



## AMPLIAÇÃO DO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL ATRAVÉS DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

VININCIUS BORGES DE MEDEIROS; FRANCISCO ARI SOARES MAGALHAES JUNIOR;  
ANTONIA LETICIA XIMENES DE OLIVEIRA; MARIA DENISE DE MELO MACHADO;  
MARIA ALICE SOARES LIMA

**Introdução:** O Centro de atenção psicossocial é considerado um serviço substitutivo aos manicômios e representa um avanço significativo referente à reforma psiquiátrica no Brasil, oferecendo um atendimento pautado na humanização e na integralidade do cuidado. As práticas integrativas no Sistema Único de Saúde, têm como finalidade prevenir agravos à saúde, a promoção e recuperação da saúde, através de uma abordagem inovadora, que valoriza a integralidade do cuidado e busca ver o sujeito em sua totalidade e não focando apenas na medicalização, promovendo o bem estar físico, mental e social. **Objetivo:** Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência do profissional de educação física residente em Saúde da família e comunidade em um Grupo de práticas integrativas executado em um Centro de Atenção Psicossocial no município de Crateús - Ceará. **Relato de Experiência :** É um estudo com abordagem qualitativa que utiliza a técnica da sistematização da experiência. No intuito de ampliar essa discussão e contribuir para o campo das intervenções, este trabalho teve fundamentação teórica alicerçada no referencial de vários autores renomados. O grupo era aberto, utilizando-se das práticas de acupuntura, aromaterapia e massagem, sendo rotativo os usuários e familiares que participavam, acontecia quinzenalmente, com duração de uma hora , em média 8 usuários participavam das sessões, uma das estratégias de convocar era através das salas de espera e dos estudos de casos. Vale Ressaltar, que o espaço também era utilizado para educação em saúde onde cada categoria profissional aborda uma variedade de temas pertinentes para o público ali presente. Os encontros eram conduzidos por uma equipe multiprofissional, sendo o profissional de educação física responsável pelas técnicas de alongamento e relaxamento, assim como explicações a respeito da prática de exercícios físicos e o autocuidado em saúde. **Conclusão:** Os pacientes relataram melhora na saúde física e mental, como redução do estresse, melhora do sono e ansiedade.

**Palavras-chave:** Saude mental, Praticas integrativas, Profissional de educação fisica, Grupos, Caps.