

CUIDADO INTEGRAL NA RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL: AÇÃO EM SAÚDE DO TRABALHADOR COM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES

Terapias complementares; Saúde do trabalhador; Integralidade

Introdução

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), instituída pelo Ministério da Saúde, amplia as possibilidades terapêuticas no Sistema Único de Saúde (SUS), reconhecendo abordagens que promovem o cuidado integral, humanizado e centrado na pessoa. No contexto da Atenção Básica, essas práticas ganham relevância especial junto aos trabalhadores da saúde, profissionais frequentemente expostos a elevadas demandas físicas e emocionais. As colaboradoras de Unidades Básicas de Saúde (UBS) enfrentam cotidianamente sobrecarga de trabalho, estresse ocupacional e adoecimento silencioso, tornando urgente a construção de espaços de cuidado direcionados a essa população. A Residência Multiprofissional em Saúde da URCA, comprometida com a formação pautada na integralidade, identificou no Dia do Servidor uma oportunidade estratégica para desenvolver ações de promoção da saúde com trabalhadoras de uma UBS no município de Crato, Ceará. O objetivo desta ação foi proporcionar experiências de autocuidado, bem-estar e alívio do estresse por meio de práticas integrativas e complementares.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência de caráter descritivo, referente a uma ação educativa e terapêutica realizada no Dia do Servidor com colaboradoras de uma UBS do município de Crato, Ceará. A atividade foi planejada e executada por residentes multiprofissionais da URCA, com participação voluntária das trabalhadoras. Foram desenvolvidas quatro práticas integrativas: auriculoterapia, com estímulo de pontos auriculares para modulação do estresse e da dor; ventosaterapia, aplicada para relaxamento muscular e melhoria da circulação; meditação guiada, conduzida para promoção do equilíbrio emocional e atenção plena; e aromaterapia com óleos essenciais, voltada ao relaxamento e à estimulação sensorial positiva. As atividades foram realizadas em espaço preparado na própria UBS, em clima acolhedor e respeitoso.

Resultados / Discussão

Participaram da ação trabalhadoras de diferentes funções da UBS, que relataram sensações de relaxamento, bem-estar e reconhecimento após as práticas. A combinação das terapias mostrou-se potente para redução da tensão muscular e emocional, com receptividade positiva por parte das participantes. A experiência evidenciou que o cuidado ao cuidador é frequentemente negligenciado no cotidiano dos serviços de saúde, e que intervenções multiprofissionais baseadas nas PICS podem contribuir significativamente para a saúde ocupacional e a humanização do trabalho. A atuação dos residentes reforça o papel formativo da residência multiprofissional na construção de práticas que transcendem o modelo biomédico.

Considerações Finais

A ação demonstrou que práticas integrativas e complementares são estratégias viáveis e eficazes para promoção da saúde dos trabalhadores na Atenção Básica. A Residência Multiprofissional da URCA cumpriu seu papel ao articular formação, cuidado e integralidade, contribuindo para a valorização das colaboradoras e para a consolidação de uma cultura de saúde no trabalho no território do Crato.

Referência Bibliográfica

- [1]. BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015.
[2]. BRASIL. Ministério da Saúde. HumanizaSUS: Política Nacional de Humanização. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2013. [3]. MINAYO, Maria Cecília de Souza; ASSIS, Simone Gonçalves de; OLIVEIRA, Raquel de Vasconcellos Carvalhaes de. Impacto das condições de trabalho na saúde física e mental dos profissionais de saúde. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 273-282, 2020.