



## GESTÃO DAS EMOÇÕES NO CUIDADO EM SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

EMANUELLE ZEFERINO DE SOUZA MACHADO; ISABELA DA SILVA; KALLEN DETTMANN WANDEKOKEN; FLAVIA BATISTA PORTUGAL

**Introdução:** O trabalho em saúde abarca, por suas especificidades, grande envolvimento emocional que se somam às experiências vividas pelo paciente, família e profissional do cuidado. Nesse ponto, as emoções se fazem presentes no cotidiano de trabalho e nas relações, de modo que o conhecimento sobre tais e a construção de estratégias de regulação das próprias emoções se fazem imprescindíveis para um cuidado acolhedor e que promova a segurança do paciente. **Objetivos:** Auxiliar o estudante e/ou profissional da área da saúde na construção de habilidades sociais, de estratégias de enfrentamento e de regulação emocional. **Relato de Experiência:** Foi realizado um curso de extensão com duração de 15 horas no curso de Enfermagem de uma universidade pública do estado de Espírito Santo, com a participação de 25 alunos. O curso esteve vinculado às atividades do projeto de extensão 'Grupo de Estudos sobre Qualidade em Saúde e Segurança do Paciente' - G-Qualis. **Discussão:** Foram desenvolvidas reflexões e discussões sobre as emoções e possíveis formas de regulação, sobre habilidades socioemocionais e a implicação das emoções no cuidado em saúde. Além disso, os alunos experienciaram estratégias de regulação emocional que poderão ser usadas no cotidiano pessoal e profissional, como as voltadas para exaustão emocional, ansiedade, irritação/frustração, desamparo e autocompaixão, entre outras. **Conclusão:** Compreender as emoções e desenvolver estratégias emocionais são questões fundamentais para o cuidado em saúde e que, de fato, também irão implicar em melhores condutas para segurança do paciente. Assim, espera-se que esse relato contribua para a replicação dessa experiência junto a outros alunos e profissionais da área da saúde.

Palavras-chave: **SAÚDE MENTAL; ESTUDANTES DE ENFERMAGEM; REGULAÇÃO EMOCIONAL; SAÚDE; PACIENTE;**