



PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (PICS): UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE

VINÍCIUS CARVALHO GUIMARÃES; MAYRA PAULA MORAIS GAMA; LIVIA MARIA REZENDE CARVALHO

INTRODUÇÃO: As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) consistem em recursos terapêuticos de conhecimento tradicional que contribuem no tratamento de diversas doenças, dentre elas as doenças crônicas. Tais atividades visam a promoção da saúde, integração dos usuários e fortalecimento do vínculo da unidade de saúde com a população. **OBJETIVO:** Relatar uma experiência exitosa em uma unidade de Estratégia Saúde da Família (ESF), ressaltando a importância do uso das PICS no processo de trabalho da Atenção Primária. **RELATO DE CASO/EXPERIÊNCIA:** Trata-se de um relato de experiência a respeito do desenvolvimento das PICS na ESF Tietê localizada no município de Divinópolis/MG. As PICS iniciaram no ano de 2016 e estão presente na rotina da ESF desde então. Diversas atividades são ofertadas dentre elas destaca-se a de Xiang Gong, Liang Gong e Unibiótica. Atualmente as atividades são realizadas 4 vezes por semana pelo enfermeiro e Agentes Comunitários de Saúde (ACS) e conta com um grupo em média de 25 participantes ativos. **DISCUSSÃO:** Os benefícios alcançados pelas práticas corporais consistem nos relatos dos usuários, que mostraram as melhorias nos aspectos motor e mental, como um melhor desenvolvimento dos aspectos físicos (mobilidade e equilíbrio), ajuda na recuperação dos transtornos depressivos e de ansiedade, além de promover uma maior integração e vínculo entre os participantes e deles com a equipe, permitindo assim, um cuidado continuado desses pacientes. **CONCLUSÃO:** Diante do contexto apresentado, nota-se o quanto as PICS mudam a rotina dos pacientes e auxiliam na promoção da saúde dos mesmos. É importante intensificar as capacitações dos profissionais que atuam na Atenção Primária a Saúde a fim de continuar ofertando as práticas integrativas e complementares. Vale ressaltar também a necessidade de investimento em infraestrutura para que se tenham locais mais acolhedores para a realização das atividades.

Palavras-chave: Atenção primária à saúde, Terapias complementares, Promoção da saúde, Dinâmica de grupo, Medicina tradicional chinesa.