

ENFERMAGEM INCLUSIVA: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS PARA CUIDAR DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS OCULTAS E FOBIAS EXTREMAS

Elcio Lucas da Silva Santos¹, Natalie Oliveira Delfino de Araújo², Gustavo Xavier Men³, Samara Maria Ferreira dos Santos⁴, Martinha Araújo de Matos⁵, Luiz Faustino dos Santos Maia⁶

¹Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: elciolucas11@gmail.com; ²Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: nataliearaujo777@gmail.com; ³Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: gustavoavieren@gmail.com; ⁴Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. Integrante do Grupo de Pesquisa JoaMar Maia do Instituto Enfservic. E-mail: samara24004@gmail.com; ⁵Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. Integrante do Grupo de Pesquisa JoaMar Maia do Instituto Enfservic. E-mail: martinha.araujo2012@hotmail.com; ⁶Enfermeiro. Jornalista. Escritor. Editor Científico. Mestre em Terapia Intensiva e Ciências da Saúde. Docente e Coordenador do Curso de Enfermagem. Coordenador do Grupo de Pesquisa JoaMar Maia do Instituto Enfservic. Membro da Associação Brasileira de Pesquisadores Negros (ABPN). E-mail: dr.luizmaia@yahoo.com.br

Introdução: A enfermagem desempenha um papel fundamental na inclusão de pessoas com deficiências ocultas e fobias extremas, promovendo o bem-estar biopsicossocial e a autonomia, visando a melhoria da qualidade de vida e a integração social. A enfermagem inclusiva busca atender às necessidades de pessoas com deficiências (físicas, sensoriais, intelectuais ou ocultas), indo além da presença física para garantir acesso, eliminar barreiras e promover autonomia e participação social. A área tem avançado com modelos biopsicossociais, diretrizes de organizações como OMS e Ministério da Saúde, e a inclusão do tema na formação profissional. **Objetivo:** O objetivo deste artigo é apontar os desafios e estratégias da enfermagem no cuidado a pessoas com deficiências ocultas e fobias extremas. **Material e Método:** Trata-se de uma revisão da literatura, a busca se deu nas bases de dados SCIELO e LATINDEX por artigos disponíveis na íntegra em língua portuguesa, publicados entre 2020 e 2025, totalizando 5 artigos. **Resultados e Discussão:** A OMS estima que 10% da população global possui transtornos mentais, com depressão e ansiedade representando 60% desses casos e com tendência de aumento. Sendo assim, a enfermagem inclusiva utiliza diversas metodologias para um cuidado humanizado e eficaz a pessoas com deficiência. Isso inclui tecnologias assistivas para autonomia, comunicação acessível (linguagem clara, libras), adaptação do ambiente físico para acessibilidade, planos de cuidado individualizados e trabalho em equipe multidisciplinar. Uma técnica específica é o Relaxamento Progressivo de Jacobson (RPJ), adaptado para reduzir ansiedade, dores crônicas, estresse e melhorar o controle psicossomático em indivíduos com deficiências ocultas como TEA, TDAH e fobias. A aplicação do RPJ na enfermagem inclusiva requer avaliação individualizada, adaptação da linguagem e exercícios, ambiente adequado, ritmo e duração ajustados, envolvimento familiar e progressão gradual, com foco na consciência corporal e podendo ser combinado com outras técnicas de relaxamento. Sua utilização promove um cuidado mais humanizado e centrado na pessoa, melhorando o bem-estar e a qualidade de vida. **Considerações Finais:** A enfermagem inclusiva demanda profissionais proativos em aprimoramento contínuo para atender às necessidades específicas de indivíduos com deficiências, promovendo ambientes acolhedores e acessíveis. Em pessoas com deficiências ocultas (TDAH, TEA, dislexia, fobias extremas), os transtornos mentais podem se manifestar de formas específicas, agravando suas dificuldades. **Contribuições para a Saúde:** A enfermagem é crucial na identificação precoce e em intervenções personalizadas (escuta ativa, comunicação terapêutica, avaliação abrangente, planos de cuidado, intervenções psicossociais, trabalho em equipe e encaminhamento). O cordão de girassol, símbolo brasileiro para deficiências ocultas, promove conscientização, facilita identificação e acesso a direitos, e incentiva a autonomia, devendo ser reconhecido e considerado pelos enfermeiros para um cuidado humanizado e ético, visando o bem-estar e a participação social plena.

Descritores: Saúde Mental, Enfermagem Inclusiva, Fobias Extremas, Síndromes Ocultas.