

## Escuta Ativa

- Prestar total atenção ao paciente, demonstrando empatia e compreensão;
- Utilizar feedback verbal e não-verbal para mostrar que está ouvindo (ex.: acenos de cabeça, contato visual).

## Feedback Positivo

- Reforçar os pequenos progressos e esforços do paciente;
- Utilizar elogios sinceros para aumentar a confiança e motivação do paciente.

## Comunicação Eficaz

- Explicar o diagnóstico, o plano de tratamento e os benefícios esperados de maneira acessível e compreensível;
- Evitar jargões médicos e termos complexos.

# Técnicas de Comunicação na Saúde

## Utilização de Perguntas Abertas

Fazer perguntas que incentivem o paciente a falar mais sobre seus sentimentos, pensamentos e experiências.  
Ex.: "Como você se sente em relação ao seu tratamento?" ou "O que mais te preocupa sobre essa medicação?".

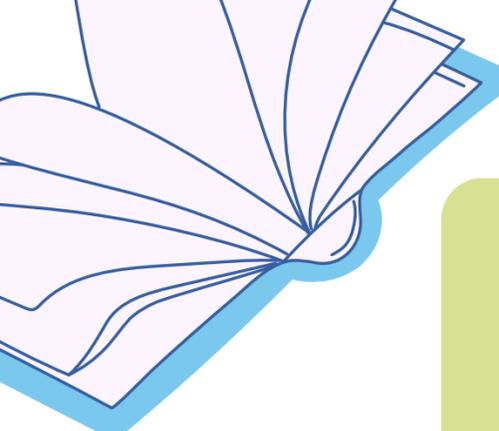
## Validação de Sentimentos

- Reconhecer e validar os sentimentos e preocupações do paciente;
- Mostrar compreensão e empatia pelo que o paciente está passando.

Universidade Federal Fluminense  
Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa  
Mestrado Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde  
Disciplina: Educação e Didática no Ensino Superior  
Data: 03/07/2023

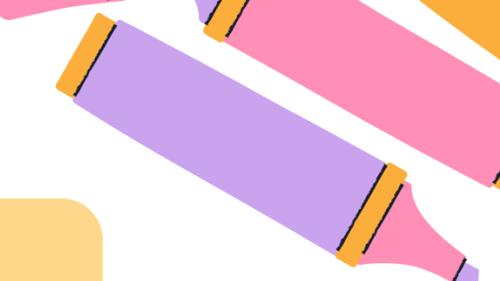
Autores: Stéfany Marinho de Oliveira  
Fabiola Marchon de Oliveira

Prof. Dr. Audrey Vidal  
Profa. Dra. Vera Maria Sabóia  
Prof. Dr. Valdecyr Herdy Alves

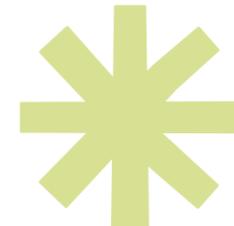


## Entrevista Motivacional

- Abordagem centrada no paciente que busca aumentar a motivação para mudança;
- Utiliza técnicas como reflexão, questionamento e estabelecimento de metas conjuntas.



## Suporte Social

- Envolver familiares e amigos no processo de tratamento, quando apropriado;
  - Facilitar o acesso a grupos de apoio e outras redes de suporte.
- 

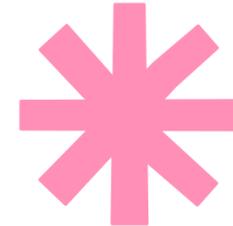
## Definição de Metas

- Estabelecer metas claras, alcançáveis e mensuráveis em conjunto com o paciente;
- Dividir grandes objetivos em pequenas etapas para facilitar o progresso.

# Técnicas de Motivação na Saúde

## Reforço Positivo e Recompensas

- Utilizar recompensas simbólicas ou concretas para reforçar; comportamentos positivos. Celebrar marcos importantes no tratamento



## Empoderamento do Paciente

- Encorajar a participação ativa do paciente no planejamento e tomada de decisões sobre o tratamento;
- Promover a autoconfiança e a capacidade de autoeficácia do paciente.

Universidade Federal Fluminense  
Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa  
Mestrado Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde  
Disciplina: Educação e Didática no Ensino Superior  
Data: 03/07/2023

Autores: Stéfany Marinho de Oliveira  
Fabíola Marchon de Oliveira

Prof. Dr. Audrey Vidal  
Profa.Dra. Vera Maria Sabóia  
Prof.Dr. Valdecyr Herdy Alves

