

Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: A UTILIZAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE
Relatoria: Luana Patricia de Oliveira
Autores: Mikaelly de Araújo Marinho
Cristovão Barros Rodrigues dos Santos
Modalidade: Pôster
Área: Eixo 3: Inovação, tecnologia e empreendedorismo nos processos de trabalho da Enfermagem
Tipo: Pesquisa
Resumo:

Introdução: A ansiedade é uma condição de saúde mental comum que afeta milhões de pessoas no mundo, sendo caracterizado por um sentimento vago e desagradável de medo, tensão ou desconforto. Embora tratamentos convencionais, como medicamentos ansiolíticos e psicoterapia sejam amplamente utilizados, muitas pessoas buscam métodos alternativos para a prevenção e manejo da ansiedade. Frente a esta realidade destacam-se as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), que são abordagens terapêuticas com o objetivo de prevenir agravos e auxiliar na manutenção da saúde. Tais práticas foram oficializadas como arcabouço terapêutico através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) através da Portaria 971/2006. Elas apresentam uma abordagem integral do indivíduo e auxiliam de forma complementar ao tratamento, na busca pelo equilíbrio físico, mental e espiritual, indo além de apenas intervenções farmacológicas e psicoterapêuticas tradicionais. Entre as práticas mais conhecidas relacionadas a este contexto, destacam-se na literatura a meditação, a acupuntura, o Reiki e a aromaterapia. **Objetivo:** Analisar a utilização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como uma ferramenta para a enfermagem no tratamento da ansiedade. **Metodologia:** Esta pesquisa consiste em uma revisão de literatura, realizada de maio a junho de 2024, com consultas a artigos científicos disponíveis na integra no Google Acadêmico, SCIELO, PubMed e Cochrane Library, utilizando os descritores Terapias Complementares, Ansiedade e Enfermagem. **Resultados:** As práticas integrativas mostraram-se como abordagens promissoras para o manejo da ansiedade, mostrando resultados satisfatórios em sua utilização. Desta forma, a enfermagem torna-se uma profissão protagonista do cuidado integral, munindo-se de uma escuta acolhedora e com ações que visem o equilíbrio da mente e do corpo. **Considerações Finais:** As PICS, no manejo da ansiedade, mostrou evidências que apoiem sua utilização, porém outras pesquisas de alta qualidade são necessárias para respaldar a implementação dessas terapias na prática clínica.