

EDUCAÇÃO POPULACIONAL EM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: GRUPO OPERATIVO DA USF PAINEIRAS

Jadon Araújo Macedo Silva¹, Larissa Ferreira da Costa Pacheco²

¹USF Paineiras. E-mail: farma.jadon@gmail.com; ²USF Paineiras. E-mail: larissafferreira008@gmail.com

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) têm recebido destaque no SUS, por promover uma abordagem holística e humanizada do cuidado. Em 2017, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) ampliou a oferta dessas práticas, reconhecendo sua eficácia e segurança em diversas condições de saúde, incluindo práticas como acupuntura, fitoterapia, dentre outras, que complementam os tratamentos convencionais, oferecendo benefícios no manejo de doenças crônicas e na promoção da saúde, contudo, a falta de informação adequada pode levar ao uso indiscriminado e ineficaz das PIC comprometendo sua segurança e eficácia, razão pela qual, a educação em saúde torna-se fundamental para sua incorporação no cotidiano dos usuários, aumentando a adesão e compreensão dessas práticas. **Objetivo:** Promover, por meio de práticas e sensibilizações, a educação populacional sobre o uso correto e seguro das PICs como ferramenta complementar do autocuidado. **Metodologia:** Tratou-se de um relato de experiência que documentou a implementação de um grupo operacional fechado de educação popular em saúde, intitulado Grupo de Educação Populacional em Práticas Integrativas Complementares (GPIC) na USF Paineiras, idealizado e realizado pelos residentes do programa multiprofissional em saúde da família e comunidade, contando com apoio e participação da coordenação da USF. O convite para participação foi realizado através de divulgação no grupo de Práticas Corporais e Atividades Físicas da unidade, e ao todo oito participantes demonstraram interesse e foram incluídos ao grupo. Utilizou-se de rodas de conversa, atividades práticas e discussões para promover a troca de saberes e o engajamento dos participantes. As intervenções práticas levaram cerca de duas horas/semana e a etapa de planejamento, junto a de avaliação pelos facilitadores, levaram cerca de três horas/semana. **Resultados e Discussão:** Todos os participantes eram do sexo feminino, entre 40 e 70 anos, pertencentes ao território da USF. Os encontros foram estruturados de maneira a proporcionar um espaço acolhedor e participativo. A fitoterapia abordou propriedades terapêuticas de diversas plantas, modos de preparo e indicações para sintomas gripais, e posteriormente, as aplicações nas dores articulares e musculares. A preparação de chás em ambos os encontros proporcionou uma experiência sensorial e educativa. A aromaterapia, trouxe os benefícios dos óleos essenciais, formas de uso, precauções, e aprofundou o conhecimento sobre combinações de óleos e suas aplicações terapêuticas. Os participantes experimentaram diferentes aromas e compartilharam suas percepções. Para Yoga e meditação guiada, as atividades foram realizadas através de exercícios de respiração, posturas básicas, técnicas de relaxamento, e mindfulness. A auriculoterapia foi apresentada como uma prática complementar no manejo da dor e do estresse. O encerramento foi um momento de feedback coletivo da experiência em que os relatos dos participantes e a observação dos facilitadores sugeriram uma melhoria no conhecimento e na autonomia dos usuários. **Considerações Finais:** O GPIC implementado na USF Paineiras, demonstrou ser uma iniciativa eficaz na promoção do autocuidado e na capacitação dos usuários em relação às PIC. A estruturação dos encontros, baseada na metodologia da educação popular, proporcionou um ambiente acolhedor e participativo, favorecendo a troca de saberes e o engajamento dos participantes. A participação ativa, o interesse e a troca de saberes, demonstraram que a iniciativa foi bem recebida pela comunidade, assim como os relatos dos participantes e a observação dos facilitadores indicaram uma melhoria significativa no conhecimento e na autonomia dos usuários. **Palavras-chave:** Atenção Primária à Saúde, Cuidado em Saúde, Educação Popular, Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.