



ciência plural

ESPAÇO MULTIPICS: A UTILIZAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO NA ATENÇÃO À SAÚDE DO TRABALHADOR

Multipics Space: the use of integrative and complementary practices as a strategy of care in the care of workers' health

Espacio multipics: el uso de prácticas integradoras y complementarias como estrategia de atención en el cuidado de la salud de los trabajadores

“Artigo premiado no V Congresso Internacional de Atenção Primária à Saúde-V CIAPS, realizado em Teresina-PI, em 2021”

Igor Gondin da Silva • Nutricionista • Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas-EMCM, Universidade Federal do Rio Grande do Norte-UFRN •
E-mail: igorgondimss@gmail.com

Estéfany Louise Pereira • Cirurgiã-Dentista • Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da EMCM-UFRN •
E-mail: estefanylouise01@gmail.com

Claudenir Fernandes da Silva • Fisioterapeuta • Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da EMCM-UFRN •
E-mail: claudenir70@hotmail.com

Kézia Marcelino Soares de Brito • Enfermeira • Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da EMCM-UFRN •
E-mail: keziarms@gmail.com

Autor correspondente:

Igor Gondin da Silva • E-mail: igorgondimss@gmail.com

Submetido: 20/06/21

Aprovado: 11/10/21

RESUMO

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde foram regulamentadas no Sistema Único de Saúde, através da portaria nº 971/2006 que aprova a implantação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, com o objetivo de garantir cuidado continuado, humanizado e integral em saúde, com ênfase na atenção primária. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada por uma equipe de Residentes Multiprofissionais em Saúde, através do espaço de Práticas Integrativas e Complementares de uma Unidade Hospitalar na região do Seridó, Rio Grande do Norte. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativa e qualitativa do tipo relato de experiência, desenvolvido a partir da vivência de uma equipe de Residentes em Atenção Básica da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, atuantes no município de Caicó, em parceria com o Hospital Regional do Seridó. As ações foram realizadas durante os meses de março e abril de 2021. As práticas desenvolvidas foram ventosaterapia, musicoterapia, arteterapia, meditação guiada e aromaterapia. Após as práticas foi aplicado um questionário semi-estruturado, sobre seu conhecimento sobre tais práticas exercidas, nível de satisfação e uma descrição subjetiva da experiência e estado atual pós-prática. **Resultados:** Participaram das ações propostas 57 profissionais, dentre eles (84,21%) mulheres e (15,79%) homens, de vários setores da unidade hospitalar. 10,53% relataram desconhecer as práticas de um modo geral e 89,47% relataram não conhecer as práticas que foram ofertadas. De acordo com a pesquisa de satisfação, 98,25% dos profissionais relataram sentir-se "muito satisfeitos" e "satisfeitos", enquanto somente 1,75% consideraram as práticas "neutras". Os profissionais referiram, também, sensação de harmonia, bem-estar e de paz interior. **Conclusões:** Por meio da atuação foi possível ofertar um momento de relaxamento no ambiente de trabalho. Obteve-se após a prática um feedback positivo dos participantes sobre os resultados dessa atuação acerca do seu bem-estar.

Palavras-Chave: Promoção da Saúde; Saúde do Trabalhador; Terapias Complementares; Assistência Integral à Saúde; Cuidados de Saúde.

ABSTRACT

Introduction: Integrative and Complementary Health Practices were regulated in the Unified Health System, through Ordinance No. 971/2006 that approves the implementation of the National Policy of Integrative and Complementary Practices, with the objective of ensuring continued, humanized and comprehensive health care, with emphasis on primary care. **Objective:** To report the experience experienced by a team of Multiprofessional Health Residents, through the space of Integrative and Complementary Practices in a Hospital Unit in the Seridó region, Rio Grande do Norte. **Methodology:** This is a descriptive study with a quantitative and qualitative approach to the type of experience report, developed from the experience of a team of Residents in Primary Care of Federal University of Rio Grande do Norte, working in the municipality of Caicó in partnership with the Regional Hospital of Seridó. The actions were carried out during the months of March and April 2021. The practices developed were suction cup therapy, music therapy, art therapy, guided meditation and aromatherapy. After the practices, a semi-structured questionnaire was applied about

their knowledge about the practices, level of satisfaction and a subjective description of the experience and current state after practice. **Results:** 57 professionals participated in the proposed actions, including (84.21%) women and (15.79%) men, from various sectors of the hospital unit. 10.53% reported not knowing the practices in general and 89.47% reported not knowing the practices that were offered. According to the satisfaction survey, 98.25% of the professionals reported feeling "very satisfied" and "satisfied", while only 1.75% considered the practices "neutral". The professionals also mentioned a sense of harmony, well-being and inner peace. **Conclusions:** Through the performance it was possible to offer a moment of relaxation in the work environment. After the practice, positive feedback from the participants on the results of this performance about their well-being was obtained after practice.

Keywords: Health Promotion; Worker's Health; Complementary Therapies; Comprehensive Health Care; Delivery of Health Care.

RESUMEN

Introducción: Las Prácticas de Salud Integradoras y Complementarias fueron reguladas en el Sistema Único de Salud, con el objetivo de garantizar una atención de salud continúa, humanizada e integral, con énfasis en la atención primaria. **Objetivo:** Relatar la experiencia experimentada por un equipo de Residentes de Salud Multiprofesional, a través del espacio Prácticas Integradoras y Complementarias en una Unidad Hospitalaria en la región del Seridó, Rio Grande do Norte. **Metodología:** Estudio descriptivo, cuantitativo y cualitativo, desarrollado a partir de la experiencia de un equipo de Residentes en Atención Primaria de la Universidad Federal do Rio Grande do Norte, trabajando en el Hospital Regional de Seridó. Las actuaciones se llevaron a cabo durante los meses de marzo y abril de 2021 a través del espacio. Las prácticas desarrolladas fueron terapia de ventosas, musicoterapia, arteterapia, meditación guiada y aromaterapia. Después de las prácticas, se aplicó un cuestionario semiestructurado sobre sus conocimientos sobre las prácticas, el nivel de satisfacción y una descripción subjetiva de la experiencia y el estado actual después de la práctica. **Resultados:** 57 profesionales participaron en las acciones propuestas, entre ellas (84,21%) mujeres y (15,79%) hombres, de diversos sectores de la unidad hospitalaria. 10,53% reportaron no conocer las prácticas en general y 89,47% reportaron no conocer las prácticas que se ofrecieron. Según la encuesta de satisfacción, 98,25% de los profesionales dijeron sentirse "muy satisfechos" y "satisfechos", mientras que sólo 1,75% consideraron las prácticas "neutras". Los profesionales también mencionaron una sensación de armonía, bienestar y paz interior. **Conclusiones:** A través de la actuación fue posible ofrecer un momento de relajación en el ambiente de trabajo. Después de la práctica, se obtuvo retroalimentación positiva de los participantes sobre los resultados de este desempeño sobre su bienestar después de la práctica.

Palabras clave: Promoción de la Salud; Salud del Trabajador; Terapias Complementarias; Atención Integral de la Salud; Atención a la Salud.

Introdução

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) foram regulamentadas no Sistema Único de Saúde (SUS), através da portaria nº971/2006 que aprova a implantação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Tal política surge com o objetivo de garantir cuidado continuado, humanizado e integral em saúde, com ênfase na atenção primária¹.

Em 2017, houve a ampliação no escopo através da Portaria nº849/2017 e foram adicionadas mais 14 práticas, dentre elas: arteterapia, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga².

Já no ano de 2018, houve uma atualização na portaria da PNPIC, incluindo novas práticas como aromaterapia, apiterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, ozonioterapia e terapia de florais³.

Os novos modos de aprender e praticar a saúde; o aumento da demanda decorrente das doenças crônicas e dos custos dos serviços de saúde; a insatisfação com os serviços de saúde existentes; o ressurgimento do interesse por um cuidado holístico e preventivo às doenças e os tratamentos que ofereçam qualidade de vida quando não é possível a cura são algumas das razões atribuídas à crescente demanda de ações e serviços das PICS ofertados no SUS durante os últimos anos^{4,5}.

Além disso, tais práticas possibilitam a ampliação das perspectivas inerentes aos sujeitos e ao universo que os cerca, fazendo com que haja uma maior integração entre os fatores biopsicossociais e seu processo de saúde-doença-cuidado, bem como no aumento da percepção de novas formas de tratar e cuidar, principalmente no quesito redução no tratamento medicamentoso^{6,7}.

Devido a grande relevância e difusão da aplicação das PICS no âmbito do SUS, observa-se que o escopo dessas práticas tendem a aumentar ainda mais, já que os estudos vem mostrando resultados exitosos nos desafios da saúde pública, ajudando no equilíbrio da saúde mental e no despertar sobre o autocuidado dos usuários⁸.

O ambiente e o processo de trabalho vêm ampliando sua capacidade de adoecer as pessoas. Muitas vezes o trabalhador não dispõe de tempo ou de oportunidade para seu tratamento, mesmo trabalhando nos serviços e dispositivos de saúde⁹.

A saúde do trabalhador configura-se como um campo de práticas e de conhecimentos estratégicos interdisciplinares (técnicos, sociais, políticos, humanos), multiprofissionais e interinstitucionais, voltados para analisar e intervir nas variadas relações de trabalho que podem provocar doenças e outros agravos⁹.

Os profissionais de saúde estão submetidos a inúmeras limitações nos serviços, sejam elas estruturais, de recursos humanos, na carência de materiais, em questões hierárquicas e muitas vezes sem o devido reconhecimento tanto financeiro, quanto profissional. É justamente este profissional que sucumbe aos agravos psicossomáticos¹⁰.

A grande prevalência de exaustão física, mental e psicológica é notória entre os profissionais da saúde durante esse período de pandemia da COVID-19, que acarretaram desde o aumento dos níveis e/ou diagnósticos de ansiedade, depressão, perda e ausência da qualidade do sono, aumento no consumo de drogas (lícitas e ilícitas), sintomas psicossomáticos, além da dor pela perda de pacientes, colegas e entes familiares¹¹.

A prática das PICS, independente do nível de atenção à saúde que seja executada, favorece o fortalecimento da autonomia e empoderamento do sujeito, enquanto corresponsável pelo seu estado de saúde e do cuidado integral. Quando relacionada ao nível da atenção hospitalar e a saúde do trabalhador, ajudam na ampliação da autoestima e aumento na produtividade diária desses profissionais¹².

Neste sentido, a originalidade deste trabalho que integra o ensino-serviço objetiva relatar a experiência vivenciada por uma equipe de Residentes Multiprofissionais em Saúde na execução de ações de promoção à saúde, através da utilização do espaço MULTIPICS, como estratégia do cuidado na atenção à saúde do trabalhador em uma Unidade Hospitalar na região do Seridó, Rio Grande do Norte/RN.

Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativa e qualitativa do tipo relato de experiência. O presente estudo foi desenvolvido a partir de uma vivência interdisciplinar e multiprofissional de uma equipe de Residentes em Atenção Básica, atuantes no município de Caicó, interior do Rio Grande do Norte, durante os meses de março e abril de 2021. As ações foram desenvolvidas no espaço MULTIPICS, projeto criado (em maio de 2020) em parceria entre o Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica da Escola Multicampi de Ciências Médicas/ Universidade Federal do Rio Grande do Norte (EMCM/ UFRN) e o Hospital Regional do Seridó (HRS) - Telecila Freitas Fontes.

A unidade é referência na assistência em saúde para COVID-19 na região do Seridó, e com o passar do tempo, percebeu-se uma grande demanda e carga psicoemocional dos seus profissionais. Por conta disso, a criação do espaço tem o intuito de ofertar diferentes PICS (arteterapia, musicoterapia, reiki, ventosaterapia, aromaterapia, entre outras) para os profissionais atuantes no serviço em questão.

As ações foram realizadas de forma simultânea e associada, em estrutura de ilhas de atendimento para cada sessão do espaço MULTIPICS. As práticas desenvolvidas foram ventosaterapia com musicoterapia, arteterapia com musicoterapia e meditação guiada com aromaterapia e musicoterapia, como uma medida de diminuir e/ou amenizar a carga de tensão, estresse, ansiedade ou qualquer tipo de problema em saúde dos participantes.

No momento pós-práticas, foi ofertado chá e suchá natural, bem como a disponibilização de um questionário semi-estruturado (nome, idade, sexo, setor em que atua e atividade realizada) para que os participantes pudessem responder sobre o conhecimento e utilização anterior das PICS, o nível de satisfação com a prática exercida (muito insatisfeito, insatisfeito, neutro, satisfeito e muito satisfeito), e uma breve descrição subjetiva da experiência e estado atual após a prática.

Resultados e Discussão

O Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica (PRMAB) da EMCM/ UFRN foi iniciado em 2016, ofertando vagas distribuídas em 10 especialidades profissionais: educação física, enfermagem, farmácia, fisioterapia, fonoaudiologia, medicina veterinária, nutrição, odontologia, psicologia e serviço social. Tendo durabilidade de 02 (dois) anos, a logística do regimento se configura da seguinte forma: o primeiro ano (R1) tem a inserção dos residentes na assistência da Atenção Básica dos municípios de Caicó-RN e Currais Novos-RN. Já durante o segundo ano (R2), os residentes são inseridos em outros dispositivos da rede de atenção à saúde (RAS), como as Secretarias Municipais de Saúde (SMS), Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), Centro de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST), Serviço de Residência Terapêutica (SRT), dentre outros.

No mês de março de 2021, 04 residentes de especialidades diferentes (nutricionista, fisioterapeuta, cirurgiã-dentista e enfermeira) foram alocados para o HRS, como parte do rodízio do R2. Foi proposto no planejamento de atividades, o desenvolvimento de ações terapêuticas com os profissionais inseridos na unidade. Dando continuidade aos trabalhos desenvolvidos pelas turmas anteriores de residentes, o espaço MULTIPICS funcionava uma vez por semana (todas as quartas-feiras), sendo as práticas desenvolvidas nos turnos da manhã e tarde, tendo a supervisão de uma assistente social do hospital, egressa do PRMAB.

Para que fosse possível a oferta das PICS no espaço proposto, houve uma preparação prévia de conhecimentos e técnicas dos próprios residentes acerca de tais práticas. Inicialmente, foi realizada uma busca ativa junto aos profissionais da unidade e divulgação do espaço nas redes sociais (*whatsapp*). Posteriormente, espaços de agendamento de horários eram disponibilizados para evitar possíveis aglomerações nas ilhas de concentração, bem como para facilitar o processo de desinfecção de utensílios e ferramentas utilizadas.

Participaram das ações propostas 57 profissionais, dentre esses, 48 mulheres (n=84,21%) e 09 homens (n=15,79%), de vários setores distintos da unidade hospitalar, como setor da nutrição/cozinha, recursos humanos (RH), clínica médica, centro cirúrgico, farmácia e do serviço de arquivo médico e estatística (SAME).

Em relação ao conhecimento do que de fato significam as PICS, 10,53% (n=6) relataram desconhecer as práticas de um modo geral, enquanto 89,47% (n=51) relataram não conhecer as práticas que foram ofertadas no espaço.

De acordo com a pesquisa de satisfação, 98,25% (n=56) dos profissionais que participaram do espaço MULTIPICS, relataram sentir-se "muito satisfeitos" e "satisfeitos", enquanto somente 1,75% (n= 01) consideraram as práticas "neutras". Os profissionais referiram, também, sensação de harmonia, bem-estar e de paz interior, assim como energizados para o dia de trabalho.

Corroborando com a experiência acima descrita, em um relato¹² também referente ao espaço MULTIPICS, contam que ao observarem alguns depoimentos dos profissionais de saúde em relação ao impacto das PICS na rotina de trabalho, constataram que o espaço era um local que possibilita um momento de descanso e renovação em meio ao processo de trabalho durante a pandemia e que este lhes trazia benefícios importantes como alívio de dores e tensões musculares, redução de estresse e ansiedade. Além disso, para os autores, a implantação do Espaço MULTIPICS apresenta benefícios não somente para os profissionais de saúde que participam das atividades desenvolvidas como também contribui de forma positiva para o processo de formação dos residentes ao possibilitar uma expansão no conhecimento teórico e prático sobre as PICS¹².

Com o objetivo de analisar os benefícios do uso da implementação das PICS aos profissionais de saúde no seu dia a dia de trabalho e como estas práticas podem trazer resultados positivos com o intuito de um olhar preventivo em benefício do envelhecimento saudável, constatou que a inclusão dessas práticas dentro do próprio local de trabalho desses profissionais é capaz de auxiliá-los a obter resultados concretos na prevenção de doenças e favorecer a melhoria do seu estilo de vida¹³. Destacam ainda que é necessário haver uma maior disseminação dos conhecimentos

sobre essas práticas para que estas sejam incluídas às demais formas de tratamento e prevenção, transformando-se em mais um artifício que contribui para saúde¹³.

Outro estudo que, ao descrever e analisar as atividades de PICS oferecidas na rede de atenção de saúde do município do Rio de Janeiro, observaram⁴ a necessidade de mudanças voltadas para o bem viver do profissional de saúde e destacaram que estas devem ocorrer previamente aos objetivos de mudanças na qualidade do serviço de saúde prestado à população. Tendo em vista que o adoecimento dos trabalhadores de saúde está fortemente relacionado com o modelo de saúde existente na sociedade e isso acaba por refletir na qualidade do cuidado ofertado. Nesse sentido as PICS representaram um conforto e um cuidado para trabalhadores sob forte pressão de riscos e cargas no trabalho⁹.

Os profissionais de saúde entendem que a qualidade de vida está relacionada diretamente com o cuidado de si, que vai muito além de atitudes de autocuidado, onde envolve uma maior autopercepção e autoconhecimento, além do estreitamento da relação consigo e com o outro. Nesse sentido, os processos de trabalho acabam interferindo de forma negativa nesse cuidado consigo, já que muitos trabalhadores negligenciam a si e sua saúde para cuidar do próximo¹⁴.

Dessa forma, vê-se que projetos como estes possibilitam melhores aprofundamentos sobre a necessidade e a importância de serviços voltados para os trabalhadores da saúde, evidenciando a necessidade de dar continuidade a essas ações, pois, além de proporcionarem uma melhoria na qualidade de vida desses profissionais e de aperfeiçoamento dos residentes no que se refere às PICS, estes acabam por refletirem em uma melhor assistência à saúde ofertada dentro do sistema.

Conclusões

O ambiente hospitalar devido a sua tamanha complexidade torna-se um ambiente estressor, ainda mais no contexto da pandemia da COVID-19 que vem ocasionando o esgotamento profissional, resultando no aumento de demandas psicoemocionais. O espaço MULTIPICS visa a promoção da saúde do trabalhador, possibilitando momentos de acolhimento, relaxamento, bem-estar e de uma possível

autorreflexão acerca do autocuidado e da importância da atenção à saúde, principalmente no dia a dia em seu ambiente de trabalho.

Por meio da atuação do espaço MULTIPICS foi possível ofertar um momento de relaxamento e "fuga" dessa realidade do trabalho. Obteve-se após a prática um *feedback* positivo dos participantes sobre os resultados dessa atuação acerca do seu bem-estar.

Considera-se que a inserção dessas práticas, sejam elas executadas em nível primário, secundário ou terciário, são eficazes enquanto estratégia para produzir melhoria da saúde, reformulação de saberes e qualidade de vida dos trabalhadores.

Referências

1. Barros, NF. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: uma ação de inclusão. *Ciênc. saúde coletiva* v.11, n.3, 2006, 850. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2006.v11n3/850-850/pt>
2. Brasil. Portaria no 849, de 27 de março de 2017. Diário Oficial da União, seção 1, p. 68.
3. Aguiar J, Kanan LA, Masier AV. Práticas Integrativas e Complementares na atenção básica em saúde: um estudo bibliométrico da produção brasileira. *Saúde em Debate*, v. 43, 2020, 1205-1218. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/5NdGgYwFCNsQPWZQmZymcqM/abstract/?lang=pt>
4. Telesi Junior, E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estudos Avançados*, v. 30, n. 86, 2016, 99-112. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-40142016.00100007>
5. Tesser DC, Sousa IMC, Nascimento, MC. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde Brasileira. *Saúde Debate*, v. 42, número especial 1, 2018, 174-188. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042018S112>
6. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas Complementares no SUS. Brasília, DF: Ministério da Saúde; 2006.
7. Silva EDC, Tesser CD. Experiência de pacientes com acupuntura no Sistema Único de Saúde em diferentes ambientes de cuidado e (des)medicalização social. *Cad Saude Publica*, v. 29(11), 2013, 2186-2196.
8. Ministério da Saúde. Portaria nº 702 de 21 de março de 2018. Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas

práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC. Diário Oficial da União 2018.

9. Ribeiro FSN, Afonso FM. PICS como suporte à Saúde do Trabalhador: uma proposta extensionista. *Revista Integrativa em Inovações Tecnológicas nas Ciências da Saúde*, v. 5, n. fluxocontinuo, 2019, 80-94. Disponível em: <https://www3.ufrb.edu.br/seer/index.php/revise/article/view/1755>
10. Scherer MDA, Oliveira NAD, Pires DEPD, Trindade LDL, Gonçalves, ASR, Vieira M. Aumento das cargas de trabalho em técnicos de enfermagem na atenção primária à saúde no Brasil. *Trabalho, Educação e Saúde*, 14 (Suppl. 1), 2016, 89-104. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00030>
11. Medeiros EA. A luta dos profissionais de saúde no enfrentamento da COVID-19. *Acta Paul Enferm*, v. 33, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/Nc8yzcvtrvXbWBgBGskm36S/?lang=pt&format=pdf>
12. Santos WA, Silva FAB, Sobreira MVS. Práticas Integrativas e Complementares em um hospital de referência para COVID-19 no RN: Relato de experiência. *Temas em Saúde*, v. 21, número 2, 2021. Disponível em: <https://temasensaude.com/wp-content/uploads/2021/04/21204.pdf>
13. Oliveira LEA, Cavalcante HTD, Silva VCS, Mendonça PBS. O uso das práticas integrativas complementares em benefício do envelhecimento saudável do trabalhador: relato de experiência. VI Congresso Internacional de Envelhecimento Humano. Campina Grande: editora realize; 2019. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2019/TRABALHO_EV125_MD4_SA11_ID1863_27052019030210.pdf
14. Pereira EC. O cuidado de si: a contribuição das práticas integrativas e complementares à saúde do trabalhador da atenção básica [Monografia]. São Paulo: Secretaria Municipal de Saúde SMS/SP; 2018. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/915861/pereirapics2016bvs.pdf>