

## **“CUIDAR DE QUEM CUIDA”: AS PICS APLICADAS AOS TRABALHADORES DO CONTEXTO HOSPITALAR, RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Susan Gomes Coutinho de Jesus; Mayana C. A. Freire Souza; Vitor Hugo Araújo Cabral; Leonardo Maurieli Clemente; Sílvia Raquel Santos de Moraes.

*Universidade Federal do Vale do São Francisco- UNIVASF*

### **1. INTRODUÇÃO**

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) propõem uma ampliação da visão do processo saúde-doença, considerando o ser-humano em sua totalidade no cuidado, com abordagens que visam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, e ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade (BRASIL, 2006). Nesse contexto, as PICS têm sido cada vez mais abordadas, especialmente após a implantação da Política Nacional de Práticas integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC), aprovada pela portaria 971/2006 do Ministério da Saúde, bem como a sua posterior ampliação pela portaria 849/2017, na qual o Sistema Único de Saúde (SUS) passou a ofertar dezenove práticas.

A partir dessa perspectiva, pode-se pensar em atuação com PICS em diversos ambientes do sistema de saúde, não só para os usuários, mas também para os trabalhadores da saúde, que necessitam da escuta e de cuidados contínuos. Este relato de experiência consiste em descrever a ação de PICS com os trabalhadores da saúde do Hospital Universitário-UNIVASF (HU-UNIVASF) situado em Petrolina- PE, ressaltando a repercussão dessas práticas para os atores envolvidos, bem como, as contribuições para os residentes multiprofissionais envolvidos com a sua operacionalização.

O HU possui um perfil de atendimento para atenção às urgências e emergências que incluem politraumatismo, neurologia e neurocirurgia (alta complexidade), traumato-ortopedia (alta complexidade), cirurgia geral, cirurgia vascular, cirurgia buco-maxilo-facial e clínica médica (EBSERH, 2017) e é referência para 53 municípios dos estados da Bahia e Pernambuco, integrantes da Rede Interestadual de Atenção à Saúde do Médio do Vale do São Francisco.

Diante desse contexto, os trabalhadores do HU enfrentam uma rotina desgastante, com contato diário com sofrimento, vítimas de desastres, adoecimento senil e também problemáticas psicossociais associados a esses eventos, além de questões familiares e financeiras envolvidas no processo de saúde-doença. Trabalhar na área da saúde e principalmente em hospitais é trabalhar em prol da

recuperação da saúde resguardando o respeito à dignidade humana diante de situações limítrofes e complexas envolvendo a finitude e suas vicissitudes no contexto da saúde pública, que geralmente extrapolam o controle biomédico. Estas situações são sentidas e vivenciadas pelos profissionais da equipe, porém de uma forma velada no cotidiano laboral, uma vez que o compartilhamento de percepções, emoções, e sensações “não têm lugar” legitimado em ambientes hospitalares. Entretanto, ao longo do trabalho em instituições hospitalares, atesta-se o crescimento de doenças ligadas ao estresse e à depressão, podendo desencadear diversos outros agravos.

## 2. METODOLOGIA

### 2.1. REFERENCIAL TEÓRICO E BANCO DE DADOS

Percebendo a necessidade do espaço de cuidado aos profissionais da saúde, a equipe de psicologia, juntamente com as residentes de psicologia do HU-UNIVASF, propuseram um evento, cujo ponto de partida era a campanha “Janeiro Branco”, projeto produzido por psicólogos para fazer do mês de janeiro um marco temporal estratégico para que todas as pessoas reflitam, debatam e planejem ações em prol da saúde mental. O intuito desse evento foi promover um espaço de escuta e acolhimento dos profissionais da instituição que voluntariamente participassem das ações propostas em uma manhã de janeiro de 2017 no auditório do hospital em questão.

Para tal, a primeira etapa consistiu de um estudo e construção de um banco de dados interno que reuniu algumas obras e trabalhos acadêmicos relacionados à psicologia da saúde, como o de Bruscato e Fregonese (2014), que indicam que a tarefa básica do psicólogo que trabalha no contexto hospitalar com a saúde dos profissionais consiste em compreender como os indivíduos se constituem como sujeitos, através da atividade de produção e da autoprodução dos mesmos. No contexto de “cuidar de quem cuida”, a psicologia pode contribuir buscando alternativas para o resgate da saúde do trabalhador, na perspectiva de valorizar a subjetividade e o conhecimento do sujeito, ressignificar o processo de adoecimento e estimular o autoconhecimento. Além disso, cabe a tarefa de propiciar o desenvolvimento da capacidade do indivíduo de tolerar, de enfrentar, manejar e superar as agressões do ambiente laboral (BRUSCATO; FREGONESE, 2014).

Nogueira-Martins e Jorge (1998) pontuam que ao adentrar em um programa de residência de um hospital para atuar em setores críticos como Urgência e Emergência e na Unidade de Terapia Intensiva (UTI), o residente pode deparar-se com eventos desafiadores associados às pressões internas, inerentes à subjetividade de cada um, tais como o medo de errar e a exigência de salvar

vidas, e externas, relacionadas ao ambiente de trabalho e aos atores sociais, como as condições insalubres, as exigências dos usuários e a judicialização da saúde. Tal panorama resulta em situações estressoras para o profissional/residente e reforça ainda mais a necessidade de ações como a descrita neste trabalho.

## 2.2. PLANEJAMENTO DO EVENTO

O evento promovido pela equipe de psicologia do HU, baseou-se na campanha “Janeiro Branco” e nas PICS, mais especificamente, ancoradas na promoção de exercícios de bioenergética e na prática do yoga. O momento iniciou-se com uma prática corporal com um psicólogo da Análise Bioenergética e seguiu com a prática de yoga. A análise bioenergética é uma abordagem de compreensão da personalidade a partir do corpo, dos seus movimentos. Considera a respiração, o acúmulo e a descarga energética como funções naturais do corpo e expressões dos nossos sentimentos. Está baseada no princípio de que o corpo e a mente funcionam de maneira semelhante e se auto influenciam mutuamente. (OLIVEIRA, SILVA, ROLIM, 2013). O yoga, por sua vez, é uma prática integrativa que combina posturas físicas, técnicas de respiração, meditação e relaxamento além de estabelecer princípios éticos como a não violência, a disciplina e o autocuidado (BRASIL, 2017).

## 2.3. EXECUÇÃO DO EVENTO

O procedimento para a execução do evento caracterizou-se em: 1) Reunião da equipe de psicologia hospitalar com as psicólogas residentes, a psicóloga organizacional e sua estagiária para traçar os objetivos; 2) Divisão de tarefas e articulação do evento; 3) Prospecção de profissionais da Análise Bioenergética e Yoga; 4) Articulação com a universidade para conseguir colchões para prática de yoga; 5) Divulgação do evento para os profissionais do HU-UNIVASF.

O evento ocorreu em 27 de janeiro 2017, com duração de 3 horas. Participaram 54 profissionais, entre concursados, terceirizados, residentes e estagiárias. No primeiro momento, ocorreram as apresentações dos participantes e a escuta de suas narrativas sobre as emoções e motivações que os trouxeram àquela atividade. Durante a dinâmica corporal, ministrada com objetivo de liberar as tensões corporais e promover relaxamento, muitos participantes relataram a importância de se perceber enquanto ser de emoções, e que mesmo se afetando com o sofrimento do outro na rotina de trabalho, ainda assim, pouco se dão conta de suas defesas e dificuldades de expressão. Em

seguida, observou-se que a prática de yoga propiciou um momento de meditação, de autodescoberta, de olhar para si e trazer a importância da respiração consciente.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A partir da atividade de promoção do cuidado desenvolvida, conclui-se que o uso de PICS no contexto hospitalar despertou na equipe organizadora, a descoberta de seus efeitos mobilizadores e terapêuticos na prática, despertou a psicóloga residente para desenvolver em seu trabalho de conclusão, uma pesquisa diretamente ligada ao tema, e propiciou para todos os envolvidos e até mesmo para os organizadores, um momento de pausa e reflexão diante de uma rotina estressante, haja vista a realidade complexa da instituição hospitalar e a importância de espaços de cuidado como esse para o desenvolvimento do bem-estar e consequente melhoria do processo de trabalho e da qualidade da assistência prestada.

Após o uso das PICS, houve um momento de socialização entre os servidores do hospital e a equipe organizadora, a partir do qual se compartilhou a expressão de afetos (desabafos, processos de luto, expressão de sentimentos diversos e reconhecimento da necessidade de autocuidado). Também ressaltaram os benefícios do cuidado intra e interpessoal, as sensações experimentadas (relaxamento, espontaneidade, empatia, bem-estar) e nas diversas repercussões proporcionadas pelas PICS.

Ressalta-se que a ação realizada funcionou como um disparador para realização de uma pesquisa sobre o tema saúde dos residentes não médicos, despertou nos participantes, o pedido/anseio pela realização de novas atividades mediadas pelo uso das PICS, o reconhecimento da importância do cuidado ao cuidador no contexto hospitalar, e ainda, a identificação de demandas.

### **4. CONCLUSÕES**

Percebeu-se, portanto, que um evento voltado para a prevenção de saúde no contexto hospitalar rompe com a lógica restrita ao combate de doenças e reitera a relevância do cuidado integral daqueles que cuidam, mas pouco são cuidados. Ademais, o relato dessa ação mobilizou a equipe para a possibilidade da criação de uma agenda anual de eventos, estratégias sistemáticas para o cuidado longitudinal dos trabalhadores, tais como grupos de manejo do estresse, oficinas de educação para a morte e ações mediadas pelo uso diversificados de práticas complementares (arteterapia, biblioterapia, auriculoterapia), que apresentam baixo custo e trazem resultados positivos para a saúde e qualidade de vida. Verificou-se também, a partir dessa vivência, a necessidade de pesquisar sobre a saúde do trabalhador, e de estratégias de implementação das PICS enquanto recursos de intervenção

não apenas voltados ao paciente, mas também relacionada à saúde física e mental dos trabalhadores do contexto hospitalar e/ ou instituições com alto potencial de insalubridade.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS/** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. **Portaria nº 849, de 27 de Março de 2017.** Dispõe sobre a ampliação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Março 2017.

BRUSCATO, W.L.; FREGONESE, A. A. A psicologia na saúde do trabalhador da saúde: evolução e desafios. In: **A Psicologia na saúde: da atenção primária à alta complexidade/** Organizado por Wilze Laura Bruscato. – São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014.

MORAIS, J. L.; SOUZA, A.M. Significados atribuídos pelo residente recém-ingresso na Residência Multiprofissional em Saúde. **Revista da SBPH**, v. 19, n.2, p. 129-144, 2016. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582016000200009&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582016000200009&lng=pt&tlng=pt) Acesso em: 18 mai. 2017

OLIVEIRA, G.F.; SILVA, R.C.A.; ROLIM, S.G. Análise Bioenergética: uma revisão sistemática da literatura. **Id on Line Revista de Psicologia**, vol.7, n.20, p. 75-96, 2013. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/238>> Acesso em: 20 ago 2017.