



## FISIOLOGIA DO ESTRESSE E COMUNICAÇÃO EMPÁTICA NA SALA DE ESPERA: RELATO NA FORMAÇÃO MÉDICA

Leonarda de Sousa Vale Neta<sup>1</sup>, Maria Helen Marcelino da Silva<sup>2</sup>, Henry Feitosa de Abreu<sup>3</sup>, Wellington da Silva Mota<sup>4</sup>, Kerma Marcia de Freitas<sup>5</sup>

As emoções articulam corpo e mente por vias neurovegetativas que organizam respostas adaptativas a estímulos internos e externos. Nesse contexto, estruturas como sistema límbico, hipotálamo e sistema nervoso autônomo modulam frequência cardíaca, ventilação, secreção hormonal e tônus muscular, tornando o estado afetivo observável no corpo. Relata-se uma experiência didático-assistencial, originada do documentário "Entre Esperas e Cuidados", produzido por estudantes de Medicina do Centro Universitário Estácio do Ceará (Campus Iguatu), na disciplina de Fisiologia Humana, cujo objetivo foi correlacionar expressões verbais e corporais de usuários e familiares em sala de espera hospitalar com indicadores fisiológicos observáveis (taquicardia, sudorese, hiperventilação presumida, agitação motora) e com sinais de ativação parassimpática associados ao acolhimento e à escuta empática. O cenário constituiu-se de observação supervisionada e registro reflexivo de episódios cotidianos, com discussão posterior dos achados à luz da neurofisiologia do estresse. Observou-se predominância de respostas compatíveis com ativação simpática na antecipação de notícias clínicas e, em contraponto, redução de agitação, melhora do padrão respiratório e relaxamento muscular quando presentes intervenções de acolhimento e comunicação objetiva por parte da equipe. Conclui-se que a atividade favoreceu a integração teoria-prática ao evidenciar como emoções se expressam fisiologicamente no contexto de espera hospitalar e ao demonstrar que práticas comunicacionais empáticas podem modular a experiência de estresse, contribuindo para a formação médica sensível à fisiologia do cuidado.

**Palavras-chave:** Fisiologia. Emoções. Estresse. Empatia. Humanização em saúde.

<sup>1</sup> Centro Universitário Estácio do Ceará/IDOMED – Iguatu/CE, e-mail: [leonardavale@hotmail.com](mailto:leonardavale@hotmail.com)

<sup>2</sup> Centro Universitário Estácio do Ceará/IDOMED – Iguatu/CE, e-mail: [mariahelen3112@gmail.com](mailto:mariahelen3112@gmail.com)

<sup>3</sup> Centro Universitário Estácio do Ceará/IDOMED – Iguatu/CE, e-mail: [henryfa1983@gmail.com](mailto:henryfa1983@gmail.com)

<sup>4</sup> Centro Universitário Estácio do Ceará/IDOMED – Iguatu/CE, e-mail: [wellhingo.mota@professores.estacio.br](mailto:wellhingo.mota@professores.estacio.br)

<sup>5</sup> Centro Universitário Estácio do Ceará/IDOMED – Iguatu/CE, e-mail: [kermamarcia@gmail.com](mailto:kermamarcia@gmail.com)