

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE: EXPERIÊNCIA FORMATIVA DO PET-SAÚDE EQUIDADE NO PROJETO 4 VARAS ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

¹Anne Mikaelle Pinheiro Cisne, ²Maria Socorro Carneiro Linhares

¹Graduando em Enfermagem, UVA, Sobral-CE, cisnemikaelle241@gmail.com

²Docente do curso de Bacharelado em Enfermagem, UVA

A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) é uma prática terapêutica desenvolvida no Brasil na década de 1980, fundamentada na escuta sensível, no acolhimento e na valorização da sabedoria popular como formas de promoção da saúde mental. Reconhecida pelo Ministério da Saúde desde 2008 como uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) do Sistema Único de Saúde (SUS), busca fortalecer vínculos, promover o autocuidado e estimular o protagonismo individual e coletivo na superação do sofrimento psíquico. Este relato tem como objetivo descrever a experiência vivenciada pelos integrantes do Grupo de Aprendizagem Tutorial 3 (GAT 3) do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde: Equidade) da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA) durante visita ao Movimento Integrado de Saúde Mental Comunitária (MIMESC), mais conhecido como Projeto 4 Varas, localizado em Fortaleza, Ceará. A vivência foi organizada como uma ação formativa e extensionista que buscou aproximar os estudantes das práticas integrativas e comunitárias de cuidado em saúde mental, fortalecendo o olhar sensível e humanizado sobre o sujeito em sofrimento. A atividade iniciou-se com o acolhimento pela equipe do MIMESC, em um ambiente marcado pela escuta, partilha e empatia, conduzido por meio de dinâmicas integrativas, envolvendo música, gestos e expressões corporais. Em seguida, os estudantes participaram de práticas de cuidado individual e coletivo, como escada-pés, massoterapia, ventosaterapia e acupuntura, conduzidas por profissionais e voluntários capacitados. Vivenciando como uma atividade relaxante para aliviar o estresse e promover bem-estar, no resgate da autoestima, no relaxamento muscular e para o equilíbrio físico e energético. O ponto culminante da vivência foi a roda de Terapia Comunitária Integrativa, mediada por um terapeuta comunitário experiente, na qual cada participante pôde compartilhar experiências, desafios e sentimentos, sendo acolhido em um espaço de respeito, confiança e solidariedade. Essa troca coletiva permitiu compreender a potência terapêutica da TCI na promoção da saúde mental e na construção de redes de apoio comunitário. Ao final, destaca-se que a experiência amplia a visão sobre o papel do enfermeiro como mediador de vínculos, facilitador da escuta qualificada e agente de transformação social, aproximando a formação acadêmica da prática comunitária, reafirmando a importância das PICS na consolidação de um cuidado integral, humanizado, culturalmente sensível e comprometido com a saúde mental.

Palavras-chave: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde; Saúde Mental; Terapia Comunitária Integrativa

Agradecimentos: Ao PET-Saúde Equidade pela bolsa de Extensão