

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS  
ESCOLA DE ENFERMAGEM  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GESTÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE  
MESTRADO PROFISSIONAL EM GESTÃO DE SERVIÇOS DE SAÚDE**

Poliana Cristina Soares Natividade

**RELATÓRIO TÉCNICO-CIENTÍFICO DA PESQUISA:  
Contribuições das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde para a  
Qualidade de Vida dos Servidores da UFMG**

Belo Horizonte  
2020

Poliana Cristina Soares Natividade

**RELATÓRIO TÉCNICO-CIENTÍFICO DA PESQUISA:  
Contribuições das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde para a  
Qualidade de Vida dos Servidores da UFMG**

Relatório Técnico-científico a ser apresentado à  
Diretoria da Escola de Enfermagem da  
Universidade Federal de Minas Gerais.

Área de concentração: Gestão de Serviços de  
Saúde

Linha de pesquisa: Tecnologias Gerenciais em  
Saúde

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Adriane Viera

Coorientadora: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Carla Aparecida Spagnol

Belo Horizonte  
2020

## RESUMO

**Introdução:** O Ministério da Saúde incentiva e normatiza o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). As PICS são técnicas e saberes do cuidar que atuam na prevenção de doenças e na promoção, manutenção e recuperação da saúde, sustentadas pelo princípio da integralidade. Elas se caracterizam como tecnologias de baixo custo e com grande potencial de trazer melhorias para a qualidade de vida (QV) das pessoas, podendo, assim, favorecer a QV dos trabalhadores. **Objetivo:** Analisar as contribuições das PICS ofertadas pelo Programa de Práticas Integrativas e Complementares no SUS EE/UFMG (PIC-EE/UFMG) para a QV dos trabalhadores da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (EE/UFMG). **Método:** Trata-se de um estudo com abordagem qualitativa e finalidade descritiva do tipo estudo de caso. A técnica utilizada para a coleta de dados foi a entrevista semiestruturada. O roteiro de entrevistas para os trabalhadores contemplou perguntas baseadas nos quatro domínios do questionário WHOQOL-bref, instrumento para avaliação da QV desenvolvido pelo Grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde (OMS), o WHOQOL GROUP (*World Health Organization Quality of Life*), acompanhado de uma seção para registro de dados socioeconômicos, demográficos e relacionados ao trabalho. A análise dos dados foi feita por meio da técnica de análise de conteúdo, estabelecendo-se as seguintes categorias temáticas: Terapias recebidas e dinâmica dos atendimentos, As PICS e seus efeitos na saúde dos trabalhadores, Contribuições secundárias aos efeitos, As PICS e a qualidade de vida, As PICS no ambiente de trabalho, O que pensam as terapeutas e a Coordenação?. A amostra do estudo foi composta por 16 trabalhadores, sendo 13 do sexo feminino e 3 do sexo masculino. A idade variou entre 30 e 59 anos. Participaram 9 trabalhadores vinculados a empresas terceirizadas e 7 servidores públicos federais, todos ocupantes do cargo técnico-administrativo em educação. **Resultados:** As PICS ofertadas pelo Projeto PIC-EE/UFMG (acupuntura sistêmica e auricular, auriculoterapia e ventosaterapia) melhoraram as queixas de dor, ansiedade e outros sentimentos negativos, padrão de sono prejudicado, tensão pré-menstrual e tabagismo; proporcionaram aos trabalhadores maior energia e disposição para desenvolver as atividades do dia a dia e maior satisfação própria; permitiram que conseguissem aproveitar melhor a vida e ter mais concentração; favoreceram as relações sociais, as atividades de lazer e a lidar melhor com as dificuldades do transporte; melhorou a QV; e favoreceu a valorização, a motivação e o rendimento profissional. **Conclusão:** As PICS ofertadas podem favorecer um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo por melhorar a QV dos trabalhadores.

**Palavras-chave:** Trabalho. Qualidade de Vida. Terapias Complementares.

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

EE/UFMG	Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
OMS	Organização Mundial de Saúde
PIC-EE/UFMG	Práticas Integrativas e Complementares - Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais
PICS	Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
QV	Qualidade de Vida
SPM	Síndrome Pré- menstrual
SUS	Sistema Único de Saúde
TAE	Técnico Administrativos em Educação
TPM	Tensão Pré-menstrual
WHOQOL	<i>World Health Organization Quality of Life</i>

## 1 INTRODUÇÃO

Para favorecer a promoção da saúde, a qualidade de vida (QV) e um modelo de assistência à saúde integral, o Ministério da Saúde (MS) tem incentivado e normatizado o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). As PICS compreendem técnicas e saberes relacionados ao cuidar que atuam nos campos de prevenção de agravos e da promoção, manutenção e recuperação da saúde, centradas no modelo de atenção humanizada, considerando a integralidade do indivíduo. Estas práticas são regulamentadas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, aprovada por meio da Portaria 971, de 3 de maio de 2006 (BRASIL, 2006b).

Atualmente, o SUS tem autorizado 29 práticas integrativas e complementares, dentre elas a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) (BRASIL, 2006b). Algumas práticas da MTC constituem o objeto de estudo desta investigação, tendo como cenário o Laboratório de Práticas de Enfermagem da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (EE/UFMG), espaço destinado a atividades práticas de disciplinas do Curso de Graduação Enfermagem e a atividades de pesquisa e extensão, como os atendimentos de acupuntura, auriculoterapia e ventosaterapia, por meio do Projeto de extensão – Programa de Práticas Integrativas e Complementares no SUS EE/UFMG (PIC-EE/UFMG). Criado pela professora do Departamento de Enfermagem Básica da EE/UFMG Tânia Couto Machado Chianca, em outubro de 2017, cuja metodologia prevê a oferta de dez sessões das terapias. O público-alvo é a comunidade interna do Campus Saúde da UFMG (alunos, professores e trabalhadores) e a comunidade externa.

O Projeto PIC-EE/UFMG se caracteriza como um projeto de extensão, uma vez que foi criado um ambiente de Práticas Integrativas e Complementares na EE/UFMG para atender a projetos de pesquisa e extensão no Laboratório de Práticas de Enfermagem da EE/UFMG (UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS, 2019).

A coordenadora do Projeto é professora do Departamento de Enfermagem Básica da EE/UFMG. Tem especialização em acupuntura e passou um mês na

China fazendo estágio em quatro hospitais. Atualmente, quatro de seus alunos de doutorado estudam MTC, sendo todas enfermeiras.

O interesse em estudar as PICS surgiu da oportunidade de participar do Projeto PIC-EE/UFMG como terapeuta auricular. No decorrer de 2018, pude observar que muitos trabalhadores da EE/UFMG procuraram por atendimento, entre eles docentes, servidores técnico-administrativos em educação (TAE) e funcionários terceirizados. A partir dessa observação, surgiu o interesse em investigar as motivações dos trabalhadores para receberem as PICS e as suas contribuições para a QV deste público.

Diante do exposto, apresentou-se como problema de pesquisa o seguinte questionamento: Quais são as contribuições das PICS para a qualidade de vida dos trabalhadores?

## **1.1 Objetivos**

### **1.1.1 Objetivo Geral**

Analisar as contribuições das PICS ofertadas pelo Projeto PIC-EE/UFMG para a qualidade de vida dos trabalhadores da EE/UFMG.

### **1.1.2 Objetivos Específicos**

- Descrever o perfil dos trabalhadores entrevistados de acordo com as variáveis socioeconômicas, demográficas e do trabalho;
- Identificar as principais queixas de saúde apresentadas pelos trabalhadores entrevistados;
- Descrever as terapias recebidas e a dinâmica dos atendimentos;
- Descrever as contribuições das PICS para a qualidade de vida dos trabalhadores entrevistados na visão dos mesmos, das terapeutas e da Coordenação do Projeto PIC-EE/UFMG.

## 2 METODOLOGIA

Esta pesquisa foi delineada tendo como referência a abordagem qualitativa, que, de acordo com Flick (2009), representa diversas práticas interpretativas e materiais, que possibilitam tornar o mundo visível. Envolve uma postura interpretativa e busca compreender os fenômenos referentes aos sentidos que as pessoas atribuem a ela.

A finalidade deste estudo é descritiva, que, segundo Vergara (2004), revela característica de uma dada população ou fenômeno. Nessa perspectiva, serão descritos os possíveis ganhos em QV percebidos pelos trabalhadores usuários das PICS, sendo este um pressuposto da pesquisa.

O método de pesquisa adotado foi o estudo de caso, que, para Yin (2001, p. 21), contribui significativamente para a compreensão de fenômenos individuais, organizacionais, sociais e políticos complexos e, ainda, “permite uma investigação para se preservar as características holísticas e significativas dos eventos da vida real”.

A unidade de análise constitui-se de: comunidade interna da EE/UFMG usuária das atividades propiciadas pelo Projeto PIC-EE/UFMG, servidores TAE e funcionários terceirizados.

O estudo totalizou 21 participantes, sendo 16 trabalhadores da EE/UFMG (7 servidores públicos com cargo TAE e 9 trabalhadores vinculados a empresas terceirizadas), 4 doutorandas terapeutas e 1 professora coordenadora do Projeto PIC-EE/UFMG. A amostra do estudo foi composta por 16 trabalhadores da EE/UFMG, que receberam as dez sessões das terapias ofertadas pelo Projeto PIC-EE/UFMG. Dos 16 trabalhadores pesquisados, a idade variou entre 30 e 59 anos; 13 são do sexo feminino e 3 do sexo masculino; 9 possuem vínculo empregatício com empresas terceirizadas e 7 são servidores públicos federais, cargo de TAE. A menor renda mensal individual informada foi de R\$ 998,00 e a maior foi de R\$ 8.000,00. A carga horária de trabalho semanal variou entre 30 e 44 horas.

## **2.1 Técnicas de Coleta de Dados**

Esta pesquisa utilizou indicadores subjetivos da QV que se baseiam em como as pessoas se sentem e pensam sobre aspectos de suas vidas relacionados aos quatro domínios do WHOQOL-bref (instrumento para avaliar a QV, desenvolvido pelo Grupo de QV da Organização Mundial de Saúde (OMS), o WHOQOL GROUP (*World Health Organization Quality of Life*) (FLECK, 2000), por meio de entrevistas semiestruturadas.

O roteiro de entrevistas para os trabalhadores contempla perguntas baseadas nos quatro domínios do questionário WHOQOL-bref. Foi direcionado para obter informações que relacionam algumas questões do questionário com os resultados obtidos com os atendimentos das PICS a para melhoria da QV, de acordo com a percepção dos sujeitos. Ao final da entrevista, eles foram convidados a preencher um questionário, elaborado para esta pesquisa, para coletar os dados socioeconômicos, demográficos e relacionados ao trabalho.

Os roteiros de entrevistas destinados à Coordenação e às terapeutas contemplam questões orientadas para identificar suas motivações para a criação do Projeto, com oferta das PICS na EE/UFMG (coordenação); identificar as motivações para participar do Projeto (terapeutas); e descrever suas expectativas e os resultados obtidos sobre a QV dos trabalhadores.

## **2.2 Técnicas de Análise de Dados**

A análise dos dados qualitativos provenientes das entrevistas semiestruturadas foi realizada por meio da técnica de análise de conteúdo, que, segundo Franco (2005), pode ser utilizada para criar inferências para dados tanto verbais quanto simbólicos, que são obtidos por meio de perguntas e observações determinadas pelo pesquisador.

As entrevistas foram gravadas e transcritas manualmente na íntegra, para proporcionar maior esclarecimento do conteúdo das mensagens. Posteriormente, passaram por uma pré-análise, para se agrupar e classificar as mensagens. Na pré-análise, foi feita uma leitura flutuante das transcrições, o que proporcionou maior



imersão nas falas dos entrevistados, possibilitando conhecer as mensagens contidas nos depoimentos.

Ultrapassadas as etapas iniciais, foram definidas as categorias, ponto principal da análise de conteúdo. Segundo Franco (2005, p. 57), a categorização se caracteriza como “uma operação de classificação de elementos constitutivos de um conjunto, por diferenciação seguida de um reagrupamento baseado em analogias, a partir de critérios definidos”.

A unidade de análise foi do tipo categorial temática, que, de acordo com Franco (2005), é uma proposição sobre determinado assunto, podendo ser uma sentença simples ou um parágrafo que incorpora o aspecto pessoal relativo ao respondente referente ao significado de uma palavra e/ou conotações conferidas a um conceito. O tema é considerado como a mais útil unidade de registro em análise de conteúdo.

A seguir, apresentam-se as categorias e subcategorias que emergiram:

- Categoria temática 1 – Terapias recebidas e dinâmica dos atendimentos
- Categoria temática 2 - As PICS e seus efeitos na saúde dos trabalhadores
  - Subcategoria temática 1 – As queixas dos trabalhadores
  - Subcategoria temática 2 – Sobre a dor física
  - Subcategoria temática 3 – Sobre a dor emocional
  - Subcategoria temática 4 - Sobre o sono
  - Subcategoria temática 5 - Outros efeitos: tabagismo e síndrome pré-menstrual
- Categoria temática 3 – Contribuições secundárias aos efeitos
- Categoria temática 4 – As PICS e a qualidade de vida
  - Subcategoria temática 1 – O que é qualidade de vida?
  - Subcategoria temática 2 – As PICS podem melhorar a qualidade de vida?
- Categoria temática 5 – As PICS no ambiente de trabalho
- Categoria temática 6 – O que pensam as terapeutas e a Coordenação?

### **3 RESULTADOS**

Neste capítulo, apresentam-se, de forma sintética, os resultados alcançados com base nas categorias e subcategorias temáticas que emergiram da análise de conteúdo, os quais estão alinhados com os objetivos e o pressuposto da pesquisa de que as terapias ofertadas aos sujeitos deste estudo podem contribuir para a melhoria de sua QV.

#### **3.1 As PICS e seus Efeitos na Saúde dos Trabalhadores**

Sobre as terapias recebidas, foi possível identificar que todos os trabalhadores receberam auriculoterapia ou acupuntura auricular nas dez sessões ofertadas pelo Projeto PIC-EE/UFMG. Oito relataram que em algumas sessões foram associados outros recursos terapêuticos da MTC, como acupuntura sistêmica, eletroacupuntura sistêmica e ventosaterapia. Essa associação era definida pelo terapeuta, de acordo com a queixa apresentada e as indicações de cada terapia.

Os atendimentos do Projeto PIC-EE/UFMG foram realizados na sala 319 do Laboratório de Práticas de Enfermagem. Era agendada uma média de quatro atendimentos a cada trinta minutos. Em relação à qualidade do ambiente físico, foi possível observar grande aprovação dos participantes quanto a tamanho da sala, organização do espaço e tranquilidade do ambiente.

A partir dos relatos, foi possível identificar que as motivações para a participação envolviam diversas queixas de saúde, como: dor, ansiedade e outros sentimentos negativos, insônia ou excesso de sono, rinite, queda de cabelo, intestino preso, tensão pré-menstrual (TPM), esquecimento e tabagismo.

A queixa predominante foi dor, sendo relatada por 15 dos 16 participantes, dividida nas seguintes localizações anatômicas: costas (regiões cervical, torácica e lombar), 9 relatos; pernas, 6 relatos; cabeça, 4 relatos; joelhos e pés, 2 relatos; abdome e dor difusa, 1 relato cada uma. Portanto, houve predominância de dor nas costas e nas pernas.

Referente às queixas relacionadas ao estado emocional, a mais citada foi ansiedade (9 relatos). No entanto, foram relatados outros sentimentos negativos,

como, angústia, tristeza, cansaço e desgosto. Apurou-se que os trabalhadores que tinham queixas emocionais também apresentavam alguma queixa de dor.

Quando questionados sobre o efeito das terapias sobre suas queixas, as falas permitem concluir que a grande maioria se sentiu satisfeita com os resultados alcançados. Houve relatos de melhoras significativas para os sintomas, tanto físicos quanto emocionais. Foi possível identificar melhora nas queixas: dor, ansiedade e outros sentimentos negativos, padrão de sono prejudicado, queda de cabelo, rinite, TPM e tabagismo. Inclusive, houve relatos de efeito prolongado da terapia em diversas queixas após o encerramento das dez sessões.

É possível observar que em muitos casos a dor nas costas estava associada à dor nos membros inferiores e que essa condição prejudicava a mobilidade e as atividades do dia a dia, inclusive no trabalho. Para tais condições, os benefícios alcançados com as terapias foram expressivos.

Além dos benefícios para alívio da dor na região das costas, dos ombros e dos membros inferiores, foram relatados efeitos positivos para alívio de dor na cabeça, nos pés e no abdome. Assim, foi possível observar um efeito analgésico positivo com o emprego dos recursos terapêuticos da MTC utilizados no Projeto PIC-EE/UFMG.

Muitos trabalhadores relataram dificuldades para dormir: alguns para iniciar e outros para manter o sono. Como consequência, as atividades do dia a dia eram prejudicadas pela indisposição ou pelo excesso de sono. O tratamento contribuiu bastante para melhorar o padrão de sono desses trabalhadores. Pelo que foi possível observar a partir dos relatos, os efeitos das terapias foram benéficos para o padrão de sono prejudicado, o que ajudou tanto a iniciar como a manter o sono de qualidade durante a noite. Como consequência, houve melhora no estado de ânimo, bem-estar e disposição para realizar as atividades diárias.

Além dos efeitos benéficos demonstrados até aqui, houve outras contribuições interessantes para a redução do consumo de cigarro e da síndrome pré-menstrual (SPM), como relatado por dois trabalhadores. O trabalhador tabagista conseguiu reduzir de forma significativa a vontade de fumar e a quantidade de cigarro diário durante o tratamento. Contudo, a vontade de fumar voltou quando as sessões se encerraram. Possivelmente, este fato está relacionado a problemas de seu cotidiano que geraram ansiedade. Assim, seria necessário a continuidade do tratamento após as dez sessões ofertadas, para um maior auxílio nessa questão.

Quanto aos efeitos sobre os sintomas da tensão pré-menstrual, a trabalhadora relata ter obtido resultados significativos na irritabilidade e humor comuns nesse período.

Os efeitos das terapias ofertadas aos trabalhadores extrapolaram o efeito direto sobre suas queixas, pois como consequência do tratamento obtiveram diversos outros benefícios, como: maior energia e disposição para desenvolver as atividades do dia a dia; maior satisfação própria; melhor aproveitamento da vida em alguns aspectos; mais concentração; favorecimento das relações sociais e das atividades de lazer; e, inclusive, melhor atitude para com as dificuldades do transporte.

Esses resultados demonstram que os recursos terapêuticos da MTC agem em diversas frentes, não se restringindo ao tratamento pontual da queixa, pois, de acordo com seus preceitos, o ser humano é integral e seu organismo é entendido como um campo de energia. Assim, os tratamentos buscam o equilíbrio dessa energia, reestabelecendo o organismo (KUREBAYASHI; FREITAS; OGUISSO, 2009). Desse modo, uma das finalidades desses recursos terapêuticos é restaurar a saúde como um todo (BRASIL, 2006b). Nessa perspectiva, o tratamento deve ser voltado para a totalidade do indivíduo, considerando tanto a doença em si, como também o contexto biológico, sociocultural, espiritual e psicológico (MELO *et al.*, 2013).

### **3.2 As PICS e suas Contribuições para a Qualidade de Vida dos Trabalhadores**

Aspectos comuns relacionados aos diversos significados atribuídos à QV são: subjetividade e multidimensionalidade (FAYERS; MACHIN, 2000; FLECK *et al.*, 1999). A QV está relacionada à percepção que os seres humanos têm sobre o nível de satisfação encontrado em diversos aspectos da vida, como, convívio familiar, amoroso, social e ambiental. Essa percepção mantém relação direta com a satisfação de necessidades humanas básicas, como, alimentação, habitação, trabalho, saúde, lazer e bem-estar (MINAYO; HARTZ; BUSS, 2000; ZAVALA; KLIJN, 2014; BARRIENTOS; SUAZO, 2007).

Foi possível identificar a multidimensionalidade do constructo QV na percepção dos sujeitos deste estudo. Eles mencionaram como itens necessários para se ter boa QV: saúde, o que envolve disponibilidade de tempo para cuidar de si, realização de atividade física, sono de qualidade e sensação de bem estar;

oportunidades de lazer; emprego e renda; moradia; religiosidade; convívio social e familiar; transporte de qualidade; e acesso à informação.

Todos os trabalhadores consideraram que ter boa saúde é muito importante para a QV. Sete ressaltaram a saúde nos aspectos físico e emocional. A alimentação, realização de atividade física e sono restaurador foram citados como aspectos importantes que favorecem a saúde. Aspectos relacionados ao bem-estar também foram relatados por 10 entrevistados, como se sentir feliz e estar bem com você mesmo e descobrir e fazer coisas que gosta.

Questionados sobre como a QV pode afetar a saúde, os entrevistados foram unânimes em afirmar que a falta ou alguma fragilidade nos aspectos que consideram importantes prejudicaria a QV.

Quando perguntados sobre como era sua QV antes e como ficou após os atendimentos, dos 16 trabalhadores entrevistados 15 consideraram que a QV melhorou. Foram relatados aspectos relacionados à melhora de suas queixas. Na medida em que se sentiam melhor, isso produzia um reflexo positivo na QV.

Os resultados em saúde mais citados como positivos para a QV foram relacionados à saúde emocional, como: melhora da ansiedade, tristeza, nervosismo, irritabilidade, estresse, chateação, agitação, cansaço e desânimo, totalizando 11 relatos. Houve 9 relatos de melhoria na QV por terem obtido melhoras em sintomas de dor. Quanto à melhora na qualidade do sono, houve 4 relatos.

Além dos fatores já citados, alguns trabalhadores consideraram que melhoraram sua QV, também, por terem recebido orientações em relação a como cuidar melhor da saúde. Dois trabalhadores consideraram o momento dos atendimentos do Projeto PIC-EE/UFMG como uma sessão de terapia, comparando com a psicoterapia, pois se sentiam acolhidos e com a oportunidade de conversar, se abrir e falar de suas dificuldades.

Apesar do expressivo número de relatos positivos sobre ganhos em QV, apenas um trabalhador relatou que os resultados obtidos com as terapias não alteraram sua QV, pois o que mais sente falta e que impacta negativamente sua QV são as poucas oportunidades que tem para lazer em relação a viagens.

Diante do exposto, é possível afirmar que as PICS ofertadas pelo Projeto PIC-EE/UFMG têm grande potencial de contribuição para a QV dos trabalhadores, tanto por proporcionar alívio das queixas, como para favorecer o protagonismo desses sujeitos em seu autocuidado.

### **3.3 As PICS no Ambiente de Trabalho**

Os trabalhadores foram questionados sobre a importância de receber as PICS em seu ambiente de trabalho. Esta questão foi levantada porque é sabido que o trabalho ocupa lugar de destaque na vida das pessoas, e esta característica pode trazer implicações positivas e negativas, dependendo de suas peculiaridades. O trabalho pode influenciar a saúde, o lazer e o estilo de vida, com consequências diretas na QV dos indivíduos (ZAVALA; KLIJN, 2014; SCHRADER *et al.*, 2012).

Como a premissa da gestão pública é a oferta de serviços de qualidade à sociedade, os trabalhadores das instituições devem receber os melhores incentivos para a promoção da saúde e a QV no trabalho como forma de motivação. Assim, a QV no trabalho vai além dos aspectos físicos e ambientais do trabalho. Envolve a saúde e o bem-estar do trabalhador, dentro e fora do espaço laboral (AMORIM, 2010).

Nesta perspectiva, a oferta de PICS no local de trabalho pode favorecer uma melhor QV para os trabalhadores, por serem práticas terapêuticas voltadas para a integralidade do indivíduo com foco em prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde, priorizando o cuidado continuado e humanizado (BRASIL, 2012; BRASIL, 2006b).

Para os trabalhadores deste estudo, a oportunidade de receber atendimento das PICS em seu ambiente de trabalho foi muito valorizada. Os aspectos citados como positivos foram: terem um local como referência de cuidado e acolhimento; melhora da QV; valorização, motivação e rendimento profissional; ausência de custo financeiro; e otimização do tempo por não necessitarem se deslocar para outro endereço.

Os relatos demonstraram aspectos considerados como positivos da oferta das PICS no ambiente de trabalho, que envolveram benefícios na QV dentro e fora do trabalho, bem como retorno em produtividade, favorecendo os serviços prestados pela Universidade. Diante do exposto, é possível afirmar que as PICS ofertadas pelo Projeto PIC-EE/UFMG também podem favorecer um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo por melhorar a QV dos trabalhadores.

### **3.4 O que Pensam as Terapeutas e a Coordenação?**

Descrevem-se aqui as expectativas e contribuições das PICS para a QV dos trabalhadores, na visão das terapeutas e da Coordenação, e apresentam-se as necessidades do Projeto PIC-EE/UFMG para manter seu funcionamento.

Foram entrevistadas a professora coordenadora e quatro alunas de doutorado que atuam como terapeutas. Todas elas além da graduação em enfermagem, possuem algum tipo de formação em MTC.

A oferta das PICS pelo Projeto PIC-EE/UFMG tem por finalidade melhorar a QV das pessoas que são atendidas, segundo as entrevistadas. A Coordenação e as terapeutas consideram que estas práticas podem contribuir de diversas formas para a melhoria da saúde. Por trabalhar de forma holística com o indivíduo, isso impacta diretamente a QV.

As impressões e os sentimentos em relação ao Projeto PIC-EE/UFMG, ao longo da participação nos atendimentos relatados pela Coordenação e pelas terapeutas, demonstram que ele tem grande aceitação e vem apresentando resultados positivos para as queixas tratadas.

Para a manutenção das atividades do Projeto PIC-EE/UFMG, são necessários terapeutas voluntários e materiais de consumo, como, agulhas sistêmicas e auriculares, sementes, cristais, álcool, algodão, lençol descartável, coletor para material perfurocortante, óleo vegetal e luvas de procedimento. Além destes, são utilizados alguns equipamentos, tais como: eletroestimulador e localizador de acupontos, estimulador eletromagnético de acupontos ou região dolorosa (*Haihua*) e mensurador da condutividade elétrica do meridiano de acupuntura (*Ryodoraku*). Segundo a coordenadora, o Projeto PIC-EE/UFMG já recebeu apoio financeiro do Departamento de ENB da EE/UFMG, bem como da Pós-Graduação em Enfermagem. Porém, para suprir os custos ela ainda utiliza recursos próprios e os de sua bolsa de pesquisadora.

A coordenadora considera que seria de grande importância o apoio financeiro institucional para a expansão do Projeto PIC-EE/UFMG, com a abertura de novas vagas. Além disso, é preciso estabelecer parcerias para suprir a necessidade de terapeutas para a realização dos atendimentos.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS E RECOMENDAÇÕES**

O pressuposto desta pesquisa é que as PICS ofertadas pelo Projeto PIC-EE/UFMG podem trazer ganhos em QV para os participantes. Como resultados foram identificados contribuições em várias de suas dimensões.

A partir dos relatos, foi possível constatar que as motivações para a participação envolviam diversas queixas de saúde, como: dor, ansiedade e outros sentimentos negativos, insônia ou excesso de sono, rinite, queda de cabelo, intestino preso, TPM, esquecimento e tabagismo. As terapias disponibilizadas foram recursos terapêuticos da MTC: acupuntura sistêmica e auricular, auriculoterapia e ventosaterapia.

Segundo relatos dos 16 sujeitos da pesquisa, houve melhoras significativas para sintomas físicos e/ou emocionais. As terapias ofertadas melhoraram principalmente as queixas de dor, ansiedade e outros sentimentos negativos, padrão de sono prejudicado, tensão pré-menstrual e tabagismo.

Houve relatos de efeito prolongado da terapia em diversas queixas após o encerramento das dez sessões. Além disso, os resultados demonstraram que os efeitos das terapias extrapolaram o efeito direto sobre as queixas, pois obtiveram diversos outros benefícios, como: maior energia e disposição para desenvolver as atividades do dia a dia; maior satisfação própria; melhor aproveitamento da vida em alguns aspectos; mais concentração; favorecimento das relações sociais e das atividades de lazer; e, inclusive, melhor atitude para com as dificuldades do transporte.

Para os trabalhadores, a oportunidade de receber atendimento das PICS no ambiente de trabalho foi muito valorizada. Como benefícios, citam-se: melhora da QV, valorização, motivação e rendimento profissional. Ainda, consideraram os atendimentos do Projeto PIC-EE/UFMG como uma referência de cuidado e acolhimento.

Portanto, é possível afirmar que as PICS ofertadas podem favorecer um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo, por melhorarem a QV dos trabalhadores.

O objetivo deste relatório técnico-científico foi apresentar os resultados da pesquisa à Diretoria da EE/UFMG, com a finalidade de proporcionar informações



capazes de auxiliar na formulação de projetos/ações que visem à melhoria da QV e à satisfação dos trabalhadores.

Espera-se que os resultados desta pesquisa possam oferecer subsídios para o fortalecimento do Projeto PIC-EE/UFMG, por meio do apoio institucional, para a manutenção de suas atividades e a ampliação da oferta de vagas, para que mais trabalhadores tenham acesso aos atendimentos.

O apoio institucional se faz necessário principalmente no aspecto financeiro e no estabelecimento de parcerias para suprir a necessidade de terapeutas para a realização dos atendimentos.

Diante do exposto, o apoio institucional é de extrema importância, pois a oferta das PICS no ambiente de trabalho têm reflexo positivo na saúde e na motivação para o trabalho, conseqüentemente, favorecendo a maior qualidade dos serviços prestados.

## REFERÊNCIAS

- AMORIM, T. G. F. N. Qualidade de vida no trabalho: preocupação também para servidores públicos? **Revista Eletrônica de Ciência Administrativa – RECAM**, v. 9, n. 1, p. 35-48. Campo Largo, Paraná, 2010.
- BARRIENTOS, L. A.; SUAZO, S. V. Fatores associados à qualidade de vida de enfermeiras hospitalares chilenas. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v.15, n.3, p.480-486, 2007.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 971 de 3 de maio de 2006b. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, Seção 1, 4 mai. 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.823, de 23 de agosto de 2012. Institui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**. Brasília, DF, 2012.
- FAYERS, P. M. D. **Quality of life. Assessment, analysis and interpretation**. Chichester: John Wiley; 2000.
- FLECK, M. P. A. *et al.* Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 21, n. 1, p. 19-28, mar. 1999.
- FLECK, M. P. A. O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 33-38, 2000.
- FLICK, U. **Desenho da pesquisa qualitativa**. Porto Alegre: Bookman, 2009.
- FRANCO, M. L. P. B. **Análise de conteúdo**. 2. ed. Brasília: Liber Livro Editora, 2005.
- KUREBAYASHI, L. F. S.; FREITAS, G. F. de; OGUISSO, T. Nurses' perception about diseases that are treated by acupuncture. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo v. 43, n. 4, p. 930-936, dez. 2009.
- MELO, S. C. C. *et al.* Práticas complementares de saúde e os desafios de sua aplicabilidade no hospital: visão de enfermeiros. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 66, n. 6, p. 840-846, 2013.
- MINAYO, M. C. S; HARTZ Z. M. A.; BUSS P. M. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 7-18, 2000.
- SCHRADER, G. *et al.* Trabalho na Unidade Básica de Saúde: implicações para a

qualidade de vida dos enfermeiros. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.65, n.2, p.222-228, 2012.

VERGARA, S. C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2004.

ZAVALA, M. O. Q.; KLIJN, T. M. P. Calidad de vida em el trabajo del equipo de enfermaria. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, n. 2, 2014

YIN, R. K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2001.



