

CÁTEDRAS FRANCO-BRASILEIRAS NO ESTADO DE SÃO PAULO

Interface entre saúde e educação na formação de adultos e educação terapêutica do paciente

Seminário Internacional O saber da experiência:
interface entre saúde e educação

NUPESCO
Núcleo de Pesquisas e Estudos em Saúde Coletiva
Profa. Dra. Maria Cecília Puntel de Almeida



AUTOCUIDADO COM AROMATERAPIA: ÓLEOS ESSENCIAIS E AUTOMASSAGEM PARA A PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE

Vivências em Educação e Saúde

Marcio Mello¹, Maria Marta Souza de Moraes², Ana Beatriz Acioli Mendes³, Arthur de Oliveira Rocha Villela⁴, Cristiane Moreira⁵, NEACS/LITEB/IOC/FIOCRUZ⁶

OBJETIVO

Este relato de experiência tem como objetivo dar visibilidade aos benefícios terapêuticos da aromaterapia, uma das Práticas Integrativas e Complementares do Sistema Único de Saúde (SUS), no enfrentamento da doença de Chagas por populações portadoras da doença ou a risco. As atividades descritas aconteceram durante a participação do Núcleo de Estudos Arte, Cultura e Saúde (NEACS/FIOCRUZ) no "Expresso Chagas 21" que aconteceu de 19 a 29 de julho de 2019. A expedição funcionou como um trem imaginário viajando por 5 cidades no estado de Minas Gerais. Nos vagões aconteciam ações participativas levando arte e saúde para a população.

METODOLOGIA

No decorrer das oficinas de aromaterapia foram utilizados óleos essenciais e vegetais por inalação direta, inalação por difusor individual, inalação por difusor de ambiente e uso na pele por auto massagem. Tratou-se de uma abordagem qualitativa trabalhando com um conceito ampliado e positivo de saúde. Na ocasião, não foi necessário a realização de inscrição prévia e as atividades foram desenvolvidas com populações portadoras da doença de Chagas ou sob forte risco de contrair a doença.

RESULTADOS

Durante as oficinas realizamos ações de sensibilização que possibilitaram um aumento do conhecimento acerca do autocuidado. Foi possível observar o desenvolvimento da consciência de bem estar físico, mental e emocional dos participantes, possibilitando a discussão e destaque dos métodos terapêuticos usados, até então pouco conhecidos pelos participantes.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para além dos efeitos positivos de estar em contato com a diversidade de aromas nas oficinas de aromaterapia, os participantes puderam exercitar a percepção do corpo e da mente através das técnicas de relaxamento sendo ainda estabelecidas reflexões sobre autocuidado e promoção da saúde. Desse modo, destacamos a importância desse tipo de abordagem a fim de ampliar as possibilidades de tratamento e prevenção de doenças diversas.

E-mail do autor correspondente: mlbmello@gmail.com¹, mariamartasouzamorais@gmail.com², anaacioli55@gmail.com³, arthurovillela@gmail.com⁴, tiane.moreira2012@gmail.com⁵, neacs.fiocruz@gmail.com⁶