

## Comunicar em saúde: a mais-valia da linguagem proverbial

La comunicación en salud: el valor añadido del lenguaje proverbial

Health communication: the added value of proverbial language

### Autores

Celeste Antão<sup>1</sup>, Maria Augusta Branco<sup>2</sup>, Fernando Pereira<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup> Instituto Politécnico de Bragança – Escola Superior de Saúde; Núcleo de Investigação e Intervenção do Idoso, <sup>2</sup> Instituto Politécnico de Bragança – Escola Superior de Saúde; PAIDEA-Plataforma Internacional para o Desenvolvimento da Educação Emocional

Corresponding Author: [celeste@ipb.pt](mailto:celeste@ipb.pt)

### Resumo

Na atualidade a sociedade enfrenta grandes desafios. A promoção da saúde dos indivíduos é um deles. As estratégias socioeducativas a utilizar na conscientização do público para este desafio são variadas mas nem sempre eficazes. Cada vez mais os atores envolvidos no processo educativo têm de usar abordagens inovadoras para obter a mudança de comportamentos desejáveis. Neste sentido é importante educar e capacitar as pessoas para se tornarem cidadãos ativos. As mensagens e ensinamentos transmitidos através da oralidade, são importantes para comunicar em saúde. **Objetivo:** analisar estudos publicados sobre o recurso à linguagem proverbial na área da saúde, bem como os seus contextos e mais-valias. **Metodologia:** revisão sistemática de literatura de artigos publicados em plataformas de base de dados e revistas científicas. **Resultados:** O recurso aos provérbios pode ser uma estratégia pedagógica importante, tanto na interação direta com os utentes em múltiplos contextos, como no diagnóstico precoce de alteração da saúde mental.

**Palavras-chave:** provérbios, comunicação, saúde.

### Abstract

Nowadays society faces major challenges. Promoting and maintaining the health of individuals and communities is mandatory. The contexts and tools for the public awareness for this challenge are varied but not always effective. More and more the actors involved in the educational process have to use innovative approaches for the change in desirable ways. Therefore, it is important to educate and empower people to become active actors. The messages and lessons, summarized and transmitted through orality, are important to communicate in health and in the interaction between caregiver and patient. **Objective:** To analyze published studies on the use of proverbial language in health as well as their contexts and advantages. **Methodology:** systematic literature review of articles published in database platforms and scientific journals. **Results:** The recourse to proverbs can be an important pedagogical strategy, both in direct interaction with users in multiple contexts, such as in the early diagnosis of mental diseases.

**Keywords:** sayings, communication, health

## Introdução

A manutenção da saúde, a capacitação dos indivíduos para tomarem decisões conscientes, a prevenção da doença e o tratamento em tempo útil são hoje preocupações centrais da sociedade e dos sistemas de saúde. As otimização da comunicação entre os profissionais de saúde e os seus clientes é fundamental.

Para Silva, comunicar, palavra proveniente do latim *comunicare*, significa

“que queremos colocar em comum, o que conseguimos “trocar” quando atendemos as pessoas, quando exercemos nosso papel de profissionais da área da saúde. Quando estamos diante das pessoas não somos só uma informação, não somos só um discurso teórico; o que sentimos também é perceptível para o outro através das próprias palavras que utilizamos no contacto e através dos nossos gestos, das nossas expressões corporais, faciais (Silva, 2013, p.2).

Tal como defende esta autora, na percepção da comunicação verbal nós temos um processo de exteriorização do ser social e a forma adequada e terapêutica de se comunicar com as pessoas é, sem dúvida, relacionando-se com o sadio que existe nelas. A comunicação adequada e terapêutica, é aquela que não tenta negar os conflitos, as diferenças de percepção de uma mesma realidade, os mal-entendidos, mas que, simultaneamente, não perde o foco dos objetivos a serem atingidos na solução dos problemas detetados.

A comunicação verbal, a palavra falada e ouvida, ocupa uma posição privilegiada. Tendo presente o defendido por Sumner (1999), que numa sociedade

de tradição oral, as relações são geralmente do tipo "face a face" e que a mensagem passa pelo emissor e recetor, onde no caso dos provérbios o remetente é aquele que fala em provérbios, e o recetor é a pessoa a quem se fala em provérbios. Ambos estão plenamente conscientes de não estar sozinhos no mundo. Os intervenientes, apercebem-se que fazem parte de um grupo humano, que tem um passado e uma forma de adaptação ao ambiente e à sociedade. O recurso aos provérbios é uma estratégia frequentemente utilizada nos mais diferentes contextos.

Sendo os provérbios expressões do conhecimento comum, do conhecimento coletivamente partilhado, Lopes (1992) questiona a sua ocorrência ou a sua citação no decurso de um processo de interação verbal. Não comportando informação semântica nova, porque será que eles são usados em tantos contextos? Para compreender o provérbio no processo comunicação oral, Sumner (1999), utiliza um sistema de eixos. Um eixo horizontal onde há o emissor e um recetor onde passa a mensagem. Um eixo vertical, de semântica cultural, onde a mensagem parte da tradição e visa uma situação real, ou seja, mesmo que esta situação seja reduzida para evocação de um fato do passado, ela é, de certo modo, fruto e a atualização dessa mesma tradição. Este autor refere algumas condições que devem estar presentes para o provérbio ser compreendido de modo a garantir que a comunicação deve estabelecida de forma eficaz entre o remetente e o recetor, designadamente: não deve haver nenhuma distância física considerável, o mesmo é

dizer que um provérbio não pode ser gritado à distância; o provérbio é usado numa situação concreta condicionando sua compreensão; o remetente e o recetor devem de alguma forma participar nesta situação; e, a condição ideal da utilização do provérbio é quando ele retira a ambiguidade de uma situação. Daqui decorre que o uso de um provérbio é mais eficaz quando a interação entre os interlocutores da conversa é marcada pela sua singularidade, proximidade e intimidade. A eficácia comunicacional dos provérbios, a partilha e tomada em consideração do seu significado, é tanto maior quanto maior é a identidade cultural dos interlocutores e a pertinência face ao contexto em que decorre a interação.

O profissional de saúde, no papel de emissor ou remetente, gera mensagens ao utente/doente em múltiplos contextos que necessitam de ser decodificadas. O remetente, pessoa que, em uma dada situação, diz algo a respeito dela, expressa uma verdade "lógica" de ordem cognitiva, mas além do aspeto puramente cognitivo, há o envolvimento do remetente com o recetor. O provérbio aparece quando um facto, um acontecimento, uma situação exige algum comentário adicional. O comentário em provérbios só é possível porque uma qualquer circunstância não é absolutamente clara para todos, por exemplo: quando o remetente precisa clarificar algo aos outros, para chamar a atenção num ponto, para expressar a sua opinião sobre o assunto ou, simplesmente, para vincular aquilo que ele aprendeu com a tradição. O provérbio serve então para esclarecer a situação para aqueles que ainda não entenderam algo ou alguma coisa. O recetor, caso tenha entendido o

provérbio tem a liberdade de argumentar e refletir da coerência do mesmo e mesmo devolvendo a sua opinião com outros provérbios. Em síntese, neste eixo horizontal, o provérbio é um fator privilegiado de comunicação, permitindo trocas que não sendo unívocas, permitem partilhas, pode esclarecer e lançar luz sobre diferentes temáticas (Sumner, 1999).

Sendo utilizados em múltiplos contextos e sendo trivial a sua alusão, Sumner (1999) salienta que o ditado popular tem várias funções, destacando a cognitiva, expressiva, normativa e educativa, discursiva, e cultural. Na função cognitiva, o objetivo do provérbio é dar uma forma à realidade. A função expressiva realça que a pessoa ao dizer um provérbio, não permanece apenas em um nível cognitivo, podendo expressar a sua desaprovação por tal falta de conformidade. Função normativa e educativa, quando o provérbio pretende recordar as normas que se impõem sobre o indivíduo e provocar uma certa linha de conduta. A função discursiva ocorre porque surge num discurso, dando ao discurso a sua força e podendo ser o seu ponto final, onde o recetor não pode contrapor. Por último a função cultural surge porque quando se verbaliza um provérbio, os interlocutores estão cientes de pertencerem à mesma comunidade humana. Ao reconhecer o provérbio, o recetor admite que ele tem com o remetente um passado cultural que lhe aviva imagens e normas que são reconhecidas por ambos. Antão (2009), numa análise de cerca de 290 provérbios relacionados com processos de saúde e doença concluiu, que a maioria tinha corroboração científica, 164 (56,55%), quer por estudos efetuados, quer por opinião

expressa de personalidades e organizações com credibilidade científica na área. Do total, 86,2%, foram inseridos no espaço conceitual designado Promoção da Saúde. Estes resultados evidenciam um potencial recurso comunicacional em termos autogênicos quando bem utilizados e contextualizados.

### **Metodologia**

Pretendemos analisar estudos publicados sobre o recurso à linguagem proverbial na área da saúde, bem como os seus contextos e mais-valias.

Foi feita pesquisa avançada na Biblioteca do Conhecimento Online - b-on onde constassem no título, termos “provérbios” e “Proverbs AND health” filtrando os artigos divulgados nos últimos cinco anos e em qualquer idioma. Encontraram-se 16 artigos e 2 teses – uma de mestrado e outra de doutoramento, nos seguintes recursos: Arts & Humanities Citation Index (Web of Science) - 4; Dialnet - 2 (DOAJ) - 5; MEDLINE (NLM) - 1; SciELO Brazil (Scientific Electronic Library Online) - 5; Taylor & Francis Online (Journals) - 1.

### **A importância da linguagem proverbial em saúde**

Levine e Bleakley (2012) consideram que os aforismos e provérbios médicos devem ser explorados, não porque eles estão em perigo de extinção, mas sim, para revelar a sua importância na cultura médica e suas práticas, relações e instituições. Estes assinalam que o significado e propósito da linguagem proverbial é útil nas seguintes situações: como auxiliares de memória (importante na adoção de práticas e

comportamentos saudáveis pelos indivíduos); como estratégia pedagógica e/ou facilitadora da comunicação entre os profissionais e utentes dos cuidados de saúde; como auxiliar no diagnóstico clínico, evitando julgamentos precipitados ou estereotipados; como auxiliares do comportamento profissional e da identidade profissional, sobretudo quando incorporam algum elemento de humor, podem ajudar a lidar com situações embaraçosas ou mesmo potencialmente conflituosas, ao mesmo que tempo que contribuem para a humanização dos serviços.

Machado e col. (2011), assinalam que a riqueza da linguagem proverbial se encontra em todas as diferentes fases do desenvolvimento humano, destacando-se a pesquisa em pediatria e a infância que evidencia o papel da linguagem proverbial nas aprendizagens de pais para filhos. Sé (2001), estudaram os processos de significação na interpretação de provérbios por sujeitos com provável doença de Alzheimer leve, comparando os grupos com a doença e sem doença, ambos procederam à contextualização dos provérbios, imaginando uma situação de uso, verificaram haver diferenças significativas no percurso enunciativo-discursivo realizado pelos sujeitos não-Alzheimer e pelos Alzheimer. Santos, Sougey & Alchieri, (2009) validaram o Teste de Rastreamento de Doença de Alzheimer com Provérbios (TRDAP), elaborado com pedras do jogo de memória de provérbios, tendo-se verificado que este instrumento é válido para rastrear doença de Alzheimer.

Novás & Machado (2014) estudaram aforismos e provérbios abordando aspetos úteis para os médicos de família quer na prática clínica como

na formação em geral, verificando que muitos deles encerram em, breves palavras, todo um curso de filosofia de a vida, mostrando também que quanto mais profundos mais claros, quanto mais fortes mais generosos; concluíram ainda que eles revelam normas de conduta em diversas situações relevantes em saúde.

Kimes, Golden, Maynor, Spangler & Bell (2014), conduziram sessões de educação para a saúde visando reduzir o risco cardiovascular recorrendo à utilização de provérbios, tendo estes, como já foi dito se revelado úteis na mudança de comportamentos de risco.

Através do provérbio, a comunicação estabelecida entre o remetente e o recetor torna-se um movimento contínuo, para frente e para trás, entre a tradição e a situação real. Não há condições sociais para o uso de provérbios, podendo ser proferidos por, jovens ou velhos, homens ou mulheres, a qualquer hora e em qualquer situação. É uma forma particular de conhecimento e de comunicação que apela para um certo tipo de educação na medida em que apela a uma consciência cultural (Sumner, 1999).

Para Meira (2011, p. 67) “os provérbios não são dotados de um valor científico, caracterizam-se por transmitir conhecimentos da experiência do dia-a-dia, por isso não há como observá-los como uma

verdade definitiva, não passível de questionamentos ou dúvidas. Além disso, o seu comprometimento não é com a verdade dos fatos, mas com a transmissão de aspetos culturais passados de gerações em gerações”. Neste sentido ao valorizar a interação sócio comunicativa, poderá ser uma estratégia pedagógica viável, desafiante e rentável em contextos educacionais relacionados com a saúde. Mais do que relembrar evidências científicas, a linguagem proverbial pode ser um contributo reflexivo na mudança de comportamentos de risco e, simultaneamente, na colocação em prática de comportamentos promotores de saúde (Levine & Bleakley, 2012). No que concerne aos aspetos culturais também Kimes e col. (2014) salientam a necessidade de recorrer aos provérbios como forma de “chegar” às populações, quando se pretende intervir na mudança de estilos de vida no sentido de promover a saúde e prevenir a doença.

Ainda relacionado com a mudança de comportamentos, mas no sentido inverso, quando os provérbios estiverem associados a comportamentos de risco como o encontrado em estudos de Machado e col. (2011) deverá haver algum cuidado na sua utilização, bem como a desmistificação dos mesmos. Esta realidade foi também encontrada por Antão (2009), ao encontrar no seu estudo 43,45% de provérbios sem qualquer corroboração científica.

## Síntese reflexiva

Considerando que o objetivo último da ciência consiste em gerar conhecimento, e melhorar qualidade de vida das pessoas, esperamos que esta pesquisa contribua para melhorar o processo comunicativo em geral e na área da saúde em particular. Como afirmam Osterman e Silva (2009) *“Muito mais do que “letrar” os pacientes em questões de saúde, a formulação oferece uma oportunidade explícita de “checagem” de compreensão para a qual ambos os interagentes são chamados a colaborar”*. Os autores consideram que alguém interage, quando torna explícito o seu entendimento sobre o que se disse e o que está acontecendo no momento ou após várias sequências de interações. Também Sunwolf (1999), defende que a sabedoria proverbial sugere possibilidades narrativas de ensino e aprendizagem através da história oral, podendo contradizer, expandir ou confundir nossas visões de mundo: persuadindo através de pensamentos autogerados, da participação ativa, da modelagem, e da deliberação consciente.

Silva (2013) lembra-nos o provérbio árabe “a mente é como vento e o corpo como a areia. Se você quer conhecer o vento, observe o movimento da areia”, salientando que nenhum de nós fala tudo que pensa e sente, mas quando observamos o outro atentamente - ou somos observados pelo

outro que está atento ao nosso comportamento e ao nosso discurso, somos capazes de entender o que pensa, sente e vice-versa, por isso, a comunicação pode ser entendida como a base do cuidado terapêutico.

Finalmente, lembramos Botell e Riverón (1996) que nos dizem que a força de uma ideia é maior se pode ser dita em poucas palavras e se dita de uma forma bela, melhor ainda.

A linguagem proverbial deve ser valorizada e enfatizada e devidamente contextualizada, contribuindo para a obtenção de ganhos em Saúde.

Em futura investigação deverá ser explorada a utilização da linguagem proverbial nos processos formativos dos profissionais de saúde, como estratégia para melhorar a capacidade dos estudantes em lidar com as situações encontradas no dia-a-dia e, assim, melhor compreender e se fazerem entender na sua relação terapêutica com os utentes/doentes.

**Contribuintes:** Todos os autores contribuíram igualmente para a concepção, redação e edição do documento, aprovando assim o documento final para a apresentação.

**Financiamento:** nenhum.

**Conflitos de interesse:** nenhum.

**A aprovação ética:** não aplicável.

## Bibliografia

- ANTÃO, C. A Importância dos Provérbios na Promoção da Saúde. 2009. Tesis Doctoral- Universidad de Extremadura. Badajoz. 2009.
- BOTELL, L. M.; QUINTANA RIVERÓN, Q. T. Aforismos. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, Habana, 12 (2), p.198-201, 1996.
- KIMES, C.M.; GOLDEN, S.L.; MAYNOR, R.F.; SPANGLER, J.G. e Bell, R.A. Lessons Learned in Community Research Through The Native Proverbs 31 Health Project. *Prev Chronic Dis*. Vol 11, April 17, p. 1-9, 2014.
- LEVINE, D. and BLEAKLEY, A. Maximising medicine through aphorisms. *Medical Education*, 46: 153-162, 2012.
- LOPES, A. C. M. Texto Proverbial Português: Elementos para uma análise semântica e pragmática. 1992. Dissertação de Doutorado em Linguística Portuguesa apresentada à Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra, Coimbra, 1992.
- MACHADO, B. R. G.; NOVÁS, J. D.; LÓPEZ, R. L.; GILBERT, Y. C. M. Aforismos, refranes, proverbios y frases en pediatría, *Revista Cubana Pediatría*, Havana, vol. 83, n. 4, p. 442-448, 2011.
- MEIRA, A. C. G. A. A Articulação de Orações em Provérbios do Português em Uso: uma análise das relações retóricas. 2011. Tese de Mestrado em Estudos Linguísticos da Faculdade de Letras da Universidade Federal de Minas Gerais, Minas Gerais, 2011.
- NOVÁS, J. D.; Machado, B. R. G. Aforismos, proverbios, lemas y consejos (X). *Revista Cubana Medicina General Integrada, Havana*, vol.30, n.1, p. 144-148, 2014.
- OSTERMANN, A. C.; SILVA, C. R. A formulação em consultas médicas: para além da compreensão mútua entre os interagentes. *Calidoscópico*, Vol. 7, n. 2, p. 97-111, 2009.
- SANTOS, M. T. F.; SOUGEY, E. B.; ALCHIERI, J.C. Validity and reliability of the screening test for Alzheimer's disease with proverbs (STADP) for the elderly. *Arquivos de Neuropsiquiatria*, vol. 67, n. 3-B, p. 836-842, 2009.
- SÉ, G. M. Interpretação de provérbios por sujeitos com Doença de Alzheimer em fase inicial. 2011. Tese de Doutorado em Linguística do Instituto de Estudos da Linguagem da Universidade Estadual de Campinas. Campinas. 2011.

SILVA, M. J. P. (2013). Comunicação e o resgate do ser: o papel da comunicação na humanização da atenção à saúde. In: IV CONGRESSO DE HUMANIZAÇÃO “COMUNICAÇÃO EM SAÚDE”. 8, 2013. TUCA – PUCPR Campus Cutitiba. Disponível em : [http://anais.congressodehumanizacao.com.br/files/2013/08/C1\\_20133.pdf](http://anais.congressodehumanizacao.com.br/files/2013/08/C1_20133.pdf)

SUMNER, C. The proverb and oral society. *New Political Science*, Vol. 21. N.1, p.11-31, 1999.

SUNWOLF. The Pedagogical and Persuasive - Effects of Native American Lesson Stories, Sufi Wisdom Tales, and African Dilemma Tales, *Howard Journal of Communications*, Vol 10, n. 1, p. 47-71. 1999.