

A EDUCAÇÃO E SAÚDE E AS PICS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA VIRTUAL

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

SOUZA; Júlia de ¹, SCHAUFFERT; Marina Uriarte Francisco ²

RESUMO

Introdução: Em função dos decretos governamentais de contenção da pandemia do novo coronavírus, as aulas presenciais foram migradas para ambientes virtuais de aprendizagem. A programação da disciplina de Saúde do Adulto e do Idoso do Curso de Graduação em Enfermagem/UNIVALI, contava com inserções na área da Saúde Coletiva. Como ferramenta de aprendizagem nesse período, as acadêmicas elaboraram uma simulação de educação em saúde voltado para utilização das Práticas Integrativas e Complementares – PICS. A educação em saúde se complementa com as PICS, contribuindo para garantir a autonomia e o autocuidado aos indivíduos a fim de alcançar qualidade de vida. Objetivos: Relatar a operacionalização da construção de um método de educação em saúde utilizando as PICS em uma população de idosos fictícia. Método: Durante o início da pandemia, as aulas presenciais tiveram que se adequar em ambientes remotos de ensino. A criação de um projeto de educação em saúde apresentado de forma virtual foi uma das metodologias educacionais utilizadas naquele momento. O projeto de educação em saúde foi desenvolvido a partir do contexto social que a população idosa estava inserida, devido ao aumento do número de casos de violência contra o idoso, principalmente nos meses de março, abril e maio de 2020 – meses com maiores taxas de isolamento social. Nesse sentido, a atividade educativa possuía como tema “violência contra idosos” e teve como objetivo central orientá-los, acerca dos tipos de violência e os meios para identificar sua ocorrência. Uma das propostas de atividades consistia em apresentar que a autonegligência também é considerada como uma violência, pois há inexistência de autocuidado ou condutas que colocam em risco a própria vida. Assim, acredita-se que a ampla oferta das PICS para o público idoso tem muito o que contribuir com sua qualidade de vida, estimulando-o a sair de casa, a estar em grupos, a participar ativamente das escolhas de uma saúde mais completa, ainda que de maneira alternativa ou complementar, pois as PICS estimulam o equilíbrio entre o corpo, a mente e o espírito, necessários ao processo de envelhecimento, sobretudo, a parte da mente e do espírito, que refletem na saúde do corpo, uma vez que, muitas questões da saúde do idoso, são reflexos das questões comuns do dia a dia, somatizadas em seu estado de saúde e que potencializam as doenças existentes, e afetam sua saúde mental diretamente. Levando em consideração que as PICS estimulam o autocuidado, a atividade a ser desenvolvida com os idosos baseava-se em apresentar quatro PICS, sendo elas: musicoterapia, arteterapia, técnica de relaxamento e automassagem. Cada PICS tem uma finalidade, sendo elas: (i) musicoterapia: desenvolve potencial e/ou restabelece funções do sujeito para que ele possa alcançar melhor integração intra e interpessoal; (ii) arteterapia, estimula o autoconhecimento, favorecendo o contato consigo, com o grupo e com a existência como ser multidimensional; (iii) meditação, facilita o processo de autoconhecimento, autocuidado e autotransformação e aprimora as interações – pessoal, social, ambiental; (iv) automassagem, mantém ou restabelece a saúde, por meio da promoção do equilíbrio da circulação de sangue e de energia por todas as partes do corpo. Dessa forma, as atividades sugeridas não abordam acerca da doença, mas consideram as dimensões sociais, culturais e espirituais auxiliando nos processos de tratamento, cura, prevenção e promoção da saúde. Resultados: O desenvolvimento de um projeto de educação em saúde como forma de metodologia de ensino favoreceu a conexão da teoria com a prática. Conclusão: Ao passo que o modelo biomédico centraliza-se na figura médica e na patologia, fragmentando o corpo do indivíduo em sistemas, a saúde integral corresponde a relação do ser com as dimensões físicas, psicológicas, espirituais e ambientais. Para o ser encontrar-se bem integralmente, as interações desses fatores necessitam de equilíbrio. Nesse sentido, a assistência de enfermagem deve contemplar o ser com multidimensões e na sua integralidade, visando um

¹ Universidade do Vale do Itajaí, desouza.juliaa@gmail.com

² Universidade Federal de Santa Catarina, mschauffert@univali.br

cuidado humanizado e holístico. Essa abordagem vai de encontro com a finalidade das PICs, que é de promover a saúde e prevenir doenças através da integralidade do ser. Nesse sentido, a experiência de elaborar um projeto de educação em saúde que contempla-se os propósitos das PICs proporcionou a ampliação da percepção sobre o ser humano e como o modo de viver do indivíduo e suas relações influenciam no bem-estar e saúde. Referências: ALVES, Roberta Machado et al. Violência contra a população idosa durante a pandemia da COVID-19. Saúde Coletiva, Barueri, v. 10, n. 59, p. 4314-4325, 9 dez. 2020. Disponível em: <http://www.revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/1071/1267>. Acesso em: 23 fev. 2021. BRASIL. Ministério da Saúde. **Política distrital de práticas integrativas em saúde**: PDPIS. Brasília: Fepecs, 2014. 73 p. MACHADO, Ana Karina da Cruz et al. Eficácia das práticas integrativas e complementares na saúde mental da pessoa idosa. In: CONGRESSO INTERNACIONAL ENVELHECIMENTO HUMANO, 5., 2017, Maceió. Anais [...] . Campina Grande: Realize Editora, 2017. p. 1-6. Disponível em: http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2017/TRABALHO_EV075_MD4_SA3_ID2296_23102017021829.pdf. Acesso em: 23 fev. 2021.

PALAVRAS-CHAVE: PICs, Educação em Saúde, Idoso, Saúde Coletiva.

¹ Universidade do Vale do Itajaí, desouza.juliaa@gmail.com

² Universidade Federal de Santa Catarina, mschauffert@univali.br