

PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMO TECNOLOGIA DE CUIDADO NA MELHOR IDADE

Rosa Maria Nogueira Domingos¹, Amanda Cavalcante Maia²

¹Discente Centro Universitário do Vale do Jaguaribe (Unijaguaribe), Aracati, Ceará. E-mail: rosa.nogueiradomingos@gmail.com; ²Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-brasileira (Unilab), Redenção, Ceará. E-mail: enfermeira.amandacavalcante@gmail.com

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são recursos terapêuticos não farmacológicos que visam a promoção de saúde, prevenção de agravos, redução de danos e tratamento de forma integral através da valorização e utilização de conhecimentos tradicionais. Enquanto tecnologias leves de cuidado, tem como foco o estabelecimento do vínculo terapêutico através de escuta acolhedora e qualificada. Na atenção à Saúde da Mulher na melhor idade, contribuem para o envelhecimento saudável, estimulando a autonomia, o autocuidado, a redução dos níveis de ansiedade, depressão, insônia e alívio da dor. **Objetivo:** Relatar a experiência de implementar PICS grupais como parte prática da disciplina de Laboratório de Extensão para a promoção de Saúde da Mulher na melhor idade. **Material e Método:** Estudo do tipo relato de experiência sobre o desenvolvimento de oficinas terapêuticas realizadas por discentes em Enfermagem com a utilização de PICs para promoção de Saúde da Mulher idosa em Canoa Quebrada-Ceará. **Resultados e Discussões:** As atividades seguem em desenvolvimento no espaço comunitário “Centro Espírita Euda Rocha Freire” situado em Canoa Quebrada, Aracati – Ceará. Até o momento, quatro encontros foram realizados nos meses de abril e maio de 2023 com a participação de 19 idosas e 02 familiares. Para a realização das intervenções, houve inicialmente o contato prévio das autoras com a coordenadora do espaço e outras lideranças comunitárias para articulação de visitas domiciliares com a finalidade de busca ativa do público alvo. Práticas de meditação, aromaterapia, musicoterapia, arteterapia e escalda-pés são associadas a temáticas escolhidas pelas idosas. Temas como “mudanças hormonais na menopausa”, “cuidados ginecológicos” “atividade física e alimentação saudável” são solicitações recorrentes das participantes. Observa-se nesse contexto a polifarmácia e a presença de intenso sofrimento psíquico relacionado a processos de luto. Histórico de Alzheimer e relatos de tratamento para depressão e ansiedade são frequentes. Percebe-se a expectativa das participantes pela continuidade das atividades e o fortalecimento do vínculo das discentes com as idosas através das trocas de conhecimentos e experiências de vida. Embora as práticas sejam voltadas às idosas, os familiares têm participado ativamente das atividades, o que torna o grupo também um espaço de promoção de cuidado ao cuidador. **Considerações Finais:** O uso das PICs para promoção de Saúde da Mulher nesse contexto tem apresentado bons resultados. Há feedbacks positivos demonstrados através do autorrelato e do preenchimento voluntário das participantes e familiares a uma escala de Likert aplicada aos finais das atividades para avaliar o uso das intervenções. **Contribuições para Saúde:** A associação das PICs com conhecimentos científicos adquiridos na formação em Enfermagem tem permitido a aproximação das autoras às temáticas de Saúde da Mulher, Saúde do Idoso e ampliado a afinidade das discentes com o cuidado de Enfermagem na Atenção Primária à Saúde.

Descritores: Terapias Complementares, Saúde da Mulher, Saúde do Idoso, Enfermagem.