



O USO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE EM PACIENTES COM FIBROMIALGIA

JOÃO CARLOS TAVARES DA COSTA

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) são regulamentadas pela Política Nacional de PICS no SUS (PNPIC), incentivando a atuação nos campos de prevenção de agravos e da promoção, manutenção e recuperação da saúde baseada em modelos de atenção humanizada centrada na integralidade do indivíduo. **Objetivo:** Demonstrar como pacientes com doenças crônicas, enfatizando os com fibromialgia, tiveram melhora na qualidade de vida com as práticas e redução expressiva no uso de analgésicos e antidepressivos. **Metodologia:** Foram selecionados pacientes com diagnóstico de fibromialgia, com grandes queixas álgicas resistentes a farmacologia analgésica e uso de antidepressivos moduladores de dor. Foram 20 pacientes atendidos durante o período de ago/out de 2024, onde foi avaliada a escala analógica visual da dor na consulta inicial e no final. As PICS foram aplicadas por Médico de Família, respeitando os princípios éticos e sanitários das práticas. Os pacientes foram convidados e aceitaram o tratamento de livre e espontânea vontade, sendo esclarecidos que as práticas são complementares e não substitutivas aos tratamentos médicos convencionais. **Resultados:** Com a avaliação realizada com os 20 pacientes participantes das PICS, inicialmente apresentavam limiar na escala analógica visual de dor com média de 7,7 pontos (5 pacientes com escala 10, 7 pacientes com escala 8 e 8 pacientes com escala 6) mesmo em uso de analgésicos e antidepressivos moduladores de dor. Após apenas 06 sessões, o limiar na escala caiu para uma média de 4,4 pontos (8 pacientes com escala 6, 4 pacientes com escala 4 e 8 pacientes com escala 3), demonstrando uma efetividade importante no tratamento complementar, inclusive com relatos de diminuição no uso de analgesia simples e uso de antidepressivos. **Conclusão:** Mediante avaliações iniciais, periódicas e no final das abordagens complementares ficou evidente a efetividade do tratamento complementar com os usuários, gerando um vínculo maior entre profissionais e pacientes e compondo uma rede de auxílio na qualidade de vida dessas pessoas, estimulando o vínculo dentro da Atenção Primária de Saúde e ao autocuidado, despertando um olhar mais centrado nas necessidades do paciente e o envolvendo maior na autonomia do usuário nas decisões de tratamento.

Palavras-chave: **DOENÇAS CRÔNICAS; FIBROMIALGIA; ; PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES**