

ELMAR ALVES DE OLIVEIRA

PODCAST: SONHOS, O CHAMADO DO INCONSCIENTE

Produto do Projeto de Pesquisa do Mestrado Profissional
em Psicologia da Saúde.

Linha de Pesquisa: Processos Clínicos e os Ciclos da Vida

Orientadora: Prof. Dra. Waleska de Carvalho Marroquim
Medeiros

Coorientadores: Prof. Dra. Camila Martins Vieira e Prof.

Me. César Filipe da Silva Oliveira

Recife

2025

Ficha Catalográfica

Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde

O48p Oliveira, Elmar Alves de.

Podcast: sonhos, o chamado do inconsciente / Elmar Alves de Oliveira; orientadora Waleska de Carvalho Marroquim Medeiros; Coorientadores Camila Martins Vieira, César Filipe da Silva Oliveira. – Recife: Do Autor, 2025.

11 f.

ISBN: 978-65-6034-153-1

1. Sonhos. 2. Simbolismo. 3. Teoria Junguiana. I. Título.

CDU 159.9

1 APRESENTAÇÃO

A Organização Mundial da Saúde¹ define cuidado paliativo como uma abordagem que busca humanizar a atenção oferecida e promover a qualidade de vida de pacientes e seus familiares, que enfrentam doenças que ameacem a continuidade da vida, por meio da prevenção e do alívio do sofrimento físico e emocional.

Ohinata² esclarece que essa modalidade de cuidado pode ser fornecida a qualquer momento do curso evolutivo do processo de adoecimento e pode ocorrer de forma concomitante às terapias modificadoras da doença, lutando contra a ideia de que se está limitada às pessoas na terminalidade da vida ou em momento em que nada mais se tem a fazer pelo paciente.

Por se tratar de uma modalidade de cuidado integral³, o atendimento é calcado no respeito aos direitos do paciente, seu espaço e suas concepções. Tendo em vista que o tratamento engloba a dor, os sintomas físicos, sociais, psicológicos e espirituais o foco está na qualidade e não na quantidade de vida que o sujeito tem pela frente. Desse modo, o inclinar-se ao que sofre, independentemente do tempo de vida que se tem à frente, nos remete à reflexão do viver plenamente até o fim, valorizando o tempo e a qualidade do vivido.

Destaca-se que, muitas vezes, a busca e vivência do sagrado costuma surgir com maior intensidade na tentativa de auxiliar, pacientes e familiares na manutenção da saúde e no enfrentamento das condições adversas, especialmente em momentos de intensa dor.

A experiência do adoecimento, o contato com a finitude e a fragilização no contexto de palição, podem impelir a pessoa à busca de significado e sentido e facilitar a emergência do símbolo, dada a necessidade do ego de ter acesso às mensagens contidas na dinâmica simbólica da psique.

Para Jung⁴, o símbolo constitui a chave possível para o conhecimento, pois as coisas que não conhecemos se expressam através dele, sendo um canal que liga a consciência, coordenada pelo ego, ao inconsciente, trazendo em si dimensão dos fenômenos psíquicos, podendo ser compreendido quando elaborado.

Os sonhos permitem a conexão com os símbolos, que não se expressam na linguagem verbal ou lógica da vida consciente, mas encontra sua voz na linguagem do simbolismo. A capacidade da psique de formar símbolos, segundo Jacobi⁵ une os pares de opostos numa síntese e cria uma comunicação entre consciente e inconsciente.

Conforme Kast⁶ o sonho não atua de forma racional, mostrando o aspecto subliminar na forma de uma imagem simbólica, evidenciando a ação dos arquétipos – que são estruturas

básicas da psique. Eles são a voz da natureza dentro de nós e sua compreensão permite acesso à investigação dos aspectos inconscientes.

O acometimento de uma doença ameaçadora à continuidade da vida subverte a ordem existencial. Muitas vezes, podendo possibilitar novas compreensões sobre o viver e morrer ao descortinar uma visão mais profunda do fenômeno da vida. Percebe-se que, na condição de adoecimento e também de terminalidade, a busca por sentidos existenciais costuma, muitas vezes, se manifestar. Assim, a experiência de contato com os conteúdos simbólicos dos sonhos, tende a se evidenciar como um interessante caminho de busca de novos sentidos existenciais, muitas vezes funcionando como bálsamo e alicerce à vida humana.

A produção deste podcast tem como objetivo discutir o papel dos sonhos e do inconsciente no enfrentamento de doenças graves e na busca de sentido em momentos de intensa fragilidade. Os cuidados paliativos, nesse contexto, não se limitam ao alívio do sofrimento físico, mas também oferecem suporte emocional e espiritual aos pacientes. Os sonhos, ao emergirem nesse cenário, podem funcionar como canais de acesso ao inconsciente, abrindo um espaço simbólico para a elaboração do sofrimento, a compreensão da condição existencial e a construção de novos sentidos.

Ao buscar explorar simbolicamente os conteúdos oníricos e somáticos que emergem dos pacientes, o podcast objetiva dar voz às suas experiências internas, auxiliando a olhar para esses processos psíquicos profundos e favorecendo o enfrentamento da doença. Abordar essa temática em formato de podcast amplia o acesso do público ao conhecimento sobre o papel dos símbolos e dos sonhos, com potencial de promover uma visão mais humanizada, sensível e integrativa da experiência de adoecimento e finitude.

2 JUSTIFICATIVA

A produção do podcast fundamenta-se na necessidade de difundir e aprofundar conhecimentos que contribuam para a ampliação da compreensão sobre o processo de adoecimento e os cuidados paliativos, a partir da escuta dos sonhos como expressão simbólica do inconsciente. Trata-se de um canal de comunicação voltado à partilha de experiências e saberes construídos a partir das entrevistas com a população atendida, assegurando que as reflexões apresentadas estejam enraizadas tanto na vivência concreta dos participantes quanto nos fundamentos da Psicologia Analítica e no contexto da palição.

A motivação para o podcast também se justifica pelo interesse da equipe em contribuir para a construção de conhecimento voltado à comunidade científica e ao público em geral, ao abordar o sofrimento relacionado a doenças crônicas graves e a busca por sentido que se

manifesta no contexto dos cuidados paliativos. Essa proposta se alinha ao crescente reconhecimento da importância de abordagens que integrem as dimensões física, emocional, social e espiritual da experiência humana.

O podcast tem o potencial de abordar o papel dos sonhos como manifestações simbólicas que promovem alívio psíquico e favorecem o autoconhecimento. Ao compreender os sonhos como “pontes” que conectam o indivíduo às camadas mais profundas do inconsciente, a proposta apresenta uma abordagem inovadora, que contribui para enriquecer o cuidado integral no campo da saúde, especialmente no contexto dos cuidados paliativos.

A relevância de produzir um podcast sobre esse tema reside, ainda, na possibilidade de democratizar o acesso ao conhecimento sobre as dimensões simbólicas vivenciadas por pacientes em cuidados paliativos — um campo ainda pouco explorado. A iniciativa busca sensibilizar profissionais de saúde e ouvintes em geral para os aspectos psíquicos que emergem no enfrentamento de doenças ameaçadoras da vida, contribuindo para um cuidado mais humano, sensível e atento às singularidades de cada trajetória.

3 OBJETIVO

Proporcionar um espaço de reflexão e compreensão sobre os sonhos de pacientes em cuidados paliativos, analisando-os simbolicamente sob a perspectiva da Psicologia Analítica.

4 PÚBLICO-ALVO

Além da população em geral, o podcast destina-se especialmente aos profissionais de saúde que atuam com pacientes em cuidados paliativos.

5 DURAÇÃO DO PODCAST

O podcast tem duração de 15 minutos, de forma a proporcionar um conteúdo denso e significativo, mantendo-se prático e acessível ao ouvinte. Considerando que o público-alvo inclui profissionais de saúde que muitas vezes possuem uma rotina intensa, o formato de curta duração permite que os episódios sejam encaixados em intervalos do dia a dia. Esse formato conciso facilita o acesso à informação relevante e aos temas simbólicos explorados sem sobrecarregar o ouvinte, permitindo que eles se envolvam profundamente com o conteúdo em um tempo compacto e produtivo. A duração enxuta é ideal para promover uma experiência de escuta prática e rica em significado, cumprindo o objetivo de difundir conhecimentos complexos de forma acessível e significativa.

6 ROTEIRO DO PODCAST

Abertura - trilha sonora suave e introspectiva

- Host: "Bem-vindos ao podcast "Sonhos, o chamado do inconsciente". Neste espaço, vamos explorar os símbolos e significados ocultos que emergem dos sonhos e de pessoas em cuidados paliativos, a partir da perspectiva da Psicologia Analítica. Hoje vamos mergulhar nas experiências e reflexões mais profundas do inconsciente humano.

Introdução ao tema

- Host: "Você sabia que os sonhos podem servir como uma ponte para entendermos melhor nossas emoções e até nossa saúde? No contexto dos cuidados paliativos, os sonhos ganham um papel importante ao expressarem aquilo que muitas vezes as palavras não conseguem dizer. Hoje, vamos conversar com o Elmar Oliveira, que fez uma pesquisa de mestrado sobre o poder dos sonhos e como eles podem ajudar na busca de sentido e paz para quem enfrenta uma doença ameaçadora à vida."

OBS: efeito sonoro de transição suave

Segmento 1: O Significado dos sonhos em Cuidados Paliativos

- Host: Elmar, fale um pouco sobre a sua pesquisa

- Elmar: Nos cuidados paliativos, o foco está em oferecer suporte integral aos pacientes, e isso inclui a dimensão emocional e espiritual. Quando uma pessoa adoece gravemente, a psique parece intensificar seu chamado, através dos sonhos, para um mergulho no inconsciente. De acordo com a Psicologia Analítica de Carl Jung, os sonhos revelam símbolos que conectam nossa consciência com aspectos profundos da psique, facilitando a expressão de sentimentos que podem não ser acessíveis pela linguagem racional. A pesquisa foi realizada ao longo deste ano em um hospital da cidade do Recife, com pacientes em cuidados paliativos, acima de 18 anos e com cognição preservada.

- Host: Elmar, quantos pacientes foram entrevistados e como se deu o processo de entrevista com eles.

- Elmar: As entrevistas foram verdadeiros e ricos encontros. Foram feitas com 8 pacientes em cuidados paliativos com base em questionário sócio demográfico e entrevista semi-estruturada. Destaco que 7 dos 8 pacientes apresentam câncer.

- Host: Elmar, qual a importância de olharmos para os sonhos?

- Elmar: Os sonhos de muitos pacientes refletem imagens que remetem a uma busca por significado, um retorno ao passado ou até mesmo uma reconciliação com situações e figuras

importantes de suas vidas. Esse processo de autoconhecimento e reflexão pode proporcionar um alívio emocional, funcionando como um 'bálsamo' para quem vive o momento presente em busca de compreensão e paz."

- Host: qual o motivo da tua escolha em entrevistar pacientes em cuidados paliativos

- Elmar: Escolhi entrevistar pacientes em cuidados paliativos porque esse contexto oferece uma oportunidade única para explorar a psique humana em momentos de crise, quando os símbolos e os sonhos podem se tornar mais intensos e reveladores. A etimologia da palavra pallium, que significa 'manto', remete à ideia de proteção e alívio do sofrimento, especialmente de pessoas com doenças que ameaçam a continuidade da vida. A Organização Mundial da Saúde define cuidados paliativos como uma abordagem que busca humanizar a atenção, promovendo a qualidade de vida de pacientes e seus familiares, e atendendo aos aspectos físicos, psicológicos, sociais e espirituais. O foco do cuidado paliativo está na qualidade e não na quantidade de vida que o sujeito tem pela frente. A psicologia analítica, nesse contexto, auxilia na compreensão da dinâmica psíquica dos pacientes, permitindo uma análise simbólica dos fenômenos que emergem nesse período de vida. Como nos lembra Cora Coralina: '[...] não podemos acrescentar dias a nossa vida, mas podemos acrescentar vida aos nossos dias.' Esse olhar simbólico sobre a experiência humana no fim da vida é o que me motivou a entrevistar pacientes em cuidados paliativos.

- Host: quer dizer que os cuidados paliativos tem o pressuposto de uma nova forma de cuidar? Como se dá o encontro dos cuidados paliativos com a Psicologia?

- Elmar: Isso. Os cuidados paliativos propõe o acolhimento com visão mais ampla do ser. Quando falamos na Psicologia Analítica, há destaque para a importância do cuidado também dos aspectos inconscientes. Este diálogo com o inconsciente se dá através do símbolo, que se constitui em uma chave possível para o conhecimento, pois é um fenômeno psíquico apreensível, formado de modo natural e espontâneo pelo inconsciente, sendo uma ponte que liga à consciência. Esses símbolos são vistos como expressões do inconsciente que podem ajudar o paciente a enfrentar seus sentimentos em relação à finitude, fornecendo um novo significado para a experiência de viver e morrer.

Segmento 2: Achados da pesquisa

- Host: quais foram os principais achados ou temas que encontrados na pesquisa?

- Elmar: Sua pergunta é muito importante, pois após as entrevistas, ouviu-se muitas vezes os áudios das gravações, que também foram transcritas. Deste trabalho detalhado e atento

emergiram duas categorias: “Convocação do inconsciente à transformação” e “Apoio através das imagens de afetos familiares”

- Host: quer dizer que o inconsciente faz “convocações”?

- Elmar: Eu costumo diferenciar "convite" de "convocação". O convite é mais sutil — ele sugere, abre uma possibilidade para que o indivíduo explore seu mundo interno, sem impor uma mudança imediata. Já a convocação é algo mais urgente, muitas vezes provocada por uma crise, como o diagnóstico de uma doença grave. Nesse caso, a doença pode agir como um agente de transformação, convocando a pessoa a uma introspecção profunda. Em cuidados paliativos, essa convocação exige um olhar para dentro, e com isso, surgem posturas de enfrentamento da finitude, do medo, do sofrimento — e também a chance de refletir sobre o sentido da vida e da dor.

- Host: pode esclarecer um pouco mais sobre o eixo “Apoio através das imagens de afetos familiares”?

- Elmar: No eixo 'Apoio através das imagens de afetos familiares', busco explorar como o inconsciente, além de convocar para a transformação, também pode oferecer suporte por meio das imagens simbólicas dos vínculos afetivos, como os familiares. Essas imagens, carregadas de significado emocional, podem evocar sentimentos de amor, pertencimento e proteção, podendo levar à uma sensação de segurança psíquica. Em termos junguianos, essas imagens podem contribuir para a busca de equilíbrio psíquico, impulsionando a psique a se reorganizar e se harmonizar, especialmente em momentos de grande vulnerabilidade. Assim, ao emergirem no campo onírico ou em outras manifestações simbólicas, elas podem atuar como recursos de apoio, ajudando o paciente a lidar com o sofrimento e a encontrar estabilidade emocional.

Segmento 3: Considerações finais

- Host: que considerações finais e conclusões a pesquisa chegou?

- Elmar: a pesquisa revelou a complexidade e a profundidade da experiência de pacientes que enfrentam doenças ameaçadoras da vida, destacando o papel crucial da linguagem simbólica presente nos sonhos. Ao entrar em contato com aspectos inconscientes, muitas vezes não reconhecidos pela consciência, o sonhador tem a oportunidade de elaborar uma síntese que pode favorecer a integração de elementos psíquicos que estavam em tensão. Isso sugere que os sonhos, além de refletirem o sofrimento, também podem apontar para possibilidades de resignificação e compreensão, mesmo em momentos de grande vulnerabilidade.

Por fim, gostaria de expressar minha profunda gratidão aos entrevistados, cuja generosidade, confiança e abertura foram essenciais para o desenvolvimento deste trabalho. Ao

compartilharem suas histórias e vivências, esses encontros se tornaram momentos profundamente comoventes e marcantes, que tiveram um impacto significativo em minha própria jornada. Espero que este trabalho possa, de alguma forma, contribuir para a sensibilização de outras pessoas. Mais do que uma pesquisa acadêmica, este esforço é uma tentativa de auxiliar aqueles que enfrentam desafios semelhantes, iluminando, através da experiência simbólica, caminhos de ressignificação e enfrentamento.

OBS: efeito sonoro mais contundente.

7 RESULTADOS ESPERADOS

Este podcast será disponibilizado em diversas plataformas de streaming, tendo potencial para divulgar o tema, pois permite explorar aspectos pouco discutidos, mas essenciais, sobre o significado dos sonhos como manifestações do inconsciente.

Pode contribuir para desmistificar os sonhos como elementos puramente biológicos ou aleatórios, apresentando-os como mensagens simbólicas do inconsciente. Essa abordagem pode despertar interesse tanto o público geral quanto profissionais de saúde, tendo potencial de promover uma compreensão mais ampla e humanizada do que é experienciado por pessoas em cuidados paliativos.

Ao lançar luz sobre o tema dos cuidados paliativos sob uma perspectiva simbólica, o podcast pode estimular discussões sobre como lidar com questões existenciais, o sofrimento e a busca de significado na vida. Isso representa uma possibilidade de expandir a percepção de que a espiritualidade, os sonhos e os aspectos psicológicos são tão importantes quanto os cuidados físicos nesse contexto.

O conteúdo do podcast pode inspirar os ouvintes a refletirem sobre seus próprios sonhos, levando-os a buscar uma conexão mais profunda com o inconsciente. Essa prática, incentivada pela Psicologia Analítica, pode resultar em um público mais atento à sua jornada de autoconhecimento.

Pesquisadores, terapeutas e estudantes de Psicologia podem se beneficiar de uma abordagem prática e acessível para compreender os conceitos da Psicologia Analítica. Por meio de relatos, explicações e reflexões, o podcast pode criar um espaço acolhedor para pacientes e familiares que vivenciam situações de doenças que ameaçam a vida.

Ao abordar questões frequentemente negligenciadas, como a dimensão simbólica dos sonhos, o programa tem potencial para oferecer consolo e inspiração. Ao transformar temas da pesquisa acadêmica em um formato dinâmico e acessível, o podcast pode inovar na forma de divulgar o conhecimento científico, tornando-o mais próximo e significativo para diferentes públicos.

8 CONCLUSÃO

Este trabalho enfatiza a relevância da iniciativa como meio de promover uma compreensão mais profunda dos aspectos simbólicos da vida humana, especialmente em contextos de vulnerabilidade e transcendência, como os cuidados paliativos.

O podcast desempenha um papel significativo ao traduzir conceitos da Psicologia Analítica para um formato acessível e compreensível. Essa democratização do conhecimento permite que mais pessoas se conectem com a ideia de que os sonhos constituem uma linguagem do inconsciente, rica em simbolismo e com potencial de autodescoberta — mesmo em contextos de sofrimento e finitude.

Ao explorar os sonhos como manifestações simbólicas, o podcast destaca a importância de olhar para o ser humano para além do físico, considerando as dimensões emocional, espiritual e existencial. Essa abordagem mostra-se especialmente relevante em um mundo onde as práticas de saúde ainda priorizam o tratamento técnico em detrimento das necessidades psicológicas e espirituais.

No contexto da pesquisa que inspira o podcast, o projeto pode contribuir para humanizar a compreensão e a prática dos cuidados paliativos. Ao enfatizar a simbologia dos sonhos, o programa tem potencial de oferecer uma nova perspectiva para profissionais de saúde, pacientes e familiares, ampliando o olhar sobre o que significa cuidar e ser cuidado.

O podcast não apenas divulga, como também busca legitimar a relevância de abordagens qualitativas em estudos sobre saúde e psicologia. Pretende mostrar como o simbolismo e a subjetividade são centrais para compreender em profundidade as experiências humanas, validando a escolha metodológica da pesquisa que o inspira.

Posiciona-se, assim, como uma plataforma indispensável para fomentar o autoconhecimento, a reflexão e a humanização. Sua importância reside no potencial de unir ciência e prática clínica em um diálogo acessível e enriquecedor. Por meio dele, os sonhos podem ser mais do que simples narrativas noturnas — revelam-se como chaves de acesso à alma humana, oferecendo conforto, compreensão e sentido, especialmente nos momentos em que mais precisamos.

9 REFERÊNCIAS

- Franco, M.L. O luto no século XXI. São Paulo: Summus editorial, 2021
- Jacobi J. Complexo, arquétipo e símbolo na psicologia de C. G. Jung. São Paulo: Cultrix, 1986
- Jung CG. A energia psíquica. Rio de Janeiro: Ed. Vozes, 2020
- Jung CG. Ab-reação, análise dos sonhos, transferência. Petrópolis: Ed. Vozes, 1990
- Jung CG. O eu e o inconsciente. Petrópolis: Ed. Vozes, 2011a
- Jung CG. Psicologia do Inconsciente. Petrópolis. Ed. Vozes, 2011.
- Jung CG. Psicologia e religião, Psicologia da religião ocidental e oriental. Rio de Janeiro: Ed. Vozes, 1980
- Jung CG. Tipos psicológicos. Rio de Janeiro: Ed. Vozes, 1991
- Jung, CG. Espiritualidade e transcendência. Petrópolis: Vozes, 2015.
- Jung. CG. Psicologia e alquimia. Petrópolis, RJ: Ed. Vozes, 2012.
- Jung. CG. Símbolos da transformação . Petrópolis, RJ: Ed. Vozes, 1989.
- Kast Verena. Jung e a Psicologia profunda. São Paulo: Editora Cultrix Ltda. 2019
- Medeiros W. A clínica psicológica e a experiência da espiritualidade de pacientes em cuidados paliativos [Dissertação de mestrado]. Recife: Universidade Católica de Pernambuco, 2012
- Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 8. ed. São Paulo: Hucitec, 2004.
- Ohinata H.; Aoyama M., & Miyashita, M. (2022). Complexity in the context of palliative care: a systematic review. *Annals of Palliative Medicine*, 11(10), 3231–3246. <https://doi.org/10.21037/apm-22-623>
- Penna, Eloisa M. D.. O paradigma junguiano no contexto da metodologia qualitativa de pesquisa. *Psicologia USP* [online]. 2005, v. 16, n. 3 [Acessado 28 Novembro 2024], pp. 71-94. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-65642005000200005>>
- Von Franz M. L. Sonhos e morte. São Paulo: Cultrix, 1995.
- World Health Organization WHO Definition of Palliative Care [Internet]. Genebra: World Health Organization; 2020 [acesso em 29 Outubro 2023]. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care>