



Universidade de Brasília
Campus Ceilândia
Curso de Graduação em Saúde Coletiva

**Práticas integrativas e complementares em saúde como estratégia
de atenção psicossocial e bem-estar durante a pandemia da
Covid-19: a visão de especialistas nas *lives***

Nathália Dionisio de Moraes

**Brasília
2022**

NATHÁLIA DIONISIO DE MORAIS

**Práticas integrativas e complementares em saúde como estratégia
de atenção psicossocial e bem-estar durante a pandemia da
Covid-19: a visão de especialistas nas *lives***

Trabalho de conclusão de curso em saúde Coletiva
apresentado a Faculdade de Ceilândia da Universidade de
Brasília para obtenção do título de bacharel em Saúde
Coletiva.

Orientadora: Priscila Almeida Andrade

Brasília

2022

AGRADECIMENTOS

Um grande pilar na minha graduação e na minha vida é a espiritualidade, que vem me auxiliando até aqui. Agradeço a Deus, aos meus guias e ao meu mentor por me ensinarem a amar a vida e me darem a possibilidade de experienciar a beleza do estudo e da ciência.

Concluir este curso é uma grande realização pessoal, gostaria de agradecer a todos os profissionais educadores que dedicam sua vida a construir uma educação mais acessível e integralizada, agradeço também a todos os meus professores que um dia me incentivaram a acreditar na ciência e no poder do conhecimento, nomeio aqui alguns deles: Larissa Grandi, Rosamaria Carneiro, Olga Maria Ramalho e Flavia Reis de Andrade.

Aos meus grandes amigos, Verônica Lima, Julia Luz e Igor Rodrigues, vivenciar a Universidade com vocês foi um pouco mais fácil, fundar a primeira Empresa Júnior de Saúde Coletiva foi uma experiência que, para sempre, estará marcada em mim, por todo aprendizado e satisfação de realizar um sonho coletivo.

Agradeço a paciência e o amor de pessoas indispensáveis durante o processo de produção do meu trabalho de conclusão de curso, a Ylla Giovanna, por me lembrar do potencial que tenho como acadêmica e como Artista. A Carla Moura, por incentivar, orientar e me apoiar em tomadas de decisões,. A Carina Marquetti, por me motivar e me fazer rir. Ao Billy John por se fazer presente e me apoiar em todos os momentos, mesmo que de longe,.

Aos meus pais, Adair Dionisio e James Rodrigues, que trabalharam e fizeram tudo que podiam e entendiam para que eu tivesse uma boa educação e uma vida feliz.

A minha orientadora, Priscila Almeida, que tem sido uma inspiração durante a graduação, pela sua didática e ética dentro da academia, foi o canal que me apresentou a meditação, as práticas corporais e integrativas que mudaram a minha vida pessoal e profissional.

Os meus agradecimentos à banca examinadora, composta pelas Professoras Josenaide dos Santos e Silvia de Barros, por aceitarem o convite de estar na defesa

do meu trabalho de conclusão de curso, e por agregarem nesse processo de graduação.

Por fim, faço um agradecimento para mim, que por muito tempo me permiti acreditar em uma falsa incapacidade e hoje após cinco anos de Universidade posso afirmar que, por acreditar em mim cada dia mais, consigo me ver como uma pessoa mais capaz, inteligente, articulada e criativa. Sou grata por ter concluído o curso de Saúde Coletiva na UnB campus Ceilândia.

“É como alguém tocando um tambor, o tambor está vazio por dentro; é por isso que ele pode ser tocado. Esse vazio vibra. Esse belo som que surge é produzido a partir do vazio.”

-Osho

RESUMO

Em 2020, a principal medida adotada em razão da epidemia do Coronavírus foi o distanciamento social, distanciamento este que acarretou uma série de consequências na saúde física e mental da população mundial. O uso das Práticas Integrativas e Complementares em saúde (PICs) e a promoção do autocuidado, bem-estar físico e emocional durante o isolamento aparecem diante da relação de *lives* publicadas no primeiro ano da Covid-19 com foco na atenção psicossocial. Através de um estudo qualitativo, exploratório, de caso descritivo-analítico é possível constatar o estímulo da harmonização do ser humano com o meio ambiente e a sociedade em que vive, proporcionadas pelas PICs. Também é possível atribuir o papel de agente ao profissional e a rede PICs, na qualificação e aceitação de novos profissionais, em relação a oferta e a difusão das PICs, com o propósito de obter a efetivação do princípio de integralidade que consta na regulação do SUS.

Palavras-chave: Práticas Integrativas; distanciamento social; Covid-19; Saúde Mental.

ABSTRACT

In 2020, the main measure adopted during the Coronavirus pandemic was social distancing. The social distancing brought a series of consequences in the physical and mental health of the population. The use of Integrative and Complementary Practices in healthcare, and selfcare promotion, mental and physical well-being during isolation, appear connected to recorded live videos streamed in the first year of Covid-19 focusing on psychosocial attention. It is through qualitative exploratory descriptive-analytical case studies that it is possible to verify the stimulus of harmonization of the human being in the environment and society where it lives, provided by the Integrative and Complementary Practices in healthcare. It is also possible to assign the agent role to the professionals and the network of Integrative and Complementary Practices in healthcare, in qualification and acceptance of new professionals, in relation to the offer and dissemination of the practices, with the

purpose of getting achievement of the principle of integrality contained in the regulation of SUS (Sistema Único de Saúde - Brazilian Unified Health System)

keywords: Integrative practices; Social distancing; Covid-19; Mental health.

LISTA DE SIGLAS E ABREVIACÕES

PICs	Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
MS	Ministério da Saúde
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
SUS	Sistema Único de Saúde
WHO	<i>World Health Organization</i>
OMS	Organização Mundial de Saúde
Cansin	Consórcio Acadêmico Brasileiro de Saúde
BVS	Biblioteca Virtual em Saúde
MTCI	Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas
BIREME	Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde
SM	Saúde Mental
Nasf	Núcleo de Apoio à Saúde da Família
Caps	Centro de Atenção Psicossocial
MT	Medicina tradicional
ABRASME	Associação Brasileira de saúde Mental
GEPESED	Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão de Saúde em Emergências e Desastres
MTCI	medicinas tradicionais, complementares e integrativas
UFRJ	Universidade Federal do Rio de Janeiro
Creas	Centro de Referência Especializado de Assistência Social
SESDF	Secretaria de Saúde do Governo do Distrito Federal

LISTA DE TABELAS

tabela 1 – Quantitativo de <i>lives</i> sobre práticas integrativas e complementares em saúde como estratégia de atenção psicossocial e bem estar durante a pandemia da Covid-19, publicadas de março de 2020 a janeiro de 2021, em relação à combinação de descritores das mídias consultadas no período de 2020-2021.....	25
Tabela 2 – Nível de atenção das instituições mediadoras das <i>lives</i>	66
Tabela 3 – Sistema de saúde das instituições mediadoras das <i>lives</i>	67

LISTA DE FIGURAS

Figura 1- Soma e média dos números absolutos de reproduções (assistidos) em cada vídeo (<i>live</i>) do <i>Youtube</i>	27
Figura 2- Pirâmide de intervenções em saúde mental e apoio psicossocial...	57

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Distribuição da localização geográfica das instituições promotoras das intervenções de atenção psicossocial, para o bem estar durante a pandemia da Covid-19, segundo as <i>lives</i> divulgadas de março de 2020 a janeiro de 2021.....	26
Gráfico 2 – Quantidade de <i>lives</i> publicadas por mês, no período de março de 2020 a janeiro de 2021, sobre as PICs na estratégia de atenção psicossocial e bem estar durante a pandemia da Covid-19.....	29

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Perfil dos profissionais mediadores e palestrantes nas <i>lives</i>	30
Quadro 2 – ideia principal das <i>lives</i> encontradas publicadas de março de 2020 a janeiro de 2021, na plataforma <i>Youtube</i>	34
Quadro 3 – Benefícios das PICS citados pelos profissionais de saúde palestrantes nas <i>lives</i>	38
Quadro 4 – Posicionamento da <i>live</i> sobre as PICs, citados pelos profissionais de saúde palestrantes nas <i>lives</i>	44
Quadro 5 – Posicionamento sobre a saúde mental e a atenção psicossocial, citados pelos profissionais de saúde palestrantes nas <i>lives</i>	51
Quadro 6 – A <i>live</i> recomenda intervenção nos sistemas de saúde?	58
Quadro 7 – Sintomas recorrentes citados pelos profissionais nas <i>lives</i> durante o primeiro ano da pandemia de Covid-19.....	64
Quadro 8 – Público beneficiado com as <i>lives</i> publicadas durante o primeiro ano da pandemia de Covid-19.....	65
Quadro 9 – Instituições promotoras das <i>lives</i> de estratégias em PICs para atenção psicossocial e bem estar durante a pandemia de Covid 19.....	66
Quadro 10 – Intervenções em PICs recomendadas de março de 2020 a janeiro de 2021, durante a pandemia de Covid-19.....	68

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO.....	14
2.	JUSTIFICATIVA.....	16
3.	OBJETIVO GERAL.....	18
4.	REFERENCIAL TEÓRICO.....	19
4.1	Práticas integrativas e complementares em saúde.....	19
4.2	Contextualização da pandemia da Covid-19.....	21
5.	METODOLOGIA.....	23
6.	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	25
7.	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	70
8.	REFERÊNCIAS.....	71
9.	ANEXO.....	74

1. INTRODUÇÃO

O ano de 2020 foi marcado pela pandemia do Coronavírus (Covid-19). A Organização Mundial de Saúde (OMS), declarou estado de pandemia no dia 11 de março do mesmo ano (PEREIRA et al., 2020). Esse cenário demandou o distanciamento social, o que pode ter interferido na saúde física e emocional da população mundial. Neste contexto, a presente pesquisa tem como objeto de estudo as Práticas Integrativas e Complementares em saúde (PICs) e sua contribuição para o autocuidado e bem-estar físico e emocional.

A Covid-19 está presente em mais de 180 países em todo o mundo, sendo considerada uma doença altamente transmissível. Devido a este fator, foram necessárias a criação de diversas estratégias de enfrentamento por autoridades, internacionais e governamentais, para que a doença tivesse um menor impacto sobre sua população (PEREIRA et al., 2020).

A transmissão da doença envolve contato físico de pessoa para pessoa, por meio de gotículas que são liberadas pela respiração, fala, tosse e/ou pelo espirro, que conseqüentemente entram em contato com os olhos, boca e/ou nariz. Superfícies também podem manter o vírus vivo possibilitando a infecção através desse contato (WHO, 2020).

Uma das medidas de estratégia contra o vírus foi o distanciamento social, adotado para evitar aglomerações e possíveis transmissões do vírus, assim, tanto estabelecimentos e centros de ensino, quanto instituições e órgãos foram fechados. Até mesmo práticas como eventos e rituais culturais coletivos foram cancelados (apud PEREIRA et al., 2020).

A necessidade de adaptação aos novos protocolos de biossegurança, além de proteger a população, causaram reações comportamentais alteradas pelo constante estado de alerta, preocupação, estresse e mudanças repentinas na rotina. Em alguns casos foi necessário o isolamento social, o que intensificou os sentimentos de tristeza, solidão, irritabilidade e angústia (FIOCRUZ, 2020).

Diante deste cenário, é estimado que entre um terço e metade da população presente, em algum nível, transtornos mentais, ou seja, agravos de problemas relacionados à saúde mental, podendo ser eles a curto, médio ou longo prazo. Isto devido a intensidade do evento e as vulnerabilidades sociais de cada um, por quanto tempo se estenderá e qual estratégia governamental será adotada ao longo da pandemia da Covid-19 e após (FIOCRUZ, 2020).

Segundo Dal Pian (2015) acesso à informação e transferência de conhecimento tem ganhado novas formas devido ao longo período em que a população vivenciou o distanciamento social, sendo as redes virtuais, interativas, e as mídias, alternativas, para que redes afetivas, trabalho e estudos não fossem interrompidos. O *Youtube* se consolida como ferramenta para levar o conhecimento científico de forma direta e rápida.

Diante dos argumentos preliminares expostos, surgiu a inquietação por conhecer a relação das *lives* publicadas no primeiro ano da Covid-19 com foco na atenção psicossocial e bem-estar. Busca-se compreender o impacto com o seguimento do distanciamento social, seus efeitos no corpo físico e mental, tendo as práticas integrativas e complementares como estratégia de promoção à saúde e cuidados com a saúde mental.

2. JUSTIFICATIVA

Devido a grande mudança na rotina de todos os brasileiros, a necessidade do distanciamento social, afastamento da rede afetiva, impossibilidade de praticar ritos culturais coletivos e a possibilidade de sofrer alterações na saúde mental (SM), o presente estudo analisa as estratégias de enfrentamento, por meio das PICs, divulgadas pelos especialistas, para gerar bem-estar e autocuidado durante o 1º ano da pandemia da Covid-19.

A análise, avaliação e monitoramento sobre determinada tecnologia em saúde, como as técnicas das PICs, faz parte das ações de vigilância tecnológica, as quais são estratégias para a organização dos serviços de saúde, sendo essa uma das vertentes de pesquisa e de trabalho do profissional sanitário. As PICs buscam através de tecnologias eficazes e seguras, estimular o mecanismo natural de prevenção, promoção e recuperação da saúde (BRASIL, 2018).

Durante o período de graduação, cursei duas disciplinas que mudaram a direção do que eu idealizava como carreira profissional. No 5º semestre curricular, cursei “racionalidades médicas” e “práticas integradas em saúde”, disciplinas optativas para o curso de saúde coletiva, que me permitiram comparar as vivências entre as disciplinas biológicas e as medicinas tradicionais/orientais, desde então tive uma identificação com essa área.

Passei a explorar cada vez mais esse universo e me dedicar a estudos relacionados ao tema, concluí dois níveis do curso de Reiki Usui pela ONG Baba Ananda, e ainda, o curso de Formação de Professores de Meditação pelo método Medita Brasil, os quais me possibilitaram um desenvolvimento pessoal e cognitivo acerca dos meus principais interesses na área.

Ao longo da disciplina de Práticas Integradas em Saúde realizamos visitas semanais a um Centro de Ensino Fundamental na região administrativa Ceilândia, em que pode somar ao cotidiano dos alunos o autocuidado, o relaxamento e atenção plena, por meio das práticas de yoga, meditação, musicoterapia e arteterapia. Essas são práticas regulamentadas pela Política Nacional de Prática Integrativas e Complementares (PNPIC).

“A Saúde Coletiva tem como objeto de produção de conhecimento e de prática a saúde como fenômeno social, fruto de condições sociais” (CAMPELLO; LUZ, 2012, P.73). Sendo assim, o curso de graduação em Saúde Coletiva tem como uma de suas estruturas o olhar humanizado do indivíduo em suas necessidades sociais, mentais, físicas e espirituais incorporadas em um meio social que o atravessa.

A formulação, implementação, monitoramento e avaliação de políticas de serviços, bem como organização e gestão da rede assistencial de serviços de saúde são campos de atuação do profissional sanitário. Essas fases do ciclo de políticas públicas de saúde se mostram de extrema importância quando pensamos no acesso às PICs dentro da rede em seus três níveis de atenção, onde 78% são concentrados na atenção primária, 18% na secundária e 4% na terciária (Brasil,2022).

3. OBJETIVO GERAL

Analisar as recomendações dos especialistas brasileiros divulgadas em formato de *lives*, sobre as contribuições das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde para o autocuidado, bem-estar físico, emocional e espiritual, para lidar com os desafios do distanciamento social, durante a quarentena da Covid-19 no ano de 2020 e 2021.

4. REFERENCIAL TEÓRICO

4.1 Práticas integrativas e complementares em saúde

A OMS (2013) recomenda que os sistemas nacionais de saúde ofereçam à população o cuidado terapêutico integrativo para promoção da saúde, prevenção e tratamento de doenças.

“A Estratégia de Medicina Tradicional da OMS 2014-2023, portanto, reavalia e se baseia na Medicina Tradicional da OMS Estratégia 2002-2005, e define o curso para medicina tradicional (MT) e medicina complementar (MC) (T&MC) na próxima década” (OMS 2013, p.7).

As PICs estão respaldadas no cuidado humanizado, em suas abordagens são considerados os aspectos físicos, psicológicos, familiares, sociais, espirituais e ambientais do indivíduo. Elas tem como foco a prevenção, promoção e recuperação da saúde por meio de técnicas naturais, eficazes e seguras, levando em consideração o desenvolvimento da escuta acolhedora e vínculo terapêutico (BRASIL, 2018).

No Brasil, as PICs começaram a se expandir na década de 1980, porém somente em 2006 foram implementadas no Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), com o intuito de incorporar e implementar as terapias ao SUS (BRASIL, 2006).

A partir de sua publicação algumas mudanças foram feitas à PNPIC durante os anos que se seguiram. Foram realizadas revisões, ampliando o conjunto de PICs a serem ofertadas no SUS. No ano de 2017, por meio da Portaria GM nº 849/2017 a PNPIC passa a incluir as seguintes abordagens: arteterapia, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga, totalizando 14 novas práticas integrativas. (BRASIL, 2017).

Em 2018, por meio da Portaria nº 702/2018 foram incluídas outras 10 terapias integrativas na PNPIC, totalizando 29 práticas como prioridades do SUS. Desse modo, foi ampliado o rol de abordagens de cuidado humanizado, que visa atender a população e cada indivíduo em sua integralidade (BRASIL, 2018).

A Coordenação Nacional de PICs, no Ministério da Saúde, é responsável pela gestão da PNPIC. Tem como uma das principais diretrizes, fomentar a expansão do serviço no território brasileiro para maior adesão dos estados e municípios. Fortalecendo assim as iniciativas já existentes, e coordenando a elaboração de normas e técnicas para implementação das abordagens no SUS (BRASIL, 2022).

Um estudo estadunidense buscou estimar os efeitos da acupuntura em pessoas com sintomas de estresse pós-traumático e, como resultado a pesquisa de revisão sistemática indica pouca confiança da acupuntura para casos de pacientes com estresse pós-traumático, porém também indica um bom resultado de tratamento dos sintomas ligados a esse transtorno. O baixo número de estudos clínicos de caso controle limita a possibilidade de criar um comparativo, além disso identificar resultados de longo prazo (GRANT, 2017).

A visão dos profissionais de saúde sobre as PICs tem um papel fundamental quando há indicação ou não dessas terapias, segundo um estudo realizado com profissionais da Atenção Básica

“As PICs foram consideradas uma possibilidade de recurso para o cuidado em SM na AB por 92,8% dos profissionais da UBS campo de pesquisa, 7,2% declarou não saber responder.” (Carvalho, 2017, p.7).

Faz-se necessário reconhecer aos profissionais de saúde o papel na indicação e oferta de PICs. Em pesquisa realizada por Carvalho (2017), foram entrevistados 70 profissionais de saúde. Desse total, 82,6% afirmam já ter indicado PICs como estratégias para os cuidados de saúde, sendo que 47,1% de todos entrevistados entendem as PICs como abordagens para a atenção a saúde na dimensão do corpo físico, enquanto 62,9% para cuidados emocionais/mentais/comportamentais.

Diante desse cenário, é certo que a qualificação e aceitação dos profissionais em relação às PICs é um dos fatores decisivos quando se fala na oferta dessas práticas dentro do SUS, que tem como finalidade obter a efetivação do princípio de integralidade que consta em sua regulação.

4.2. Contextualização da Pandemia da Covid-19

É estimado que entre um terço e metade da população exposta à pandemia da Covid-19 pode vir a sofrer alguma manifestação psicopatológica, caso não seja feito nenhum tipo de intervenção para as possíveis reações e sintomas. O impacto disso na saúde mental está relacionado com a magnitude da pandemia e o grau de vulnerabilidade que o indivíduo se expõe no enfrentamento da pandemia (FIOCRUZ, 2020).

Durante todo esse período de pandemia, foi possível perceber o movimento para estabelecer uma produtividade remota e ampla mudança no estilo de vida e convivência social. Uma das rápidas mudanças consistiu no isolamento social e na realização de trabalhos ou processo de ensino-aprendizagem realizado de modo remoto, por meio de dispositivos tecnológicos. (FIOCRUZ, 2020)

Dentre os desdobramentos segundo a FIOCRUZ (2020) é importante realçar que nem todas as consequências psicológicas são qualificadas como doenças, tendo em vista o enfrentamento de uma situação anormal, as reações que possam vir a se desencadear são consideradas como esperadas .

É possível observar algumas características que impactam as pessoas neste período, como: constante estado de alerta, preocupação, estresse e confusão mental. Essas características são consequências do processo de adaptação aos novos protocolos de biossegurança; o risco de infectar e ser infectado; a desconfiança com o poder responsável por gerir e coordenar; a confusão de sintomas comuns de outros problemas com a Covid-19; o risco de agravamento de SM pelo seguimento do distanciamento social; a alteração na rotina e fluxo de locomoção. (FIOCRUZ,2020).

Dentre as reações esperadas durante o primeiro ano de pandemia estão as alterações e/ou distúrbios de apetite e/ou de sono; conflitos interpessoais; e o provável aumento da violência tanto doméstica quanto direcionada aos profissionais de saúde. Além disso, é presente a dificuldade de viver o momento presente, revisitando pensamentos recorrentes sobre a pandemia e a saúde dos familiares, como também pensamentos relacionados a morte e ao morrer.

Considerando a população que vivencia a pandemia da Covid-19, é esperado que um grande número de pessoas atravesse o processo de luto durante esse período. Sendo este, um momento de maior sensibilidade por se tratar de mortes precoces, que são previstas como complicadoras na elaboração do luto, de tal forma que pode vir a gerar transtornos psicológicos nas pessoas que passam por perdas nesse caráter (FIOCRUZ, 2020).

A OMS publicou uma série de materiais informativos de carácter urgente, logo após a pandemia ter sido decretada, o relatório de consideração traz mensagens para diferentes grupos populacionais, como por exemplo: os profissionais de saúde, líderes e gestores de setores da saúde, cuidadores de crianças, idosos, e pessoas em isolamento (WHO,2020).

As publicações feitas pela OMS estabelecem um direcionamento de apoio mental e psicossocial, que tem como base a criação de estratégias de atenção psicossocial e promoção da SM (WHO, 2020).

5. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, exploratório, de caso descritivo-analítico. O método utilizado foi a análise de conteúdo das *lives*, disponíveis na internet com acesso livre ao público, e tem como objeto de estudo as PICs. O marco temporal é de março de 2020 a janeiro de 2021, período em que a população brasileira vivenciou coletivamente o primeiro impacto do isolamento social, como estratégia nacional para contenção da transmissão da Covid-19 no país.

Esse estudo utilizou a plataforma *Youtube*, como base de dados de conteúdo. Sua forma de busca é representada por um algoritmo de *loop de feedback*, que consiste na adaptação de conteúdo em tempo real baseado nos interesses daquele usuário. O estudo foi delimitado à análise de vídeos com formato de *live* realizadas por especialistas na área de PICs. Dentre os pontos analisados, estão as ideias centrais e recomendações em cada debate. Além disso, foram identificadas a vinculação institucional e as ideias convergentes e divergentes sobre as indicações e benefícios das PICs.

Como esse estudo se baseou em conteúdo de domínio público, não foi necessária a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa.

A estratégia de busca se baseou na aplicação dos descritores: práticas integrativas e saúde mental; e/ou atenção psicossocial; e/ou saúde mental e atenção psicossocial; e/ou saúde mental e bem estar. Foram encontrados um total de 30 vídeos. Os critérios de exclusão foram os seguintes:

- Vídeos postados fora do marco temporal deste estudo (março de 2020 à de janeiro de 2021);
- Vídeos que não apresentavam o formato de *live*;
- Vídeos cuja discussão da *live* não estar ligada à pandemia da Covid-19;
- Abordagem de outra temática como tema principal, ou seja, fuga do tema das PICs ou estratégias de atenção psicossocial;
- Vídeos que não incluíam apresentações de intervenções terapêuticas;

-Vídeos que não apresentam a trajetória profissional dos palestrantes nem as vinculações institucionais.

Após a análise inicial e aplicação desses critérios, foram excluídos 17 vídeos. Desse modo, o universo deste estudo se resume em 13 vídeos, cujas unidades de análise foram as seguintes: nome da mídia; ideia principal da *live*; data de publicação; localização geográfica da instituição organizadora; número de pessoas que assistiram; instituição do mediador; duração da *live*; indicação terapêutica; perfil do profissional mediador; perfil do palestrante; benefícios das práticas; público beneficiado; sintomas recorrentes; instituições envolvidas; intervenções em PICs recomendadas na quarentena; posicionamento da *live* sobre as PICs; nível de atenção e sistema de saúde, recomendações e intervenção nos sistemas de saúde; posicionamento sobre saúde mental e atenção psicossocial.

6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os descritores de busca “atenção psicossocial”, “saúde mental e atenção psicossocial”, “saúde mental e bem estar” e “práticas integrativas e saúde mental” que foram aplicados na plataforma *Youtube*, sendo considerados, através da ferramenta de filtro, apenas os vídeos em formato de *live*, foram encontrados 30 vídeos no período de março de 2020 a janeiro de 2021, identificando como universo de análise dessa pesquisa, 15 *lives*.

tabela 1 – Quantitativo de *lives* sobre práticas integrativas e complementares em saúde como estratégia de atenção psicossocial e bem estar durante a pandemia da Covid-19, publicadas de março de 2020 a janeiro de 2021, em relação à combinação de descritores das mídias consultadas no período de 2020-2021. (Link das *lives* disponíveis na seção de apêndice deste presente documento).

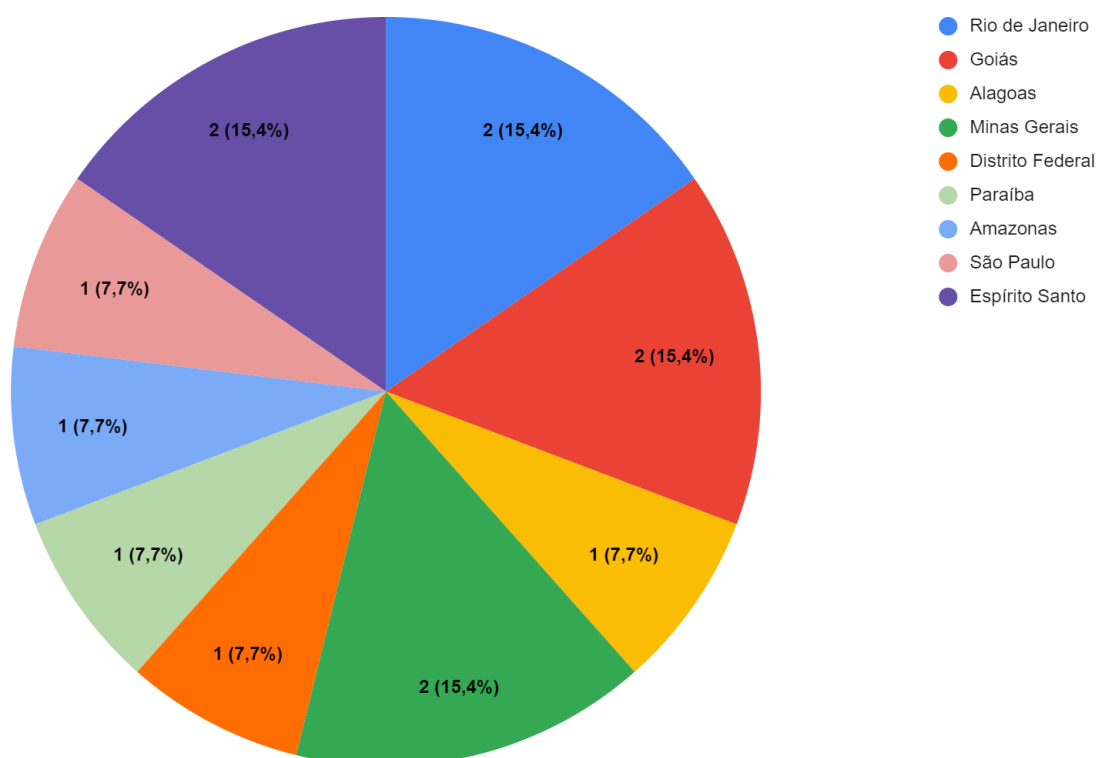
Combinação de descritores	<i>Lives</i> encontradas	Quantitativo de <i>Lives</i> utilizadas
Atenção psicossocial	9	3
Saúde mental e atenção psicossocial	1	0
Saúde mental e bem estar	2	0
Práticas integrativas e saúde mental	18	10

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

O gráfico abaixo apresenta a distribuição de *lives* por unidade federativa do Brasil, foram encontradas 15 *lives* entre o mês em que o país declarou estado de pandemia, em março de 2020 até janeiro de 2021, marcando assim o momento mais agudo da pandemia no país e no mundo.

Os primeiros momentos de instauração dos protocolos de segurança, *lock down*, e os índices de mortes pela Covid-19 aumentando a cada dia, a população passou a viver em um estado de luto coletivo e vigilância constante. (Fiocruz, 2020)

Gráfico 1 – Distribuição da localização geográfica das instituições promotoras das intervenções de atenção psicossocial, para o bem estar durante a pandemia da Covid-19, segundo as *lives* divulgadas de março de 2020 a janeiro de 2021.



Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Pelo exposto no gráfico acima, a região do país com o maior número de *lives* publicadas é a região sudeste com 53,3% das *lives*; logo em seguida está o centro-oeste com 26,7% do total de *lives*; a região nordeste com 13,4%; e a região norte com 6,7%. Nenhuma *live* foi encontrada, dentro do tempo do marco temporal desta pesquisa, na região sul.

Tendo como fundamento essa análise, podemos perceber que grande parte das unidades federativas contribuiu de alguma forma com a comunidade de educação em saúde, seja: transferindo conhecimento, trocando experiências ou dialogando com as estratégias de cuidado por todo país através de veículos de comunicação como o *Youtube*.

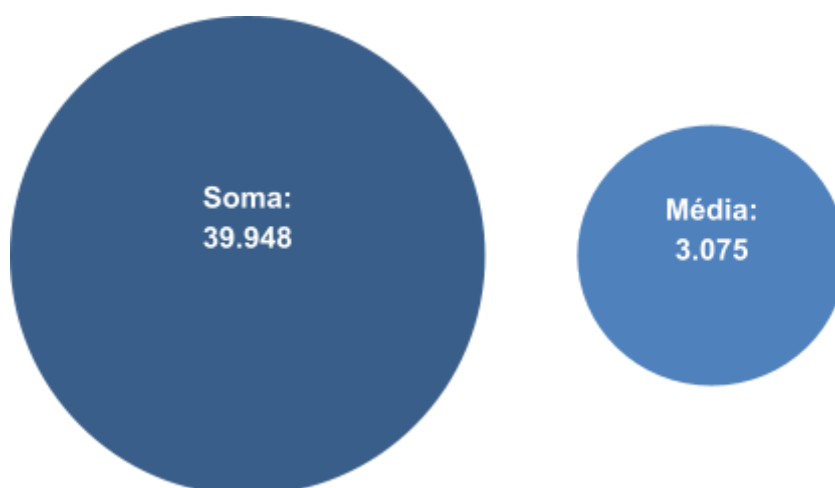
De acordo com Xavier (2020) dado a acelerada disseminação do vírus o melhor caminho é sempre a forma mais rápida, tendo em vista que o tempo é um fator crucial para o sucesso das ações de combate. Neste caso, as estratégias de atenção psicossocial e promoção a SM são por transmissão de vídeos de maior

duração, as *lives* de fácil acesso e rapidez na produção de informação de qualidade, quando vinda de fontes seguras.

As transmissões se tornam uma ferramenta aliada as estratégias de cuidado, nessa pesquisa a média de duração dos vídeos analisados é de 01 hora e 19 minutos, com a soma de todos os vídeos, totalizando 17 horas e 12 minutos, o que abriu espaço para debates mais profundos, principalmente por se tratar de uma troca, em sua maioria, entre profissionais que buscam o aperfeiçoamento e direcionamento na sua prática de cuidado.

Na figura abaixo estão distribuídos os números absolutos de reprodução das mídias, notando assim a relevância de estabelecer um debate entre os profissionais sobre o cuidado humanizado, principalmente em um momento de vulnerabilidade. Referente a quantidade de pessoas beneficiadas pelos conteúdos através da plataforma do *youtube*, com *lives* ministradas por diferentes instituições pelo Brasil, podemos observar, na soma, o número de assistidos dividido entre as 13 mídias.

Figura 1- Soma e média dos números absolutos de reproduções (assistidos) em cada vídeo (live) do Youtube.



Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Um vídeo publicado no *Youtube*, de livre acesso ao público, tem a capacidade de ser visto a qualquer momento até que seja removido pela conta que fez sua publicação, sendo assim, entre os assistidos estão: profissionais da saúde, gestores, usuários e todo o público que fizer buscas com as palavras chaves que

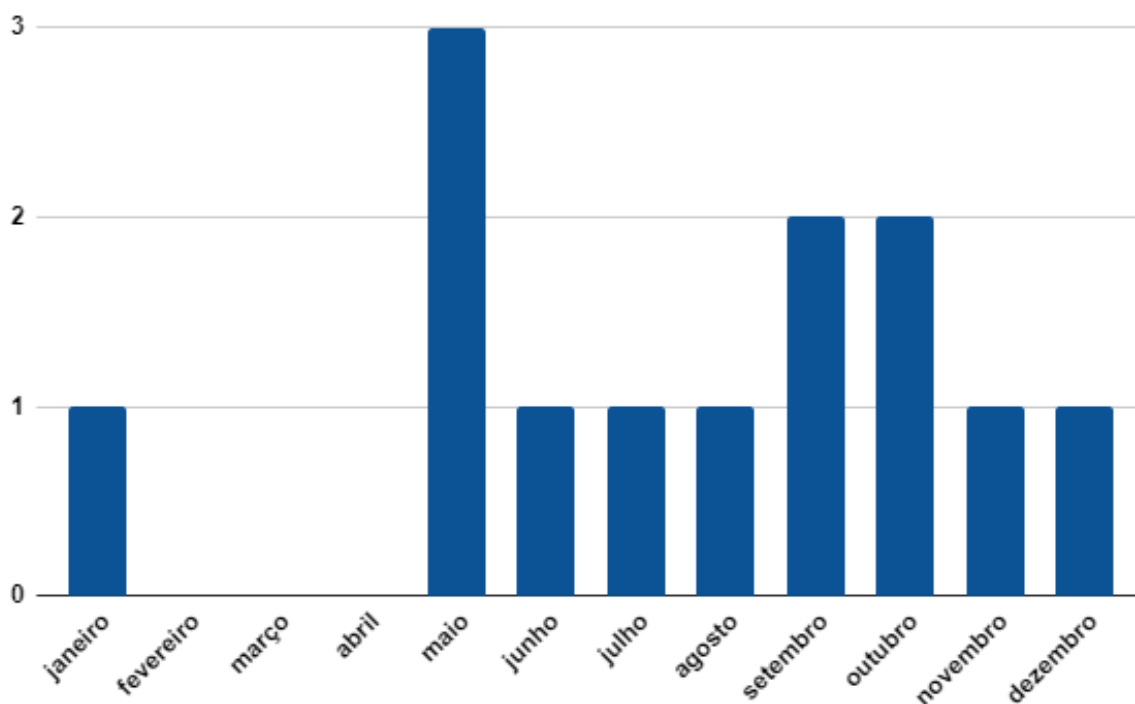
contém no debate ou no título do vídeo. O acesso à informação teve um ponto de virada na pandemia.

“Dessa forma, a sociedade em processo de midiatização, conectada em redes virtuais interativas, tem se apropriado, de forma crescente, das possibilidades de comunicação que as tecnologias digitais oferecem. Este cenário tem proporcionado transformações na maneira como adquirimos conhecimentos, trabalhamos, participamos do processo político, consumimos entretenimento, nos engajamos em causas de interesse coletivo, nos mobilizamos se nos relacionamos com outras pessoas”. (Dal Pian, 2015, p. 5)

Dado as construções feitas nos debates durante as transmissões ao vivo, por consequência da midiatização, o acesso à informação e transferência de conhecimento tem ganhado novas formas devido ao longo período em que a população vivenciou o distanciamento social, sendo as redes virtuais, interativas, e as mídias, alternativas, para que redes afetivas, trabalho e estudos não fossem interrompidos. (Dal Pian, 2015)

No Gráfico abaixo é possível identificar os meses em que os vídeos foram publicados na plataforma do *Youtube*.

Gráfico 2 – Quantidade de *lives* publicadas por mês, no período de março de 2020 a janeiro de 2021, sobre as PICs na estratégia de atenção psicossocial e bem estar durante a pandemia da Covid-19.



Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Nos meses seguintes após decretado estado de pandemia no Brasil, em março de 2020, foi possível identificar uma regularidade de publicações de novas *lives*, onde canais produziam conteúdo com convidados profissionais e especializados em alguma área do conhecimento que se relacionava ao tema de discussão abordado naquela *live*.

Os perfis dos profissionais palestrantes traçam o nível de confiabilidade atribuído a cada argumento, no quadro a seguir estão as instituições que promoveram os debates entre convidados e mediadores com experiência na temática, levantando questões a serem indagadas.

Quadro 1 – Perfil dos profissionais, mediadores e palestrantes nas lives.

Instituição mediadora	Perfil do profissional mediador	Perfil do profissional palestrante
Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão de Saúde em Emergências e Desastres (GPESED)	Alexandre Barbosa de Oliveira: professor na Escola de Enfermagem na unidade Centro de Ciência de Saúde UFRJ.	Debora Noal: médica sanitária Fiocruz Brasília, eventos extremos catástrofes, cuidado com trabalhadores e estratégias.
Associação de terapia familiar de Goiás (Atfago)	Não informado.	Ionara rabelo: psicóloga da secretaria de saúde de Goiânia, trabalha no núcleo de vigilância e violências com experiências em emergências e desastres.
Conselho Regional de Psicologia do Rio de Janeiro (CRP-RJ)	Erika Barbosa de Araújo: Mestre em Psicologia, psicóloga na Prefeitura Municipal de Nova Iguaçu, Colaboradora no Conselho Nacional de Psicologia.	Erotildes Marilda Leal: professora de medicina na UFRJ. Cristina Ventura: psicóloga dr. saúde mental, pesquisadora, professora de mestrado em atenção psicossocial. Marco Aurelio: psicólogo doutorando em saúde coletiva, mestre em saúde coletiva, ensino na saúde e saúde do trabalhador.
Telessaúde Alagoas	Rosa Vilela: Supervisão de atenção psicossocial do estado de Alagoas.	Lúcia Alcioli: nutricionista Referência Estadual das Práticas Integrativas e Complementares. Tobias Falcão: Profissional de Educação Física, CAPS. Luiz da Rocha: Cerqueira Educador Popular Movimento Saúde Popular. Gabriel Azevedo: Profissional de Educação Física CAPS.

A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	Isabel Prado: enfermeira e terapeuta integrativa, coordenadora de práticas integrativas do 5º Fórum de Práticas Integrativas e Saúde Mental.	Tuca Costa: músico terapeuta. Moisés Marinho: facilitador de biodança, professor de bioquímica.
Fiocruz Brasília	Fabiana Damasio: coordenadora geral de Cursos na Fiocruz.	Debora Noal: eventos extremos catástrofes, cuidado com trabalhadores, estratégias- Médica sanitária. Ana Cecilia: ajuda humanitária, acessória técnica de saúde mental de São Paulo. Ionara Rabelo: psicóloga da secretaria de saúde de Goiânia. Sofi Yoneta: formada em nutrição, Ministério da Saúde coordenação de PICs.
Instituto Federal da Paraíba, Campus João Pessoa (IFPB)	Tarsisio Duarte da Costa: servidor público do IFPB, fisioterapeuta, terapeuta integrativo.	Tarsisio Duarte da Costa: servidor público do IFPB, fisioterapeuta, terapeuta integrativo.
Telessaúde Amazonas, Coordenação do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) e Atenção Primária (AP)	Não informado.	Maria Ribeiro: coordenação estadual da PICs e saúde mental. Helione Ponte: coordenação rede de atenção psicossocial do Amazonas. Eney Pinheiro: coordenação do (NASF AP).
Instituto de saúde Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (BIREME), Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), (organização mundial de Saúde (OMS)	Tereza Toma: Pesquisadora do Instituto de Saúde de São Paulo.	Jorge Barreto: pesquisador em Saúde Pública, Fiocruz Brasília. Verônica Abdala:(Bireme/Opas/OMS)

A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	Isabel Prado: enfermeira e terapeuta integrativa, coordenadora de práticas integrativas do 5º Fórum de Práticas Integrativas e Saúde Mental.	Moisés Marinho Moiza: facilitador de biodança, professor de bioquímica.
Instituto de Medicina do Comportamento Eurípedes Barsanulfo (INMCEB)	Não informado.	Daniel: neurologia, pós em medicina chinesa, estética, mestrado em epidemiologia e saúde coletiva, doutorado em medicina preventiva, professor da Universidad del Sur (Unisur). Neila Lopes: naturóloga. Caio Portella: naturalista e pesquisador. Rogério: médico acupunturista.
Telessaúde Espírito Santo	Não informado.	Glicia Manso: especialista em arteterapia, formada em artes plásticas e ciências sociais.
Telessaúde Espírito Santo	Não informado.	Henriqueta Tereza do Sacramento: médica, mestre em Políticas Públicas, em serviços e Sistemas de Saúde, Área técnica em fitoterapia e demais PICs da prefeitura de Vitória.

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Dentre as 13 *lives*, em seis os profissionais mediadores não se apresentaram, impossibilitando uma melhor análise do perfil dos mediadores. Dentre os sete mediadores que se apresentaram, todos possuíam vínculo com a instituição promotora da transmissão. Dos 20 profissionais que foram palestrantes, 10% não possuem formação em saúde, suas formações base são em: bioquímica, artes plásticas e ciências sociais.

Enquanto um dos palestrantes é bioquímico e facilitador de biodança, a outra profissional é cientista política, artista plástica e arteterapeuta, o que eles têm em comum é a qualificação em alguma das PICs, sendo facilitadores que agregam no cuidado humanizado levando o usuário a praticar seu autocuidado e gerando bem estar.

A portaria de Nº- 633, de 28 de março de 2017, dispõe de atualizações feitas na tabela de serviços, nas classificações das técnicas e nas ocupações dos profissionais, sendo elas exclusivas apenas para profissionais da área da saúde, desde então não foi feita nenhuma atualização referente às ocupações (Brasil, 2017).

Nota-se que a ocupação de saúde coletiva não consta em nenhum documento da legislação referente às PICs, limitando as técnicas possíveis para aquelas com classificação de qualquer ocupação da área da saúde.

Os outros 90% dos profissionais têm algum tipo de formação na área da saúde ou vínculo com cargos na área da saúde. Entre eles estão os naturólogos, médicos com diferentes especializações, nutricionistas, psicólogos com formação ou pós em saúde pública. Dos 18 profissionais com formação em áreas da saúde, apenas oito informaram o cargo em que ocupam, sendo eles, Coordenação da rede de atenção psicossocial, Coordenação do Nasf, Pesquisador de Saúde Pública, entre outros disponíveis no quadro acima.

A Rede Nacional de Atores Sociais em PICs é composta por usuários, instituições, movimentos sociais, professores, pesquisadores, trabalhadores do SUS, e demais interessados que se reconhecem enquanto atores sociais no campo das PICs (Brasil, 2018). As pautas da rede são o cuidado, ensino, pesquisa e política por possuir caráter de rede de atores não faz exclusão por ocupação, sendo assim, profissionais de outras formações também agregam na Rede PICs.

No quadro abaixo estão as ideias principais de cada vídeo e seus pontos chave de intervenção e colocação.

Quadro 2 – ideia principal das *lives* encontradas publicadas de março de 2020 a março de 2021, na plataforma *Youtube*.

Nome da mídia	Instituição mediadora	Ideia principal da live
1. Desafios da Atenção Psicossocial no contexto da pandemia de COVID-19	Universidade Federal do Rio de Janeiro (GEPESED)	Trata sobre o impacto da situação de pandemia e a emergência do cuidado à saúde mental.
2. Saúde mental e atenção Psicossocial na Pandemia da Covid-19	Associação de Terapia Familiar de Goiás (ATFAGO)	Pontua a maneira mais adequada de realizar intervenções técnicas junto à comunidade neste momento de isolamento social.
3. Atenção básica e o cuidado em Saúde Mental	Conselho Regional de Psicologia do Rio de Janeiro (CRP-RJ)	Diálogo com psicólogos de diferentes instituições e territórios do Rio de Janeiro. Realizado na semana da luta antimanicomial com tema de cuidados em saúde mental na atenção básica.
4. Práticas integrativas e complementares para a saúde mental	Telessaúde Alagoas	Discussão sobre as práticas integrativas como estratégia para manutenção da saúde mental.
5. Práticas Integrativas para Saúde Mental	A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	Assegura o cumprimento dos direitos humanos para a saúde mental, sobretudo para pessoas em maior vulnerabilidade, sobre a construção de um espaço para as PICs, com o intuito de fomentar a promoção e recuperação da saúde mental durante o 5º Fórum Brasileiro de Direitos Humanos e Saúde Mental.
6. Recomendações aos gestores e Práticas Integrativas de Saúde (PICS)	Fiocruz Brasília	Diálogo dentro de um curso oferecido pela Fiocruz sobre as recomendações aos gestores em questão da saúde mental e atenção psicossocial, acerca dos possíveis desdobramentos em situação de desastre.

7. (Setembro amarelo) práticas integrativas e complementares e saúde mental	Instituto Federal da Paraíba, Campus João Pessoa (IFPB)	<i>Live</i> curta com informações gerais sobre as PICs e sua relação com a saúde mental, para trazer orientações e indicações de centros de PICs em João Pessoa Além disso, apresenta estratégias para um bem estar do ser como um todo em sua multidimensionalidade.
8. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde - PICS	Telessaúde Amazonas, Coordenação do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) e Atenção Primária (AP)	Diálogo com os municípios do Amazonas sobre as PICs e suas ofertas, as formas de regularização e a importância de existir oferta desses.
9. Evidências sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde	Instituto de saúde (BIREME/OPAS/OMS)	Diálogo com os agentes de criação de uma metodologia de revisão sistemática das evidências, sintetizando o nível de confiabilidade dos materiais científicos sobre as PICs, dentro da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).
10. Práticas Integrativas e Complementares (PICs) e Saberes Tradicionais para Saúde Mental	A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	Terceira parte de um conjunto de <i>lives</i> durante o evento do 5º Fórum de Direitos Humanos e Saúde Mental “Resista! Lute por Direitos, Reconheça a Diversidade e a Saúde Mental como Liberdade.” Alguns pontos foram levantados no decorrer do evento.
11. Práticas Integrativas em Saúde Mental	Instituto de Medicina do Comportamento Eurípedes Barsanulfo (INMCEB)	Diálogo com profissionais naturólogos sobre as PICs e sua relação com a saúde mental.
12. Webpalestra: Arteterapia e Saúde mental em tempos de pandemia	Telessaúde Espírito Santo	Uma <i>live</i> palestra sobre como a arteterapia pode ajudar durante o período de pandemia e a possibilidade de oferecer esta terapia de forma remota.
13. Webpalestra:	Telessaúde	A <i>live</i> aborda as PICs na promoção da

Práticas integrativas e complementares - Promovendo a saúde da mulher	Espírito Santo	saúde da mulher, relatando as evidências dentro da rede no Espírito Santo trazendo, também, os estudos feitos sobre as práticas ofertadas, expõe os locais e dias que funcionam as práticas realizadas no território.
---	----------------	---

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

São 13 *lives* com temas que variam entre a atenção psicossocial, saúde mental, promoção da saúde, PICs para o momento da pandemia e as evidências em PICs. São características das *lives*, vídeos de maior duração, podendo ou não ter um mediador que regula o debate em torno da temática com perguntas e indagações, que podem vir do público que está assistindo ou mesmo dos mediadores. Segundo Dal Pian o *Youtube* se consolida como ferramenta para levar o conhecimento científico de forma direta e rápida.

“Refere-se ao uso de processos e recursos técnicos para a comunicação da informação científica e tecnológica ao público em geral, ao não especialista; e envolve, além dos pesquisadores especialistas e dos leigos, outros atores como editores, educadores, escritores e jornalistas. Ambos os casos comportam transferência de conhecimento”. (DAL PIAN, 2015, p.4)

O autor utiliza o termo “*Comunicação Pública da Ciência*”, termo este usado também por outros atores quando se fala de processos comunicacionais em diferentes instâncias do espaço coletivo, sua atuação deve, portanto, atender os interesses da sociedade e do bem comum. Entende-se a prática da transferência de informação e conhecimento da saúde como sendo um bem comum e dever do estado.

Em consonância com a PNPIC que, em uma de suas diretrizes estabelece que haja inclusão das PICs na agenda de atividades da comunicação social do SUS (Brasil, 2018).

Sendo assim, o presente estudo procurou se aprofundar em estratégias que foram delineadas por órgãos governamentais ou não, para auxiliar no cuidado à

saúde mental e bem estar, a presença das PICs nesse cuidado durante a pandemia da Covid-19. Sendo o *Youtube* a base de dados utilizada.

No quadro nº 4 estão os benefícios das PICs, citados pelos palestrantes durante o vídeo, a primeira coluna do quadro se refere aos títulos dos vídeos, e cada linha cita a instituição que o mediou, seguido dos benefícios.

Quadro 3: Benefícios das PICS citados pelos profissionais de saúde palestrantes nas *lives*.

Nome da mídia	Instituição mediadora	Benefícios das práticas citados pelos profissionais
1. Desafios da Atenção Psicossocial no contexto da pandemia de COVID-19	Universidade Federal do Rio de Janeiro (GEPESED)	Não especifica os benefícios.
2. Saúde mental e atenção Psicossocial na Pandemia da Covid-19	Associação de Terapia Familiar de Goiás (ATFAGO)	Não especifica os benefícios.

3. Atenção básica e o cuidado em Saúde Mental	Conselho Regional de Psicologia do Rio de Janeiro (CRP-RJ)	Não especifica os benefícios.
4. Práticas integrativas e complementares para a saúde mental	Telessaúde Alagoas	Promove o equilíbrio, o autocuidado, a harmonização do ser humano com o meio ambiente e a sociedade em que vive, tal qual o alívio do sofrimento físico e mental.
5. Práticas Integrativas para Saúde Mental	A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	Movimento popular de organização com o SUS e os usuários. construção de vínculo terapêutico, dissolver pressões corporais causadas por emoções fortes, através de exercícios de respiração e automassagem.
6. Recomendações aos gestores e Práticas Integrativas de Saúde (PICS)	Fiocruz Brasília	Permitir que o indivíduo esteja conectado com o momento presente, sendo esse um aspecto muito importante do autocuidado, para que sintomas da ansiedade e da depressão possam ser diminuídos. Indica práticas mente e corpo que buscam a partir do movimento energético promover a integração da nossa consciência, podendo levar a um bem estar psíquico e emocional.

7. (Setembro amarelo) práticas integrativas e complementares e saúde mental	Instituto Federal da Paraíba, Campus João Pessoa (IFPB)	As PICs têm contribuído no campo da promoção do relaxamento, equilíbrio emocional, manutenção do estresse e ansiedade, possui um potencial integrativo em paralelo com tratamentos convencionais, reconhece a multidimensionalidade do sujeito e promove no usuário uma maior observação e consciência do corpo, melhor comunicação com outros pela convivência social, aumento da capacidade de atenção.
8. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde - PICS	Telessaúde Amazonas, Coordenação do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) e Atenção Primária (AP)	São práticas transversais de tecnologias leves, muitas vezes com nenhum custo, não requer equipamentos de alto custo e sim de dedicação em cuidar do sofrimento psíquico.
9. Evidências sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde	Instituto de saúde (BIREME/OPAS/OMS)	A <i>live</i> trouxe dois representantes que atuaram na criação de mapas de evidências em PICs, com objetivo de apoiar profissionais, tomadores de decisão e pesquisadores na construção de ações de saúde baseadas em evidências. Permitindo que por meio das sínteses desenvolvidas haja uma facilidade em encontrar um melhor tratamento em PICs para determinado transtorno ou diagnóstico.
10. Práticas Integrativas e	A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	A <i>live</i> aborda os benefícios da biodança. Sendo um deles a modulação do sistema nervoso autônomo, este, possibilitando a ativação do sistema simpático com sistema parassimpático (euforia e relaxamento), causando o sentimento de ativação e regressão.

Complementares (PICs) e Saberes Tradicionais para Saúde Mental		Outro benefício seria a combinação de meditação e a biodança: práticas corpo e mente, trabalham o corpo físico e sutil, podendo aliviar sintomas de angústia, tristeza, entre outros.
11. Práticas Integrativas em Saúde Mental	Instituto de Medicina do Comportamento Eurípedes Barsanulfo (INMCEB)	Acompanhamento integral do indivíduo em sua totalidade mental, físico e espiritual inserido em um meio social e econômico, integração da medicina tradicional com a medicina complementar. Levanta o ponto de que cada indivíduo tem em si seus próprios recursos de reequilíbrio, sendo que o que gera vitalidade para um organismo pode não ser o mesmo para outro, sendo um processo individualizado. Contrapondo-se com o modelo da medicina tradicional alcança apenas um certo ponto de cuidado, podendo complementar o cuidado com a autonomia do indivíduo e as várias dimensões das práticas complementares.
12. Webpalestra: Arteterapia e Saúde mental em tempos de pandemia	Telessaúde Espírito Santo	Adentrar o seu interior traz ao consciente o que pode habitar na inconsciência, o conduzindo ao autoconhecimento e ao autocuidado.
13. Webpalestra: Práticas integrativa	Telessaúde Espírito Santo	Na escuta acolhedora o objetivo é desenvolver um vínculo terapêutico com o indivíduo tratado. Promovendo, assim, uma integração do ser humano com o ambiente e a sociedade

s e compleme ntares - Promoven do a saúde da mulher		
---	--	--

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Diante do levantamento realizado com as ferramentas de análise, percebe-se que: 23,07% não especificaram os benefícios das PICs, porém há uma semelhança nas colocações. Um ponto que foi levantado por grande parte dos profissionais foi a capacidade das práticas de guiar o indivíduo a harmonização do ser, distanciando o mesmo de sintomas como: dores, desregulação do sono, desregulação do apetite, irritação, ansiedade e estresse, promovendo assim, a integração do ser com o ambiente e com a sociedade.

A *live* de número oito se aprofundou no benefício de serem práticas de tecnologia leves e transversais, ou seja, de baixo custo e que contemplam todos os níveis da rede de atenção por terem seu desenvolvimento em caráter multiprofissional (Brasil, 2018).

Outro ponto que deve ser destacado, são os resultados esperados com a difusão das práticas, tendo em vista que, por serem práticas de visão multidimensional no processo saúde-doença, os resultados tendem a serem diferentes, ou seja, o que pode dar certo para uma pessoa nem sempre terá o mesmo efeito em outra. Um tratamento feito com a mesma prática em indivíduos diferentes podem ter respostas diferentes (Brasil,2018).

No quadro nº 5 estão dispostos os posicionamentos ou não posicionamentos dos especialistas diante das PICs, durante os debates levantados nos vídeos.

Quadro 4: Posicionamento da *live* sobre as PICS, citados pelos profissionais de saúde palestrantes nas *lives*.

Nome da mídia	Instituição mediadora	Posicionamento sobre as PICS, de acordo com os profissionais
1. Desafios da Atenção Psicossocial no contexto da pandemia de COVID-19	Universidade Federal do Rio de Janeiro (GPESED)	Não se posiciona sobre as PICS.
2. Saúde mental e atenção Psicossocial na Pandemia da Covid-19	Associação de Terapia Familiar de Goiás (ATFAGO)	Não se posiciona sobre as PICS.

3. Atenção básica e o cuidado em Saúde Mental	Conselho Regional de Psicologia do Rio de Janeiro (CRP-RJ)	Não se posiciona sobre as PICS.
4. Práticas integrativas e complementares para a saúde mental	Telessaúde Alagoas	A partir do diálogo entre mediadores e palestrantes, nesse sentido as PICS perpassam todos os campos da rede de atenção e dos ciclos da vida humana, possui um aspecto ampliado do processo saúde doença e do cuidado humano, em especial do autocuidado e da saúde mental. Trata o ser humano em sua totalidade em seus níveis; o mental, emocional, físico e espiritual. Dando assim a possibilidade de a partir da escuta qualificada entre terapeuta e indivíduo de uma harmonização com seu meio ambiente e a sociedade em que vive.
5. Práticas Integrativas para Saúde Mental	A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	Aborda diferentes abordagens das PICs durante a <i>live</i> através da vivência com o terapeuta.

<p>6. Recomen dações aos gestores e Práticas Integrativas de Saúde (PICS)</p>	<p>Fiocruz Brasília</p>	<p>A <i>live</i> indica formas de oferta no momento da pandemia, estratégias que buscam aliviar o estresse e sintomas gerais gerados pelo isolamento social, tanto em profissionais quanto usuários do SUS. Tendo como exemplos encontros online isolados divulgados no <i>youtube</i> da Secretaria de Saúde do Governo do Distrito Federal (SESDF), como também alguns municípios que criaram seus próprios vídeos, como o recicla integrativo oferecendo práticas como, yoga pilates, ti Chun, shantala entre outros.</p>
<p>7. (Setembro amarelo) práticas integrativas e complementares e saúde mental</p>	<p>Instituto federal da Paraíba, campus João Pessoa (IFPB)</p>	<p>Na vivência com as PICS haverá uma aproximação do usuário com o terapeuta, uma maior observação do seu corpo, seja pelo toque, pela consciência corporal, e principalmente através da observação da respiração, sendo esses pontos de extrema relevância para efetivação da promoção à saúde, possibilitando o aumento de aspectos positivos através da liberação de bons hormônios.</p>
<p>8. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde - PICS</p>	<p>Telessaúde Amazonas, Coordenação do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) e Atenção Primária (AP)</p>	<p>Apontam a importância de tecnologias leves para atenção básica. Estas estimulam a conscientizar e propõe formas de dialogar com os municípios e seus profissionais, a formar novos profissionais novas práticas para a política (como benzedeiros e práticas indígenas para saúde) e proporcionam educação permanente com os profissionais, buscando entender a demanda de cada município para que exista a educação continuada.</p>

9. Evidências sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde	Instituto de saúde (BIREME/OPAS/OMS)	Entende que as evidências científicas sobre as PICs têm a capacidade de oferecer oportunidade, fomentando a criação de ações de saúde baseadas em evidências e aperfeiçoamento de técnicas.
10. Práticas Integrativas e Complementares (PICs) e Saberes Tradicionais para Saúde Mental	A grande roda da Saúde Coletiva e (ABRASME)	Compreende as PICs como ferramentas para acalmar a mente, equilibrar os sentidos e o corpo físico.

11. Práticas Integrativas em Saúde Mental	Instituto de Medicina do Comportamento Eurípedes Barsanulfo (INMCEB)	Tem como premissa a possibilidade de uma nova abordagem para o campo da saúde, que preza pelo cuidado singular e multidimensional do usuário, fortalecendo o sujeito para além do aspecto bioquímico, apresentando baixo custo e baixo efeito colateral. Traz a 16ª Conferência Nacional de Saúde como referência, apontando que em seu relatório final consta como aprovado a assistência das práticas dentro do âmbito hospitalar, apontando o apoio do controle social para implementação e inserção da PNPIC em toda rede de atenção.
12. Webpalestra: Arteterapia e Saúde mental em tempos de pandemia	Telessaúde Espírito Santo	<i>Live</i> focada na arte terapia e suas vertentes, mostra a importância do autoconhecimento, a arteterapia como ferramenta para se aprofundar em si mesmo e a possibilidade de se abrir e se expressar através da prática.
13. Webpalestra: Práticas integrativas e complementares - Promovendo a saúde da	Telessaúde Espírito Santo	Recomenda as PICs como complemento integrativo no sistema de saúde, traz evidências das práticas de onde trabalha, e se aprofunda nas práticas que são ofertadas em seu município.

mulher		
--------	--	--

Fonte: Elaborado pela autora (2022)

Os vídeos cujos descritores foram saúde mental e atenção psicossocial; e/ou saúde mental e bem estar não se posicionará as sobre as PICs, porém contêm menções importantes sobre os sintomas que podem vir a se manifestar diante de uma saúde mental fragilizada, devido à situação adversa.

O vídeo nº 11 entende as PICs como um componente complementar, que agrega no cuidado tradicional e alcança aspectos que muitas vezes a medicina convencional não consegue amparar. O vídeo ainda salienta que durante a 16ª Conferência Nacional de Saúde foi aprovada a assistência das práticas dentro do âmbito hospitalar, a atenção terciária, que no Brasil ainda é pouco consolidada.

No vídeo de número seis “Recomendação aos Gestores e PICs”, são abordados assuntos desde o que são as práticas, até como elas podem estar auxiliando durante o período de distanciamento social, citando exemplos regionais de práticas divulgadas no canal do SESDF e municípios que também se adaptaram para que os serviços de PICs não fossem interrompidos durante o período da pandemia.

Ao passo que a criação de vínculo usuário-terapeuta, o fortalecimento do autoconhecimento, a maior observação do corpo e as vivências com as práticas durante as *lives*, são uma forma de difundir os serviços para a população, tal como os vídeos publicados no *Youtube*, pelo tipo de linguagem utilizado, apesar de formal, visto os temas, são passados de forma organizada porém espontânea, o que abre muitas ramificações das áreas de conhecimento abordadas. Em algumas *lives* os profissionais falam apenas de uma prática e seus desdobramentos, em outras há um aspecto mais generalizado.

No quadro nº 6, onde estão os posicionamentos sobre saúde mental e atenção psicossocial, é abordado conteúdos mais densos e que pedem maior atenção.

Quadro 5: Posicionamento sobre a saúde mental e a atenção psicossocial, citados pelos profissionais de saúde palestrantes nas *lives*.

Nome da mídia	Instituição mediadora	Posicionamento sobre saúde mental e atenção psicossocial
1. Desafios da Atenção Psicossocial no contexto da pandemia de COVID-19	Universidade Federal do Rio de Janeiro (GEPESED)	<p>A <i>live</i> trata a saúde mental nesse momento como frágil, durante o período pandêmico muitas pessoas enfrentarão o processo de luto: “O tempo de estratégia de luto muda por ser uma fase prolongada, o esperado é que a fase aguda dure de 1 a 3 meses, porém já estamos a mais de 1 ano na fase aguda, isso faz com que todas as sensações e reações que deveriam durar até 3 meses desencadeiam assim um estresse crônico, um adoecimento que vem de médio a longo prazo. Este é consequência do cansaço, cansaço que vem de viver o passado e o presente com medo do futuro, em vigília, hiper vigilância, sensação de alerta, (será que infectei alguém, será que me contaminei) todas as abas abertas se questionando podem trazer a sensação de cansaço físico, baixa imunidade, pessoas entristecidas, em fases diferentes de luto. O que pode levar as pessoas a se recolherem mais e viverem menos a estrutura de pertença social, tendo desgaste psíquico. E muitos que já tinham alguma fragilidade psíquica ou viveram situações densa no passado, tenha mais gatilhos, acessando com mais frequência suas dores e lacunas e ainda sem a possibilidade de buscar ajuda, pois o seu vizinho também e muito provavelmente está passando pela mesma situação., de estar presa no passado e no futuro, com sensação de poder contaminar e ser contaminado, medo de perder a própria vida e a dos outros. O conjunto de sensações leva o indivíduo a estar muito mais fragilizado psicologicamente e fisicamente”. (Sanitarista com foco em situações de</p>

		desastre, Fiocruz, 2020)
2. Saúde mental e atenção Psicossocial na Pandemia da Covid-19	Associação de Terapia Familiar de Goiás (ATFAGO)	Apresenta a visão de que durante o período da pandemia a saúde mental pode vir a se fragilizar, o quanto antes for tratado com estratégias de enfrentamento e intervenções de atenção psicossocial menor será o impacto a longo prazo, para que seja equilibrado gradativamente.
3. Atenção básica e o cuidado em Saúde Mental	Conselho Regional de Psicologia do Rio de Janeiro (CRP-RJ)	A saúde mental perpassa todos os níveis de atenção, em suas especialidades territoriais e todos os seus agentes do mesmo, apontando a intersectorialidade como fator de alto nível de importância e um desafio para atenção primária por haver uma desarticulação principalmente entre os serviços de atenção psicossocial e a atenção básica.
4. Práticas integrativas e complementares para a saúde mental	Telessaúde Alagoas	Os palestrantes desta <i>live</i> levantam argumentos sobre os cuidados com a saúde mental estarem vinculados com as PICs através da atenção básica, média e alta complexidade as estratégias de suporte operacional à atenção psicossocial. Ainda foi levantado falas sobre o tratamento e cuidado com a saúde mental estarem centrados na doença.
5. Práticas Integrativas para Saúde Mental	A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	A profissional mediadora da <i>live</i> propõe um espaço de cuidado e oferta de PICs, propondo ministrar momentos de experimentação e encontro, com objetivo de promoção e recuperação da saúde mental.

6. Recomend ações aos gestores e Práticas Integrativas de Saúde (PICS)	Fiocruz Brasília	Propõe recomendações aos gestores e profissionais de estratégias em PICs durante o período de pandemia, sendo isto uma ação da atenção psicossocial indicada para sintomas de adoecimento da saúde mental.
7. (setembro amarelo) práticas integrativas e complemen tares e saúde mental	Instituto federal da Paraíba, campus João Pessoa (IFPB)	Se refere às PICs com grande potencial de contribuição para a saúde mental, com a gestão das emoções, a saúde do seu relacionamento pessoal e com o outro, a saúde dos afetos, dos sentimentos, tudo que compõe a integralidade de um sujeito.
8. Práticas Integrativas e Compleme ntares em Saúde - PICs	Telessaúde Amazonas, Coordenação do Núcleo de Apoio a Saúde da Família e Atenção Primária (NASF AP)	Cita o diálogo da saúde mental como responsabilidade da atenção primária à saúde e o NASF vem como uma extensão desse cuidado, relata que todo adoecimento começa na saúde mental. Sendo esse cuidado responsabilidades de toda rede em especial da atenção básica, dessa forma declaram que a atenção psicossocial não se limita ao CAPS, mas declara a responsabilidade a toda rede do SUS.
9. Evidências sobre Práticas	Instituto de Saúde (BIREME/OPAS/	Aborda as evidências em PICs publicadas na Biblioteca virtual de Saúde Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas (BVS -MTCI). Hoje existem mapas de evidências em PICs com informações sintetizadas, como efeito positivo ou inconclusivo

Integrativas e Complementares em Saúde	OMS)	ou negativo e o nível de confiança dos estudos preliminares, analisando sua eficiência como por exemplo para a saúde mental. Essa ferramenta pode vir a auxiliar agentes tomadores de decisões na articulação de projetos, aperfeiçoamento de técnicas e protocolos.
10. Práticas Integrativas e Complementares (PICs) e Saberes Tradicionais para Saúde Mental	A grande roda da saúde coletiva, Associação Brasileira de Saúde Mental (ABRASME)	Aborda a reinvenção e a vivência com a prática da biodança de forma online, mencionando seus benefícios de consciência do indivíduo com ele próprio e com o ambiente que vive, a comunicação corporal e empática, sendo esses cuidados com a saúde mental.
11. Práticas Integrativas em Saúde Mental	Instituto de Medicina do Comportamento Eurípedes Barsanulfo (INMCEB)	Um dos maiores fatores de busca dos usuários por PICs dentro do SUS são a saúde mental e a dor, que são fatores que as práticas atuam no indivíduo de forma integral, a partir da escuta ativa, vínculo profissional usuário, possibilidade de tratamento de baixo custo, baixa toxicidade e baixo potencial de vício.
12. Webpalestra: Arteterapia e Saúde mental em tempos de	Telessaúde Espírito Santo	Coloca a saúde mental como foco quando falado de arteterapia, por ser uma ferramenta que permite desligar o estresse e a ansiedade diários, concentrando sua atenção no seu interior, exercendo o discernimento para obter as respostas que lhe tratam a gestão da própria vida, assim como, a autocompaixão diante de seus limites e a segurança fornecida por possibilidades já conquistadas.

pandemia		
13. Webpalestra: Práticas integrativas e complementares - Promovendo a saúde da mulher	Telessaúde Espírito Santo	Cita os benefícios das práticas sendo em sua maioria relaxantes, comprovados em eficácia em ansiedade e depressão, além de trabalharem o cuidado com a saúde mental.

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Com a saúde mental enfrentando um estado frágil devido a pandemia, fez-se necessário que protocolos de estratégia fossem criados com caráter de urgência, visto que, segundo a Fiocruz (2020) quanto mais tempo se passa mais difícil é de se contornar possíveis transtornos ou sintomas fortes de instabilidade emocional. No primeiro ano da pandemia a Fiocruz publicou um livro com o título “Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na covid-19”, o livro foi separado em cinco partes com as seguintes temáticas: gestão e organização dos serviços e dos cuidados em saúde, isolamento, distanciamento e impactos psicossociais, riscos e agravos em saúde mental; especificidades do cuidado nos ciclos de vida; o cuidado a populações socialmente vulneráveis e proteção social na pandemia.

Tendo uma base teórica, estados e municípios podem passar a se articular diante de suas necessidades locais. A relação de confiança com o que está sendo dito, se dá através de crenças e vivências de cada indivíduo, portanto deve ser articulado com os municípios e com os membros da comunidade a que pertencem a melhor maneira de fornecer informação útil e de qualidade, com a linguagem adequada, respeitando cada comunidade e seus grupos étnicos.

A recomendação dada referente a atenção psicossocial, em consequência da pandemia, é que possivelmente venha a ultrapassar a capacidade de enfrentamento, podendo considerar que a população total do país sofra um impacto psicossocial em diferentes níveis de intensidade e gravidade (Fiocruz,2020).

Figura 2: Pirâmide de intervenções em saúde mental e apoio psicossocial



Fonte: Apud, Fiocruz, 2020, p.270

Para se estruturar um plano de cuidado a atenção psicossocial em tamanha magnitude, é necessária a inclusão de apoio complementar e integrado. Na figura 2, é possível compreender como se dá esse cuidado, tendo na base da pirâmide a promoção da saúde e a garantia do cuidado e, seguindo para o topo onde estão os cuidados especializados para aqueles que possam vir a enfrentar sofrimento agudo e grave.

No quadro sete, estão indicadas as *lives* que recomendaram algum tipo de intervenção nos sistemas de saúde e recomendações que foram feitas tanto por gestores e coordenadores quanto por profissionais da ponta.

Quadro 6- A live recomenda intervenção nos sistemas de saúde?

Nome da mídia	Instituição mediadora	Recomenda intervenção nos sistemas de saúde?
1. Desafios da Atenção Psicossocial no contexto da pandemia de COVID-19	Universidade Federal do Rio de Janeiro (GEPESED)	Não há recomendações.
2. Saúde mental e atenção Psicossocial na Pandemia da Covid-19	Associação de Terapia Familiar de Goiás (ATFAGO)	Recomenda que neste momento pelo alto nível de sintomas de estresse, medo, ansiedade, angústia e muitas vezes crises de pânico, todos os profissionais da saúde e trabalhadores essenciais do serviço sejam orientados e treinados por profissionais da psicologia. Nestes treinamentos seriam abordados os primeiros cuidados psicológicos, atenção às pessoas que estão com irregularidade de sono, às pessoas que estão sobrecarregadas entre outros cuidados.
3. Atenção básica e o	Conselho Regional de	Além da intersectorialidade incentiva o território colaborativo, entre atenção primária e atenção psicossocial colaboração com todos os atores, com cuidado compartilhado

cuidado em Saúde Mental	Psicologia do Rio de Janeiro (CRP-RJ)	entre a rede e a comunidade, a cultura local, a educação e o Centro de Referência Especializado de Assistência Social (Creas).
4. Práticas integrativas e complementares para a saúde mental	Telessaúde Alagoas	Incentiva o movimento popular de organização com o SUS e os usuários a partir de uma construção de vínculo terapêutico. A indicação nesta <i>live</i> é a abordagem com o indivíduo, humanizando o serviço. Além de indicar aos gestores e profissionais que promovam cursos e capacitações em PICs para suas unidades por meio da Secretaria de Saúde do seu estado, sugere, aos mesmos, que tenham conhecimento da política e suas diretrizes.
5. Práticas Integrativas para Saúde Mental	A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	Incentiva o movimento popular de organização com o SUS e os usuários, a partir de uma construção de vínculo terapêutico.
6. Recomendações aos gestores e Práticas Integrativas de Saúde (PICS)	Fiocruz Brasília	Recomenda-se que seja pensada uma estratégia que una diversos profissionais de variados departamentos, para uma linha de cuidado com os trabalhadores, não limitando apenas aos psicólogos ou trabalhadores de saúde mental, mas incluindo os recursos humanos, desde a atenção primária até a terciária. Após definir qual o melhor processo de incentivo ao movimento popular de organização com o SUS e seus usuários a partir de uma construção de vínculo terapêutico e buscando estabelecer, após a análise e as respostas, assegurando seguir uma linha de cuidado desde o isolamento até um momento pós pandêmico.

7. (setembro amarelo) práticas integrativas e complementares e saúde mental	Instituto Federal da Paraíba, Campus João Pessoa (IFPB)	Não há recomendações.
8. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde - PICS	Telessaúde Amazonas, Coordenação do Núcleo de Apoio à Saúde da Família e Atenção Primária (NASF AP)	É proposto que exista um canal direto de comunicação entre as coordenações das PICs e os municípios, além do estímulo aos profissionais a entender seu papel de agente dentro da luta para diminuir os efeitos do isolamento social e consequências emocionais da pandemia da Covid-19, fortalecendo e entregando formação para que os profissionais possam implementar o serviço de tecnologia leve no seu local de trabalho seja de atenção primária ou em outro nível de atenção.
9. Evidências sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde	Instituto de saúde (BIREME/OPAS/OMS)	Recomenda-se que os mapas de evidência publicados na BVS-MTCl sejam disseminados e utilizados, por pesquisadores, estudantes e profissionais, como também para uma possível reformulação por parte do MS na PNPIC.
10. Práticas Integrativas e	A grande roda da saúde coletiva (ABRASME)	Não há recomendações.

Complementares (PICs) e Saberes Tradicionais para Saúde Mental		
11. Práticas Integrativas em Saúde Mental	Instituto de Medicina do Comportamento Eurípedes Barsanulfo (INMCEB)	Ter disponíveis protocolos para as diferentes abordagens de PICs no âmbito legislativo e de normativas para que haja institucionalização das práticas em todos os níveis de atenção, podendo assim de forma legal estar solicitando verba e recursos para administração das práticas. O fortalecimento da promoção da saúde ao integrar o cuidado na atenção terciária.
12. Webpalestra: Arteterapia e Saúde mental em tempos de pandemia	Telessaúde Espírito Santo	Não há recomendações.
13. Webpalestra: Práticas integrativas e complementares -	Telessaúde Espírito Santo	Não há recomendações.

Promoven do a saúde da mulher		
-------------------------------------	--	--

Fonte: Elaborado pela autora (2022)

As recomendações nos sistemas de saúde foram feitas por 61,53% das *lives*, os outros 38,47% não fizeram considerações sobre possíveis recomendações. Seguindo a linha de intervenção na atenção psicossocial, a *live* nº 2 acrescenta um ponto, que seria um treinamento realizado por especialistas na área da psicologia, para todos os profissionais e funcionários do setor da saúde, gerando assim, pessoas habilitadas e capazes de realizar os primeiros cuidados psicológicos.

O vídeo nº 9, trata sobre as evidências científicas, sendo elas um dos fatores que podem ajudar na tomada de decisão e formulação ou atualização de políticas. A mídia apresenta ainda, os mapas de evidência em PICs, ferramenta desenvolvida para auxiliar os tomadores de decisão. São 25 mapas distribuídos nas diferentes práticas que sintetizam as informações em pesquisas científicas, como efeito positivo, inconclusivo ou negativo e o nível de confiança dos estudos preliminares, analisando a partir da sua eficiência para diferentes sintomas, condições e doenças. As evidências enfrentam algumas dificuldades, pois seus resultados não são efetivamente comunicados e os tomadores de decisão não possuem mecanismos que facilitam o uso das evidências. No site da BVS é possível encontrar instruções de uso dos mapas.

O quadro abaixo mostra os sintomas que foram citados nos vídeos, que podem se manifestar sobre a população que enfrenta a pandemia, as reações e sintomas que podem ser considerados “normais” visto uma circunstância “anormal” (Fiocruz, 2020).

Quadro 7 – Sintomas recorrentes citados pelos profissionais nas *lives* durante o primeiro ano da pandemia de Covid-19.

Sintomas recorrentes citados pelos profissionais nos vídeos
<p style="text-align: center;"> Ansiedade; raiva; cansaço; confusão; distúrbios alimentares; estado de alerta constante; sentimentos intensos; culpa de infectar; medo de ser infectado culpa de não cumprir os protocolos corretamente; sobrecarga da linha de frente; alteração de sono; irritação; sentimento exacerbados de tristeza; angústia; quadros de ansiedade; medo; experiência das perdas e do luto; angustias emocionais intensas. </p>

Fonte: Elaborado pela autora (2022)

Deve-se observar a evolução ou não do sofrimento em fase aguda, pois os desfechos da saúde mental são multicausais e a exposição a pandemia não é o único agente etiológico. Indivíduos com histórico de sofrimento psíquico podem vir a ter mais gatilhos e acessar com maior frequência suas dores, tendo ainda dificuldade de buscar ajuda. Portanto é importante observar: frequência, duração, e intensidade dos sintomas e comprometimento das funções humanas (Fiocruz, 2020).

O fator “tempo de pandemia” na fase de distanciamento social é um agravante aos possíveis desdobramentos, é possível que muitas pessoas estejam na fase crônica ou em vias de cronificação. Por isso as ações de cuidado, particularmente na primeira fase da pandemia, auxiliam a não chegar na fase aguda.

O quadro 8, indica o público que foi beneficiado pelas lives, sendo o número total de assistidos dos 13 vídeos, 39,748.

Quadro 8 – Público beneficiado com as *lives* publicadas durante o primeiro ano da pandemia de Covid-19.

Público Beneficiado com as <i>lives</i>
Profissionais que buscam inovação; usuários dos serviços de saúde; assinantes dos canais do <i>Youtube</i> : GESEPED UFRJ; AT FAGO - Associação de terapia familiar de Goiás; Conselho Regional de Psicologia Rio de Janeiro; Telessaúde Alagoas; A Grande Roda da Saúde Coletiva; IFPB Campus João Pessoa; Telessaúde Redes; Instituto de Saúde; INMCEB; Telessaúde ES.

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

O quadro 9 relaciona as instituições que mediaram os debates, o número de instituições é menor que o número de vídeos, pois, algumas instituições possuem dois conteúdos que fazem parte do objeto de estudo dessa pesquisa.

Quadro 9 – Instituições promotoras das *lives* de estratégias em PICs para atenção psicossocial e bem estar durante a pandemia de Covid 19.

<p style="text-align: center;"> Universidade Federal do Rio de Janeiro (GEPESED) Associação de terapia familiar de Goiás (ATFAGO) Conselho regional de psicologia Rio de Janeiro Telessaúde Alagoas A grande roda da saúde coletiva (ABRASME) Fiocruz Brasília Instituto federal da Paraíba, campus João Pessoa (IFPB) Telessaúde Amazonas, coordenação do (NASF AP) Instituto de saúde (BIREME/OPAS/OMS) Instituto de Medicina do Comportamento Eurípedes Barsanulfo (INMCEB) Telessaúde Espírito Santo </p>

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

A tabela 2 dispõe do nível de atenção das instituições vinculadas dos vídeos, sendo as classificações numéricas as mesmas citadas nos quadros 3 ao 7.

Tabela 2 – Nível de atenção das instituições mediadoras das *lives*.

Nível de atenção	nº <i>lives</i>	Vídeos por classificação numérica
Atenção Básica (atenção primária)	5	2;8;4;12;13
Atenção secundária (média complexidade)	1	3
Atenção terciária (alta complexidade)	0	0
Produção Universitária federal	3	9;5;7
Organização não governamental	3	2;5;10
Instituição de pesquisa vinculada ao SUS	1	1

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Pelo exposto, não houve nenhuma *live* relacionada à atenção terciária, uma *live* na atenção secundária e 5 *lives* na atenção primária. Ainda vinculados ao SUS, há dados de uma *live* na instituição de pesquisa e 3 *lives* de produção universitária a nível federal. Dos vínculos fora do SUS estão as associações não governamentais com 3 *lives*.

Na tabela 3 estão os sistemas de saúde das instituições, nenhuma foi proposta por plano de saúde.

Tabela 3 – Sistema de saúde das instituições mediadoras das *lives*.

Sistema de saúde	nº <i>lives</i>	Vídeos por classificação numérica
SUS	10	1;3;4;6; 7;8;9;11;12;13
Plano de Saúde		
Privado	3	2;10;5

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Foram consideradas em “Sistema de saúde-SUS” as *lives* de produção universitária a nível federal, somando as mídias de atenção primária, secundária e instituições vinculadas aos SUS, logo 76,92% das *lives* são vinculadas ao SUS e seus especialistas e 23,08% no sistema privado com instituições não governamentais.

No quadro 10 é possível analisarmos as recomendações em PICs e intervenções que foram feitas pelos especialistas de saúde durante as *lives*.

Quadro 10 – Intervenções em PICs recomendadas de março de 2020 a janeiro de 2021, durante a pandemia de Covid-19.

1. Buscar não medicalizar durante as fases da pandemia, principalmente na fase aguda, principalmente para os usuários que nunca fizeram uso, pois a tendência é que seja mais difícil de realizar o desmame daquele medicamento. Buscar alternativas complementares, práticas integrativas (não menciona nenhuma específica) não existe uma forma única de conduta, mas a partir de uma escuta ativa, uma escuta pragmática conseguindo entender a bagagem daquele indivíduo específico e procurar conduzi-lo então a dar os primeiros passos, construindo junto a ele um mapa de possibilidades a partir das suas próprias ferramentas.
2. Ações de cuidado, que todos os profissionais tenham noções básicas dos primeiros socorros psicológicos. Foi citado yoga e meditação, coisas simples criadas a partir do cotidiano e transformado de forma criativa para aos poucos se acalmar.
3. Não indica intervenções em PICs.
4. Indica que os profissionais busquem formação para melhor atender a população, através do (educasesauead.saude.al.gov.br).
5. Através da *live* puderam desenvolver PICs com o público, além do momento introdutório explicando as práticas, um profissional musicoterapeuta iniciou e o profissional da biodança fechou a *live* levando os princípios básicos da prática.
6. Terapia comunitária, meditação em rodas virtuais para um apoio social mediadas por facilitadores, também vídeos de yoga, tai chi Chaun que são terapias corpo e mente.
7. Não indica intervenções em PICs.
8. Não indica intervenções em PICs.
9. Não indica intervenções em PICs.
10. Além de um espaço de troca de conhecimentos, utiliza o espaço da *live* para ensinar respirações meditativas variadas e a pratica da biodança.
11. Com isolamento nos vemos na posição de cuidar da própria saúde, mantendo a atividade física, procurando um equilíbrio emocional, boa alimentação, na busca por aumentar a vitalidade do organismo e vemos que o que faz isso para um indivíduo é diferente para um outro indivíduo, e através do cuidado as PICs têm um potencial de auxiliar o usuário em sua multidimensionalidade.
12. Os benefícios da arteterapia se tornam mais necessários ainda em situações adversas, para que o indivíduo possa gerir os processos que se atravessam neste momento de isolamento. São propostos exercícios de auto percepção, estimulados por materiais que permitam a livre expressão, podendo conduzir ao autoconhecimento, numa reflexão cuidadosa e profunda de si.

13. Cita e se aprofunda em práticas fitoterápicas, expondo algumas formas de se utilizar ervas e plantas medicinais no dia a dia.

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

Os vídeos que não indicam nenhuma intervenção em PICs são 30,76% do total, esse número diz respeito as *lives* cujos especialistas não buscaram se aprofundar em inovações para o momento em que estavam inseridos e sim em outros aspectos da atenção psicossocial e da saúde mental, por vezes mencionando as PICs, de maneira generalizada, porém sem as indicações ou menções de práticas específicas.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

É possível considerar que a maior parte dos agentes colaboradores nas *lives*, sendo estes o objeto dessa pesquisa, incentivam o uso das PICs como uma das ferramentas de estratégia de atenção psicossocial. Os especialistas que mediam e apresentaram as *lives*, fazem parte da Rede Nacional de Atores em PICs, estão comprometidos com a colaboração em seu território, com desenvolvimento de mais evidências para comprovar e efetivar as técnicas que abrangem o universo das PICs, para assim fortalecer sua inserção em todos os níveis da rede do SUS.

É certo que o processo saúde-doença, em seu aspecto amplo, vem de um conjunto de particularidades que formam um indivíduo, sendo assim, o autocuidado e preservação do bem são fundamentais, principalmente em meio a uma situação adversa como a pandemia. Ressalta-se que o autocuidado deve ser redobrado do indivíduo consigo mesmo e com a sua rede social, procurar se resguardar, estar atento aos sinais de alerta em seu corpo físico e mental são alguns dos cuidados indispensáveis.

As PICs têm características diversas e estão presentes em todos os níveis da rede de cuidado do SUS, dado a sua característica multiprofissional, logo, pode contar com a colaboração de todos os profissionais da saúde capacitados em uma ou mais práticas para fomentar a PNPIC.

Como trabalhador da Saúde do Coletivo, o profissional sanitário tem um papel de notoriedade na organização de um sistema multiprofissional entre os especialistas e agentes da rede de PICs, na educação continuada de novos terapeutas, aplicando as regulamentações da PNPIC e buscando melhorias para a política a partir da proximidade com o sistema e com o usuário.

8. REFERÊNCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. **Painel Coronavírus**. Acesso em: 19 de abr. de 2020. Disponível em: <<https://covid.saude.gov.br/>>. Acesso em 10 ago. 2022

Brasil. Portaria N° 633 de 28 de março de 2017. **Atualiza o serviço especializado 134 Práticas Integrativas e Complementares na tabela de serviços do Sistema de Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (CNES)** Brasília. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/prt_633_28_3_2017.pdf> acesso em: 04 set. 2022

Carvalho, Jessica Liz da Silva; NOBREGA, Maria do Perpétuo Socorro de Sousa. **Práticas integrativas e complementares como recurso de saúde mental na Atenção Básica**. Rev. Gaúcha Enferm., Porto Alegre , v. 38, n. 4, e2017-0014, 2017 Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472017000400406&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 09 nov. 2020. Epub 21-Maio-2018. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.2017-0014>.

Carvalho JLS, Nóbrega . **Práticas integrativas e complementares como recurso de saúde mental na Atenção Básica**. Rev Gaúcha Enferm. 2017;38(4). 2017. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.2017-0014>>. Acesso em 05 mai. 2022.

DAL PIAN, Luiz Fernando. **Aproximações entre Comunicação Pública da Ciência e Entretenimento no YouTube: uma análise do canal Nerdologia**. In: CONGRESSO DE CIÊNCIAS DA COMUNICAÇÃO NA REGIÃO NORDESTE, 12. Anais eletrônicos. Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação., Natal, 2015. Disponível em: <<https://docplayer.com.br/13900535-Aproximacoes-entre-comunicacao-publica-da-ciencia-e-entretenimento-no-youtube-uma-analise-do-canal-nerdologia-1.html> >. Acesso em:02 Set.2022.

Fiocruz, (2020a) **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID-19**. 23. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020. Disponível em: <

https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/10/livro_saude_mental_covid19_Fiocruz.pdf>. Acesso em: 04 ago. 2022.

Fiocruz, Fundação Oswaldo Cruz. (2020b). **Cartilha Saúde Mental e Atenção Psicossocial**-Informações Gerais. Disponível em: <<https://portal.fiocruz.br/documento/cartilha-saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-covid-19>> Acesso em: 24 nov. 2020.

Fiocruz, Fundação Oswaldo Cruz. (2020c). **Cartilha Saúde Mental e Atenção Psicossocial**-Processo de luto no contexto da covid-19. Disponível em: <<https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAde-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-processo-de-luto-no-contexto-da-Covid-19.pdf>>. Acesso em: 24 nov. 2020.

GRANT, S. et al. **Acupuntura para o Tratamento de Adultos com Transtorno de Estresse Pós-Traumático: Uma Revisão Sistemática e Metanálise.**, Journal of Trauma & Dissociation, Califórnia, v. 19, n. 2018, p. 39-58, mar./2017. Disponível em: <<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15299732.2017.1289493>>

Ministério da Saúde (2020a), **Práticas Integrativas**, (Brasil) [online], 2020 MS (org.), 201. Disponível em: <<https://aps.saude.gov.br/ape/pics/praticasintegrativas>>. Acesso em: 26 nov. 2020.

Ministério da saúde (2020b). **Glossário temático** - Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Disponível em: <<https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/12/glossario-tematico.pdf>>. Acesso em: 26 nov. 2020.

OMS, Organização mundial de saúde. 2013. WHO **Traditional Medicine Strategy: 2014-2023**, Hong Kong SAR, China: WHO Press, p. 1-76, 2013. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/92455/9789241506090_eng.pdf?sequence=1>. Acesso em: 26 nov. 2020.

Pereira, Mara Dantas et al. **A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa.** Research, Society and Development, [S. l.], ano 2020, v. 9, n. 7, p. 1-35, 30 maio 2020. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4548/4043>>. Acesso em: 24 nov. 2020.

Silva, Gisléa Kândida Ferreira da et al. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares: trajetória e desafios em 30 anos do SUS.** Physis, Rio de

Janeiro , v. 30, n. 1, e300110, 2020 . Acesso em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300110>>. Acesso em 09 Nov. 2020.

WHO, World Health Organization. (2020a). **(COVID-19) situation reports-115**. Disponível em: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200514-covid-19-sitrep-115.pdf?sfvrsn=3fce8d3c_6>. Acesso em 12 nov. 2020.

WHO, World Health Organization. (2020b). **Mental health and psychosocial considerations during the COVID19 outbreak**. Disponível em: <<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331490/WHO2019nCoV MentalHealth2020.1eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em 12 nov. 2020.

WHO, World Health Organization. (2018c). **Mental health: strengthening our response**. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>>. Acesso em 12 nov. 2020.

Xavier, Fernando; OLENSCKI, João; ACOSTA, Andre; SALLUM, Mariaanice; SARAIVA, Antonio. **Análise de redes sociais como estratégia de apoio à vigilância em saúde durante a Covid-19**. *Scielo Brasil*, Brasil, ano 2020, v. 34, n. 99, 10 jul. 2020. Estudos avançados, p. 261-281. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/s0103-4014.2020.3499.016>> . Acesso em: 7 abr. 2022.

9.ANEXOS

1.Quadro de links de acesso as *lives*, objeto desta pesquisa.

Título da live	Link de acesso
Desafios da Atenção Psicossocial no contexto da pandemia de COVID-19	https://www.youtube.com/watch?v=-zSPQ-OQARY
Saúde mental e atenção Psicossocial na Pandemia da Covid-19	https://www.youtube.com/watch?v=WoORNyTCw8Q
Atenção básica e o cuidado em Saúde Mental	https://www.youtube.com/watch?v=QpErn_dNSP4
Práticas integrativas e complementares para a saúde mental	https://www.youtube.com/watch?v=tOXyackBECU
Práticas Integrativas para Saúde Mental	https://www.youtube.com/watch?v=5kiLcADkhG4
Recomendações aos gestores e Práticas Integrativas de Saúde (PICS)	https://www.youtube.com/watch?v=Dzb4WXI0CBg&t=1147s
(setembro amarelo) práticas integrativas e complementares e saúde mental	https://www.youtube.com/watch?v=aFpkfHDiB54
Práticas Integrativas e Complementares em Saúde - PICS	https://www.youtube.com/watch?v=N0AqAGgh40E
Evidências sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde	https://www.youtube.com/watch?v=n6Fh5b50w64

Práticas Integrativas e Complementares (PICs) e Saberes Tradicionais para Saúde Mental

<https://www.youtube.com/watch?v=DiAnX9HcCFg>

Práticas Integrativas em Saúde Mental

<https://www.youtube.com/watch?v=XptRivP-LKc>

Webpalestra: Arteterapia e Saúde mental em tempos de pandemia

<https://www.youtube.com/watch?v=vM85Jdk-EIE>

Webpalestra: Práticas integrativas e complementares - Promovendo a saúde da mulher

https://www.youtube.com/watch?v=e9n4nwtu_uQ