



C A P Í T U L O 1

FUNDAMENTOS DO PENSAMENTO CRÍTICO EM ENFERMAGEM

Emillia Conceição Gonçalves dos Santos

¹ Utilizo *Enfermagem* com inicial maiúscula ao longo do texto por reconhecê-la como designação da profissão, entendimento alinhado ao discutido por Sanna em editorial da *Revista Paulista de Enfermagem* (Sana, 1995).

INTRODUÇÃO

Alfaro-Lefevre (2024) afirma que o pensamento crítico (PC) pode ser compreendido como um “pensamento altamente desenvolvido”. Trata-se de uma competência essencial para a execução adequada do Processo de Enfermagem (PE). Ler este texto com propósito, portanto, constitui uma estratégia fundamental para ativar processos mentais que possibilitam compreender, relacionar e aplicar o conteúdo apresentado.

O pensamento crítico é a chave para a resolução de problemas; desta forma, enfermeiras que não o exercitam acabam, muitas vezes, tornando-se parte do problema e não de sua solução. Isso ocorre porque a prática profissional exige tomada de decisões contínuas, adaptação a diferentes cenários assistenciais e atualização permanente de conhecimentos e habilidades — demandas que só podem ser atendidas por meio do PC.

O PC é uma atividade essencialmente ativa. Como destaca Lunney (2008), não é possível exercê-lo de maneira passiva, apenas lendo ou ouvindo palavras. Ele requer interpretar informações, compreender seu significado, avaliar a utilidade de determinados conhecimentos e reconhecer as implicações de cada tema estudado.

Assim, o pensamento crítico é, e continuará sendo, uma competência necessária em qualquer disciplina e em todas as situações que envolvam análise, julgamento e tomada de decisão.

ESTILOS DE PENSAMENTO

Alfaro-Lefevre (2019) enfatiza que, além da necessidade de envolver-se ativamente com o objeto de leitura — avaliando como as informações se aplicam à própria prática e à vida cotidiana —, é fundamental desenvolver consciência sobre como pensamos. Cada indivíduo possui um estilo de pensamento predominante, o qual orienta sua forma habitual de compreender fenômenos, analisar situações e tomar decisões.

O pensamento, assim como qualquer habilidade, requer treinamento contínuo. O cérebro funciona de maneira semelhante a um músculo: quanto mais exercitado, mais rápido, preciso e eficiente se torna.

A seguir, apresentam-se alguns estilos de pensamento descritos pela autora:

a) Extrovertido: processa ideias em voz alta e tende a pensar melhor quando está acompanhado, obtendo energia da interação social.

b) Sensato: percebe o mundo de forma cuidadosa e concreta, com foco em fatos, detalhes e observações diretas.

c) Pensador: utiliza dados objetivos como base para suas análises e busca decisões fundamentadas na lógica.

d) Julgador: prefere ordem, planejamento e estrutura; sente-se mais confortável quando o ambiente e as etapas do processo estão organizados.

e) Introverso: processa informações internamente, necessitando de quietude para refletir e extrair energia.

f) Intuitivo: compreende o mundo como um todo, buscando padrões, significados e possibilidades futuras.

g) Sentimental: fundamenta decisões em aspectos subjetivos, considerando valores, pessoas e dimensões emocionais.

h) Perceptivo: mantém-se aberto, flexível e espontâneo; adapta-se facilmente ao que surge, preferindo não se limitar a planos rígidos.

PENSAMENTO E PENSAMENTO CRÍTICO

O pensamento ocorre de maneira contínua, com ideias e imagens que atravessam a mente a todo instante. Contudo, na maior parte do tempo, tais pensamentos apresentam-se de forma dispersa, sem propósito definido e com caráter predominantemente passivo. Para que o pensamento assuma um caráter

produtivo, faz-se necessário um esforço ativo direcionado à resolução das questões que se apresentam.

Pensamentos negativos ou desorganizados não conduzem ao resultado desejado. É preciso desenvolver um pensamento intencional, calculado e focado. Mesmo diante de múltiplas demandas, torna-se fundamental assumir o controle, organizar-se e definir etapas que permitam utilizar ao máximo a capacidade cognitiva. Esse movimento deliberado de orientar o próprio raciocínio é, justamente, o ponto de partida para pensar criticamente (Alfaro-Lefevre, 2019).

CONCEITOS

O pensamento crítico pode ser compreendido como um tipo de raciocínio. Trata-se de uma atividade altamente individualizada e complexa, que envolve a articulação de ideias, emoções, percepções e interpretações. Uma definição amplamente utilizada descreve o pensamento crítico como um **“pensamento com propósito e dirigido a um objetivo”** (Alfaro-Lefevre, 2019, grifo nosso). Outra formulação, também proposta pela autora, caracteriza-o como **“uma investigação cujo propósito é explorar uma situação, fenômeno, questão ou problema, a fim de chegar a uma hipótese ou conclusão que integre todas as informações disponíveis e que possa ser justificada”** (Alfaro-Lefevre, 2019, grifo nosso).

No âmbito da Enfermagem, Alfaro-Lefevre (2024) oferece uma definição ainda mais específica:

Pensamento crítico é propositalmente o alvo direto do pensamento que aponta para realizar julgamentos baseados em evidências (fatos), ao contrário da suposição (trabalhar por conjecturas). Fundamentado no método científico, com atitude questionadora e abordagem organizada para a descoberta, o pensamento crítico requer desenvolvimento estratégico que maximize o potencial humano.

Dessa forma, o pensamento crítico em Enfermagem:

- Orienta-se por um alvo específico — aquilo que se pretende compreender, decidir ou solucionar;
- Conduz a julgamentos baseados em fatos — e não em suposições ou impressões;
- Apoia-se nos princípios da ciência — observando e classificando dados, conduzindo experimentações, elaborando conclusões lógicas e testando hipóteses.

CARACTERÍSTICAS E ATITUDES DE PENSADORES CRÍTICOS

Segundo Alfaro-Lefevre (2024), pensadores críticos apresentam um conjunto de atitudes e comportamentos que favorecem análises mais precisas, decisões fundamentadas e práticas profissionais mais seguras. Entre essas características, destacam-se:

- Ação reflexiva: são pensadores ativos, com postura questionadora, crítica e respeitosa.
- Consciência de limites: reconhecem seus preceitos, limitações e lacunas de conhecimento, demonstrando humildade intelectual.
- Imparcialidade: compreendem que valores e crenças pessoais podem influenciar a interpretação de eventos, razão pela qual consideram múltiplos pontos de vista.
- Comunicação eficaz: possuem habilidade para expressar ideias de forma clara e objetiva.
- Empatia: demonstram capacidade de compreender o outro colocando-se em sua perspectiva.
- Abertura mental: analisam alternativas e suspendem julgamentos até que evidências adequadas sejam reunidas.
- Independência de pensamento: formulam suas próprias conclusões, evitando influências externas aceitas de modo acrítico.
- Curiosidade e perspicácia: buscam aprofundamento, investigam e percebem nuances.
- Organização e sistematicidade: estruturam seus processos de análise e tomada de decisão.
- Flexibilidade cognitiva: consideram diferentes caminhos e imaginam possibilidades variadas.
- Realismo: reconhecem que a melhor resposta nem sempre é perfeita, mas a mais adequada ao contexto.
- Cooperação: trabalham de forma colaborativa, orientados para objetivos coletivos.
- Compromisso com a excelência: reavaliam continuamente suas práticas e buscam aprimoramento constante.

Há, atualmente, uma tendência de substituir a expressão “resolver problemas” por “pensamento crítico”. Entretanto, o PC envolve mais do que a simples solução de problemas: na Enfermagem, ele inclui também a prevenção de problemas e a maximização de potenciais, ampliando substancialmente o escopo da análise e da intervenção profissional.

O pensamento crítico pode — e deve — ser ensinado e aprendido. O exercício contínuo das habilidades cognitivas fortalece a capacidade de pensar, pois o cérebro funciona como se fosse um músculo: quanto mais utilizado, mais eficiente se torna. Identificar novas formas de interagir com a informação — seja por meio da leitura ativa, de anotações significativas, de discussões em grupo ou de revisão reflexiva — acelera o aprendizado, uma vez que o PC é, por natureza, ativo e não passivo.

Por meio do pensamento crítico, reconhece-se que há diversas maneiras de realizar um mesmo procedimento sem contrariar princípios científicos fundamentais, bem como múltiplas respostas adequadas para um mesmo problema. Identifica-se, ainda, que os erros podem ser úteis, constituindo parte necessária do processo de aperfeiçoamento profissional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para alcançar êxito diante das rápidas transformações do mundo contemporâneo e da crescente complexidade e competitividade no campo da Enfermagem, é imprescindível desenvolver habilidades de pensamento crítico (PC) que favoreçam a adaptação a novas demandas e a tomada de decisões competentes no cuidado em saúde. O PC constitui-se como elemento central na resolução de problemas clínicos e organizacionais; profissionais que não o exercitam tendem a tornar-se parte das dificuldades do processo de trabalho, em vez de agentes efetivos de solução. Assim como qualquer competência cognitiva, o PC requer prática deliberada e contínua para seu aperfeiçoamento. Ressalta-se, ainda, que cada indivíduo possui um modo particular de pensar, o qual necessita ser exercitado de maneira consciente e intencional.

O pensamento, em sua forma mais ampla, corresponde a qualquer atividade mental, frequentemente espontânea, difusa ou desprovida de direção clara. Em contraste, o pensamento crítico é orientado, sistemático e com finalidade específica, voltado à obtenção de respostas fundamentadas e coerentes; por isso, pode ser compreendido como uma forma elaborada de raciocínio. Trata-se de um processo complexo, de natureza individualizada, que envolve a articulação lógica de múltiplas ideias. Exige, necessariamente, racionalidade, reflexão e a capacidade de examinar informações de modo criterioso, o que o torna essencial para o exercício profissional responsável e embasado na Enfermagem contemporânea.

REFERÊNCIAS

ALFARO-LEFEVRE, Rosalinda. **Critical Thinking, Clinical Reasoning, and Clinical Judgment: A Practical Approach**. New York: Elsevier, 2019.

ALFARO-LEFEVRE, Rosalinda. **Alfaro's Clinical Judgment in Nursing: A How-To Practice Approach**. New York: Elsevier, 2024.

LUNNEY, Margaret. **Critical Thinking and Nursing Diagnosis: Case Studies and Analyses**. Philadelphia: NANDA International, 2008.

SANNA, M. C. Enfermagem se escreve com inicial maiúscula. [Editorial]. **Revista Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 2, 1995.