

duração da aplicação, forma de avaliação (eg., escalas unidimensional/multidimensional) e pelos componentes sensoriais e cognitivos da sensação/percepção de dor. Conclusão: Existe uma variedade de métodos-não farmacológicos que podem impactar de forma positiva sobre a sensação/percepção dolorosa no trabalho de parto. Contudo, para o fisioterapeuta, além de conhecimento específico na área, deve haver respeito à parturiente e às suas preferências/escolhas a fim de que o momento seja protagonizado por ela em prol de um nascer humanizado.

1745

MINDFULNESS NO CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

CATEGORIA DO TRABALHO: RELATO DE CASO ÚNICO

Thobias Plesnik, Michele Cassar Csordas, Jaqueline Ferri Rehmenklau, Eduardo Azevedo de Andrade, Luíza de Paula Alves, Aline Milena Castro Matos
HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

O mindfulness é um estado de atenção plena da pessoa, onde o pensamento não seja mais automatizado e ações e reflexões estejam totalmente atentas ao contexto inserido no momento, um mecanismo de amplificação da nossa atenção às informações vindas do meio em que nos encontramos. O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) é um serviço de saúde mental com abordagem territorial que pertence ao Sistema Único de Saúde (SUS) e atende prioritariamente pessoas com transtornos mentais. O atendimento é realizado por equipe multiprofissional (educação física, enfermagem, psiquiatria, psicologia, serviço social e terapia ocupacional) em micro equipes para atender diferentes regiões. As reuniões semanais de equipe compõem parte essencial para o alinhamento dos processos de trabalho, quando ocorrem discussões de casos, avaliação dos acolhimentos de novos usuários e combinações gerais da gestão do serviço. Durante a pandemia do COVID-19, ocorreram diversas mudanças no funcionamento do CAPS. Dentre elas, se destacam a inserção do trabalho remoto, a incorporação dos teleatendimentos, o aumento do número de visitas domiciliares, a suspensão dos grupos presenciais e a readaptação para modalidade remota. Tais transformações modificaram a dinâmica dos processos de trabalho, causando estresse aos trabalhadores. Diante disso, visando promover o bem-estar físico e emocional destes profissionais, iniciamos a prática de mindfulness durante parte da reunião de equipe. As práticas consistiram em intervenções com duração média de 5 à 10 minutos no final das reuniões de equipe, sendo facultativa a participação. Os exercícios foram guiados pelo residente multiprofissional de saúde mental, profissional de educação física, com foco no controle respiratório, relaxamento das tensões musculares, bem como a estimulação da consciência corporal. Foi identificado que houve significativa adesão da equipe nas práticas de mindfulness, tais como: aumento da disposição para o trabalho; produção de maior qualidade no atendimento aos usuários; melhora na convivência entre os colegas de trabalho; incremento de ferramentas de autocuidado para o profissional. Considerando a importância de cuidar do cuidador, a inserção do mindfulness se mostra como uma ferramenta terapêutica adequada para a promoção da saúde mental da equipe no Centro de Atenção Psicossocial.

1746

RELATO DE EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA EM MATERNIDADE PÚBLICA: ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NO TRABALHO DE PARTO

CATEGORIA DO TRABALHO: RELATO DE CASO ÚNICO

Caroline Tibola, Laís Veiga de Lima, Mariana Maydana Rivero, Amanda Fernandes Pacheco, Inaê de Oliveira Marcelo, Sara Lima Pereira Corrêa, Juliana Mobs Canova, Ruthy Cristina Silva Moraes, Pietra de Vargas Minuzzi, Danielli Garcia de Carvalho, Fernanda Vargas Ferreira
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA

Introdução: A Humanização no Nascimento se fundamenta em receber de forma digna a mulher, familiares e o recém-nascido e a adoção de medidas e procedimentos benéficos para o binômio mãe-bebê. Métodos não-farmacológicos (MNF) objetivam modular a sensação/percepção da dor no trabalho de parto/parto. Além de fatores fisiológicos, experiências prévias, desconhecimento e ambiente podem afetar a dor. Método: Narrar a experiência extensionista fisioterapêutica a parturientes, realizada entre junho e dezembro de 2019, em uma maternidade pública do interior do estado do Rio Grande do Sul. A extensão ocorria duas vezes por semana e com duração mínima de duas horas/dia. Para a assistência, as parturientes deveriam ter idade gestacional >37