

# A IMPORTÂNCIA DO ENSINO DE PICS COMO RECURSO DE SAÚDE MENTAL NAS UNIVERSIDADES

Congresso Online Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, 2ª edição, de 19/04/2021 a 22/04/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-96-9

JUNIOR; Marcelo Nascimento da Silva<sup>1</sup>, KESTENBERG; Célia Caldeira Fonseca<sup>2</sup>, PEREIRA; Eliane Ramos<sup>3</sup>, SILVA; Rose Mary Costa Rosa Andrade<sup>4</sup>, FABRI; Janaina Mengal Gomes<sup>5</sup>

## RESUMO

A IMPORTÂNCIA DO ENSINO DE PICS COMO RECURSO DE SAÚDE MENTAL NAS UNIVERSIDADES FABRI, JMG JUNIOR, MNS KESTENBERG, CCF. PEREIRA, ER SILVA, RMCRA. RESUMO INTRODUÇÃO: Nos últimos anos o número de estudantes com problemas de saúde como estresse, ansiedade e depressão têm aumentando de forma significativa, o que é prejudicial a qualidade de vida e formação dos universitários. Neste aspecto, iniciou-se há aproximadamente 20 anos a implementação das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) no ambiente acadêmico. Embora sejam legitimadas pela Organização Mundial da Saúde, as PICS apresentam demanda crescente e a formação profissional é um dos grandes desafios para ser disseminada no Sistema Único de Saúde (SUS). A partir da extensão universitária pretendeu-se difundir o ensino das PICs entre estudantes da área de saúde. OBJETIVO: Compreender o impacto da formação complementar em Práticas Integrativas e Complementares. MÉTODO: Trata-se de um estudo quantitativo descritivo da oferta de cursos de formação complementar em PICs. Os cursos foram destinados a estudantes de graduação de enfermagem, educação física, medicina, serviço social, psicologia e profissionais de saúde de um hospital universitário. A coleta de dados ocorreu de dezembro de 2020 a fevereiro de 2021 a partir dos registros referentes ao período de 2018 a 2020. Para a consolidação dos dados construiu-se uma planilha no Excel, com base nas variáveis da pesquisa. Os cursos foram realizados em uma faculdade pública localizada no município do Rio de Janeiro. RESULTADOS: Foram realizados o total de 23 cursos, sendo Auriculoterapia (3), Aromaterapia (3), Floral (1) Cromoterapia (1), Mindfullness (7), Biodanza (1), Reiki 1 (4), Reiki 2 (2) e Yoga (1). Participaram dos cursos 360 universitários da área de saúde e afins e trabalhadores da área de saúde vinculados a um hospital universitário. Os questionários de avaliação dos cursos apontaram como benefícios o uso das PICs na prática do autocuidado proporcionando maior rendimento acadêmico e melhor qualidade de vida, a utilização com familiares e amigos promovendo bem estar e rompendo barreiras do preconceito. Além disso, utilizaram as PICs na sua prática profissional trazendo benefícios como redução da ansiedade e insônia em pacientes. CONCLUSÃO: O presente estudo mostra a relevância do ensino de PICs na universidade e proporciona a fundamental reflexão sobre a importância de ampliar os espaços acadêmicos para discussão da temática, qualificando e integrando estas práticas na formação superior dos estudantes da saúde, nas três esferas da instituição: ensino, extensão e pesquisa. Essa é uma experiência inovadora e necessita de novas pesquisas que poderão contribuir com estratégias de avanço do ensino de PICs na

g r a d u a ç ã o . Descritores: Estudantes; Práticas Integrativas e Complementares; Universidade. AZEVEDO, Elaine de; PELICIONI, Maria Cecília Focesi. Práticas integrativas e complementares de desafios para a educação. Trab. educ. saúde (Online), Rio de Janeiro , v. 9, n. 3, p. 361-378, nov. 2011 . Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1981-77462011000300002&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462011000300002&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 03 mar. 2021. CARVALHO, Jessica Liz da Silva; NOBREGA, Maria do Perpétuo Socorro de Sousa. Práticas integrativas e complementares como recurso de saúde mental na Atenção Básica. Rev. Gaúcha Enferm., Porto Alegre , v. 38, n. 4, e2017-

<sup>1</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, marcelo\_nascimento@hotmail.com

<sup>2</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, celiacaldeirakestenberg@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade Federal Fluminense, elianeramos.uff@gmail.com

<sup>4</sup> Universidade Federal Fluminense, roserosauff@gmail.com

<sup>5</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, janamgfabri@gmail.com

0014, 2017 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-14472017000400406&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472017000400406&lng=en&nrm=iso)>. access on 03 Mar. 2021. Epub May 21, 2018. PEREIRA, Ana Beatriz Nogueira. "Harmonizar": práticas integrativas e complementares na extensão universitária. 2019. Disponível em <<http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/xmlui/handle/riufcg/12125?show=full>>. Acessos em 03 mar. 2021.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estudantes, Práticas Integrativas e Complementares, Universidade.

<sup>1</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, marcelo\_nascimento@hotmail.com  
<sup>2</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, celiacaldeirakestenberg@gmail.com  
<sup>3</sup> Universidade Federal Fluminense, elianeramos.uff@gmail.com  
<sup>4</sup> Universidade Federal Fluminense, roserosauff@gmail.com  
<sup>5</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro, janamgfabri@gmail.com