

Terapias integrativas para os profissionais do CTA visando o alívio do estresse gerado pela pandemia.



XIII CONGRESSO DA
SOCIEDADE BRASILEIRA DE IST
IX CONGRESSO BRASILEIRO DE AIDS
IV CONGRESSO LATINO AMERICANO
DE IST / HIV / AIDS
PREVENÇÃO, APOIO, APOIAMENTO E AVALIAÇÃO: TENDÊNCIAS E
PRÁTICAS CLÍNICAS, INOVAÇÕES E POLÍTICAS PÚBLICAS
RECONSTRUINDO O COTIDIANO PARA O NOVO NORMAL

Eixo temático:
Epidemiologia,
Monitoramento e Avaliação

*Autores: SILVA, Suelen Aparecida¹; SALOME, Solange Aparecida Neumann. CTA Dr. Sergio Arouca, Secretaria Municipal da Saúde de São Paulo.
Contato: ctasarouca@prefeitura.sp.gov.br ctasergioarouca@gmail.com e (11)2561-3052*

Introdução

Os profissionais da saúde sofrem de estresse ocupacional. Normalmente é porque os profissionais enfrentam altas expectativas, mas podem não ter tempo suficiente, habilidades e apoio social no trabalho. Isso pode levar a doenças físicas, síndrome de *burnout* e exaustão grave. Consequentemente, os profissionais de saúde podem não conseguir proporcionar serviços de alta qualidade. O estresse e o *burnout* também pode ser caro para as organizações e sistemas de saúde, pois, profissionais doentes tiram muitas licenças e podem até mudar de emprego.

Nós avaliamos o quanto diversas intervenções conseguem prevenir o estresse ou o *burnout* de profissionais de saúde. As terapias integrativas reconhecem a subjetividade interior, as emoções que podem afetar a saúde do corpo, sendo uma ferramenta fundamental usada para prevenção de doenças, promoção a saúde de forma integral, tal como prevê o SUS ¹.

Objetivos

O objetivo desse trabalho é mostrar que as terapias tem um resultado positivo quando são utilizadas no alívio do estresse ocupacional tendo um efeito relaxante e auxiliando na saúde dos profissionais do CTA durante o enfrentamento da pandemia e no dia a dia do trabalho.

Métodos

O método aplicado foi o uso de diversas práticas sendo elas a meditação, auriculoterapia, ventosaterapia e alongamento sendo realizado por profissionais da rede de IST/AIDS capacitados.

Resultados

O resultado foi muito satisfatório onde verificamos através de relatos dos profissionais um efeito positivo na redução de estresse.

Conclusão

Concluimos que estas terapias realizadas trouxeram grandes benefícios na saúde do trabalhador e auxiliaram no enfrentamento da pandemia de forma mais saudável, mostrando que vale a pena ter um olhar humanizado ao trabalhador da saúde, promovendo cuidados a quem cuida.



Referências Bibliográficas : ¹ RUOTSALAINEN, JH; VERBEEK, JH; MARINÉ, A.; SERRA, C. Disponível em < <https://www.cochrane.org/>> publicação em 7 de abril de 2015