

CAPACITAÇÃO TEÓRICO-PRÁTICA EM YOGA APLICADA AO AMBIENTE HOSPITALAR EM PETROLINA-PE: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Leonardo Maurieli Clemente; Susan Gomes Coutinho de Jesus; Vitor Hugo Araujo Cabral; Dayse Flávia de Oliveira Batista; Alexandre Franca Barreto.

Universidade Federal do Vale do São Francisco - UNIVASF

1. INTRODUÇÃO:

Situado em Petrolina-PE, o Hospital da Universidade Federal do Vale do São Francisco (HU-Univasf) é uma unidade de saúde de referência para todo o Vale do São Francisco. Segundo Cadastro Nacional de Estabelecimentos Hospitalares (CNES), é composto por 152 leitos, apresentando saturação regular de ocupação por usuários com demandas cirúrgicas, traumatológicas e tratamentos intensivos. Tal cenário cotidiano não existe um cuidado institucionalizado de práticas integrativas complementares em saúde (PICS) no processo do cuidado para com os usuários.

Identificada essa carência, um grupo formado por profissionais do HU-Univasf, docentes, técnicos e discentes da Universidade Federal do Vale do São Francisco se mobilizou com a iniciativa de fornecer atendimentos em PICS no hospital por meio do projeto de extensão universitária denominado "*Cuidado além da biomedicina: práticas integrativas e complementares para pacientes e acompanhantes do HU /UNIVASF*" que disponibilizou serviços de Yoga, Reiki, Fitoterapia, Auriculoterapia, dentre outras ações direcionadas aos pacientes internados no HU-Univasf e seus acompanhantes.

Nesse contexto, o presente trabalho teve como objetivo principal atuar em uma das fases do projeto de extensão, ao capacitar voluntários em técnicas pré-selecionadas de Yoga. Regulamentada pela Portaria nº 849 do Ministério da Saúde (BRASIL, 2017), Yoga é uma prática integrativa que combina posturas físicas, técnicas de respiração, meditação e relaxamento além de estabelecer princípios éticos como a não violência, a disciplina e o autocuidado. Ainda segundo a portaria, são diversos os benefícios decorrentes da prática, como a melhoria da qualidade de vida, redução do estresse e também da pressão arterial e frequência cardíaca, por exemplo.

Sendo assim, a capacitação realizada teve como finalidade formar multiplicadores capazes de promover, através de PICS (em específico, Yoga), melhora no processo do cuidado de saúde-doença dos pacientes internados no HU-Univasf e seus acompanhantes.

2. METODOLOGIA:

2.1. CAPTAÇÃO DE VOLUNTÁRIOS

Num primeiro momento, o projeto de extensão regulamentou a capacitação de modo que os certificados fossem emitidos pela diretoria de Ensino e Pesquisa do HU-Univasf, mediante participação mínima de 75% da carga horária das atividades. Estabelecida a parceria, foi divulgada a oportunidade de 21 vagas entre os profissionais e residentes do hospital, bem como aos estudantes de graduação e pós-graduação, via e-mail e *websites* do Hospital e da Universidade, de modo que o curso era aberto a toda a comunidade. Ao final das 2 semanas de prazo de inscrição foram ocupadas todas as vagas disponíveis.

2.2. FORMAÇÃO TEÓRICO-PRÁTICA

Uma vez reunidos os voluntários, a capacitação foi estruturada em formato de minicurso, com duração de 12 horas, acontecendo em três diferentes módulos, sendo os dois módulos iniciais nas manhãs dos dias 10/12/2016 e 21/01/2017. A flexibilidade nas datas e horários tinha por objetivo viabilizar assiduidade dos inscritos, visto que a divulgação incluía profissionais do hospital e há peculiaridades da rotina desse tipo de serviço. O terceiro módulo, realizado em 28/01/2017, consistiu em visita ao hospital para uma experiência prática de condução das técnicas de yoga apresentadas nos dois primeiros encontros. Os voluntários realizaram, sob supervisão as atividades com os pacientes e acompanhantes do hospital.

A estrutura do minicurso foi construída pela docente Maria Theodora Gazzi Mendes, professora substituta do Colegiado de Psicologia da Univasf e por Leonardo Maurieli Clemente, discente do curso de Medicina da Univasf, ambos instrutores de Yoga certificados e atuantes. Os Módulos apresentavam a programação abaixo:

2.2.1. Módulo I

O módulo inicial teve por objetivo introduzir conceitos elementares de PICS, do Yoga e apresentar um panorama introdutório do contexto hospitalar. Considerando a hipótese de que os voluntários não teriam experiência prévia com Yoga, buscava-se contextualizar os conceitos que fundamentam a prática e construir nos voluntários a devida conduta das futuras atividades, como por exemplo a *'ahimsa'*, princípio básico de não violência. A humanização no atendimento à saúde também foi abordada, ressaltando a premissa de considerar o bem-estar do paciente e sua família no manejo. O módulo foi encerrado com uma vivência em yoga, com práticas de *'ásanas'* (posturas físicas) e *'pranayamas'* (técnicas de respiração) pelos voluntários.

2.2.2. Módulo II

O segundo módulo tinha por objetivo geral aproximar os participantes da realidade de atuação do projeto e para tal estruturou-se três objetivos específicos: ofertar uma nova vivência em Yoga, reforçando a percepção empírica dos participantes quanto a prática; abordar com mais profundidade o panorama da realidade hospitalar, ilustrando hipóteses do que viria a ser encontrando na atuação no terceiro módulo; e apresentar um rol de técnicas de Yoga possíveis de se aplicar no referido contexto, experimentando sua execução, finalidades e cautelas necessárias. Ao final da exposição do conteúdo pelos instrutores, os voluntários se reuniram em grupos apresentando propostas de exercícios e conduzindo os mesmos em um ambiente simulado, viabilizando considerações dos instrutores antes da experiência hospitalar propriamente dita.

2.2.3. Módulo III

Como proposta de finalização do curso, houve um momento de prática no HU-Univasf, onde os voluntários puderam vivenciar o que aprenderam nos módulos anteriores: técnicas do yoga; humanização do cuidado ao paciente e acompanhantes; e as possibilidades de manejo a partir de um olhar diferenciado para a assistência. Dessa forma, instrutores e voluntários dividiram-se em subgrupos para atuar nas enfermarias da clínica médica, cujo perfil de pacientes, em sua maioria, era de adultos e idosos. A abordagem, feita por busca ativa nos leitos, iniciava com a apresentação do projeto, seus objetivos e finalidades e o convite à realização da prática do yoga. Tendo em vista a situação clínica de cada paciente, houve adaptações na realização das técnicas respeitando sempre o princípio de não violência.



Figura 01 – Mobilização de voluntariado e aplicação de práticas no ambiente hospitalar.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO:

3.1 CAPTAÇÃO DOS VOLUNTÁRIOS

A divulgação do curso teve custo operacional praticamente nulo, preenchendo as vagas dentro do tempo estimado. O perfil de voluntários evidenciou em que locais a oportunidade de

(83) 3322.3222

contato@congregpics.com.br

www.congregpics.com.br

capacitação foi mais difundida. Houve um expressivo número de profissionais do hospital e estudantes, sendo todos estes discentes do curso de graduação em psicologia. A existência de outros cursos de graduação e pós-graduação na Univasf (enfermagem, farmácia, medicina e educação física), frente à iniciativa de inscrição exclusivamente por estudantes de psicologia, levanta a hipótese de que a formação acadêmico-profissional nestes cursos permaneça fortemente pautada na perspectiva reducionista do modelo biomédico, desconsiderando PICS e suas aplicações.

Vide gráfico 01:

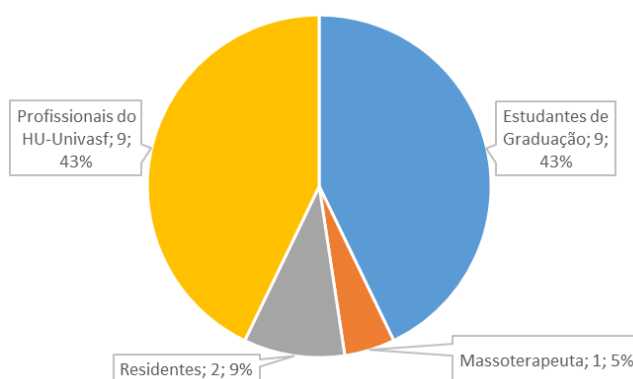


Gráfico 01 – Relação quantitativa e percentual da ocupação dos inscritos

Os voluntários inscritos apresentaram expressiva adesão (85,7%) de modo que todos os que compareceram ao curso mantiveram-se assíduos, concluindo a formação. A assiduidade por parte de profissionais do HU-Univasf propõe que a realização de módulos separados por um razoável período de tempo (10/12/2016 e 21/01/2017) tende a favorecer a permanência de profissionais em cursos de capacitação e formação continuada, conforme gráfico 02.

Uma outra evidência de adesão na captação de voluntários pode ser evidenciada no engajamento dos participantes na temática. Dentre os 18 concluintes, 5 deles participam regularmente enquanto beneficiários da comunidade no projeto de extensão da UNIVASF “*Medita Vale*” que tem como objetivo oferecer práticas de Yoga e Meditação no Parque Municipal Josepha Coelho em Petrolina, PE.

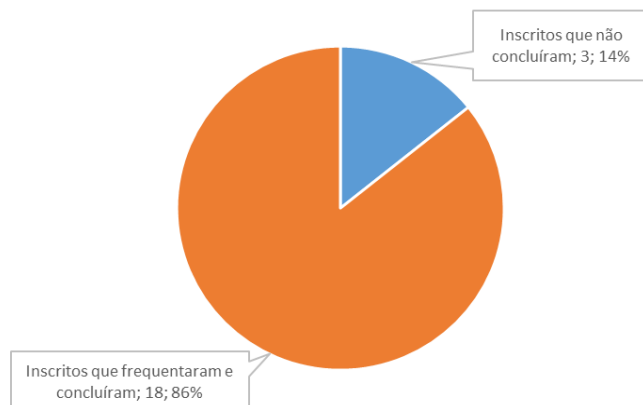


Gráfico 02 – Relação da inscrição x assiduidade e conclusão do curso de capacitação.

3.2 EXPERIENCIA PRÁTICA DOS VOLUNTÁRIOS NO HU-UNIVASF

Praticar PICS no ambiente hospitalar é abrir o campo de possibilidades da assistência ao paciente e seus acompanhantes. A experiência de yoga no HU-Univasf permitiu aos voluntários a condução das práticas que aprenderam no curso, e estes tiveram participação ativa, revelando segurança e satisfação na execução da técnica. Este momento está para além da aplicação das posturas e da estimulação de uma respiração consciente, mas sim a ampliação de um olhar de cuidado, acolhimento, enxergar o paciente na sua totalidade e poder propiciar adaptações das técnicas de acordo com as possibilidades e limites de cada paciente e seu quadro clínico. Ao passo que a prática biomédica não contempla a complexidade do ser humano em todas suas dimensões, corpo físico e emocional, surgem as possibilidades da desta ser compartilhada com outras de natureza integrativa. (MELO, 2013).

Houve também grande receptividade dos pacientes e acompanhantes na execução da atividade, seja com olhares e sorrisos de acolhimento, seja relatando sentindo-se agradecidos por estarem recebendo uma prática diferente para a rotina deles. Além disso, a ação no hospital resultou também na cobertura e divulgação do projeto pela assessoria de comunicação do HU sobre o evento, com a descrição do projeto e depoimentos de voluntários e facilitadores, como por exemplo o de uma facilitadora, afirmando que a prática traz diversos benefícios, dentre eles a possibilidade de auxiliar na movimentação, no trabalho respiratório e de consciência corporal, relaxando as pessoas (EBSERH, 2017).

4. CONCLUSÕES

A homogeneidade do perfil de estudantes voluntários sinaliza a necessidade de fomentar a discussão sobre as PICs durante a formação acadêmica, nos diferentes cursos da UNIVASF. A

construção de uma turma heterogênea contribuiria de maneira mais expressiva para a divulgação das PICS na realidade de Petrolina/ Vale do São Francisco, tal e qual as ações do projeto de extensão o fizeram.

Espera-se também, diante da capacitação, que os voluntários inscritos e que executaram o projeto atuem como multiplicadores do potencial benéfico das PICS enquanto mecanismos de promoção de saúde, autocuidado e bem-estar, uma vez que na cidade de Petrolina-PE, bem como na sua região de entorno e abrangência do contexto de saúde pública, as PICS são pouco ou nada abordadas. Além disso, percebeu-se grande aceitação e um desejo de continuidade periódica da prática realizada, seja pelos pacientes e acompanhantes, seja pelos profissionais envolvidos ou mesmo os que observaram a sua realização, o que evidencia uma abertura e receptividade dos atores do contexto de saúde à inserção das PICS nas suas práticas cotidianas e reforça a necessidade de investimento em capacitação e execução das mesmas.

Neste sentido, após a boa avaliação do projeto, atualmente estamos ampliando nossas ações a partir da construção de um Centro de Referência em Práticas Integrativas em parceria com o HU-UNIVASF e a Secretaria Municipal de Saúde de Petrolina, que envolvam ações mais continuadas de assistência e formação em PICS.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006.** Dispõe sobre a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Diário Oficial da União, 3 Maio 2006.

BRASIL. **Portaria nº 849, de 27 de março de 2017.** Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Diário Oficial da União, 27 de março de 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. Secretaria de Atenção à Saúde. **Relatório do 1º Seminário Internacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde – PNPIC.** Brasília, DF: MS; 2009.

MELO, Suzane Cristina Costa et al. Práticas complementares de saúde e os desafios de sua aplicabilidade no hospital: visão de enfermeiros. **Rev. bras. enferm.** Brasília, v. 66, n. 6, p. 840-846, Dec. 2013. Disponível em: <<https://goo.gl/21z7pj>>. Acesso em 10 jul. 2017.

WEBSITE EBSEH. Pacientes do HU-Univasf participam de prática de ioga. Disponível em: <<https://goo.gl/Ek52Vx>>. Acesso em 09 jul. 2017.