



## INTERDISCIPLINARIDADE NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

IX Seminário Científico do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da UNISC: da infância ao envelhecimento

Seminário Envelhecimento, Trabalho e Saúde

III Encontro Internacional Interdisciplinar em Promoção da Saúde

XII Fórum de Discussão sobre Drogas: traçando caminhos pela educação em saúde

Integração entre os Programas de Pós Graduação em Promoção da Saúde e o Programa de Pós Graduação Mestrado Profissional em Psicologia

### O USO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE EM UM SERVIÇO REGIONAL DE EDUCAÇÃO DO RIO GRANDE DO SUL

Morgana Pappen; Luci Helen Alvez Freitas; Vitória Gelsdorf Dumke; Larissa Calheiro; Guilherme Mocelin; Bianca Piccoli Bonatti; Ana Carolina Bienert; Hildegard Hedwig Pohl; Suzane Beatriz Frantz Krug

**Introdução:** Às Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), implementadas na rede pública de saúde, por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) em 2006, são recursos terapêuticos utilizados para o tratamento de algumas doenças. Atualmente, as condições do ambiente laboral têm contribuído para o adoecimento dos trabalhadores e a realização das PICS nesses espaços, fortalece a implementação desses recursos terapêuticos, auxiliando na qualidade do trabalho, maior envolvimento nas tarefas e saúde dos trabalhadores. **Objetivo:** Relatar a utilização de PICS em um serviço regional de educação do Rio Grande do Sul. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, por meio de um relato de experiência acerca da realização de PICS junto a servidores da 6ª Coordenadoria Regional de Educação (CRE), localizada no município de Santa Cruz do Sul/RS. Os encontros foram desenvolvidos entre 45 a 60 minutos, ministrados pela equipe do projeto juntamente com auxílio de profissionais de saúde capacitados. Cada prática ocorreu de forma presencial, contando com a presença de 35 servidores atuantes nos setores administrativo, pedagógico, recursos humanos, administração e gabinete. Essa atividade constitui-se como produto técnico originado a partir da tese de doutorado em andamento, intitulada “EDUCAÇÃO EM SAÚDE: realidade, reflexões e intervenções em escolas da zona rural em municípios do Rio Grande do Sul (RS)”, no Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul/RS. O estudo seguiu os preceitos éticos da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, sendo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNISC com parecer no 5.306.152. **Resultados:** Atualmente, a PNPIC é composta por 29 PICS, sendo que para este estudo, foram utilizadas a técnica da meditação e de Reiki. Ambas as técnicas foram organizadas pela equipe do projeto, realizada por profissionais de saúde capacitados, além de terem a participação dos 35 servidores da educação. Cada técnica foi desenvolvida em encontros diferentes, porém com a mesma carga horária, sendo que tanto uma quanto a outra, foi organizada uma sala espaçosa e, com música ambiente e pouca claridade, assim, proporcionando um ambiente harmonioso e tranquilo. A técnica de meditação é descrita como uma prática mental que visa treinar a diminuição do pensamento, foco e reorientação cognitiva, já a técnica de Reiki visa a promoção do equilíbrio energético, sendo que as duas se complementam e trazem benefícios à saúde mental. **Considerações**

**finais:** As PICS contribuem na promoção da saúde das pessoas, e quando trabalhadas no ambiente laboral, possibilitam momentos de relaxamento e autocuidado, bem como, diminuição de sintomas físicos e mentais, o que facilita as relações pessoais e profissionais no espaço de trabalho.