



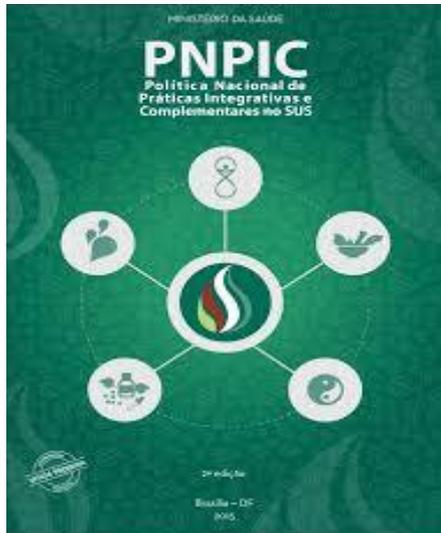
apresentam

Oficina da Saúde: Corpo e Mente ressignificados pelas Práticas Integrativas e Complementares em Arroio Trinta/SC

MAGDA CRISTINA DONADELI GEMELLI

Fisioterapeuta-Acupunturista/Mestre em Biociência e Saúde (UNOESC), atua
em Arroio Trinta e Salto Veloso/SC

POLÍTICAS PÚBLICAS SOBRE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE



- As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) foram institucionalizadas no SUS, por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), aprovada pela Portaria GM/MS nº 971/2006 e, atualmente, segue as definições do Anexo XXV da Portaria Consolidada n. 2, de 28 de setembro de 2017.
- Portaria 702 de 21 de março de 2018 (Altera a Portaria Consolidada 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017) para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares: Apiterapia, Aromaterapia, Bioenergética, Constelação familiar, Cromoterapia, Geoterapia, Hipnoterapia, Imposição de mão, Ozonioterapia, Terapia de Florais.
- O SUS conta com 29 práticas integrativas



ARROIO TRINTA/SC

- É uma cidade de pequeno porte localizada no meio-oeste catarinense, com população de 3.564 habitantes; Capital catarinense da cultura Italiana.
- A UBS possui 1 ESF, 1 NASF e 1 ESB.



- **Principais agravos da saúde:** enfermidades crônico-degenerativas e acometimentos emocionais.

PLANO DE DESENVOLVIMENTO DA OFICINA DA SAÚDE

Apoio da gestão municipal para a oferta da PICS na atenção básica

Cursos de formação e educação permanente em PIC dos profissionais envolvidos das equipes de SF, NASF-AB e ACS

Estratégia de matriciamento por meio de profissionais com formação em PIC alocados no NASF-AB, ACS, Especialidades

Organização do fluxo de acesso às práticas corporais e mentais ofertadas semanalmente por livre demanda ou encaminhamentos dos profissionais de UBS

Oficina da Saúde

Corpo e Mente Ressignificados pelas Práticas Integrativas e Complementares



O projeto intitulado **OFICINA DA SAÚDE!**
Corpo e Mente - Ressignificados Pelas
Práticas Integrativas e Complementares
vem sendo desenvolvido desde 2013 até
os dias atuais (2018) pela equipe
NASF/ESF como alternativa
multidisciplinar para proporcionar
atendimentos continuados aos usuários
que necessitam de acompanhamento,
visando o estímulo a mudanças
bio/psico/motoras.

Objetivou-se melhorar a qualidade de vida dos usuários aliviando sintomas e **EMPODERANDO-OS COM AUTOCONHECIMENTO E AUTO ACEITAÇÃO** sobre seu acometimento físico e mental, além de proporcionar aos mesmos, alternativas integrais de tratamento.



FINALIDADE DA OFICINA DE SAÚDE

- Proporcionar atendimentos continuados aos usuários que necessitam de acompanhamento visando o estímulo a mudanças bio/psico/motoras;
- Melhorar a qualidade de vida dos usuários aliviando sintomas e empoderando-os com autoconhecimento e autoaceitação sobre seu acometimento físico, mental, além de proporcionar aos mesmos, alternativas integrais de tratamento.
- Reduzir o sofrimento de pacientes e familiares através de alternativas em grupos, chamadas Oficina da saúde, permitindo o acesso facilitado em encontros semanais com duração de uma hora, com aulas de Yogas, meditação, MTC, práticas neurolinguísticas (PNL) e imaginação ativa, além de acesso à atendimento em PICs se houver necessidade
- Realizar Oficinas de Informação Bimestral sobre temas de promoção à saúde integral.

DESENVOLVIMENTO DA EXPERIÊNCIA

- Reunião matriciamento da ESF x NASF;
- Estratégias para implantação do Projeto (justificativa, recursos humanos, organização da demanda, avaliação e proposta de grupo);
- Elaboração e pactuação com a gestão da proposta de trabalho do Grupo – Oficina da Saúde: Corpo e Mente ressignificados pelas práticas integrativas e complementares;
- Grupos com cerca de 35 usuários;
- Aulas de 1h ofertadas em horários alternativos (quartas-feiras de manhã em quatro horários seguidos a partir das 6hs da manhã e quintas-feiras às 19hs);
- **PICs ofertadas:**
 - Técnicas de pranayamas (exercícios de respiração)
 - Técnicas meditativas, imaginação ativa, PNL ou MTC para relaxamento, controle das emoções e ressignificação
 - Técnica de Yoga

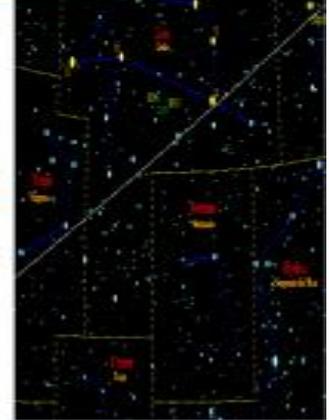
As oficinas em grupos, necessitam apenas de recurso humano capacitado o que gera baixo custo e investimento financeiro. Estas oficinas permitem o acesso facilitado (demanda espontânea) em encontros semanais com duração de uma hora, com aulas de Yoga, meditação, ensinamentos de medicina tradicional chinesa, práticas neurolinguísticas (PNL) e de imaginação ativa, além de acesso à atendimentos individuais em auriculoterapia e acupuntura...

ESTRATÉGIAS DE TRABALHO

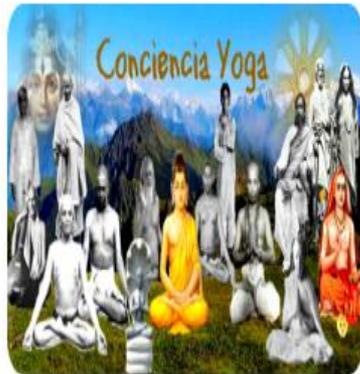
- ✓ Pranayamas (exercícios de respiração);
- ✓ Técnicas meditativas, imaginação ativa, PNL, MTC,
- ✓ Técnicas para relaxar a mente;
- ✓ Controlar as emoções;
- ✓ RESSIGNIFICAÇÃO
 - ✓ traumas, pensamentos, situações de vida;
- ✓ Técnica de Yoga.
- ✓ Acesso à atendimentos individuais em auriculoterapia e acupuntura.

Práticas ofertadas

ACUPUNTURA



YOGA INDIANO – PRANAS – MUDRAS - ASANAS



PNL - MTC

TEORIA DOS 5 ELEMENTOS



OFICINAS DE INFORMAÇÕES

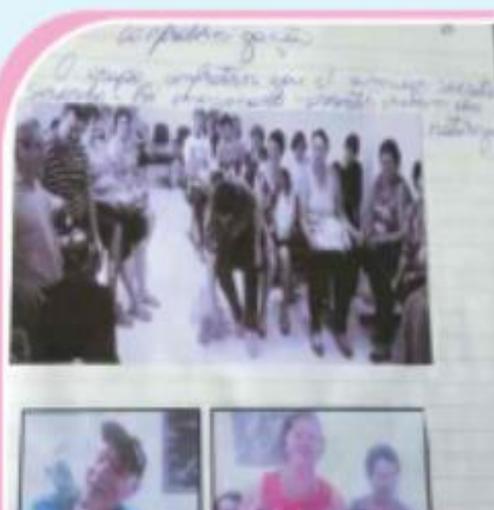
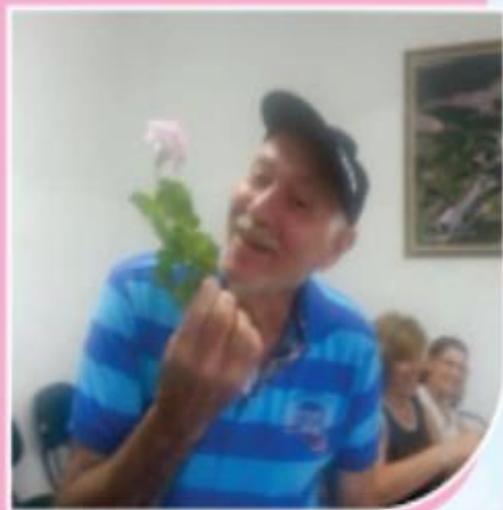
- Entrega de cronograma anual e agenda das oficinas para cada participante;
- Os encontros informativos/reflexivos acontecem bimestralmente no período das 19:00h;
- Reunião dos 5 grupos de pacientes acompanhados dos familiares;
- Os temas trabalhados envolvem o processo de geração de saúde.

OS TEMAS TRABALHADOS ENVOLVEM O PROCESSO DE GERAÇÃO SAÚDE/DOENÇA

- Uso de plantas medicinais e de medicamentos Pastoral da saúde/farmacêutico);
- Falando de qualidade de vida (fisioterapeuta);
- A linguagem do corpo (psicóloga);
- Nutrição funcional (nutricionista);
- Danças (educadora física);
- A fé e o bem-estar (padre e pastor);
- Oficinas de mandalas de flores e bolsas terapêuticas (artesã);

Outros temas abordados: amor próprio, relacionamento, arte de escutar, de dar e receber, teia da vida;

2014 | MENTE E CORPO SAUDÁVEIS: informações da fisioterapeuta, pastoral da saúde, farmacêutica, terapêutica holística e confraternização.



MATERIAIS PRODUZIDOS NAS OFICINAS



O mundo não é um tabuleiro
E em cada joguete que
fazemos acreditamos

Monte ^{o mundo, isso} que acreditamos
(subconsciente) que fazemos
acreditar

1º - O que acredito
sobre mim

2º - O que acredito sobre

Outro P - Condição (segundo o que o real
é) - papel, papel
Acreditamos / Não acreditamos / Alguns
sistemas acreditamos
que acreditamos / Não acreditamos
alguns

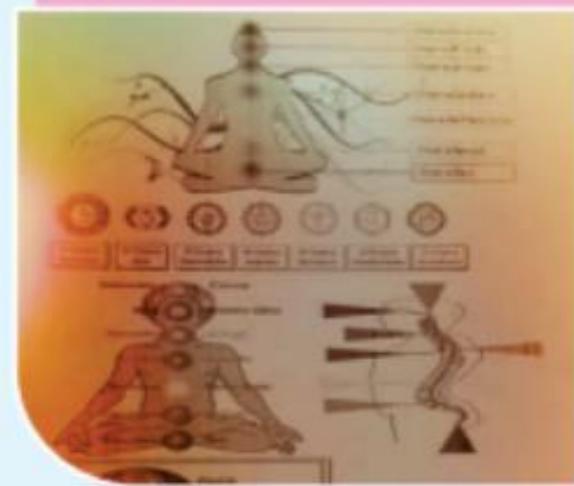
Uma pessoa e um objeto
são iguais? Não são iguais
Acreditação total - acreditamos
Acreditação parcial - acreditamos
Tem gente que acredita que acredita bem

Condição
O que acreditamos?
O que acreditamos?

Outro 9 Integração
Além de Vozes - (Cantando, Poemas, letras
de música, etc...),
Comanda: Luz, Poesia,
Música,
Festa, teatro, etc

Diretor: Proferência
Roberto Faria:

Trabalho que envolve a criação e a expressão de ideias e sentimentos pessoais, sociais e culturais em uma grande variedade de formas e estilos. De modo geral, envolve a criação de uma obra de arte, seja ela física ou virtual, que seja capaz de transmitir uma mensagem ou uma experiência.

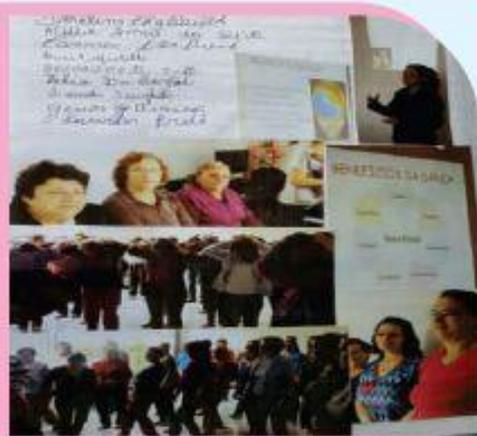
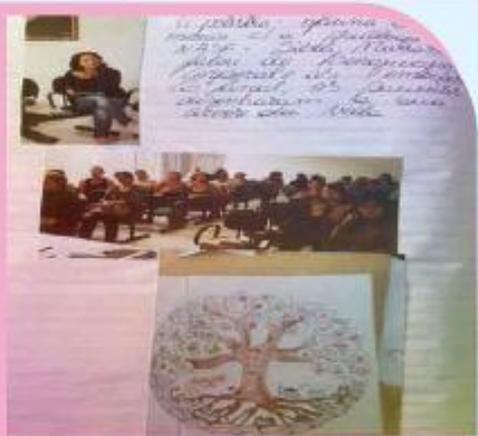
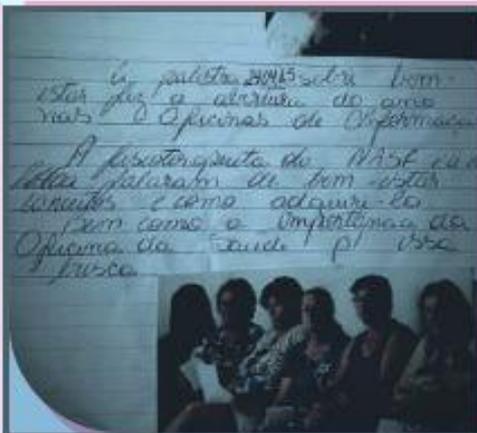


Saúde integral e multiprofissional

- Participação do fisioterapeuta, nutricionista, psicólogo, educadora física, padre e pastor, terapêutica holística;
- Confraternização
- **Calendário de 2015:**
 - Uso de plantas medicinais e de medicamentos (Pastoral da saúde/farmacêutico)
 - Falando de qualidade de vida (fisioterapeuta)
 - A linguagem do corpo (psicóloga)
 - Nutrição funcional (nutricionista)
 - Danças (educadora física)
 - A fé e o bem-estar (padre e pastor)
 - Oficinas de mandalas de flores e bolsas terapêuticas (artesã)

OFICINA DA SAÚDE - OFICINAS DE

| TEMAS ABORDADOS | INÍCIO | TERMINO | PALE |
|-----------------------------------|----------|----------|------|
| LANDO DE QUALIDADE DE VIDA | 08:30 hr | 09:30 hr | PALE |
| LINGUAGEM CORPORAL | 09:00hr | 09:30 hr | PALE |
| TRIEÇÃO FUNCIONAL | 09:30hr | 09:30 hr | PALE |
| AMÇAS | 09:00hr | 09:30 hr | PALE |
| É E O SEM-CCTAF | 09:00hr | 09:30 hr | PALE |
| UNA DE MANDALAS/BELGAS MÁTICAS | 09:00hr | 11:00 hr | OFIC |



Desenvolvimento da afetividade e sexualidade com suas raízes

Facilitadores: profissionais especialistas no assunto com visões cartesianas e holísticas dos temas abordados.

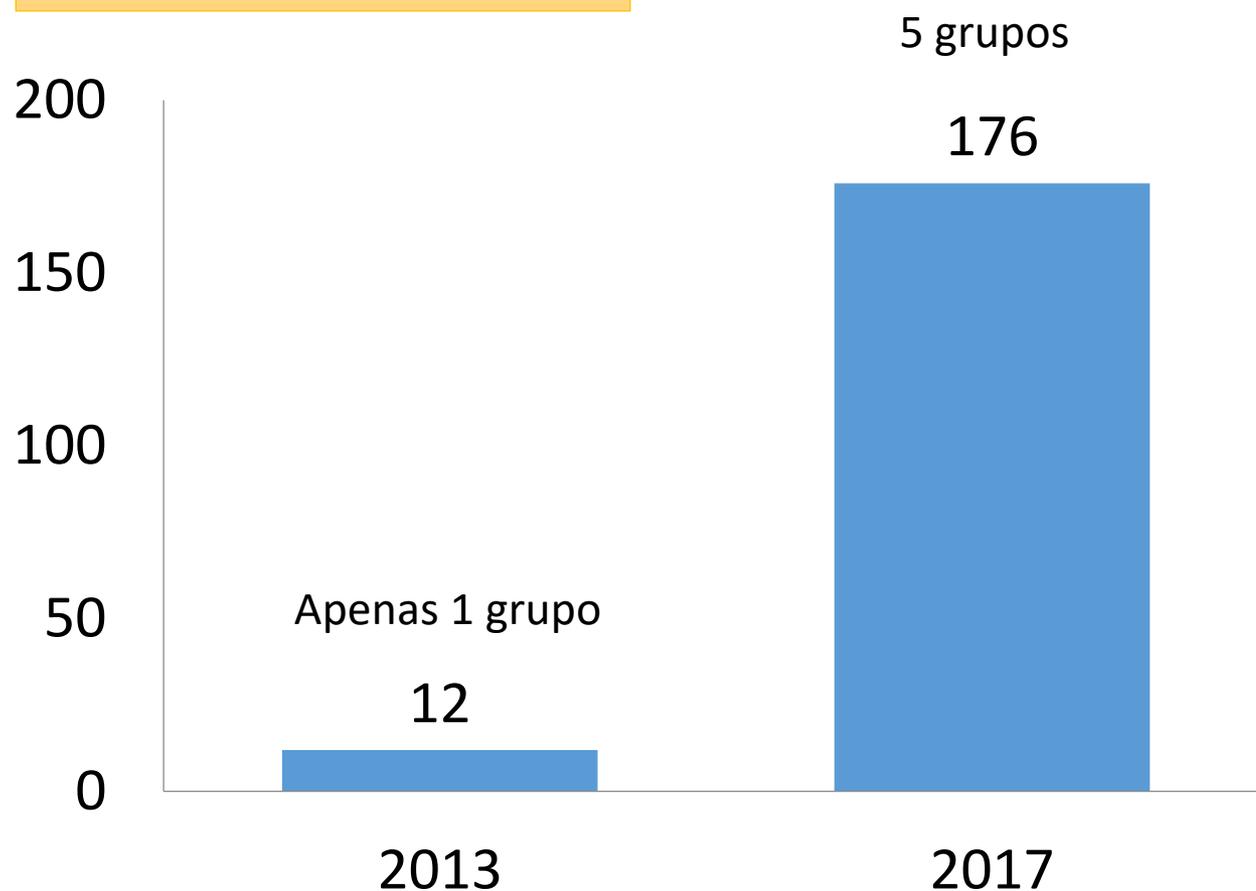
- Oferta: casais.
- Dinâmica: atividade em grupo separados por gênero;
Abordados temas de saúde da mulher e do homem!
- Temas: Movimento entre afeto e sexo, Afeto/sexualidade e saúde, Afeto e sexo como fontes de saúde física e mental



E OS ENCONTROS CONTINUAM EM 2017...

RESULTADOS ALCANÇADOS

ADESÃO NOS GRUPOS

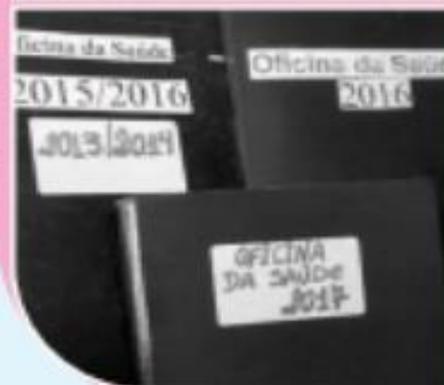


AMPLIAÇÃO DA OFERTA PARA CRIANÇAS

MELHORA MOTORA E AUTOCONHECIMENTO

5% DE DESISTÊNCIA

RESULTADO DE TODO ESSE TRABALHO: CORPO E MENTE RESSIGNIFICADOS PELAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES!

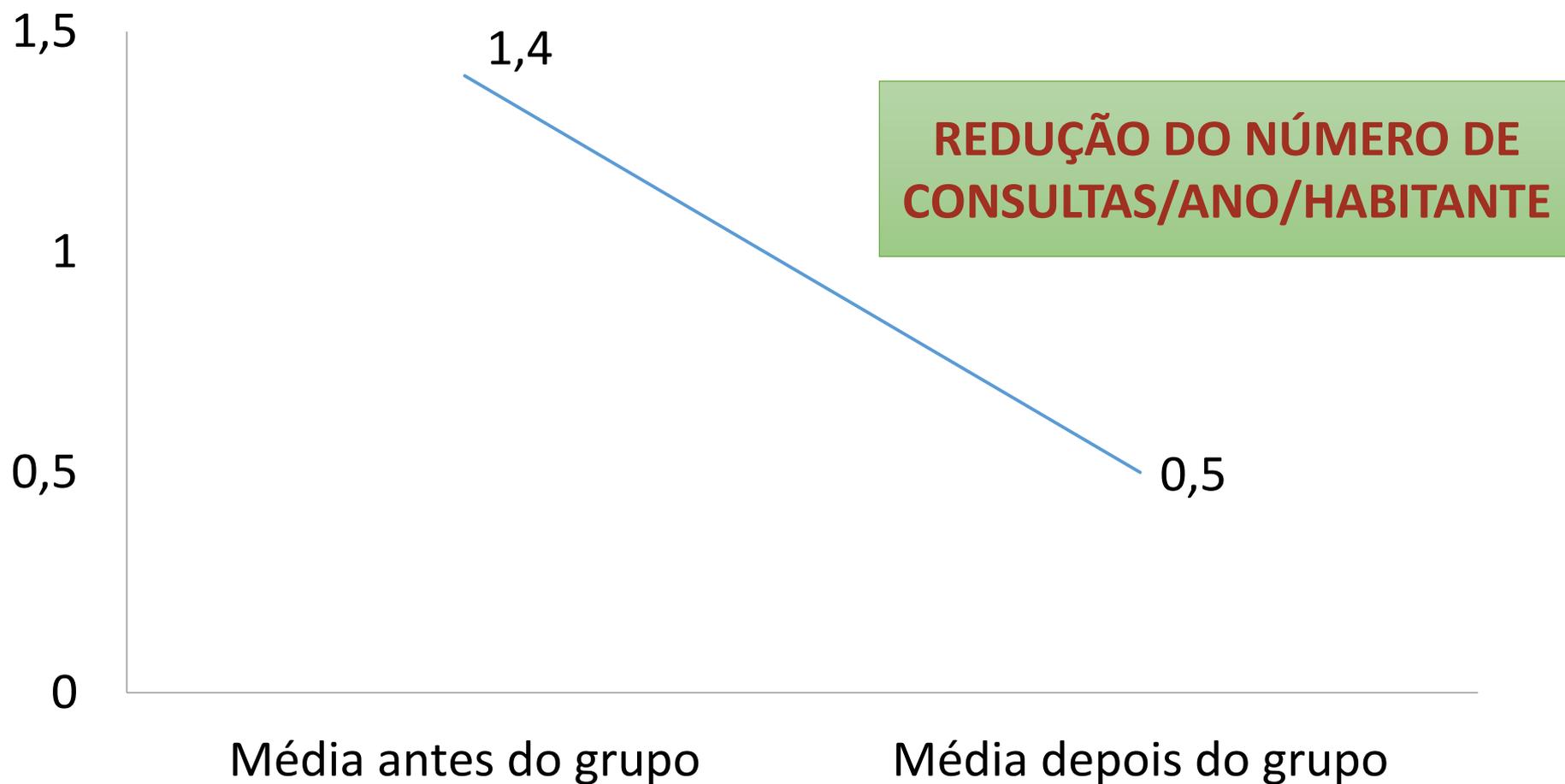


MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

- As análises crítico-reflexivas evidenciam progresso no alívio dos sintomas:
 - Dores musculares,
 - Insônia,
 - Ansiedade e depressão;
- A implantação desses grupos pode ser uma alternativa viável, de baixo custo e de fácil aplicabilidade.
- Projeto continua Formação de ACS em Yoga (expandir atendimentos);
- Ampliar a oferta das atividades para outros grupos.

RESULTADOS ALCANÇADOS

Monitoramento do número de Consulta/ano/habitante



CONTRIBUIÇÃO DAS PIC'S

- Integração disciplinar,
- Valorização do trabalho de saúde pública,
- Garantia de prevenção, promoção e a recuperação da saúde,
- Ênfase na atenção básica,
- Proporcionam cuidado continuado, humanizado e integrado em saúde, contribuindo com a resolubilidade do sistema de saúde com qualidade, eficácia, eficiência, segurança e participação social no uso.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

- É nesse panorama que o repertório das PIC's, pode contribuir para a integração disciplinar, e de valorização do trabalho de saúde pública, garantindo a prevenção, a promoção e a recuperação da saúde, com ênfase na atenção básica, além de propor o cuidado continuado, humanizado e integrado em saúde, contribuindo com a resolubilidade do sistema de saúde com qualidade, eficácia, eficiência, segurança e participação social no uso (Ministério da Saúde) PNPIC, 2015.
- As análises crítico-reflexivas evidenciam progresso no alívio dos sintomas como dores musculares, insônia, ansiedade e depressão e que a prática de implantação desses grupos pode ser uma alternativa viável, de baixo custo e de fácil aplicabilidade. Arroio Trinta - SC, segue hoje ampliando seu acesso às PIC's e objetivando incrementar novas abordagens terapêuticas aos usuários dos serviços de saúde, tornando disponíveis opções preventivas e terapêuticas de baixo custo e fácil aplicabilidade.

O PROJETO CONTINUA:

Agente Comunitária de Saúde recebeu do município Formação em Yoga ... para dar seguimento aos grupos... Ampliando a oferta para outros usuários...

“Mente sã, corpo são”!

“O homem de amanhã, juntamente com o progresso, nos apresentará os novos horizontes da mente, reconhecendo nela o energismo divino, de onde programa todo o comando para o corpo físico e todo equilíbrio para os centros de força, encravados no corpo espiritual. A auto-educação da mente é como portas que se abrem, ensejando à alma esperanças indescritíveis”.

(Extraído do Livro: “Horizontes da Mente” – João Nunes Maia, 1974).

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria Consolidada n. 2, 28 de setembro de 2017.**

Disponível em:

http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html

BRASIL. Ministério da Saúde. **Glossário Temático de Práticas Integrativas e complementares em saúde.** 2018. Disponível em:

<http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/12/glossario-tematico.pdf>

BRASIL. **Manual de implantação de serviços de práticas integrativas e complementares.** 2018. Disponível em:

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/manual_implantacao_servicos_pics.pdf

BVS MTC - <http://mtci.bvsalud.org/pt/>

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Práticas integrativas e complementares: plantas medicinais e fitoterapia na Atenção Básica/Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

Perguntas e respostas

Avalie a webpalestra de hoje:

<https://goo.gl/forms/xSMaKIFM6I9IFS652>