



A UTILIZAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA ATENÇÃO BÁSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

MARIA FERNANDA DA SILVA CAVALCANTI DE ALMEIDA; THAMIRES FELIX RODRIGUES; REBECA LUCILA GOMES DA SILVA

INTRODUÇÃO: Atualmente, o uso das terapias complementares também conhecidas como Terapias Naturais ou Terapias Alternativas, tem se destacado, sobretudo, por estar sendo estimulado pela própria Organização Mundial de Saúde. Alguma dessas terapias no Brasil é ofertada pelo Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Portaria nº 971, que incentiva e regulamenta a adoção dessas técnicas nas unidades de atendimento dos Estados, Municípios e Distrito Federal. As terapias complementares possuem várias vantagens que se caracterizam por intervenções não invasivas, sem relatos de efeitos colaterais prejudiciais. Elas têm uma importante ação preventiva de desequilíbrio nos níveis físico, mental e emocional, além de poderem ser usadas concomitantemente a outros tratamentos. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de acadêmicas de enfermagem na execução de um projeto para implementação da aromaterapia e biodanza com profissionais da saúde. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** O projeto teve como princípio a necessidade de promover qualidade de vida e saúde aos colaboradores da unidade básica de saúde Rosane Collor em Maceió- AL. Não existia um espaço apropriado para a realização do projeto, portanto, a sala dos agentes comunitários de saúde foi ocupada. A aromaterapia foi realizada juntamente com a meditação, utilizando óleos essenciais e um som relaxante, promovendo também a musicoterapia. Ademais, foi implementada a biodanza, estimulando os participantes a se expressarem através da dança. Concluímos a atividade com um “break fast” após o feedback dos participantes. **DISCUSSÃO:** As práticas integrativas e complementares (PIC's) são uma realidade multiprofissional em saúde no Brasil, que demonstram cuidado ampliado e humanizado. Os participantes relataram que as terapias complementares permitiram aumentar o seu aprendizado sobre o assunto e gostaram da possibilidade de aprender a relaxar e meditar. Além disso, afirmaram também que puderam se conectar com colegas de trabalho que não tinham proximidade, melhorando a convivência. **CONCLUSÃO:** Desse modo, a Aromaterapia implementada junto da biodanza, favoreceu de forma positiva na relação pessoal da equipe, criando um vínculo de comunicação e afeto entre eles. Com isso, foi visto que, é de grande importância que os profissionais tenham momentos como esse, para que haja um equilíbrio entre os desafios do trabalho e seu bem estar.

Palavras-chave: Aromaterapia, Terapias complementares, Biodança, Atenção primária à saúde, Enfermagem.