

## Trabalho apresentado no 23º CBCENF

**Título:** UTILIZAÇÃO DAS PICS NA REDUÇÃO DO ESTRESSE DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE NO CONTEXTO DA COVID-19

**Relatoria:** HUANNA RAÍSSA DE MEDEIROS FERNANDES

**Autores:** Olimpia Kyanny de Miranda Dantas  
Vanessa Freires Maia

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** TECNOLOGIA, PESQUISA, CUIDADO E CIDADANIA

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

Introdução: A Doença do Coronavírus (COVID-19) é uma doença infectocontagiosa que acomete o sistema respiratório e se apresenta em graus de intensidade que vão do leve ao grave, e foi responsável por uma grave pandemia e uma consequente crise de saúde pública que levou a uma superlotação dos hospitais e outros serviços de saúde, além de acentuar a precarização do trabalho, o estresse provocado pela sobrecarga, e causar sentimentos de incapacidade e insegurança diante dessa patologia. As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são recursos terapêuticos que permitem uma abordagem ampliada, que podem auxiliar na prevenção e tratamento de doenças, e que, diante do atual cenário, podem ajudar na melhoria dos aspectos emocionais e físicos dos profissionais de saúde que foram atingidos pela sobrecarga do sistema de saúde. Objetivo: Relatar a experiência da aplicação de PICS em profissionais de saúde de um hospital de referência para casos COVID-19. Métodos: A vivência ocorreu entre os meses de maio e outubro de 2020, a partir da criação de um espaço para a realização dessas práticas, que ocorreu devido à demanda de cuidado para os profissionais de saúde que atuaram durante a pandemia. As práticas foram realizadas pelos alunos da Residência Multiprofissional em Atenção Básica, nesse espaço, que era um ambiente preparado para promover relaxamento e com boa ventilação. Os profissionais eram agendados por horário, para evitar aglomerações, e durante os atendimentos foram utilizadas medidas de prevenção contra a COVID-19. As práticas realizadas foram reiki, massoterapia, meditação guiada, fitoterapia, geoterapia, reflexoterapia, cromoterapia, arteterapia e arteterapia guiada. Resultados: Os profissionais do hospital frequentemente procuravam os atendimentos, expressaram satisfação e relataram, tanto redução do estresse e ansiedade, como também aumento da produtividade em suas atividades laborais. As PICS se mostraram essenciais para a melhora das condições de trabalho desses profissionais, uma vez que reduziram o estresse durante a assistência aos usuários com COVID-19. Conclusão: A adoção e aplicação das PICS foi fundamental para promover bem-estar aos trabalhadores, uma vez que essas práticas contribuem para a redução do estresse e ansiedade, comuns em muitos profissionais que trabalham na assistência, especialmente durante a pandemia de COVID-19.