

RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE AÇÃO EDUCATIVA NA 47ª SEMANA DA ENFERMAGEM COM PRÁTICAS INTEGRATIVAS PARA PROFISSIONAIS DA SAÚDE

ODS 3

Larissa Soares da Silva (Universidade de Taubaté)
Maria Luiza Camargo dos Santos Ferreira (Universidade de Taubaté)

O presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência acadêmica do sétimo período de Enfermagem, durante o estágio curricular supervisionado, no primeiro semestre de 2025, sobre uma ação educativa realizada com os funcionários de um hospital, localizado no município de Taubaté, no estado de São Paulo, com a aplicação da massagem Touch, que é uma técnica terapêutica de toque suave nas mãos, baseada no contato físico intencional e controlado, que visa promover o relaxamento, conforto e bem-estar físico e emocional. A ação foi realizada em horário de rotina hospitalar, na intenção de proporcionar uma pausa relaxante das atividades, com duração de até 5 minutos. A cada sessão, foi possível perceber mudanças sutis, mas importantes: respirações que se tornavam mais lentas, expressões faciais mais serenas, relatos de alívio e gratidão por um momento de pausa em meio à rotina intensa do hospital. Essa experiência reforçou a importância das práticas integrativas no ambiente hospitalar, especialmente aquelas que, como a massagem Touch, colocam o ser humano no centro do cuidado de forma sensível e compreensiva. Foi possível promover relaxamento, reduzir os níveis de estresse e ansiedade, estimular a consciência corporal e reforçar o sentimento de cuidado e valorização do indivíduo.

Palavras-chave: Enfermagem; Hospital; Massagem.

