Trabalho apresentado no 24º CBCENF

Título: PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES COMO MEIO DE PROMOÇÃO DA SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: FRANCISCA EVANGELISTA ALVES FEITOSA

Autores: Maiara Bezerra Dantas
Marcos Venícius de Oliveira Lopes
Gilmara Holanda da Cunha
Mônica Oliveira Batista Oriá
Mariana Cavalcante Martins

Modalidade: Pôster

Área: Inovação das práticas de cuidado

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

As Práticas Integrativas e Complementares (PIC's) trazem diversos benefícios para a saúde e podem contribuir para o equilíbrio físico e emocional. Nessa perspectiva a inclusão destas práticas podem ser eficazes na promoção da saúde e bem-estar. O estudo objetiva-se socializar uma experiência de promoção de saúde com trabalhadores de uma instituição de atendimento à mulher sobrevivente à violência. Trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, realizado por estudantes de pós-graduação em enfermagem da Universidade Federal do Ceará. Construída com auxílio de metodologias ativas e realização de PIC's. Participaram da ação seis participantes. A atividade foi realizada no mês de junho de 2022, por duas enfermeiras. As PIC's foram realizadas com óleos essenciais, velas aromáticas, Automassagem e Meditação Guiada. Realizou-se a preparação do ambiente, apresentação da temática aos participantes, indagando-os inicialmente sobre as PIC's e apresentando seus benefícios. Apenas uma participante conhecia as PIC's. Posteriormente foi entregue folders instrucionais e iniciada as orientações para a realização da Automassagem e Meditação. As técnicas foram facilmente realizadas pelo grupo. Um desafio identificado foi a dificuldade de se desligar de alguns pensamentos e a sonolência, algo já esperado para iniciantes na Meditação. Ao fim da atividade foi solicitado um feedback, onde foi relatado relaxamento pelo grupo e a continuidade das práticas em seus domicílios. As PIC's potencializam o protagonismo do cuidado, bem como oportunizam a integralidade. Perpassar o cuidado biomédico e a medicalização em saúde amplia as possibilidades terapêuticas para melhorias na saúde.