

AÇÕES DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (PICS) DURANTE A PANDEMIA COM FOCO NA SAÚDE MENTAL

Ana Isabela Almeida Egídio, Keila Marine Pedrosa dos Santos, Bruno Martins Borges, Caliope Pilger, Jalusa Andréia Storch Díaz

A imprevisibilidade e as mudanças de vida oriundas da pandemia do novo coronavírus têm gerado grande sofrimento na população mundial. Frente a esta demanda, o Projeto PET-Saúde por meio das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), tem desenvolvido estratégias para promoção da saúde. O estudo tem o objetivo de descrever as ações de saúde realizadas por meio do PET-Saúde no município de Catalão relacionada à saúde mental e as PICS frente às ações de enfrentamento ao COVID-19. Trata-se de um relato de experiência descritivo, referente às ações realizadas pelo grupo das PICS que integra o Projeto PET-Saúde da UFCAT. Para a realização das ações os participantes do projeto tiveram que se adaptar a nova realidade remota, visando manter o distanciamento social e preservar a saúde. As ações do projeto foram pré-estruturadas por meio de reuniões remotas e subdivididas em três temas. O primeiro tema, a criação de uma página no Instagram do grupo PICS teve o propósito de demonstrar e divulgar as ações do grupo para a comunidade, visando alcançar pessoas de todas as idades e de cidades diferentes. Nela obtivemos o alcance 79% de seguidores mulheres e 21% homens, com divulgação de 32 postagens até o momento. O segundo tema, escrita de folders para os pacientes atendidos nas UBSs, buscou abordar o tema das PICS e desmistificar mitos e verdades relacionados ao coronavírus, mediante o fornecimento de 2 mil folders destinados a usuários da rede de saúde. Tais folders foram desenvolvidos por alunos e preceptores do PET-Saúde e buscou-se utilizar uma linguagem acessível, objetiva e clara. O terceiro tema foi a elaboração do Projeto “Terapeutas Solidários”, que disponibilizou terapeutas para aplicação remota das PICS, com a intenção de promover relaxamento, diminuir ansiedade e estresse através do reiki, meditação, terapia com florais e automassagem, contabilizando 16 atendimentos. Inferimos que os resultados foram satisfatórios e que as ações remotas serviram para alcançar a população local, para contribuir com informações cientificamente comprovadas e promover a saúde. Concluímos que a tecnologia foi e será uma grande aliada nesse momento de pandemia, deixando evidente que o uso de tecnologias e redes sociais são um suporte na comunicação com um número significativo de pessoas, levando conhecimentos das PICS como ferramenta do cuidado da saúde, sem a necessidade que as pessoas saiam de casa, medida esta essencial para evitar a propagação do COVID-19.

PALAVRAS-CHAVE

Saúde Mental. PICS. Pandemia.