualificada através do site do Conselho Federal de Enfermagem, além de apoio familiar e, até mesmo, religioso (Humerez, Ohl & Silva, 2020).

A necessidade de implementar medidas para minimizar os riscos trazidos pela pandemia ficou evidente, tornando os gestores dos serviços os responsáveis pela oferta de uma rede de apoio e suporte psicológico composta por espaços de diálogo com os profissionais no ambiente de trabalho (Paes et al., 2021; Quadros et al., 2020).

Como recurso para minimização das repercussões negativas ocasionadas pelo trabalho com o coronavírus a enfermeiros atuantes na pandemia de covid-19, foi proposta a metodologia do “Ritmos da Vida” (Müller, 2011), uma prática narrativa coletiva, enquanto dispositivo de cuidado voltado aos referidos profissionais. Nas décadas de 1970 e 1980, Michael White e David Epston desenvolveram o estudo das Terapias Narrativas (Grandesso, 2011; Paschoal & Grandesso, 2014). De acordo com Paschoal e Grandesso (2014), a Terapia Narrativa pode ser compreendida como uma prática construcionista social, que parte do princípio de que a realidade é construída por meio da linguagem e dos relacionamentos.

Com as contribuições de Michael White e David Epston, e, sobretudo, com a influência do pensamento de Paulo Freire, David Denborough desenvolveu as Práticas Narrativas Coletivas (Lion, 2017), as quais devem acontecer em contextos de pessoas que experienciaram ou experienciem situações traumáticas e desafiadoras (Denborough, 2008; Müller, 2011). As Práticas Narrativas Coletivas são recursos que visam promover o reconhecimento e o desenvolvimento de habilidades e atitudes que auxiliem a compreensão de aspectos emocionais, sociais e biológicos, possibilitando, assim, que indivíduos possam assumir autoria da própria história e se tornem especialistas de suas vidas, com destaque para aspectos e pessoas significativas ao seu convívio (Carvalho et. al., 2022; Denborough, 2008; Müller, 2013; Ribeiro do Val, 2018).

Tal abordagem visa a construção de uma nova narrativa e a oferta de momentos de reflexão, troca de experiências, além de tornar o indivíduo capaz de conversar e relatar seus sentimentos e problemas vividos, suas angústias e desafios.

Ancorada nos pressupostos da Terapia Narrativa, os problemas então passam a ser vistos como separados das pessoas, ou seja, a pessoa não é o problema. As Práticas Narrativas colaboram para que as pessoas consigam contar suas histórias de forma que se sintam mais fortes (Carvalho et. al., 2022; Lion, 2017; Lion & Souza, 2022; Ribeiro do Val, 2018; Silva & Seidl, 2013; White, 2007).

Para auxiliar e estimular a construção dos diálogos, o uso das metáforas nas terapias contribui como ferramentas importantes (Paschoal & Grandesso, 2014). Há várias metodologias que aplicam as Práticas Narrativas Coletivas, cada uma baseada em uma metáfora específica, a saber: Time da Vida (Denborough, 2008); Árvore da Vida (Ncube, 2006); Pipa da Vida (Denborough, 2008); Bicicleta da Vida (Denborough, 2008); e o “Ritmos da Vida” (Müller, 2011). “Ritmos da Vida” foi desenvolvida pela psicóloga Adriana Müller e utiliza como metáfora os instrumentos musicais (Müller, 2011), sendo a metodologia escolhida neste estudo, uma vez que é uma proposta nacional.

Tendo em vista nossa proposta, realizou-se um levantamento bibliográfico nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e portal de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), utilizando os termos, em português e inglês, “Práticas Narrativas Coletivas”, “Ritmos da Vida” e “Terapias Narrativas”. No levantamento, consideraram-se estudos de 2011 até o ano de realização desta pesquisa, devido à relevância dos materiais encontrados. Os estudos identificados abordam a definição, o percurso histórico (Lion, 2017; Paschoal & Grandesso, 2014), novas possibilidades de adaptação diante da pandemia de covid-19 (Souza et al., 2020) e algumas Práticas Narrativas Coletivas aplicadas: árvore da vida, com família em situação de risco social (Silva & Seidl, 2013); time da vida, entre internos de centros de reabilitação (Müller, 2012); pipa da vida, no relacionamento entre familiares no ambiente corporativo (Ribeiro do Val, 2018); árvore da vida, com jovens portadores de diabetes (Casdagli et al., 2020); árvore da vida, com pais de crianças com doenças crônicas (Haselhurst et al., 2021); e certidão de vida, com pessoas que enfrentam o luto (Fareez & Müller, 2019). Sobre “Ritmos da Vida”, os estudos são ainda mais escassos, sendo encontrada uma publicação com crianças e adolescentes filhos de pais divorciados (Müller, 2013).

Ante o exposto, a oferta de espaços e ferramentas para auxiliar profissionais de Enfermagem a lidarem e refletirem sobre o cotidiano de trabalho durante a pandemia, fazem-se necessárias e justificam a presente pesquisa. Sendo assim, o objetivo do estudo foi compreender como recursos baseados nas Práticas Narrativas Coletivas, especificamente, em “Ritmos da Vida”, podem contribuir para o enfrentamento dos desafios vivenciados por enfermeiros, que atuaram na assistência a pacientes com covid-19 e Síndrome pós-covid.

MÉTODO

Este estudo é caracterizado como uma pesquisa-intervenção, de abordagem qualitativa, orientada metodologicamente pelo construcionismo social. A pesquisa-intervenção consiste em uma modalidade de pesquisa que busca investigar a vida de coletividades, contribuindo para a construção de conhecimento científico, além de oferecer um trabalho de cuidado psicológico (Rocha & Aguiar, 2003; Szymanski & Cury, 2004).

As intervenções baseadas no construcionismo social dão forte atenção aos significados trazidos à luz das reflexões e também às construções sociais. Estas colocam foco nos relacionamentos interpessoais, no contexto histórico, social, cultural e nos sentidos produzidos nestas relações (Rasera & Japur, 2004).

A proposta do construcionismo social é a construção de conhecimentos e identidades por meio do diálogo e da troca de experiência, possibilitando a construção da realidade através dessas relações (Rasera & Guanaes-Lorenzi, 2021). Premissa que corrobora as Práticas Narrativas Coletivas, as quais procuram amenizar os possíveis sofrimentos vividos, fazendo uso da conversação e de histórias nunca antes contadas (Lion, 2017).

A pesquisa foi desenvolvida em uma Unidade de Pronto Atendimento (UPA) vinte e quatro horas, localizada em Minas Gerais. Trata-se de uma instituição pública com gestão municipal, que oferece atendimentos de urgência e emergência de média complexidade por demanda espontânea.

O estudo é fundamentado na Resolução 510/16, e o projeto foi aprovado por um Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE 53931521.9.0000.5154). Após parecer favorável do CEP, foi feito contato com a Responsável Técnica de Enfermagem da instituição participante. Nessa conversa, foi apresentado o projeto, assim como dúvidas foram esclarecidas, enfatizando o sigilo que envolve o estudo. A escala de Enfermagem e o e-mail dos profissionais foram solicitados, e a seleção dos participantes foi feita por meio desta lista.

O universo do estudo foi composto por enfermeiros de ambos os sexos, contratados pela empresa que faz a gestão da UPA e que atuavam no setor destinado ao atendimento de pessoas com sintomas respiratórios, recebendo um adicional de insalubridade correspondente a 40% do salário-mínimo, justificado pela exposição a micro-organismos altamente contagiosos, como o SARS-CoV-2. Na época de início da pesquisa, dez profissionais foram identificados por meio da escala e se encaixavam nos critérios de inclusão.

Realizou-se o contato com os dez enfermeiros selecionados, via e-mail, para convidá-los a participar do estudo, apresentar as pesquisadoras, o projeto e os objetivos, assim como para mapear o melhor horário para o profissional participar. Sete enfermeiras responderam ao e-mail, sendo, então, enviado novo correio eletrônico para negociação de um horário comum a todas as participantes, orientando-as, ainda, sobre o preparo de papel e caneta ou lápis. Lembretes foram enviados no dia anterior ao encontro, assim como no dia sugerido, via e-mail. Participaram das oficinas quatro enfermeiras. As demais não compareceram: uma delas justificou ausência devido à mudança no horário de trabalho e as outras duas não justificaram.

A construção dos dados foi ancorada na metodologia "Ritmos da Vida" (Müller, 2011). O intuito da proposta foi o fortalecimento do grupo enquanto equipe de uma instituição de saúde, a promoção do autoconhecimento e o compartilhamento de vivências.

Na referida metodologia, os instrumentos musicais são utilizados como metáfora para trabalhar desafios individuais ou coletivos, associados, neste estudo, ao trabalho da Enfermagem e da assistência a pacientes com covid-19 e Síndrome pós-covid-19, relacionando-os com elementos pessoais constitutivos da história individual. Para o aprofundamento do conhecimento sobre "Ritmos da Vida" e para testar a viabilidade da adaptação da metodologia, avaliando tempo e quantidade de encontros, foi realizado um teste piloto de forma informal com profissionais de Enfermagem.

Nessa proposta, cada pessoa foi convidada a escolher um instrumento que a represente (Müller, 2011). A música possibilita acessar a história dominante das pessoas e construir uma história alternativa (Müller, 2011), o que permite a construção de uma identidade segura, por meio da identificação de habilidades e valores. Isso condiz com a perspectiva construcionista social — o que é feito junto, por meio de interações, possibilita a criação de mundos sociais mais autônomos (McNamee, 2020; Spink, Menegon, & Medrado, 2014).

“Ritmos da Vida” é dividido nas seguintes etapas: meu instrumento; minha interpretação; a orquestra da vida; entrando em sintonia; e, nossa música. Essas foram desenvolvidas para acontecer em até oito horas de oficinas (Müller, 2011). Na etapa “meu instrumento”, os participantes pensam em um instrumento musical com o qual se identifiquem, desenham-no deixando espaço em cima e embaixo do desenho. Abaixo do instrumento, a pessoa deverá fazer um traço representando o palco, o qual simboliza sua vida atual e os papéis desempenhados por ela. O instrumento em si é dividido em duas partes: a caixa da ressonância (ao redor do instrumento), que corresponde às lembranças da pessoa e o que estrutura a sua vida e a vibração (dentro do instrumento), na qual estão presentes habilidades, valores e capacidades da pessoa (Müller, 2011).

Na etapa “minha interpretação”, os participantes apresentam o seu instrumento e falam sobre quem são as pessoas que estão ouvindo sua música. Posteriormente, os desenhos são colocados lado a lado, a fim de montar “a orquestra da vida”, constituindo um grupo/equipe (Müller, 2011).

A seguir, a etapa “entrando em sintonia”, trabalha os desafios enfrentados na orquestra, com o intuito de os participantes encontrarem auxílio para as dificuldades vividas. Na última etapa, a “nossa música”, o grupo cria, em conjunto, uma música ou utiliza uma música conhecida, fazendo a troca da letra original por mensagens, que representem as descobertas, reflexões e qual a contribuição dos encontros para suas vidas (Müller, 2011). Nossa proposta foi adaptada para dois encontros, visando ofertar possibilidades para maior adesão das enfermeiras e de modo a não prejudicar sua rotina laboral. A pesquisa foi realizada, de maneira remota, entre setembro e outubro de 2022.

As oficinas foram conduzidas pela primeira pesquisadora, que é enfermeira, e foram gravadas por meio do recurso de gravação do *Google Meet*. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi lido e assinado pelas participantes. Cada enfermeira foi orientada para que escolhesse um codinome baseado nos super-heróis para preservação do sigilo, visto a repercussão midiática sobre essa comparação. Uma psicóloga, que desenvolveu pesquisa utilizando “Ritmos da Vida”, foi convidada para atuar como testemunha externa nos encontros, porém, participou apenas da primeira oficina devido à incompatibilidade de horários. Cada oficina teve duração de, aproximadamente, uma hora e trinta minutos.

O estudo dividiu-se da seguinte forma: as etapas “meu instrumento”; “minha interpretação” e “orquestra da vida” foram trabalhadas no primeiro encontro. Na proposta original de Adriana Müller, a composição ou escolha da música é uma tarefa do último encontro. Mas, como houve adaptação da metodologia, foi necessária a escolha da música durante a primeira oficina, para possibilitar sua apresentação no encontro de encerramento, no qual as etapas “entrando em sintonia” e “nossa música” foram abordadas.

Após o primeiro encontro, foi realizada discussão entre as pesquisadoras dos aspectos abordados na primeira oficina com a testemunha externa, possibilitando um olhar mais sensível sobre os relatos e o complemento das anotações realizadas.

A discussão possibilitou que fossem trazidas descrições dos pontos que lhes foram mais significativos. A presença de uma testemunha externa possibilitou a análise do funcionamento do grupo e as reflexões sobre os relatos da história (Müller, 2012; White, 2007).

Para análise dos dados, as gravações foram assistidas repetidas vezes, com a leitura das anotações realizadas e as considerações da testemunha externa, cuidadosa e profundamente (Spink et al., 2014). Buscou-se dar visibilidade aos momentos em que as participantes relataram histórias pessoais de desafios e superação, alinhando-os com os valores, as habilidades e as características pessoais de cada uma. O *corpus* foi analisado, ancorando-se na metodologia “Ritmos da Vida”, em estudos publicados sobre o trabalho durante a pandemia de covid-19, bem como em investigações que utilizaram as Práticas Narrativas Coletivas no campo da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram das oficinas: Mulher-Maravilha, Tempestade, Viúva Negra e Capitão América. As participantes eram todas do sexo feminino, tinham entre 27 e 58 anos, três trabalhavam no período noturno (Mulher-Maravilha, Tempestade e Capitão América), e uma no período vespertino (Viúva Negra). Apenas duas integravam a mesma equipe, todas se conheciam, mas não mantinham contato. No período de realização das oficinas, somente uma participante (Mulher-Maravilha) possuía um segundo vínculo empregatício. A abordagem coletiva pode acontecer em grupos pequenos, com duas ou três pessoas que estejam enfrentando problemas (Denborough, 2008; Müller, 2011).

O primeiro encontro foi iniciado com uma breve apresentação, uma vez que todas já se conheciam; com orientações sobre a intervenção a ser realizada e com os objetivos. Foi realizado um diálogo inicial, abordando a importância da Enfermagem para os sistemas de saúde e o quanto a pandemia trouxe desafios e períodos de dificuldade aos profissionais. Apesar de todas serem conhecidas, foi nosso dever, como facilitadoras, possibilitar e estimular as falas (Denborough, 2012). É importante preparar o ambiente não só no sentido físico, como também em relação à percepção e ao relacionamento, observando os participantes e o estado emocional (Detomini & Rasera, 2022), além de estabelecer vínculos. A metodologia do “Ritmos da Vida” foi, então, apresentada, dando ênfase ao fato de utilizar a metáfora dos instrumentos musicais.

Meu instrumento

As participantes foram convidadas a refletir sobre um instrumento musical com o qual se identificassem e gostassem, desenhando-o no centro da folha. Os significados e os valores implícitos em cada instrumento a ser compartilhado podem fornecer o ponto de partida para profundas e intensas conversas (Müller, 2011). As reflexões realizadas levaram aos desenhos de violão (Mulher-Maravilha e Tempestade), Arpa (Viúva Negra) e Piano (Capitão América).

Seguindo com a oficina, alguns questionamentos foram realizados pela autora que conduziu as oficinas, com o intuito de fazer com que as participantes refletissem sobre o resgate de sentimentos e pessoas que contribuíram para a sua formação pessoal, sendo: “pensem sobre o local onde tocam os instrumentos;

quais papéis vocês desempenham na rotina e dão sentido às suas vidas?”. Conforme Leger (2016), explorar sentimentos e pessoas significativas pode servir como um ponto facilitador para o rico desenvolvimento dos relatos.

Enquanto as perguntas eram feitas, as enfermeiras descreviam e desenhavam cada etapa. Ao redor do instrumento, lembranças preciosas e tudo o que estruturou a vida das profissionais foi descrito, abordando lugares, pessoas, desafios, aprendizados e superação. Essa parte simboliza a caixa de ressonância (Müller, 2011). “Lembrei do meu avô e minha avó, meu irmão que perdi. Aprendi muito com ele nos últimos dias na U.T.I. (Tempestade)”. “Minha casa, meus amigos, as reuniões de família, meu local de trabalho. As pessoas que eu resgatei de lembranças foram meu pai já falecido..., minha mãe..., minhas filhas, meu marido, meus colegas de trabalho... (Capitão América)”. “Família, meus bichos, pacientes. Marcou-me muito e eu resgatei aqui foi a minha mãe, que perdi já faz onze anos... (Viúva Negra)”. “Minha infância, adolescência não foi muito boa porque eu perdi meus pais (Mulher-Maravilha)”.

Foram descritos por elas dentro do instrumento valores, habilidades, capacidades e influências sobre suas vidas, que representam a vibração (Müller, 2011). Para auxiliar as profissionais nesse momento, utilizaram-se alguns questionamentos: o que as pessoas admiram em você? Quais frases ou provérbios costumam te guiar? Qual o sentido dessas frases? As perguntas oferecem ao participante a possibilidade de escolher quais aspectos da sua vida deseja compartilhar. Elas funcionam como um convite, e não um inquérito (Souza et al., 2020). “Eu trago respeito, fidelidade, empatia, sabedoria. Tem uma frase muito presente na minha vida, que eu até tenho tatuada que é: ‘seja forte e corajosa’, porque em muitos momentos eu tive que superar sentimentos sozinha ... (Tempestade)”. “Ter empatia, não é! Saber se colocar no lugar do outro; e respeitar as pessoas. Porque para que tenhamos o respeito de alguém, temos que respeitar ... (Capitão América)”. “Eu sempre tento ver o lado bom das coisas, apesar de nem sempre ser assim. Sou muito sincera, não consigo mentir e gosto de sorrir (Viúva Negra)”. “Eu trago: honestidade, lealdade, habilidade na minha profissão, respeito e coerência (Mulher-Maravilha)”.

Saindo do instrumento em direção às bordas do papel, e representando as ondas sonoras (Müller, 2011), foram descritos sonhos, desejos e esperanças para a vida. Elas foram orientadas a refletir sobre como transformam o mundo ao seu redor com sua música e aonde querem levá-la. “Eu sonho mais segurança para a minha família, que minhas filhas se desenvolvam como pessoas. Ter saúde... e um ambiente de trabalho onde as pessoas se respeitem e valorizem e ser reconhecido... (Capitão América)”. “... Quero ajudar as pessoas, conversar. Quero que a profissão alcance esse piso salarial (Viúva Negra)”. Espero reconhecimento profissional; ter tempo para curtir a família; enquanto profissional acalantar os corações desesperados... O que eu espero para mim e para a vida: é aprender todos os dias um pouco mais para poder melhor desempenhar minha função (Mulher-Maravilha)”.

Abaixo do instrumento elas traçaram uma linha que simboliza o palco. O palco representa onde o profissional está no presente, onde toca seu instrumento, e quem é sua plateia (Müller, 2011), descritas na próxima etapa da oficina.

Minha interpretação

Chegou o momento em que elas apresentaram os desenhos para as demais participantes. Para estimular os diálogos foi solicitada fazer a reflexão sobre “que tipo de música tocam e como a plateia reage? O que se destaca no instrumento”: “Minha plateia é minha família, meu companheiro, meu filho, meus amigos,

meus pacientes. Eles batem palma e gritam muito com minha música (choro de emoção) (Tempestade)". "Minha plateia é meu filho, meu marido, amigas e os pacientes. Alguns vão aplaudir, outros não; alguns vão gostar da música, e outros, nem tanto, mas cantam, conjuntamente, o refrão da música (Mulher-Maravilha)". "Onde eu quero levar minha música: no meu local de trabalho, na minha casa (Capitão América)". "Minha plateia seria família, meus bichos, pacientes (Viúva Negra)".

Algumas histórias pessoais e relevantes surgiram nesse momento, fazendo com que o grupo se emocionasse ao ouvir.

Eu tive uma vivência com meu irmão na UTI e foi a parte que eu mais desenvolvi como ser humano, passei a dar valor a coisas pequenas, mas que fazem a diferença na minha vida, como, por exemplo: ter o cuidado com o que eu vou falar para o próximo... (Tempestade).

"Meu pai faleceu há treze anos ... um exemplo de pessoa muito tranquila, calma, muito honesta. Minha mãe sempre esteve ao meu lado, em um momento que precisei, e ela ajudou (choro) (Capitão América)".

... meu aniversário de 15 anos. Minha mãe não tinha condições, mas fez de tudo para me ver feliz. Foi simples, mas me marcou muito. As coisas mais importantes que passam na vida não envolvem dinheiro. A faculdade me fez aprender a ser forte, resiliente (Viúva Negra).

O que mais me marcou foi a perda dos meus pais, eu não gosto de lembrar (choro) ... eu perdi meus pais quando eu tinha dez para onze anos de idade. Passei minha adolescência com meu irmão na mesma casa, residindo daqui para ali com outro irmão e, ainda, outra irmã (Mulher-Maravilha).

As experiências traumáticas que geram ansiedade e depressão e que muitas pessoas enfrentam são, na maioria das vezes, passíveis de serem compartilhadas com o coletivo (Denborough, 2008). As práticas narrativas auxiliam a explorar histórias que nunca foram contadas e são geradoras de histórias ricas que subsidiam o autoconhecimento, permitindo que a pessoa se separe do problema e encontre tudo o que está por trás dele (Grant, 2022; Souza et al., 2020).

Lion (2017) compara as trocas dialógicas com a entrada em uma mina, onde, primeiramente, enxergam-se apenas rochas. Ao longo da conversa, pode-se, com questionamentos, assumir juntos o papel de garimpeiros, explorando a mina, peneirando as rochas em busca de preciosidades (Lion, 2017). Isso fica evidente nos relatos de Tempestade sobre as vivências do luto pelo irmão; da Mulher-Maravilha sobre as memórias tristes da infância e da Viúva Negra sobre as lembranças afetivas da mãe. Essas formas de explorar e estimular a externalização dos desafios permitem notar a separação dos problemas das identidades pessoais (Leger, 2016).

Desenvolver formas e métodos que proporcionem acessar valores, esperanças, sonhos, e até mesmo redefinir identidades, permite criar modos para lidar com as dificuldades e traumas (Denborough, 2008), e podem auxiliar o fortalecimento pessoal, inclusive, na superação, como foi verificado por meio das falas de Tempestade e de Viúva Negra: "Eu tive acesso a sentimentos que eu não viveria de novo, através desse desenho. Está sendo muito bom acessar essas coisinhas que estavam guardadas (Tempestade)". "Essas coisas ruins que aconteceram servem para nos fortalecer e para que possamos enfrentar as coisas. Uma frase que tenho comigo é: 'tudo passa! Sendo bom ou ruim passa' (Viúva Negra)".

O uso das metáforas na terapia narrativa auxilia os indivíduos a encontrarem novos significados e perspectivas diante dos desafios narrados (Paschoal & Grandesso, 2014). Essas metáforas facilitam a exploração de formas pelas quais as identidades são construídas, e como cada indivíduo é influenciado pelos lugares e pessoas próximas (Leger, 2016).

Os relatos, até o momento, estavam muito relacionados às vivências pessoais e a fatos marcantes da história de vida das enfermeiras. Conforme relatam Miranda et al. (2021), o sofrimento do profissional de Enfermagem durante a pandemia é associado, muitas vezes, às suas relações com o contexto laboral, social e familiar. Com o intuito de dar visibilidade às associações entre as histórias narradas e a pandemia, solicitou-se às enfermeiras que refletissem e compartilhassem com o grupo sobre como foi tocar o instrumento, e qual a melodia durante a pandemia de covid-19. Müller (2012) propôs que quem conduz o grupo deve entrelaçar aspectos relacionados à história em si com aspectos de identidade de quem conta a história.

Para todas nós, precisou haver coragem ... teve que se adequar ... Foi um período muito turbulento pelo serviço, pelo fluxo, pelos óbitos, drogas desconhecidas, decisões difíceis sobre o rumo dos pacientes. Meu desenho representa isso: um pouco desorganizado, mas depois fui ajeitando as ideias e consegui chegar ao ponto que eu olho aqui agora e vejo que está bom (Tempestade).

Por esse tempo que passou da pandemia, várias vezes, tivemos que parar para afinar os instrumentos ... E não é fácil para todo mundo ter que enfrentar esses medos, enfrentar as dúvidas, mas ter que estar ali: não ter a opção de não ir mais (Capitão América).

“Perdemos amigos, colegas de trabalho, familiares... a família toda sumiu daqui de casa (Mulher-Maravilha)”.

Paes et al. (2021) aborda a estigmatização desses profissionais pela população, uma vez que estavam expostos ao vírus, podendo transmitir a doença mesmo assintomáticos. Isso gerou sentimentos de ansiedade e solidão nos trabalhadores da saúde. “A pandemia quando começou, era muito incerta. Foi com o passar do tempo que pudemos avaliar a proporção das coisas ... depois, chegou a vacina, e muitos não tiveram tempo de tomar (Viúva Negra)”.

Paes et al. (2021) apontam que as altas taxas de infecção por covid-19 e o trabalho árduo desenvolvido pelas equipes de saúde estiveram associados às pressões físicas e psicológicas. Estar à frente de uma pandemia traz desafios nunca antes imaginados aos profissionais, modificando completamente sua rotina, despertando sentimentos de vulnerabilidade (Acioli et al., 2022). Direta ou indiretamente, os profissionais de saúde foram afetados pela pandemia, seja por meio do próprio contágio, seja pelas medidas de controle, necessidade de atualização, quebras de rotinas, ou até mesmo a intensidade de informações recebidas. Todas essas dimensões geraram aumento da responsabilidade, medo e ansiedade (Souza et al., 2020).

Conforme Miranda et al. (2021), a equipe de Enfermagem vivenciou, em âmbito mundial, um cenário desafiador, envolvendo sobrecarga de trabalho, gerando cansaço somado a prejuízos na saúde mental, devido à exigência de concentração e atenção excessiva ao executar os procedimentos de uma patologia desconhecida. Fato evidenciado nas falas de Capitão América e Viúva Negra, sobre enfrentar o medo do desconhecido; e de Mulher-Maravilha sobre vivenciar o luto de colegas.

As autoras acrescentam, ainda, que situações como sobrecarga de trabalho, baixa satisfação no trabalho, déficit no dimensionamento e longas jornadas contribuem para o sofrimento psíquico dos profissionais.

A construção dos dados desse estudo se deu após a flexibilização das medidas sanitárias e o controle dos casos de covid-19, em que a vacinação já havia avançado. Por isso, talvez o sentimento de alívio e felicidade tenha sido evidente no encontro, como é possível acompanhar na sequência. "Graças a Deus, agora estamos num momento brando. Ver a unidade voltando ao normal é libertador (Capitão América)". "Graças a Deus, está melhorando... e a tendência é melhorar mais (Mulher-Maravilha)". "É bom ver tudo voltando ao normal. É um alívio muito grande que dá (Viúva Negra)".

Orquestra da vida

Solicitou-se às participantes que colocassem os instrumentos diante da câmera juntos, simbolizando uma orquestra. Tocar o instrumento numa orquestra é muito desafiador, uma vez que todos devem estar no mesmo ritmo e em sintonia com os demais (Müller, 2011; Müller, 2013). Essa metáfora possibilita reconhecer tentativas coletivas. Foi realizada alusão da orquestra com o trabalho em equipe da Enfermagem.

Estimulou-se que cada enfermeira deixasse uma mensagem para os demais colegas de profissão, ou até mesmo àquelas que estavam iniciando a graduação. Denborough (2008) aborda esse momento, em que se deve criar um contexto e compartilhar palavras e histórias que possam contribuir e despertar sentimentos em outras pessoas que enfrentam situações semelhantes. "Ter força, perseverança, não desistir no primeiro obstáculo. Tem que persistir! (Viúva Negra)". "Força para conseguir vencer os desafios e ir adiante. Vencer os desafios todos os dias! (Mulher-Maravilha)". "Persistir e não desistir e acreditar em nós (Capitão América)". "Que possamos continuar nossa união. Dinheiro nenhum paga nossa dedicação (Tempestade)".

Juntas, elas, então, pensaram sobre uma música que significasse todos os momentos vivenciados, e após várias sugestões, chegaram a um consenso escolhendo a canção "Raridade" de Freire (2013). A música foi ouvida conjuntamente naquele momento e, então, o primeiro encontro foi encerrado.

A partir das frases e lembranças com conotações positivas do primeiro encontro, uma recomposição do refrão da música foi preparada para ser apresentada no segundo e último encontro. Para tanto, contou-se com o auxílio de um cantor e compositor que, embora fosse enfermeiro, não participou das oficinas.

Entrando em sintonia

O segundo encontro contemplou as etapas "entrando em sintonia" e "nossa música". De início, foi feito um agradecimento pela participação e disponibilidade das participantes, e um breve resgate do que foi discutido na primeira oficina.

São vários desafios que a orquestra enfrenta para estar em sintonia. Em alguns momentos da vida, quando algo não vai bem, surgem sintomas, o que poderia ser uma desafinação (Müller, 2011). "É uma profissão desvalorizada. Tem que ter certeza de que quer a profissão (Viúva Negra)".

Nessa fala, podemos notar que a profissional (Viúva Negra) faz um alerta sobre o processo laboral da Enfermagem, que requer muita dedicação e nem sempre há reconhecimento. Lai et al. (2020) fazem referência às características da profissão que podem desencadear estresse laboral, dentre elas: ambientes hostis, trabalho em turnos, sobrecarga de atividades e falta de reconhecimento. “Nossa profissão é muito desafiadora (Mulher-Maravilha)”. “Não podemos depositar nossa alegria na herança das pessoas (Capitão América)”. “Dinheiro nenhum paga o que fazemos. Mas já que a gente precisa dele para viver, que tenhamos condições de proporcionar uma vida boa para a família (Tempestade)”.

As falas das profissionais demonstraram a insatisfação com as condições de trabalho e salariais. Quadros et al. (2020) citam que a falta de um piso salarial e a regulamentação da carga horária interferem no desempenho da assistência, uma vez que, para suprir necessidades de sobrevivência, os profissionais acumulam vínculos, restringindo momentos com a família e disponibilidade para capacitações. A fala de Tempestade sobre a necessidade de condições para uma vida melhor exemplifica bem essa restrição sofrida pela classe.

A seguir, o grupo então vai tentando afinar e adaptar até entrar em sintonia, tocando novamente a música juntos até surgirem belas sinfonias (Müller, 2011). Assim, as enfermeiras foram estimuladas a contarem sobre como foi participar das oficinas e possíveis influências na profissão. Souza et al. (2020) destacam que esse é o momento de compreender os efeitos da conversa, verificando se foi útil, se algo novo foi aprendido e, diante disso, como esses novos aprendizados podem auxiliar. “Achei que foi muito bom; foi uma terapia! Acabamos expondo coisas que não expomos, assim, no dia-a-dia (Capitão América)”.

Para mim, foi uma experiência muito boa: eu tenho um pouco de dificuldade em me abrir conversando e quando escrevo, consigo expor meus sentimentos, organizar minhas ideias, então, foi um momento bem especial para mim; despertou sentimentos que eu preferi deixar para lá porque não me faziam bem; e por eu ter falado com vocês... deu-me uma certa tranquilidade... Não me lembro mais do meu irmão com tristeza, lembro-me dele com alegria. E, é isso! Foi uma experiência muito boa para mim (Tempestade).

“Para mim também foi uma experiência muito boa; não sei se você percebeu no outro encontro que dei uma engasgada, porque tocou coisas assim bem do passado; um passado que é melhor nem lembrar! Mas foi muito bom! (Mulher-Maravilha)”. “Eu gostei também muito, porque passamos a conhecer mais a história de cada uma... (Viúva Negra)”.

Desafios e situações difíceis vivenciadas podem ocasionar sentimentos de desesperança, fazendo com que as pessoas façam uma filtragem de suas histórias, preservando de si mesmas aquelas preferidas (Grant, 2022). A escuta dupla das histórias torna possível compartilhar momentos significativos, assim como modos de respostas aos desafios. Essa linha de investigação pode abrir espaço para recuperação do senso de identidade e de sua história de vida preferida (Grant, 2022).

A música foi apresentada, e houve muita emoção em todas as participantes, e até mesmo na facilitadora, que é enfermeira e trabalhou na linha de frente contra a covid. Segue o refrão, a seguir:

Não desista, pense bem antes de encarar a profissão, / perseverança, força e superação, / persista, vá em frente e sempre entenda o seu valor; / força e coragem, nenhum dinheiro paga sua dedicação; / leveza, calma e sempre os pés no chão. Estamos juntos nessa, só basta ter fé, / um passo de cada vez, seja o que Deus quiser! [grifo nosso]. Adaptação da música “Raridade” (Freire, 2013).

Nesse momento, permitiu-se a reflexão sobre a canção, e houve espaço para, caso sentissem necessidade, pudessem fazer alterações ou dar sugestões. Todas gostaram da letra e não quiseram mudar. As enfermeiras foram convidadas a cantar juntas a música e, assim, encerrou-se o encontro de “Ritmos da Vida”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A metodologia do “Ritmos da Vida” possibilitou que as enfermeiras encontrassem formas de escrever ou representar sua própria história, incluindo atividades, habilidades, sonhos, pessoas significativas, momentos difíceis e até formas de superação. Muitas lembranças dolorosas foram acessadas e expostas ao grupo, tendo como estímulo a composição e as características dos instrumentos musicais. Tal forma de relatar os traumas e os desafios possibilitou o reconhecimento das dificuldades enfrentadas e, ainda, externalizou as diferentes alternativas pelas quais as participantes reagiram àquele momento, que até então estavam ocultas.

Uma das limitações encontradas para realização das oficinas foi a disponibilidade das participantes, devido às rotinas de trabalho e às atividades de vida diária. Isso impossibilitou a participação de mais profissionais, mesmo ofertando-se um número reduzido de oficinas.

Ressalta-se que as empresas responsáveis pela gestão em saúde deveriam reconhecer os benefícios das práticas de conversação e ofertar esses espaços no ambiente laboral durante as jornadas. Bem como, conseqüentemente, investir na saúde mental dos trabalhadores, visto as benesses das referidas práticas para o cuidado dos profissionais.

REFERÊNCIAS

- Acioli, D. M. N., Santos, A. A. P., Santos, J. A. M., De Souza, I. P., & Silva, R. K. L. (2022). Impactos da pandemia de covid-19 para a saúde de enfermeiros. *Revista de Enfermagem UERJ*, 30, Article e63904. <https://doi.org/10.12957/reuerj.2022.63904>
- Carvalho, A. S., Araújo, L. P. C. R., Queiroz, A. C. O., & Guimarães, L. A. (2022). Grupo com crianças no âmbito do Sistema Unico de Assistência Social (SUAS): inspirado pelas práticas narrativas coletivas. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 31(72), 23–37. <https://doi.org/10.38034/nps.v31i72.649>
- Casdagli, L., Fredman, G., Huckle, E., Mahony, E., & Christie, D. (2020). The contribution of peer trainers to the Tree of Life project for young people living with Type 1 Diabetes: Building community. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 26(1), 39-50. <https://doi.org/10.1177/1359104520952812>
- Dal’Bosco, E. B., Floriano, L. S. M., Skupien, S. V., Arcaro, G., Martins, A. R., & Anselmo, A. C. C.. (2020). Mental health of nursing in coping with covid-19 at a regional university hospital. *Revista Brasileira De Enfermagem*, 73, e20200434. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434>
- Denborough, D. (2008). *Práticas narrativas coletivas: trabalhando com indivíduos, grupos e comunidades que vivenciaram traumas*. (A. Muller, Trad.). Dulwich Centre Publications.
- Denborough, D. (2012). The Team of Life with young men from refugee backgrounds. *The International Journal of Narrative Therapy And Community Work*, (2), 44-53.
- Detomini, V. C., & Rasera, E. F. (2022). Jogos dramáticos sobre sexualidade em um centro de atenção psicossocial. *Revista Brasileira De Psicodrama*, 30, Article e2122. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.582>
- Fareez, M., & Muller, A. (2019). A Certidão de Vida: Uma ferramenta para trabalhar o luto em Singapura. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 28(63), 5-20. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-78412019000100002&lng=pt&tlng=pt
- Freire, A. (2013). Raridade [música]. On Raridade. MK Music.
- Grandesso, M. A. (2011). “Dizendo olá novamente”: a presença de Michael White entre nós, terapeutas familiares. *Revista Nova Perspectiva Sistêmica*, 20(41), 99-118.
- Grant, L. (2022). Bringing together women like you and me: Collective narrative practice with women and trauma. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (1), 1–8.
- Haselhurst, J., Moss, K., Rust, S., Oliver, J., Hughes, R., McGath, C., Reed, D., Ferguson, L., & Murray, J. (2021). A narrative-informed evaluation of tree of life for parents of children with physical health conditions. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 26(1), 51-63. <https://doi.org/10.1177/1359104520972457>
- Humerez, D., Ohi, R., & Silva, M. (2020). Saúde mental dos profissionais de enfermagem do brasil no contexto da pandemia covid-19: ação do conselho federal de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*, 25. doi:<http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.74115>
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wey, N., Wu, J., Du, H., Chen, T., Li, R., Tan, H., Kang, L., Yao, L., Huang, M., Wang, H., Wang, G., Liu, Z., & Hu, S. (2020). Factors Associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open*, 3(3), Article e203976. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>

- Leger, M. F.** (2016). Exploring the bicycle metaphor as a vehicle for rich story development: A collective narrative practice project. *The International Journal Of Narrative Therapy And Community Work*, (2), 17-35.
- Lion, C. M.** (2017). Caminhando no contexto das práticas colaborativas e narrativas: experiências profissionais transformadas. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 26(57), 21-36.
- Lion, C. M. & Souza, L. V.** (2022). Terapia narrativa: aspectos relevantes sobre o processo e a relação terapêutica. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 31(74), 18–35. <https://doi.org/10.38034/nps.v31i74.687>
- Mcnamee, S.** (2020). Relational research (trans)forming practices. In M. Ochs, M. Borcsa & J. Schweitzer (Eds.), *Linking systemic research and practice – Innovations in paradigms, strategies and methods* (pp. 1-17). Springer International.
- Miranda, F. B. G., Yamamura, M., Pereira, S. S., Pereira, C. S., Protti-Zanatta, S. T., Costa, M. K., & Zerbetto S. R.** (2021). Sofrimento psíquico entre os profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19: Scoping Review. *Escola Anna Nery*, 25(spe), e20200363. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0363>
- Müller, A.** (2011, Dezembro 05). *Ritmos da Vida*. https://dulwichcentre.com.au/wp-content/uploads/2014/08/Ritmos_da_Vida.pdf
- Müller, A.** (2012). Troca de cartas no Time da Vida: um bate-bola construtivo. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 21(42), 42-56.
- Müller, A.** (2013). “Ritmos da vida”: ajudando crianças na superação da separação. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 22(45), 35-47.
- Ncube, N.** (2006). The Tree of Life Project: using narrative ideas in work with vulnerable children in Southern Africa. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (1), 3-16.
- Paes, C. L. de. A., Ferreira, I. P., Gouveia, A. O. de., & Santos, V. R. C. dos.** (2021). Os agravos psicossociais e a saúde mental da equipe de enfermagem na transcendência ao pós-pandemia. *Research, Society and Development*, 10(4), Article e54610414533. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i4.14533>
- Paschoal, V. N., & Grandesso, M.** (2014). O uso de metáforas em terapia narrativa: facilitando a construção de novos significados. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 23(48), 24–43.
- Quadros, A., Fernandes, M. T. C., Araujo, B. R., & Caregnato, R. C. A.** (2020). Desafios da enfermagem brasileira no combate da covid-19. *Enfermagem em Foco*, 11(1), 78-83. <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3748>
- Rasera, E. F., & Guanaes-Lorenzi, C.** (2021). O terapeuta como produtor de conhecimentos: contribuições da perspectiva construcionista social. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 30(69), 07-16. <http://dx.doi.org/10.38034/nps.v30i69.617>
- Rasera, E. F., & Japur, M.** (2004). Desafios da aproximação do construcionismo social ao campo da psicoterapia. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 9(3), 431-439.
- Ribeiro do Val, E.** (2018). Pipa corporativa: uma ferramenta da terapia narrativa aplicada às famílias empresárias. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 27(61), 100-119.
- Rocha, M. L. da., & Aguiar, K. F. de.** (2003). Pesquisa-intervenção e a produção de novas análises. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 23(4), 64-73.
- Silva, R. & Seidl, M.** (2013). Práticas narrativas na condução da terapia de uma família em situação de pobreza. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 22(47), 99–112.

- Silva Junior, M.D., Silva, R.R., Santos, M.I.S., Ferreira, A.R.A., & Passos, J.P.** (2023). Os efeitos da pandemia no bem-estar dos enfermeiros Brasileiros no combate ao covid-19: uma revisão de escopo. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, 27(2). <https://doi.org/10.25110/arqsaude.v27i2.2023-011>
- Souza, L. V., Lion, C., Vidotto, L. T., & Moscheta, M. dos. S.** (2020). Recursos da terapia narrativa de sessão única em tempos de pandemia e isolamento social. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 29(67), 7-22. <http://dx.doi.org/10.38034/nps.v29i67.571>
- Spink, M. J., Menegon, V. M., & Medrado, B.** (2014). Oficinas como estratégia de pesquisa: articulações teórico-metodológicas e aplicações ético-políticas. *Psicologia & Sociedade*, 26(1), 32-43. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822014000100005>
- Szymanski, H., & Cury, V. E.** (2004). A pesquisa intervenção em psicologia da educação e clínica: pesquisa e prática psicológica. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 9(2), 355-364.
- White, M.** (2007). *Maps of narrative practice*. W. W. Norton & Company.

AGRADECIMENTOS

O estudo apresentado contou com relevantes colaborações.

Carla Guanaes-Lorenzi, Álvaro da Silva Santos e Emerson Fernando Rasera, pelas contribuições com a Dissertação da qual deriva o estudo. Adriana Müller, pelas contribuições metodológicas.

Caroline da Silva Ferreira, pela participação como testemunha externa.

Paula Romite pelas partilhas de textos e ideias.

Ronierly Silva Martins, pelo arranjo musical.

AIANE MARA DA SILVA

Enfermeira especialista em ginecologia e obstetrícia, mestranda em Psicologia pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM).

<https://orcid.org/0000-0002-5621-5671>

CINTIA BRAGHETO FERREIRA

Professora de Psicologia, Nível de Graduação e Pós-Graduação (Mestrado Acadêmico), Universidade Federal do Triângulo Mineiro-UFTM

<https://orcid.org/0000-0003-4070-7169>