

Impacto das PICs no Grupo Bem me Quer: Auriculoterapia e *Mindfulness* na melhora da dor crônica e bem-estar

AUTOR

Emerson Marques

EIXO TEMÁTICO

Saúde Mental e Humanização

INSTITUIÇÃO

Centro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim (CEJAM),
UBS Jd. Eledy, E-Multi, São Paulo, Brasil

INTRODUÇÃO

A importância deste estudo reside na necessidade crescente de explorar as PICs que promovam o bem-estar e a qualidade de vida dos pacientes. O grupo "Bem me Quer" se destaca por implementar auriculoterapia e *mindfulness*, práticas que têm mostrado resultados promissores no manejo de dor crônica e na melhoria das habilidades de comunicação, socialização e ansiedade. Diferente de outros grupos terapêuticos que enfrentam desafios de adesão e absenteísmo, o grupo tem apresentado maior engajamento dos participantes.

OBJETIVO

Analisar o impacto das práticas complementares de auriculoterapia e *mindfulness* no aumento da adesão ao tratamento e na melhora dos quadros de dor crônica, socialização, habilidades de comunicação, isolamento social e manejo da ansiedade no grupo "Bem me Quer".

MÉTODO

Este estudo é descritivo e utiliza uma abordagem qualitativa para entender as experiências dos participantes do grupo "Bem me Quer". Os procedimentos de pesquisa incluem:

1. Entrevistas Semiestruturadas: Realizadas com os participantes para coletar dados sobre suas percepções e experiências com as práticas complementares.

2. Observação Participante: Observação direta das sessões de auriculoterapia e *mindfulness*.

3. Análise de Documentos: Revisão dos registros de adesão e participação nas sessões.

Os dados foram analisados utilizando a técnica de análise de conteúdo, buscando identificar padrões e temas recorrentes.

CONCLUSÃO

Os achados deste estudo confirmam que as PICs de auriculoterapia e *mindfulness* no grupo Bem me Quer são eficazes na promoção do bem-estar dos participantes, com melhorias significativas na adesão ao tratamento, redução da dor crônica e da ansiedade e no desenvolvimento de habilidades sociais. Estes resultados destacam a importância de integrar práticas complementares em programas de saúde para aumentar o engajamento dos pacientes e melhorar sua qualidade de vida.

RESULTADOS

Os resultados mais relevantes incluem:

• **Aumento na Adesão ao Tratamento:** Os participantes demonstraram um compromisso significativo com as práticas complementares, refletido na alta taxa de comparecimento.

• **Melhora nos Quadros de Dor Crônica:** Relatos indicam uma redução notável na intensidade da dor.

• **Melhora na Socialização e Comunicação:** Os participantes relataram uma maior facilidade em socializar e comunicar-se, reduzindo o isolamento social.

• **Manejo da Ansiedade:** Práticas de *mindfulness* contribuíram para uma melhor gestão da ansiedade.