

Relato de experiência na RAPS

Autor: Luiz Mario Barros Moutinho

Graduado em Licenciatura e Bacharelado em Educação Física pela Universidade de Pernambuco

Residente em Saúde Mental pela Faculdade de Ciências Médicas da Universidade de Pernambuco

Auriculoterapia como ferramenta de cuidado e afeto no território.

Palavras-chave: Cuidado, afeto, vínculo social, saúde mental,

Conteúdo Teórico da Experiência

Durante meu primeiro rodízio no programa de Residência Multiprofissional em Saúde Mental pela Universidade de Pernambuco, fui alocado por três meses na USF+ Eduardo Campos, situada no bairro da Bomba do Hemetério, em Recife, Pernambuco. Minha experiência prévia com a auriculoterapia chinesa e seu reconhecido potencial no manejo de comorbidades em saúde mental, aliados à simplicidade de sua implementação e ao baixo custo, motivaram o desenvolvimento de uma ação educativa em saúde. Identifiquei uma crescente demanda entre os usuários do SUS por tratamentos para depressão, ansiedade e insônia, com base em conversas, nas ações de sala de espera e no acolhimento em saúde com os trabalhadores e usuários da unidade, o que ressaltava a necessidade de intervenções de saúde mental eficazes na atenção básica.

A realidade anterior à implementação dessa experiência era marcada por uma carência de estratégias integrativas no tratamento da saúde mental na unidade. Visando suprir essa lacuna, organizei sessões educativas nas salas de espera, onde os usuários eram informados sobre os benefícios da auriculoterapia enquanto aguardavam outros atendimentos. Posteriormente, em conjunto com colegas de trabalho, realizei atendimentos práticos no auditório da unidade. Inicialmente a ação se destinou aos usuários e a adesão foi tão significativa que se estabeleceu um dia fixo na semana para esses atendimentos, refletindo uma melhoria substancial nos sintomas reportados por eles.

Paralelamente, os próprios trabalhadores da saúde demonstraram interesse pela terapia, o que nos levou a introduzir um turno adicional de atendimento voltado para os usuários com possibilidades de atendimento a esses profissionais nos momentos de baixo fluxo, adaptável aos diversos horários de plantão, sempre tendo em mente a prioridade do usuário. Esse aspecto do projeto não apenas potencializou a adesão ao tratamento, mas também fomentou uma melhor comunicação e relação interpessoal entre as equipes, contribuindo para um clima organizacional mais positivo. Outro ponto que chamou a atenção foi a capilarização das informações sobre os benefícios da terapêutica e sobre os atendimentos que ocorriam na unidade. Os agentes comunitários de saúde avisavam aos usuários de sua cobertura sobre os atendimentos e tal ação aumentou a adesão deles ao tratamento. Os usuários que

eram atendidos retornavam e por vezes traziam outros familiares para serem atendidos, aumentando assim o número de pessoas que puderam ser cuidadas. No desenvolver das ações alguns dos ACS's puderam perceber a melhora clínica de alguns de seus sintomas chegaram a relatar interesse em fazer a capacitação em auriculoterapia ofertada pelo próprio SUS, enxergando a terapêutica como uma ferramenta potencializadora de seu trabalho de cuidado em saúde.

Por fim a própria gestão da unidade reconheceu a importância do autocuidado para os trabalhadores e incorporou ajustes de horário que permitiram a continuidade dos atendimentos regulares sem prejuízo das atividades da própria unidade.

Os materiais e dispositivos utilizados para desenvolver a experiência incluíram recursos educativos para as sessões nas salas de espera, bem como os materiais específicos para a prática de auriculoterapia. Reuniões estratégicas foram essenciais para a organização e o planejamento das atividades, que também contaram com a supervisão clínica.

As mudanças produzidas foram notáveis tanto nos resultados clínicos dos usuários quanto no bem-estar dos trabalhadores, evidenciando como a introdução de práticas integrativas pode qualificar a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). Uma profissional da EMult chegou a relatar que percebera uma maior integração entre as várias categorias de trabalhadores, quem em seu tempo de trabalho na unidade nunca vira antes. A experiência foi uma lição valiosa sobre a importância do cuidado integral, ensinando-me a relevância de escutar e adaptar as intervenções às necessidades da comunidade.

A interação com diferentes serviços da RAPS foi crucial, especialmente no que



tange à capacitação de Agentes Comunitários de Saúde (ACS) que, inspirados pelos resultados, buscaram formação em auriculoterapia para expandir a rede de cuidados. Este projeto ressaltou a potencialidade de práticas integrativas no contexto da saúde mental e no fortalecimento das relações humanas dentro das unidades de saúde, um aspecto que continuamente motiva minha atuação na RAPS. Lidar com os sentimentos de realização e gratidão dos usuários e colegas reforçou minha paixão pela saúde mental e pela capacidade de gerar impacto positivo através do cuidado integrado e informado.

Roteiro de Apresentação

O relato de experiência será apresentado no formato de contação de história, que é uma prática integrativa e complementar de saúde reconhecida pelo SUS. A narrativa foi construída pensando os 12 passos da jornada do herói, sendo apresentada em seguida.

Luiz Mário é um profissional de educação física recém-chegado ao mundo da saúde mental, ansioso para aplicar seu conhecimento em algo que possa realmente transformar vidas. Ele começa sua residência em um bairro modesto de Recife, onde a carência de tratamentos integrativos é evidente, e a comunidade anseia por soluções mais acessíveis. Ele observa de perto as dificuldades dos usuários do SUS e sente uma responsabilidade crescente de contribuir com algo além do básico, algo que faça a diferença.

Durante conversas e atendimentos na unidade, Luiz percebe que muitos usuários enfrentam problemas como ansiedade, insônia e depressão. Ele se lembra de sua experiência com auriculoterapia e do potencial dessa prática para auxiliar em questões emocionais e psicológicas. O chamado para ajudar é claro: ele quer usar sua experiência para oferecer algo novo e transformador, mas que seja acessível a todos. Mesmo sem ter certeza de que sua ideia será aceita, Luiz sente que encontrou uma maneira de ajudar.

Luiz hesita. Ele sabe que auriculoterapia não é comumente utilizada como

prática integrativa em unidades de saúde mental no Brasil, e teme que sua iniciativa não seja bem recebida ou que não tenha o impacto que ele deseja. As normas da unidade e a falta de apoio imediato da gestão são obstáculos que o deixam inseguro sobre seguir em frente com a ideia.

Um colega de residência e um trabalhador experiente da unidade de saúde o encorajam, lembrando-o da importância de acreditar em seu potencial e de ser o



agente de mudança. Eles o ajudam a compreender que, muitas vezes, inovações começam com alguém disposto a tentar. Com o apoio e as palavras de incentivo do colega, Luiz ganha coragem para começar seu projeto, superando o medo inicial.

Determinando-se a seguir em frente, Luiz organiza as primeiras sessões educativas na sala de espera da unidade. Ele se prepara com recursos visuais e um discurso acolhedor, onde explica os benefícios da auriculoterapia para os usuários enquanto eles aguardam atendimento. Esse primeiro passo é simbólico, marcando o início de uma jornada de transformação pessoal e comunitária.

A recepção inicial dos usuários é positiva, mas Luiz enfrenta desafios. Alguns profissionais da unidade questionam a eficácia do tratamento, e a adesão é lenta no início. No entanto, ele encontra aliados inesperados entre os agentes comunitários de saúde (ACS), que percebem o valor da auriculoterapia e começam a divulgar a prática para os moradores. Esses aliados se tornam fundamentais para Luiz, pois ajudam a expandir o alcance de sua ação.

Com o tempo, a auriculoterapia se torna mais popular e um dia fixo é estabelecido para o atendimento. No entanto, Luiz sente que precisa ir além, pois vê que os próprios profissionais da saúde, desgastados e estressados, também poderiam se beneficiar da terapia. Ele enfrenta o dilema de como oferecer o tratamento aos colegas sem interferir no atendimento aos usuários.

Luiz decide abrir um turno adicional para atender também os profissionais da unidade em momentos de menor movimento. Esta foi uma decisão arriscada, pois poderia não ser bem recebida pela gestão. Mas a adesão é surpreendente, e a comunicação entre os profissionais melhora significativamente. A auriculoterapia começa a transformar o ambiente de trabalho, promovendo um clima mais positivo e colaborativo.

A prática da auriculoterapia se torna um sucesso na unidade. Mais usuários aderem ao tratamento, trazendo familiares e amigos, e a gestão da unidade reconhece a importância da prática ao ajustar os horários para permitir que o atendimento continue. Luiz não apenas conquista a confiança da comunidade, mas vê resultados clínicos positivos, testemunhando o impacto de seu projeto.

Luiz percebe que a experiência não só beneficiou os usuários e os profissionais, mas também a ele próprio. Ele se sente realizado ao ver os efeitos tangíveis de sua ação, e entende o poder do cuidado integrado e do acolhimento. Agora, ele leva essa experiência como aprendizado, pronto para aplicá-la em outros contextos e compartilhar sua história com futuros colegas.

Ao ver o sucesso e a adesão dos ACS e profissionais, Luiz sente um renascimento em sua vocação pela saúde mental. Ele compreende profundamente o impacto das práticas integrativas na vida das pessoas e sente que encontrou sua missão: promover o cuidado acessível, que acolhe e fortalece laços na comunidade.

Luiz retorna à sua rotina de trabalho, mas com uma visão transformada e novas habilidades que compartilha com outros profissionais da RAPS. Ele leva consigo a experiência da auriculoterapia e o valor do cuidado integral, que agora se tornaram parte essencial de sua atuação em saúde mental. Essa experiência é o "elixir" que ele

compartilha com a rede de saúde, fortalecendo a conexão entre profissionais, usuários e a própria comunidade.