

## RESUMO

### #45 O uso da musicoterapia e de técnicas da yoga num grupo de endocrinologia integrativa: relato de experiência

*The use of music therapy and yoga techniques in a group of integrative endocrinology: experience report*

**Introdução:** Considerando-se as limitações da assistência médica tradicional à saúde da mulher, emerge a demanda por modelos de assistência que enfatizem a qualidade das relações entre mulher e profissional e que possibilitem o uso de tecnologia associada com a visão holística e integrada do ser. Entende-se, por sua vez, que as Práticas Integrativas e Complementares (PICS) são um meio de abandonar a passividade do sujeito ao sistema dominante, hegemônico, inventando novos espaços, pequenos que sejam, para a concretização de uma prática diferenciada em saúde. Assim, elas vêm complementar, ampliar a oferta de ações de saúde com perspectiva de integralidade, abrangendo dimensões variadas do indivíduo. **Objetivo:** Este trabalho consiste, então, num relato de experiência de uma discente e docentes da graduação em Enfermagem da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN) sobre o uso das PICS, musicoterapia e Yoga, no grupo educativo endocrinologia integrativa do projeto de extensão “Café Educativo – Papo entre Mulheres”, da Faculdade de Enfermagem-UERN. **Método:** As atividades do grupo tiveram início em julho de 2017 e foram encerradas em julho de 2018. Aconteciam à tarde, uma vez ao mês, no ambulatório da Faculdade de Ciências da Saúde-UERN, mais especificamente, no pátio e/ou embaixo da copa de uma árvore de grande porte e com boa sombra, com mulheres entre 40 e 65 anos de idade, em espera de atendimento com o endocrinologista. A equipe responsável pelas atividades do grupo de endocrinologia integrativa era formada por alunos e professores dos cursos de Enfermagem e de Medicina, que escolheu como metodologias para educação em saúde com o grupo de mulheres, exposições dialogadas em ambiência humanescente, assim como práticas de Yoga, Karaokê integrativo, além de gincana integrativa, com jogo de tabuleiro que dispunha de perguntas e respostas sobre os distúrbios endocrinológicos, si-



Líbne Lidianne da Rocha e Nóbrega<sup>1</sup>  
Suelen Tamiles Pereira Costa<sup>1</sup>  
Isabel Cristina Amaral de Sousa  
Rosso Nelson<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. Mossoró, RN, Brasil.

E-mail: isacristas@yahoo.com.br

nais e sintomas, entre outros. **Resultados:** O grupo contou com a participação especial de uma professora de Yoga que trabalhou uma abordagem prática de exercícios de respiração, úteis em situações de intenso estresse emocional. Na musicoterapia, houve participação ativa das mulheres, sendo este um momento propício para aflorar sentimentos, esperanças individuais e coletivas, influenciando na estruturação afetiva, emocional e psicológica. A abordagem dessas e de outras PICS no grupo, como a auriculoterapia, despertou curiosidades, fazendo ultrapassar o tempo previsto para as ações. **Conclusão:** No espaço criado para explanação de dúvidas e discussões através do uso das PICS, incluindo também as principais patologias que acometem os usuários do

ambulatório de endocrinologia, diabetes mellitus I e II, hipotireoidismo e hipertireoidismo, foi possível viabilizar um cenário de diálogo mútuo entre os diversos saberes, com respeito, troca de experiências e subjetividades e enfoque da saúde para além da ótica patologicista. Notou-se, portanto, que as PICS (Yoga, musicoterapia, auriculoterapia e outras) vivenciadas no grupo endocrinologia integrativa, estimularam os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde, enfatizando a escuta acolhedora e a integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade, assim como resgataram a visão ampliada do processo saúde-doença e a promoção global do cuidado humano, especialmente, do autocuidado.

**Palavras-chave:** Terapias Complementares. Musicoterapia. Mulheres. Endocrinologia

## REFERÊNCIAS

1. Borges MR, Madeira LM, Azevedo VMGO. As práticas integrativas e complementares na atenção à saúde da mulher: uma estratégia de humanização da assistência no Hospital Sofia Feldman. *REME Rev Min Enferm.* 2011;15(1):105-13.
2. Telesi Jr E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estud av.* 2016;30(86):99-112.