

USO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO CUIDADO AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE EM UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO EM TEMPO DE PANDEMIA

USE OF INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES IN THE CARE OF HEALTH PROFESSIONALS IN A UNIVERSITY HOSPITAL IN TIME OF PANDEMIC

(Sarah Lins de Barros Moreira, Rosa Elisa Pasciucco da Costa, Aissa Medeiros Freire, Rhaissa Rafaelle Leon de Souza, Litiany de Souza Lima Tavares)

Resumo: Os profissionais que trabalham em hospitais desempenham papéis indispensáveis na assistência à população acometida pela COVID 19, sendo os mais vulneráveis em virtude da intensificação do trabalho perante os níveis de infecção. Objetivo: relatar a experiência do Projeto Cuidando de Nós através da implantação das Práticas Integrativas e Complementares - PICs em profissionais de saúde em um hospital universitário durante a pandemia. Metodologia: O projeto iniciou em abril de 2020 e realiza atendimento em saúde mental a todos os profissionais do hospital. Dentre as PICs: a auriculoterapia, meditação, acupuntura, práticas corporais alternativas, ventosa terapia e terapia floral. As ações do projeto consistem em orientações, acolhimento e cuidados aos trabalhadores, onde foi formada uma comissão multidisciplinar que elaborou o projeto com apoio para implantação e implementação das ações, construção e divulgação dos fluxos, campanhas e monitoramento dessas ações. Resultados: Profissionais atendidos: 66 profissionais na auriculoterapia e meditação; 132 na acupuntura; 136 sessões de práticas corporais; ventosa e terapia floral. Os profissionais relataram que as PICs foram eficazes para a melhoria da qualidade do sono, da tensão muscular, alívio da ansiedade e estresse, além disso serviu como medidas de auxílio no alívio das queixas relacionadas a saúde mental dos profissionais de saúde.

Palavras-Chave: Saúde do trabalhador; Práticas Alternativas e Complementares; Epidemia pelo Novo Coronavírus 2019.

Abstract: Professionals who work in hospitals play indispensable roles in assisting the population affected by COVID 19, being the most vulnerable due to the intensification of work in view of the levels of infection. Objective: to report the experience of the Caring for Us Project through the implementation of Integrative and Complementary Practices - PICs in health professionals in a university hospital during the pandemic. Methodology: The project started in April 2020 and provides mental health care to all hospital professionals. Among the PICs: auriculotherapy, meditation, acupuncture, alternative body practices, succulent therapy and floral therapy. The project's actions consist of guidance, reception and care for workers, where a multidisciplinary committee was formed that prepared the project with support for the implementation and implementation of actions, construction and dissemination of flows, campaigns and monitoring of these actions. Results: Professionals attended: 66 professionals in auriculotherapy and meditation; 132 in acupuncture; 136 body practice sessions; suction cup and flower therapy. Professionals reported that PICs were effective in improving sleep quality, muscle tension, relieving anxiety and stress, in addition to serving as measures to help alleviate complaints related to mental health of health professionals.

Keywords: Worker's health; Alternative and Complementary Practices; New Coronavirus epidemic 2019.

INTRODUÇÃO

Os profissionais que trabalham em ambientes hospitalares desempenham papéis indispensáveis na assistência à população acometida pela COVID 19, em contrapartida estão se expondo diretamente ao vírus, tornando-se mais vulneráveis, especialmente em virtude da intensificação do trabalho perante os altos índices de infecção que atinge a população. Tendo como pano de fundo, a instituição de saúde, como Hospital Universitário, tal situação torna se mais premente, visto que está servindo de espaço de atendimento, desenvolvimento de pesquisas e acima de tudo, permeado por diversas áreas de atuação profissional. Em virtude da necessidade de propor um ambiente mais agradável aos trabalhadores que vivem nessa situação, consideramos que a Saúde do Trabalhador precisa de um holofote, dando ênfase assim aos cuidados e medidas preventivas para com os mesmos.

A escolha pelas Práticas Integrativas e Complementares como implemento à saúde do trabalhador no projeto “Cuidando de Nós”, em específico a meditação, acupuntura, prática corporal, auriculoterapia, a ventosaterapia e a terapia floral deveu-se pelo reconhecimento dessa prática como redutora do estresse, ansiedade e geradora de benefícios à saúde do trabalhador nesse momento que estamos enfrentando a Pandemia do COVID-19.

O Ministério da Saúde aprovou em 2006, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) através da portaria 971/2006. A aprovação de implantação destas técnicas no âmbito do SUS teve como intuito se fazer cumprir o princípio da integralidade estabelecida na Política Nacional de Saúde (PNS) e Política Nacional de Humanização (PNH) as quais pontua que o usuário deve ser visto de forma integral.

Entende-se por Práticas Integrativas e Complementares (PICs) atividades que buscam a estimulação de mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde através de tecnologias eficazes e seguras. Elas enfatizam a escuta acolhedora, o desenvolvimento do vínculo terapêutico e a integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. (Mello, 2020).

Portanto, este artigo tem por objetivo descrever a aplicação de práticas integrativas e complementares em profissionais de saúde de um hospital Universitário visando a diminuição das manifestações físicas, mentais e emocionais causado pelo trabalho no período de pandemia da COVID-19.

DESENVOLVIMENTO

Este estudo trata-se de um relato de experiência, descritivo e qualitativo (PEREIRA *et al.*, 2018), da equipe de profissionais que participam de um projeto “HUPAA: Cuidando de Nós” sobre aplicabilidade de práticas integrativas para redução do estresse em profissionais de saúde em meio a pandemia. Os trabalhadores do Hospital Universitário Professor Alberto Antunes HUPAA tendem a vivenciar situações de adoecimento físico e mental com reflexo na qualidade de vida e consequentemente no desempenho das atividades laborais. Diante dessa demanda, a comissão HUPAA: Cuidando de Nós, com formato multidisciplinar e envolvendo diversos setores do hospital, tem o intuito de desenvolver ações de saúde do trabalhador em durante a Pandemia e outras ações permanentes. Dentre as atividades que serão desenvolvidas pela equipe composta pelos profissionais Médico Acupunturista, terapeuta ocupacional, fisioterapeuta e profissional de educação física, estão os atendimentos em acupuntura, auriculoterapia e meditação, ventosa e terapia floral e prática Corporal, esta última se baseia em Exercícios Respiratórios com Alongamentos Passivos e Massagem Relaxante realizadas no ambulatório do hospital com no máximo 4 atendimentos por turno para haver tempo hábil para limpeza e desinfecção da sala, dos equipamentos e paramentação para o uso correto dos equipamentos de proteção individual. O atendimento será exclusivo para funcionários ativos do HUPAA, que não estejam com sintomas suspeitos de COVID19, mediante agendamento prévio ramal designado no fluxo. Durante os atendimentos o tratamento dos sintomas e doenças relacionadas direta ou indiretamente com o estresse enfrentado pelos funcionários do nosso Hospital.

Durante a execução do projeto no período do mês de abril até outubro de 2020, constatamos que houve uma boa adesão pelos trabalhadores, com agendas dos profissionais sempre cheias. Podemos quantificar os resultados em aproximadamente: 66 atendimentos de auriculoterapia e meditação, 132 sessões de acupuntura, 136 sessões de práticas corporais, ventosa e terapia floral.

Nos atendimentos percebemos que os trabalhadores apresentavam queixas bem comuns relacionadas ao trabalho como: preocupação em se infectar e contaminar a família, isolamento social, dificuldade de concentração, taquicardia, medo, insegurança, ansiedade, dor de cabeça, exaustão, tensão muscular, mudança de humor, apetite e sono.

As intervenções ainda estão sendo realizadas, porém durante nesse período as observações feitas pelos profissionais foram: melhora no sono, redução das queixas tensionais da musculatura, melhora das dores de cabeça e dos sintomas de ansiedade e estresse.

O hospital em tempos de pandemia contribui para o adoecimento dos que trabalham nele, com as ações do projeto e do uso das PICS conseguimos promover um ambiente de trabalho que favorecesse um incentivo ao autocuidado físico e mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As PICS utilizadas nesta experiência, são práticas humanizadas de baixo custo, de fácil aplicação, com efeitos a curto prazo, e que viabilizaram uma melhora na qualidade de vida dos trabalhadores da área da saúde.

O emprego dessas práticas é de extrema importância em uma unidade hospitalar, pois pode promover uma melhor estruturação nas relações interpessoais, contribuição positiva para a produção da assistência em saúde de forma mais prazerosa, com eficácia e eficiência (MEDEIROS, 2011).

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006.** Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html. Acesso em: 15 out. 2020.

MEDEIROS, J. M. **A vivência do ambiente hospitalar pela equipe de Enfermagem.** 2011. Dissertação (Mestrado em ciências da saúde) – Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia. 2011. Disponível em: <http://tede2.pucgoias.edu.br:8080/handle/tede/3137>. Acesso em: 15 out. 2020.

MELO, S. C. C. *et al.* Práticas complementares de saúde e os desafios de sua aplicabilidade no hospital: visão de enfermeiros. **Rev. bras. enferm.**, Brasília, 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S003471672013000600005&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 15 out. 2020.