

AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES COMO RECURSO TERAPÊUTICO NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

Fábio Santos de Andrade¹, Bruno Pereira de Souza Silva², Isabela Zancanaro Evangelista³

¹USF Ulisses Guimarães. E-mail: fabioandrade55@gmail.com; ²USF Ulisses Guimarães. E-mail: brunopsouza74@gmail.com; ³USF Ulisses Guimarães. E-mail: isabelazancanaro@gmail.com

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) mostram-se efetivas e seguras, por isso, foram implantadas como ferramentas de abordagem humanizada para o cuidado em saúde no SUS e incluem auriculoterapia, meditação, yoga, fitoterapia, dentre outras. As PICs foram consideradas recursos alternativos que complementam o modelo tradicional de tratamentos, viabilizando e ampliando o cuidado integral, contudo, seu uso deliberado e inadequado pode comprometer sua efetividade e impactar na segurança. A educação permanente dos trabalhadores da saúde que as utilizam na Atenção Primária em Saúde é fundamental para a incorporação e reprodutibilidade das PICs. A construção do grupo Sementes do Bem reafirma o cuidado centrado na pessoa e na integralidade, disponibilizando o acesso a uma das estratégias de tratamento complementar as questões de ansiedade e depressão no território. **Objetivo:** Ofertar a auriculoterapia como tratamento complementar e não farmacológico da ansiedade e depressão em mulheres entre 40 e 65 anos. **Metodologia:** Tratou-se de um relato de experiência acerca da construção e implementação de um grupo de intervenção de oito semanas com uso do instrumento de avaliação da ansiedade, inventário de ansiedade de Beck (BAI) e da depressão, o Patient Health Questionnaire (PHQ-9). A auriculoterapia foi utilizada como uma estratégia complementar, viável, segura e baseada em evidências para o tratamento de transtornos emocionais na USF Ulisses Guimarães. O grupo Sementes do Bem foi idealizado pelos residentes do programa multiprofissional em saúde da família e comunidade com o suporte e participação das agentes comunitárias de saúde. A seleção dos participantes deu-se por compartilhamentos de casos pelas respectivas equipes de referência. Utilizou-se de encontros em grupos de educação em saúde em ansiedade e depressão associando as sessões de auriculoterapia com protocolo específico disponibilizado em capacitação realizada pela Universidade Federal de Santa Catarina em convênio com o Ministério da Saúde. Inicialmente, elaborou-se a matriz de intervenção que definiu os objetivos e metodologias abordadas em cada encontro. **Resultados e Discussão:** Foram realizados oito encontros, entre abril e junho de 2024, com avaliação inicial e reavaliação através dos instrumentos validados para rastreamento de ansiedade e depressão. Os participantes eram mulheres, entre 40 e 65 anos, usuárias dos serviços de saúde da USF. Os encontros foram realizados em sala de reunião em formato de mesa redonda e com espaço acolhedor para escuta, compartilhamento de experiências e responsabilização do cuidado, sendo a auriculoterapia utilizada como abordagem prioritária e não farmacológica. Foram avaliadas 10 mulheres, contudo seis foram elegíveis por cumprirem todas as etapas da intervenção. Dessas seis, cinco apresentaram reduções nos dois escores dos instrumentos de avaliação e uma obteve redução apenas no instrumento de ansiedade e manteve estável o escore de depressão. O último encontro forneceu uma devolutiva coletiva das experiências e resultados e reflexão da importância da implementação como oferta de cuidado integral não baseado na medicalização como a estratégia prioritária. Houve o compartilhamento, pactuado com as participantes, aos demais grupos da unidade e dispositivos da rede. **Considerações Finais:** O grupo Sementes do Bem no tratamento complementar em saúde mental, por meio da auriculoterapia mostrou-se como uma iniciativa segura, eficaz e de baixo custo para promoção do autocuidado, do uso racional de medicamentos, da prática de atividade física regular e seu impacto na saúde mental, além de espaço para capacitação de usuários em relação às PICs. O arcabouço dos encontros foi baseado na metodologia da educação popular, criando um ambiente acolhedor e inclusivo, estimulando o repassar de experiências e a adesão dos usuários. As falas das participantes e a observância por parte dos mediadores mostram um ganho representativo no autoconhecimento e na autonomia das pessoas. **Palavras-chave:** Auriculoterapia, Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, Saúde Mental, SUS.