

TREMEA; Eduarda¹, GANDIN; Pollyana Stefanello², VARGAS; Tainara Giovana Chaves de³, CONTI; Paola Naiara⁴, GARLET; Tanea Maria Bisognin⁵

RESUMO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são abordagens que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde, por meio de tecnologias seguras, baseadas na escuta acolhedora, no desenvolvimento de vínculo terapêutico e na atenção humanizada e centrada na integralidade do indivíduo. Através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC), as práticas são disponibilizadas gratuitamente no Sistema Único de Saúde (SUS). Relatar a experiência acadêmica sobre a vivência e o estudo das PICS na graduação. Trata-se de uma abordagem descritiva sobre a vivência e aproximação com as PICS, de graduandas dos cursos de Ciências Biológicas, Enfermagem e Nutrição, da Universidade Federal de Santa Maria, campus Palmeira das Missões, RS, integrantes do eixo Ações Integrativas e Complementares em Saúde, do Programa de Educação Pelo Trabalho PET/Saúde Interprofissionalidade. O eixo conta com a participação das acadêmicas, de professores e de profissionais atuantes no SUS, que interagem interprofissionalmente. Por meio do PET/Saúde, foi possível conhecer, estudar, vivenciar e disponibilizar à comunidade em geral algumas PICS, como a fitoterapia, o reiki, a auriculoterapia e a meditação. Com o intuito de auxiliar no autocuidado, foram desenvolvidas algumas atividades de forma online, durante a pandemia de COVID-19. A meditação e o reiki foram viabilizados por meio de grupos no WhatsApp, para as comunidades acadêmica e externa. No grupo de meditação eram disponibilizados vídeos e instruções para realização da prática em casa. Já no grupo de reiki, a energia era enviada à distância semanalmente, por integrantes do eixo e profissionais voluntários capacitados. As atividades foram desenvolvidas de abril a dezembro de 2020, e, conforme pesquisa realizada com os participantes, trouxe muitos benefícios à saúde daqueles que participaram assiduamente. Além disso, muitas informações sobre plantas medicinais foram divulgadas por meio de pôsteres informativos, disponibilizados de forma digital no Instagram e de maneira física nas Estratégias de Saúde da Família (ESF) do interior do município de Palmeira das Missões. Os pôsteres informavam o nome científico e popular da planta, continham uma foto para identificação correta, além da posologia e do modo de preparo. Os materiais foram elaborados com a finalidade de resgatar e incentivar o uso de plantas medicinais no cuidado em saúde. Cabe salientar que várias ações haviam sido desenvolvidas de forma presencial, no período anterior ao da pandemia. Destaca-se a realização de rodas de conversa sobre o uso de plantas medicinais e a aplicação de auriculoterapia, que foram efetuadas em algumas ESFs do município. Ambas resultaram em projetos de pesquisa, que estão em fase de coleta e análise de dados. Todas as atividades foram realizadas de maneira colaborativa e interprofissional. Esses momentos se mostraram como ótimas oportunidades de troca de conhecimento, de autocuidado e principalmente de olhar ampliado às questões de saúde e bem-estar. A oportunidade de conhecer as PICS ainda na graduação enriquece a formação acadêmica, na medida em que promove interação e desperta curiosidade nessa forma de cuidado integral da saúde. Compreender a inserção das PICS no SUS, além vivenciar a forma como estas práticas podem melhorar a vida dos indivíduos, mostra que podemos fazer a diferença na vida das pessoas. Assim, ao se trabalhar com um olhar humanizado e

¹ Universidade Federal de Santa Maria, eduardatrema19@gmail.com

² Universidade Federal de Santa Maria, pollyanagandin@gmail.com

³ Universidade Federal de Santa Maria, tainara.giovana.vargas73@gmail.com

⁴ Universidade Federal de Santa Maria, paolaconti11130@gmail.com

⁵ Universidade Federal de Santa Maria, taneagarlet@gmail.com

integral às questões de saúde, deixa-se de lado apenas os aspectos de doença, o que nos torna profissionais mais atuantes e sensíveis. Por fim, destaca-se a importância da participação no Programa PET/Saúde Interprofissionalidade para a aproximação e conhecimento adquirido sobre as PICS, que certamente, fez a diferença na formação acadêmica. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual de implantação de serviços de práticas integrativas e complementares no SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

PALAVRAS-CHAVE: Promoção da Saúde, Sistema Único de Saúde, Terapias Complementares.