

CUIDANDO DE QUEM CUIDA: O PAPEL DE UM GRUPO TERAPÊUTICO NO CUIDADO AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Práticas Integrativas e complementares; Saúde do Trabalhador; Humanização

Introdução

A saúde dos trabalhadores constitui um dos pilares para a qualidade da assistência prestada nos serviços de saúde. No ambiente hospitalar, entretanto, jornadas prolongadas, elevada carga emocional, ritmo intenso de trabalho e grandes responsabilidades favorecem o surgimento de estresse ocupacional, ansiedade, depressão e síndrome de burnout entre os profissionais. Diante desse cenário, a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora (PNSTT), instituída pela Portaria GM/MS nº 1.823/2012, destaca a necessidade de desenvolver ações voltadas à promoção da saúde integral desses trabalhadores, reconhecendo a influência das condições laborais sobre sua qualidade de vida e desempenho profissional. Nesse contexto, o Grupo de Terapia in Loco (GRUTELO), desenvolvido pelo preceptor e residentes multiprofissionais da Residência em Saúde Coletiva em um hospital do interior do Ceará, utiliza as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como estratégia de promoção da saúde, acolhimento e valorização dos trabalhadores. Este trabalho objetiva relatar a experiência de implantação do GRUTELO e seus impactos na qualidade de vida dos profissionais, evidenciando a contribuição das PICS para o fortalecimento da saúde coletiva no ambiente hospitalar.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência desenvolvido no primeiro semestre de 2025, em um hospital do interior do Ceará, a partir da atuação de residentes multiprofissionais em Saúde Coletiva. O GRUTELO foi organizado para ofertar semanalmente práticas integrativas em diferentes setores da instituição, respeitando a dinâmica dos serviços e a disponibilidade dos trabalhadores. As intervenções incluíram aromaterapia, toque terapêutico, musicoterapia e meditação reflexiva, realizadas em momentos de pausa durante a jornada de trabalho, buscando reduzir o estresse ocupacional, favorecer o relaxamento e estimular o autocuidado. As ações contemplaram profissionais de diferentes categorias, fortalecendo o cuidado multiprofissional e a promoção da saúde no ambiente laboral.

Resultados / Discussão

A implantação do GRUTELO possibilitou a criação de um espaço de acolhimento e cuidado direcionado aos trabalhadores da saúde. Houve boa adesão às atividades, totalizando aproximadamente 240 participações, com predominância de profissionais da enfermagem, além de trabalhadores de outros setores. Os participantes relataram redução do estresse, melhora do bem-estar emocional, sensação de relaxamento e maior disposição para o trabalho. As PICS favorecem momentos de pausa e autocuidado em uma rotina marcada por elevada demanda assistencial, contribuindo para a humanização das relações de trabalho e a valorização dos profissionais. Além disso, a experiência reforçou o papel da Residência Multiprofissional na promoção da saúde do trabalhador e na integração dos princípios da saúde coletiva ao ambiente hospitalar, evidenciando o potencial das PICS como estratégias de baixo custo para promoção da saúde e fortalecimento do cuidado integral.

Considerações Finais

A experiência do GRUTELO demonstrou que as Práticas Integrativas e Complementares são estratégias viáveis para promover a saúde do trabalhador, reduzindo o estresse ocupacional e fortalecendo o bem-estar e a valorização dos profissionais. Apesar dos desafios relacionados à alta demanda assistencial e ao tempo disponível, a iniciativa evidenciou o potencial das PICS para a humanização do cuidado e a promoção da qualidade de vida no ambiente hospitalar, reforçando a importância de sua continuidade como estratégia institucional de saúde do trabalhador.

Referência Bibliográfica

CAMPOS, Yris Alves. Adoecimento físico e mental em profissionais de saúde na área hospitalar: uma revisão narrativa. 2025. 19 f. il. Disponível em: <https://www.jhealthtechnology.org/index.php/jht/article/view/60/49> COELHO, Daniela de Paula. Influência dos mediadores biológicos e psicológicos de estresse crônico no desempenho cognitivo de profissionais de enfermagem. 2016. Dissertação (Mestrado em Enfermagem na Saúde do Adulto) - Escola de Enfermagem, University of São Paulo, São Paulo, 2016. doi:10.11606/D.7.2017.tde-19052017-093022. Acesso em: 2026-01-03. Disponível em: <https://www.teses.usp>