

SALA DE CUIDADOS: A RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DA TRABALHADORA E DO TRABALHADOR DO SUS

Saúde Ocupacional; Práticas de Saúde Integrativas e Complementares; Residência Multiprofissional; Atenção Primária à Saúde

Introdução

A saúde dos trabalhadores da Atenção Primária à Saúde tem sido impactada por fatores relacionados à sobrecarga laboral, exigências emocionais e condições de trabalho que favorecem o surgimento de estresse, ansiedade e dores crônicas. Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) se constituem como importantes estratégias de promoção da saúde e cuidado integral, contribuindo para o fortalecimento do autocuidado e da humanização dos serviços. A partir da atuação da Residência Multiprofissional em Saúde da Família, foi criada a Sala de Cuidados em uma Unidade de Saúde da Família do município de Vila Velha (ES), como espaço destinado ao cuidado dos trabalhadores e trabalhadoras por meio da oferta de práticas integrativas.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência desenvolvido em uma Unidade de Saúde da Família no município de Vila Velha, Espírito Santo. A Sala de Cuidados foi implantada em abril de 2024, durante as ações do Abril Verde, sendo conduzida por residentes e profissionais de diferentes categorias, incluindo fonoaudiologia, educação física e odontologia. Os encontros ocorreram mensal ou quinzenalmente, com duração média de três a quatro horas, em ambiente preparado para acolhimento e relaxamento. Foram ofertadas práticas como auriculoterapia, aromaterapia, meditação guiada e fitoterapia por meio de chás medicinais. A experiência fundamentou-se nos princípios da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, da Política Nacional de Humanização e nos objetivos preconizados pela Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora, priorizando o cuidado ampliado e a valorização dos trabalhadores e trabalhadoras. Como estratégia de avaliação qualitativa, foi disponibilizado, ao final de cada encontro, um recipiente para depósito de relatos anônimos, permitindo que os participantes registrassem se já conheciam ou haviam utilizado alguma PICS anteriormente, bem como suas percepções sobre a contribuição da Sala de Cuidados para seu processo de cuidado e autocuidado. Esses relatos subsidiaram a compreensão da experiência vivenciada e contribuíram para o aprimoramento contínuo da intervenção.

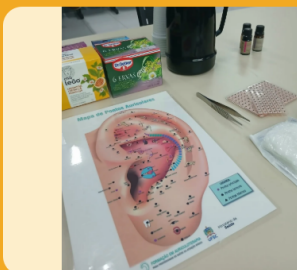
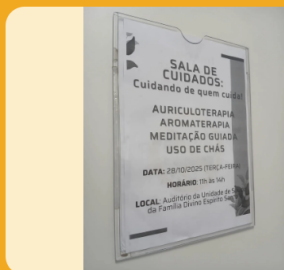
Resultados / Discussão

A implementação da Sala de Cuidados demonstrou impactos positivos na saúde das trabalhadoras e trabalhadores participantes. Observou-se redução de queixas relacionadas a dores musculares, ansiedade e estresse, além de melhora na disposição e no humor durante as atividades laborais. Os relatos dos participantes evidenciaram sentimentos de valorização, reconhecimento e pertencimento institucional, fortalecendo vínculos interpessoais e estimulando práticas de autocuidado. A experiência também ampliou o conhecimento sobre as PICS e suas potencialidades na Atenção Primária à Saúde, demonstrando que essas práticas podem contribuir para a construção de ambientes de trabalho mais saudáveis, humanizados e acolhedores. Destaca-se ainda o protagonismo da Residência Multiprofissional na identificação de necessidades dos serviços, fomentando a importância da Política Nacional de Residências em Saúde na implementação de estratégias inovadoras voltadas à saúde da trabalhadora e do trabalhador da saúde.

Considerações Finais

A Sala de Cuidados consolidou-se como uma estratégia exitosa de promoção da saúde da trabalhadora e do trabalhador, evidenciando o potencial das PICS no enfrentamento de agravos relacionados ao trabalho em saúde. A experiência reforça a importância de investir em ações institucionais voltadas ao cuidado de quem cuida e destaca a Residência Multiprofissional como dispositivo potente para a construção de práticas inovadoras, humanizadas e comprometidas com a integralidade do cuidado na Atenção Primária à Saúde. Ademais, orienta-se a necessidade de manutenção e fortalecimento de espaços permanentes de cuidado dentro dos serviços de saúde, reconhecendo-os como estratégias para a promoção da saúde, a prevenção do adoecimento laboral, o fortalecimento dos vínculos e a qualificação do processo de trabalho.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

Efetividade da auriculoterapia para ansiedade, estresse ou burnout em profissionais da saúde: revisão sistemática. Revista Latino-Americana de Enfermagem (RLAE), 2022. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC). Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006. Ministério da Saúde (Brasil). Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde: oferta, problemas e estratégias. Saúde em Debate, 2020. Práticas Integrativas e Complementares: institucionalização e formação em saúde. Tendências em Enfermagem e Saúde (TES), 2019.