

## Elaboração de plano de alta como prática humanizada na enfermagem

*Preparation of a discharge plan as a humanized practice in nursing*

*Elaboración de un plan de alta como práctica humanizada en enfermería*

**Laura dos Santos Moreira<sup>1</sup>**

ORCID: 0009-0003-5962-896X

**Mariana Suíta Chamarelli<sup>1</sup>**

ORCID: 0009-0006-9889-3151

**Tania Catarina Sobral Soares<sup>1</sup>**

ORCID: 0000-0002-1726-3937

**Otto Guilherme Gerstenberger Junior<sup>2</sup>**

ORCID: 0000-0003-0995-206X

**Elson Santos de Oliveira<sup>1</sup>**

ORCID: 0000-0001-9377-0140

**Antonio da Silva Ribeiro<sup>3</sup>**

ORCID: 0000-0003-1888-1099

**Cristiano Bertolossi Marta<sup>1\*</sup>**

ORCID: 0000-0002-0635-7970

<sup>1</sup>Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, Brasil.

<sup>2</sup>Grupo de Pesquisa Observatório dos Direitos Fundamentais de Propriedade na

Contemporaneidade e a sua Interseção com a Moradia da Universidade Estácio de Sá. Rio de Janeiro, Brasil.

<sup>3</sup>Universidade Maurício de Massau. Rio de Janeiro, Brasil.

### Como citar este artigo:

Moreira LS, Chamarelli MS, Soares TCS, Gerstenberger Junior OG, Oliveira ES, Ribeiro AS, Marta CB. Elaboração de plano de alta como prática humanizada na enfermagem. Glob Acad Nurs. 2024;5(1):e421. <https://dx.doi.org/10.5935/2675-5602.20200421>

### \*Autor correspondente:

[cristianobertol2014@gmail.com](mailto:cristianobertol2014@gmail.com)

Submissão: 10-04-2024

Aprovação: 14-06-2024

### Resumo

Objetivou-se relatar a vivência no acompanhamento da alta do paciente, com foco na educação em saúde e orientação técnica de acordo com as necessidades individuais, de forma humanizada, utilizando formas visuais para melhor aderência ao autocuidado e prestação de cuidados com o paciente em casa pelos acompanhantes e familiares. Trata-se de um relato de experiência realizado em um hospital público no Município do Rio de Janeiro, onde foi identificada a dificuldade de um paciente idoso quanto às medicações e condutas pós-alta. Utilizou-se um plano de alta visual, com marcações gráficas e cores lúdicas para facilitar a compreensão. Os resultados indicaram que a utilização de formas visuais e uma abordagem humanizada facilitaram a adesão ao autocuidado, destacando a importância de um planejamento de alta que considere as necessidades individuais dos pacientes. Concluiu-se que a implementação de um plano de alta humanizado pode melhorar a qualidade do cuidado e promover uma transição mais segura do paciente do hospital para casa.

**Descritores:** Cuidados de Enfermagem; Alta do Paciente; Apoio Familiar; Educação em Saúde; Humanização da Assistência.

### Abstract

The aim was to report the experience of monitoring the patient's discharge, focusing on health education and technical guidance according to individual needs, in a humanized way, using visual forms to better adhere to self-care and providing care to the patient at home. by companions and family members. This is an experience report carried out in a public hospital in the city of Rio de Janeiro, where the difficulty of an elderly patient regarding medications and post-discharge management was identified. A visual discharge plan was used, with graphic markings and playful colors to facilitate understanding. The results indicated that the use of visual forms and a humanized approach facilitated adherence to self-care, highlighting the importance of discharge planning that considers the individual needs of patients. It was concluded that the implementation of a humanized discharge plan can improve the quality of care and promote a safer transition for patients from hospital to home.

**Descriptors:** Nursing Care; Patient Discharge; Family Support; Health Education; Humanization of Assistance.

### Resumen

El objetivo fue relatar la experiencia de acompañamiento del alta del paciente, enfocando la educación en salud y orientación técnica según las necesidades individuales, de forma humanizada, utilizando formas visuales para una mejor adherencia al autocuidado y brindando atención al paciente en su domicilio. compañeros y familiares. Se trata de un relato de experiencia realizado en un hospital público de la ciudad de Río de Janeiro, donde se identificó la dificultad de un paciente anciano en cuanto a la medicación y el manejo post alta. Se utilizó un plano de descarga visual, con marcas gráficas y colores lúdicos para facilitar la comprensión. Los resultados indicaron que el uso de formas visuales y un abordaje humanizado facilitaron la adherencia al autocuidado, destacando la importancia de una planificación del alta que considere las necesidades individuales de los pacientes. Se concluyó que la implementación de un plan de alta humanizado puede mejorar la calidad de la atención y promover una transición más segura de los pacientes del hospital al hogar.

**Descritores:** Atención de Enfermería; Alta del Paciente; Apoyo Familiar; Educación para la Salud; Humanización de la Asistencia.



## Introdução

A alta hospitalar é um momento crítico e determinante no processo de recuperação do paciente, representando a transição do cuidado intensivo do ambiente hospitalar para a responsabilidade compartilhada entre o paciente e seus cuidadores no domicílio. Esse processo exige uma avaliação abrangente das condições clínicas do paciente, bem como uma comunicação clara e eficaz com os familiares e cuidadores envolvidos no seu pós-tratamento. Estudos indicam que uma comunicação ineficaz e lacunas nas orientações pós-alta estão associadas a um aumento das taxas de readmissão e complicações pós-hospitalares<sup>1,2</sup>.

Para que a alta hospitalar seja segura e eficaz, é essencial que a equipe de enfermagem forneça informações compreensíveis e detalhadas sobre o motivo da alta, instruções pós-alta, medicamentos prescritos, dietas recomendadas e cuidados domiciliares necessários. Além disso, a orientação sobre a importância do autocuidado e a necessidade de seguimento com exames e consultas de acompanhamento são fundamentais para garantir a continuidade do cuidado<sup>2,3</sup>.

O conceito de humanização na saúde, particularmente na enfermagem, busca promover um cuidado centrado no paciente, respeitando suas necessidades individuais e proporcionando um ambiente de cuidado empático e acolhedor. A humanização do cuidado é especialmente relevante no momento da alta hospitalar, onde a personalização das orientações pode fazer uma diferença significativa na aderência ao tratamento e na recuperação do paciente. Um plano de alta bem estruturado e humanizado é um componente crucial do processo de enfermagem, facilitando a transição do paciente e promovendo seu bem-estar após a alta hospitalar<sup>3,4</sup>.

Durante uma visita hospitalar em um hospital do Município do Rio de Janeiro, observou-se a dificuldade de um paciente idoso em compreender as medicações e condutas pós-alta prescritas. Este caso particular evidenciou a necessidade de adaptar a comunicação e as orientações de forma a atender às limitações individuais do paciente. Para facilitar a compreensão, foram utilizadas marcações gráficas e cores lúdicas para a identificação correta dos horários e das medicações, além de uma explicação verbal detalhada sobre seu quadro clínico e as terapêuticas prescritas. Este método visual ajudou a melhorar a adesão ao tratamento, demonstrando a eficácia de abordagens personalizadas e humanizadas.

Além disso, a literatura aponta que a educação em saúde é um componente essencial na promoção do autocuidado e na prevenção de complicações pós-alta. A utilização de recursos educativos visuais tem se mostrado eficaz em melhorar a compreensão dos pacientes sobre suas condições e os cuidados necessários, especialmente entre populações com baixos níveis de alfabetização ou dificuldades de aprendizado<sup>2-4</sup>.

Dado o exposto, o presente estudo objetiva relatar a vivência no acompanhamento da alta do paciente, com foco na educação em saúde e na orientação técnica de acordo com as necessidades individuais. A abordagem humanizada foi potencializada através do uso de formas

visuais para melhorar a aderência ao autocuidado e facilitar a prestação de cuidados pelos acompanhantes e familiares. Este relato de experiência visa contribuir para a reflexão sobre práticas de alta hospitalar humanizadas e destacar a importância de estratégias educativas adaptadas às necessidades dos pacientes.

## Metodologia

Trata-se de um relato de experiência de natureza qualitativa e descritiva. O estudo foi realizado em um hospital público do Município do Rio de Janeiro durante uma visita hospitalar em dezembro de 2023. A população-alvo consistiu em pacientes que estavam em processo de alta hospitalar, sendo o foco principal um paciente de 78 anos internado no setor de Pneumologia.

A abordagem metodológica envolveu a observação direta e a interação com o paciente e seus familiares, além da colaboração com a equipe médica e a professora orientadora responsável pela visita técnica. A construção do plano de alta considerou as limitações sociais, emocionais e pessoais do paciente, utilizando recursos visuais como marcações gráficas e cores lúdicas para facilitar a compreensão das instruções pós-alta.

O referencial teórico para a discussão dos resultados baseou-se em conceitos de humanização na assistência de enfermagem, destacando a importância da comunicação efetiva e personalizada para promover a adesão ao tratamento e o autocuidado após a alta hospitalar.

## Relato da Experiência

Tendo em vista que, regularmente, é papel do enfermeiro, articulado à equipe interdisciplinar, assegurar um plano de alta eficaz que contemple as necessidades físicas, sociais e emocionais de um indivíduo, é notório encontrar algumas dificuldades para atingir esse objetivo<sup>5</sup>. A prática de elaboração do plano de alta envolve não apenas o conhecimento técnico sobre as condições clínicas do paciente, mas também a habilidade de comunicação e empatia para compreender suas limitações e necessidades específicas.

No momento da alta de um paciente de 78 anos, no setor de Pneumologia de um hospital público no Município do Rio de Janeiro, foram identificadas dificuldades significativas relacionadas à compreensão das medicações e condutas pós-alta. Este paciente, ao ser abordado sobre possíveis dúvidas, revelou que não sabia ler nem escrever, o que dificultava a interpretação das instruções médicas, que estavam abreviadas no pedido médico. Além disso, ele manifestou desconhecimento sobre o seu quadro clínico, evidenciando uma falha na comunicação ao longo de sua internação.

Reconhecendo a gravidade dessa situação, a equipe de enfermagem tomou a iniciativa de buscar esclarecimentos com a equipe médica sobre o uso correto das terapêuticas e suas respectivas doses. Este processo de clarificação envolveu uma revisão detalhada das prescrições médicas, com o intuito de transformar essa informação técnica em orientações mais acessíveis e compreensíveis



para o paciente. Alinhado com a professora orientadora responsável pela visita técnica, foi sugerida a elaboração de um plano de alta que considerasse não apenas as limitações de alfabetização do paciente, mas também suas necessidades sociais, emocionais e pessoais.

Foi estabelecido que, para delinear um plano de alta eficaz e concreto, era necessário ir além da simples explicação sobre os horários das medicações e cuidados pós-internação. O plano de alta deveria também incluir orientações sobre hábitos rotineiros, sinais e sintomas a serem monitorados em caso de necessidade, e, principalmente, a construção de uma relação mútua de confiança com o paciente. Este vínculo é essencial para mitigar a chance de reinternação, garantindo que o paciente se sinta seguro e confiante em seguir as orientações recebidas.

O plano elaborado foi meticulosamente dividido por cores e estruturado individualmente para o paciente. A didática visual utilizada permitiu que ele entendesse os períodos do dia por "blocos" de antes ou após as refeições. Cada medicação foi associada a uma cor específica e a horários claramente indicados, facilitando a memorização e a correta administração dos remédios. Além disso, foram incluídas ilustrações que mostravam, de maneira simples e direta, os procedimentos que ele deveria seguir, como a ingestão de medicamentos, a realização de exercícios respiratórios e a observação de sinais de alerta para possíveis complicações.

Em seguida, foi realizada uma explicação detalhada tanto para o paciente quanto para o acompanhante que estava presente. Esta sessão educativa envolveu uma justificativa clara do uso de cada medicação, destacando a importância de cada uma para a evolução positiva do quadro clínico do paciente. A equipe de enfermagem enfatizou a relevância do acompanhamento domiciliar, explicando como os familiares e cuidadores poderiam contribuir de maneira efetiva no planejamento e na execução dos cuidados diários.

Durante essa explicação, utilizou-se uma linguagem simples e direta, evitando termos técnicos que pudessem gerar confusão. O uso de analogias e exemplos práticos ajudou a tornar as orientações mais tangíveis e compreensíveis. Foi incentivada a participação ativa do acompanhante, promovendo um ambiente de colaboração e apoio mútuo. A equipe também se certificou de que tanto o paciente quanto o acompanhante compreendessem totalmente as instruções, oferecendo-se para esclarecer quaisquer dúvidas remanescentes e fornecendo contatos para suporte adicional, caso necessário.

Essa abordagem humanizada e personalizada não apenas facilitou a compreensão das instruções pós-alta, mas também promoveu a confiança do paciente na equipe de enfermagem, fortalecendo o vínculo terapêutico. Este caso exemplifica como a adoção de práticas de educação em saúde adaptadas às necessidades individuais dos pacientes pode contribuir significativamente para a eficácia do cuidado pós-alta e para a melhoria geral da qualidade de vida do paciente<sup>3,5</sup>.

## Discussão

Os achados desta experiência ressaltam a importância crítica da humanização no processo de alta hospitalar, especialmente para pacientes com limitações educacionais ou cognitivas. Observou-se que a utilização de recursos visuais, como marcações gráficas e cores lúdicas, facilitou significativamente a compreensão das orientações pós-alta, promovendo uma adesão mais efetiva ao tratamento e ao autocuidado. Este achado está alinhado com a literatura existente, que enfatiza que a educação em saúde, quando adaptada às necessidades específicas dos pacientes, pode melhorar substancialmente os resultados do tratamento<sup>4-6</sup>.

A humanização do cuidado de enfermagem, definida pela personalização das interações e pela consideração das necessidades individuais dos pacientes, mostrou-se essencial para o sucesso do plano de alta. Estudos anteriores indicam que a comunicação eficaz e a construção de um relacionamento de confiança entre o paciente e a equipe de saúde são fundamentais para garantir a continuidade do cuidado e reduzir as taxas de reinternação. A experiência relatada confirma que a abordagem empática e centrada no paciente, aliada a estratégias educativas visuais, pode superar barreiras significativas de compreensão e adesão<sup>3,5,6</sup>.

Além disso, a inclusão de familiares e cuidadores no processo de alta é vital. Ao envolver diretamente os cuidadores na educação sobre as medicações e cuidados necessários, cria-se uma rede de suporte que pode ajudar a garantir que as instruções sejam seguidas corretamente em casa. A literatura destaca que o apoio familiar é um componente crucial na recuperação do paciente, especialmente para aqueles com baixa alfabetização ou limitações cognitivas.

As implicações práticas para a enfermagem são claras. Primeiramente, é necessário que os profissionais de enfermagem sejam capacitados para identificar e abordar as necessidades individuais dos pacientes durante o processo de alta. Isso inclui o uso de ferramentas visuais e métodos de comunicação adaptados, bem como a habilidade de simplificar informações complexas sem perder a precisão técnica. A adoção de práticas humanizadas deve ser incorporada como um padrão de cuidado nos protocolos de alta hospitalar<sup>3,6</sup>.

Recomenda-se investir na formação contínua dos profissionais de enfermagem sobre técnicas de comunicação eficazes e estratégias de educação em saúde adaptadas às diversas necessidades dos pacientes. É fundamental criar e disponibilizar materiais educativos visuais, como cartilhas coloridas e infográficos, que possam ser utilizados durante a alta hospitalar para facilitar a compreensão dos pacientes. A inclusão sistemática de familiares e cuidadores no processo de educação pós-alta, garantindo que eles compreendam plenamente as instruções e estejam preparados para apoiar o paciente em casa, também é crucial. Além disso, deve-se implementar sistemas de monitoramento e avaliação para verificar a adesão dos pacientes às orientações pós-alta e identificar precocemente quaisquer dificuldades, oferecendo suporte adicional conforme necessário. Por fim,



é importante promover a realização de pesquisas contínuas para avaliar a eficácia das práticas humanizadas no processo de alta e buscar continuamente novas estratégias para melhorar a adesão ao tratamento<sup>5,6</sup>.

Enfatiza-se que a humanização do processo de alta, através de abordagens personalizadas e do uso de recursos visuais, não apenas facilita a compreensão das instruções pós-alta, mas também fortalece a confiança do paciente e dos familiares na equipe de saúde, promovendo uma transição mais segura e eficaz para o cuidado domiciliar. Este estudo reforça a necessidade de incorporar essas práticas como padrão no cuidado de enfermagem, visando sempre a melhoria contínua da qualidade da assistência prestada aos pacientes.

### Considerações Finais

A adaptação do plano de alta para facilitar a compreensão do paciente, utilizando ilustrações, cores e outras estratégias lúdicas, mostrou-se uma intervenção eficaz para garantir que os pacientes sigam corretamente as instruções pós-alta, incluindo medicações e autocuidado. A experiência relatada durante a visita hospitalar destacou a importância de personalizar o plano de alta como uma estratégia educativa essencial. A utilização de recursos visuais facilitou a identificação correta dos horários e medicações, proporcionando uma abordagem mais acessível que auxiliou o paciente a seguir corretamente os cuidados em casa, minimizando dúvidas e inseguranças sobre as condutas rotineiras.

Essa abordagem evidenciou que a implementação de um planejamento de alta humanizado e adaptado pelo

profissional de enfermagem pode aprimorar significativamente a qualidade da assistência. Ela promove uma atuação mais empática e centrada no paciente, essencial para um cuidado de enfermagem eficaz. No entanto, a aplicação dessa estratégia ainda enfrenta desafios para sua incorporação de forma padronizada em todos os serviços hospitalares, devido à variabilidade no comprometimento e treinamento dos enfermeiros.

As limitações deste estudo incluem a amostra limitada a um único hospital público, o que pode não representar a diversidade de contextos e práticas hospitalares em outras regiões. Além disso, a avaliação da eficácia das intervenções baseou-se em observações e relatos qualitativos, o que sugere a necessidade de estudos quantitativos mais abrangentes para validar os achados. Outra limitação foi a falta de um acompanhamento longitudinal para verificar a adesão ao plano de alta e os resultados a longo prazo na saúde dos pacientes.

Para uma estratégia efetiva, é crucial que os enfermeiros compreendam o plano de alta como uma oportunidade de liderança no processo de cuidado direto ao paciente, promovendo ativamente a saúde e a autonomia do indivíduo. Investir na capacitação contínua dos profissionais de enfermagem sobre técnicas de comunicação eficazes e a criação de materiais educativos visuais pode ampliar o impacto positivo dessas intervenções. Além disso, a inclusão sistemática de familiares e cuidadores no processo de educação pós-alta é fundamental para criar uma rede de apoio sólida, garantindo que as instruções sejam seguidas corretamente em casa.

### Referências

1. Rocha RG, Ambrosio SA, Assad LG, Tavares JMAB, Marta CB, Almeida LF, Silva RVR, Vilhegas TFS, Jesus PBR, Francisco MTR. Conhecimentos e ações estratégicas de enfermeiros para profilaxia de tromboembolismo venoso. *Glob Clin Res*. 2022;2(2):e27. <https://doi.org/10.5935/2763-8847.20220027>
2. Santos RS. Hora de ir para casa: orientação de medicamentos para o uso domiciliar na alta hospitalar do recém-nascido. 2024. 40 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Residência em Enfermagem Neonatal) - Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2024.
3. Sousa WCM, Silva CAO, Terra FS, Carvalho MAP, Leite RCN, Robazzi MLCC. Alta responsável para pessoas idosas hospitalizadas com COVID-19: um estudo teórico reflexivo. *Adv. Nurs. Health*. 2023;5:16-32. <https://doi.org/10.5433/anh.2023v5.id45310>
4. Moraes CLK, Lopes VH, Silveira MD, Argenta MI, Aued GK. Assistência de enfermagem em unidades de internação. *Glob Acad Nurs*. 2022;3(1):e216. <https://dx.doi.org/10.5935/2675-5602.20200216>
5. Carvalho EMP, Pereira FNS, Brito CLM, Muniz GC, Batista CCP. The routine nurse's role in the hospital context: the team's perception. *NTQR*. 2023;18:e830. <https://doi.org/10.36367/ntqr.18.2023.e830>
6. Vicente JCS. Desafios do pós-alta numa unidade de média duração e reabilitação na perspectiva do cuidador/familiar: a importância de políticas públicas sociais e de Saúde. 2022. 121 f. Dissertação (Mestrado em Cuidados Continuados e Paliativos) – Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal, 2022.