



## **OFICINA (MU)DANÇA: APRENDENDO A SER E A CONVIVER - PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES PARA APLICADORAS DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO COM BURNOUT, NO RECIFE-PE**

PAULO VALFREDO MESQUITA DE SOUZA; ALDENISE ALVES CASTELO BRANCO; ANA CAMILA DINIZ FREIRE; CLARA SOBREIRA PEREIRA NOGUEIRA; ISABELLE DINIZ CERQUEIRA LEITE

**Introdução:** trata-se de uma intervenção em psicologia da saúde, utilizando-se de Práticas Integrativas Complementares - PICs, com aplicadoras de Análise do Comportamento Aplicada - ABA, propiciando-as um momento de acolhimento e cuidado, tendo em vista o alto índice de Síndrome de Burnout encontrado nesse grupo. A literatura aborda algumas concepções de Burnout, geralmente, apresentando-a como síndrome de exaustão física, emocional e mental, gerando despersonalização, perdas de motivação e desempenho laboral, a exemplo de insônia, dores, distúrbios gastrointestinais e vulnerabilidade imunológica. A partir desse contexto, como proposta de intervenção, ressalta-se o papel das PICs como alternativa de cuidado às profissionais, buscando promover nesse público melhor qualidade de vida. Segundo a Organização Mundial de Saúde, as PICs estão voltadas para promoção da saúde, prevenção de agravos e tratamento de doenças, tendo-se mostrado efetivas como complementares aos tratamentos convencionais, visando a integralidade do cuidado, favorecendo abertura para a intervenção em saúde. Aliado a esse processo, a literatura aponta a Arteterapia como alternativa para promoção de saúde mental, que pode ser aplicada a fim de melhorar a qualidade de vida e o desenvolvimento de pessoas beneficiadas, uma vez que consegue perceber seus potenciais laborais. **Objetivo:** proporcionar momentos de autocuidado a profissionais aplicadoras de ABA, destacando no processo PICs como prevenção em saúde. **Materiais e Método:** ação prático-vivencial ministrada por dois profissionais da psicologia, na modalidade de oficina terapêutica, com a realização de técnica em Dança Circular, além da aplicação de técnica em Arteterapia, com a criação de uma Mandala Grupal, culminando em um momento de sensibilização e avaliação. Participaram dessa intervenção seis mulheres, em única sessão, com tempo de 2h30min, em consultório da empresa BeLive, no Recife-PE. Ao longo do processo grupal, existiu uma terceira profissional, responsável pela sistematização dessa intervenção. **Resultados:** corroborando às teorias estudadas ao longo desse processo, sobre os benefícios das práticas realizadas, constatou-se que as PICs propiciam aumento de bem-estar e despertam o autocuidado em casos de Burnout. **Conclusão:** as participantes mostraram-se empáticas e conscientes nas tarefas vivenciadas, reconhecendo no processo a necessidade e importância da preservação do autocuidado, bem como foi possível sensibilizá-las para a existência de uma rede de apoio.

Palavras-chave: **PROFISSIONAIS DE ANÁLISE DO COMPORTAMENTO APLICADA; SÍNDROME DE BURNOUT; PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES; AUTOCUIDADO; INTERVENÇÃO EM PSICOLOGIA DA SAÚDE**