

Atividades de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde desenvolvidas na 95ª edição da Semana do Fazendeiro

CORRÊA, Júlia Fialho Lélis; CAVALLARI, Gabrielle Raváglia; FREITAS, Sthefanie Caroline Pereira da Silva; LOPES, Wenderson Rogério Araújo; COSTA, Paula Nepomuceno; RODRIGUES, Yara Martins; SANTANA, Maria Clara Vidigal; SILVA, Edimara Medina; RODRIGUES, Raissa Policarpo; MOURA, Caroline de Castro

Dimensões Sociais - Extensão

Introdução

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são abordagens terapêuticas que promovem o bem-estar físico, mental e emocional, trazendo um cuidado mais humanizado e holístico ao paciente. Dessa forma, apresentam diversos benefícios, como a redução do estresse e da ansiedade, melhoria na qualidade do sono, alívio de dores crônicas e fortalecimento do sistema imunológico.

Objetivo

Descrever as atividades de PICS desenvolvidas na 95ª edição da Semana do Fazendeiro.

Método

As atividades foram realizadas em cinco dias, durante seis horas por dia, por extensionistas do Programa de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde da UFV. As seguintes atividades foram desenvolvidas no evento:

- aplicação de sessões pontuais de auriculoterapia, com sementes de mostarda nos acupontos Shenmen, Rim e Sistema Nervoso Simpático;
- aplicação de sessões pontuais de ventosaterapia, na modalidade seca e fixa, em acupontos localizados no músculo trapézio;
- aromaterapia por meio de difusor ambiental e prova olfativa dos hidrolatos de lavanda (*Lavandula dentata*), aroeira (*Shinus terebinthifolius*) e alecrim do campo (*Baccharis dracunculifolia*) e com os óleos essenciais (OE) de goiaba (*Psidium guajava*), lavanda (*Lavandula dentata*), aroeira (*Shinus terebinthifolius*), alecrim do campo (*Baccharis dracunculifolia*) e manjericão (*Ocimum basilicum L.*), esses em parceria com a Rede Aromas-UFV, além dos OE de lavanda (*Lavandula officinalis*), alecrim (*Rosmarinus officinalis*), laranja doce (*Citrus sinensis*) e hortelã pimenta (*Mentha piperita*);
- oferta de sachês de escaldas pés contendo sal grosso, camomila (*Matricaria chamomilla*) e erva doce (*Pimpinella anisum*) e das plantas medicinais: capim limão (*Cymbopogon citratus*), melissa (*Melissa officinalis*), camomila (*Matricaria chamomilla*) e folha de maracujá (*Passiflora edulis*);
- distribuição de folders educativos sobre auriculoterapia, ventosaterapia, aromaterapia, breathwork, escaldas pés e plantas medicinais/fitoterapia;
- orientação do público sobre o que são as PICS, as indicações, as contraindicações e os benefícios.

Apoio Financeiro

Resultados

Ao final do evento, os seguintes resultados foram obtidos:

- realizaram-se 194 sessões pontuais de auriculoterapia e 124 de ventosaterapia;
- inalação de OE;
- foram distribuídos 100 sachês de cada uma das plantas medicinais expostas e 115 sachês de escaldas pés;
- 637 folders educativos foram distribuídos, sendo 181 de auriculoterapia, 122 de ventosaterapia, 100 de plantas medicinais/fitoterapia, 91 de aromaterapia, 77 de escaldas pés e 66 de breathwork.



Fonte: acervo pessoal.



Fonte: acervo pessoal.

Conclusão

A partir do quantitativo de sessões realizadas de auriculoterapia e ventosaterapia, observou-se o grande interesse dos visitantes do evento por intervenções que promovem o bem-estar. Além disso, a considerável distribuição de folders educativos, sachês de plantas medicinais e de escaldas pés e procura pelos OE evidenciou a difusão do conhecimento a respeito das PICS e seus benefícios para a qualidade de vida da população.

Bibliografia

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n. 971, de 3 de maio de 2006, que aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília, 2006.