

CUIDADO INTEGRAL À SAÚDE DO TRABALHADOR: EXPERIÊNCIA DE RESIDENTES COM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM HOSPITAL DO INTERIOR DO CEARÁ.

Saúde do trabalhador; Residência em saúde; Terapias complementares

Introdução

A saúde do trabalhador constitui um campo estratégico da saúde pública e parte integrante do campo da saúde coletiva, com foco na promoção da saúde e prevenção de agravos no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) configuram-se como importantes ferramentas para o cuidado integral, contribuindo para o bem-estar físico, mental e emocional dos trabalhadores. A atuação multiprofissional das residências em saúde favorece essa ação colaborativa, unindo profissionais de diversas áreas para um cuidado mais humanizado, ampliando as possibilidades de assistência nos serviços de saúde. Essa integração, com foco na saúde do trabalhador, fortalece uma rede de apoio aos profissionais que enfrentam diariamente intensas demandas e elevados níveis de desgaste físico e emocional. Nesse contexto, observa-se um aumento no número de trabalhadores cuja saúde física e mental é comprometida pelas condições presentes no ambiente laboral. Além disso, esses profissionais, em razão da elevada carga de trabalho, dispõem de pouco tempo para o autocuidado, configurando um paradoxo: dedicam-se continuamente ao cuidado do outro, mas, muitas vezes, não conseguem cuidar de si. Essa realidade contribui para o esgotamento físico e mental e reforça a necessidade de estratégias voltadas à promoção da saúde e à prevenção de agravos nesse grupo. Diante desse cenário, objetivou-se relatar a experiência de residentes de uma equipe multiprofissional em saúde coletiva na implementação de ações de cuidado integral à saúde do trabalhador por meio das PICS em um hospital do interior do Ceará.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência desenvolvido por residentes inseridos em um hospital de referência localizado no interior do Ceará. As intervenções ocorreram entre março e maio de 2026, sendo realizadas semanalmente, no período da tarde, e destinadas aos trabalhadores de diferentes setores da instituição. As ações envolveram a oferta das PICS, como aromaterapia, meditação guiada e técnicas de relaxamento, desenvolvidas de forma coletiva a partir da integração entre diferentes núcleos profissionais da residência.

Resultados / Discussão

Observou-se adesão satisfatória dos trabalhadores às atividades propostas, especialmente entre profissionais expostos a elevadas cargas de trabalho e estresse ocupacional. Os participantes relataram benefícios relacionados à redução da tensão, alívio de sintomas de ansiedade, melhoria do bem-estar e fortalecimento do autocuidado. A atuação multiprofissional favoreceu a integração de diferentes saberes e a construção de estratégias de cuidado mais abrangentes, contribuindo para a valorização da saúde do trabalhador no ambiente hospitalar. Entre os desafios identificados destacaram-se a disponibilidade de tempo desses profissionais para participação nas atividades e a necessidade de ampliação das ações de forma contínua.

Considerações Finais

A experiência demonstrou que as PICS constituem estratégias promissoras para a promoção da saúde e o cuidado integral dos trabalhadores, favorecendo a humanização da assistência. Além disso, evidenciou o papel da residência na implementação de práticas colaborativas e inovadoras, fortalecendo a atenção à saúde do trabalhador e contribuindo para a qualificação do cuidado no contexto hospitalar.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Humanização da Atenção e Gestão do SUS. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. Brasil. Ministério da Saúde. Caderno de Atenção Básica nº 41: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC). 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.