



Aplicação Da Reflexologia Podal Na Promoção Da Saúde Da Mulher Durante O Climatério: Um Estudo Qualitativo

Maria Eduarda Oliveira Duarte, Fernanda Aparecida Vicente Magalhães, Daniele
Fernanda Felipe

¹Acadêmica do Curso de Biomedicina Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UniCesumar. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. mariaoliveiraduarte30@gmail.com

²Coorientadora, Mestranda do programa de pós-graduação em Promoção da Saúde, UniCesumar. fernanda.vicente@unicesumar.edu.br ³Orientadora, Docente do Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde, UniCesumar. daniele.felipe@unicesumar.edu.br

RESUMO

Introdução: A promoção da saúde no Brasil é um componente fundamental da saúde pública, centrado em capacitar indivíduos e comunidades a adotarem estilos de vida saudáveis e medidas preventivas contra doenças. Este estudo enfatiza a importância do Sistema Único de Saúde (SUS), um dos maiores sistemas públicos de assistência médica no mundo, instituído pela Lei 8.080/1990. O SUS, ao reconhecer a saúde como um direito essencial, compromete-se a fornecer acesso universal e gratuito aos cuidados de saúde, com foco na promoção, prevenção e recuperação da saúde. Nesse contexto, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), criada em 2006, visa integrar abordagens terapêuticas alternativas ao sistema de saúde convencional. A PNPIC busca incorporar práticas com fundamentação científica e tradicional, voltadas para a promoção, prevenção e recuperação da saúde. Atualmente, o SUS disponibiliza 29 práticas integrativas, como reflexologia, aromaterapia, acupuntura, entre outras, evidenciando seu compromisso com uma abordagem holística da saúde. A reflexologia podal destaca-se como uma técnica terapêutica promissora para aliviar os sintomas do climatério, uma fase natural na vida das mulheres marcada por alterações hormonais, já que durante este período, as manifestações físicas e emocionais são abordadas por meio de terapias complementares, como a técnica em questão. Essa técnica ativa pontos nos pés, promovendo um impacto benéfico no equilíbrio hormonal e no bem-estar emocional. Assim, proporciona uma opção orgânica e menos invasiva para aprimorar a qualidade de vida das mulheres nesse período de transição. **Objetivo:** O presente estudo visa avaliar a eficácia da reflexologia podal como terapia complementar na promoção da saúde de mulheres durante o climatério. **Metodologia:** O estudo será qualitativo, baseado em entrevistas com 20 mulheres selecionadas por conveniência. O projeto será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Unicesumar. As participantes selecionadas serão convidadas por telefone para participar do estudo, que consistirá em oito sessões de reflexologia podal. Após as sessões, as participantes responderão a um questionário com cinco perguntas subjetivas sobre os benefícios da reflexologia e suas experiências na pesquisa. A primeira pergunta, investiga se houve uma percepção de melhora nos sintomas da menopausa após as sessões de reflexologia, já a segunda questão, explora as mudanças na vida do participante decorrentes do tratamento com reflexologia. A terceira pergunta questiona sobre a motivação em relação ao autocuidado após as sessões de reflexologia, implica em entender como as intervenções terapêuticas podem impactar a autoimagem e a saúde mental do paciente. Com isso, a quarta pergunta se refere de como foi participação na pesquisa,



será feito uma análise dos dados subjetivos será conduzida em conformidade com os preceitos metodológicos estabelecidos por Laurence Bardin, que propõem uma abordagem sistemática para a interpretação de conteúdos qualitativos. Desse modo, a última pergunta relaciona-se à experiência de buscar atendimento médico para as queixas associadas à menopausa e quanto à adequação do tratamento prescrito em relação às expectativas dos pacientes e à eficácia percebida pelo tratamento prescrito pelo médico. **Resultados Esperados:** Espera-se que as mulheres que receberam a intervenção de reflexologia podal apresentem uma redução significativa nos sintomas. Os resultados poderão oferecer insights sobre a viabilidade, eficácia e aceitação dessa técnica como uma abordagem complementar no manejo dos sintomas do climatério em mulheres. Dessa forma, proporcionará uma compreensão mais profunda dos impactos da reflexologia na vida dos participantes, ajudando no progresso do conhecimento desse campo da área da saúde pública, podendo assim gerar um maior entendimento e promoção sobre as práticas integrativas.

Palavras-chave: Reflexologia; Saúde da Mulher; Menopausa; Prática Integrativa; Bem-Estar