



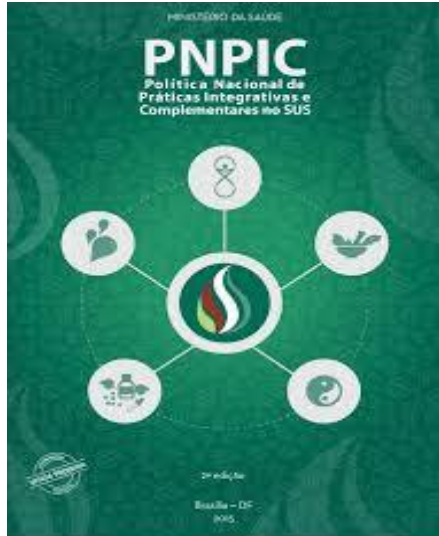
apresentam

# **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.

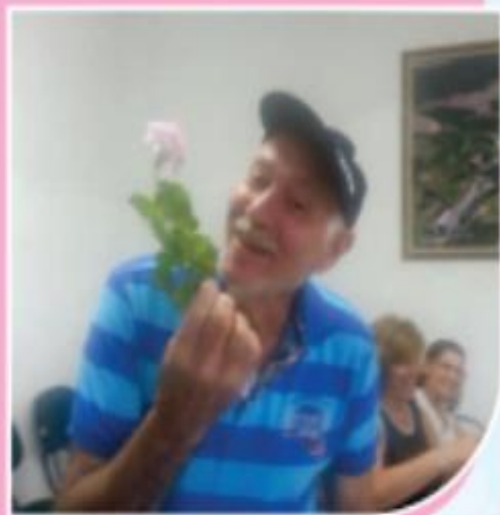
# OS TEMAS TRABALHADOS ENVOLVEM O PROCESSO DE GERAÇÃO SAÚDE/DOENÇA

- 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 joguinho que  
fazemos acrobacia

Monte <sup>uma casa</sup>  
(subconsciente) que <sup>seja</sup> <sup>uma</sup> <sup>casinha</sup>  
acrobacia

1º - O que acredito  
sobre mim

2º - O que acredito sobre

Outro P - Condição (segundo o que o seu  
sistema tipo  
sistema de saúde / sistema de saúde  
para sistema de saúde físico  
para sistema de saúde  
para sistema de saúde)

Três (segundo o sistema de saúde)  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde

Condição  
O que acredito?  
sistema de saúde?

Outro 9 Condição  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde

Condição  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde

Condição  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde  
sistema de saúde / sistema de saúde



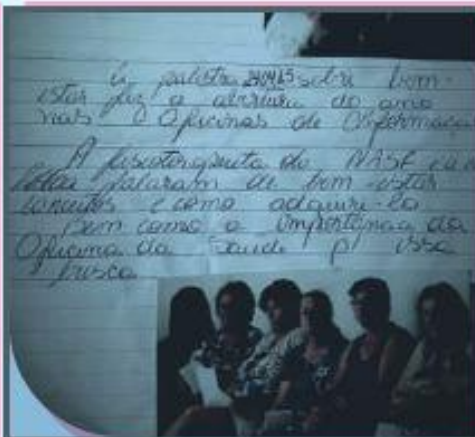
# Saúde integral e multiprofissional

- 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



# Arte e sensibilidade dos usuários do SUS

- Temas abordados amor próprio, relacionamento, arte de escutar, de dar e receber, teia da vida
- Contratação de palestrantes externos para desenvolver um trabalho mais voltados para o autocuidado;
- **Facilitadora:** Terapeuta holística





# 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

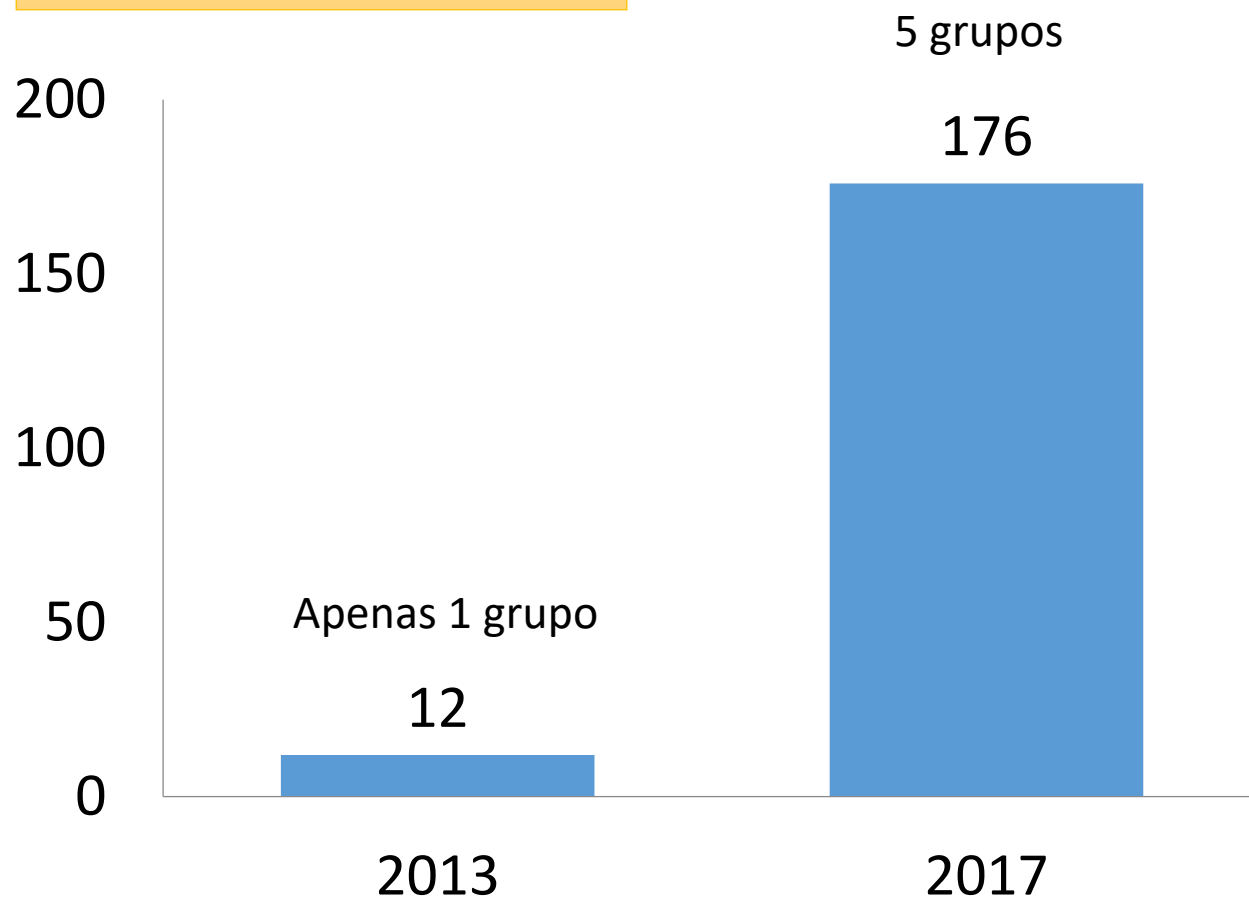


E OS ENCONTROS CONTINUAM EM 2017...



# 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!**

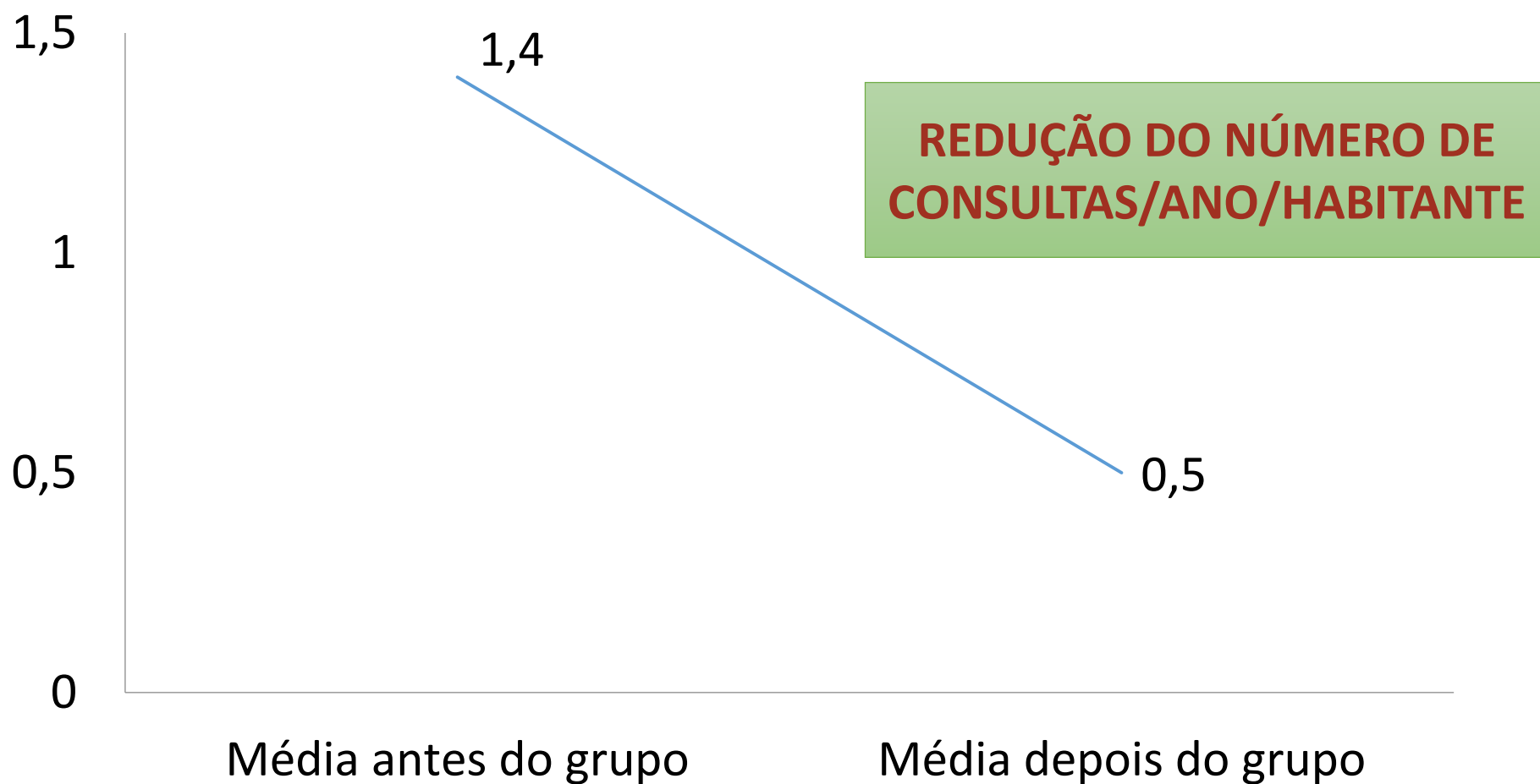


# MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

- 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](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](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>