



**Telessaúde**  
UFSC

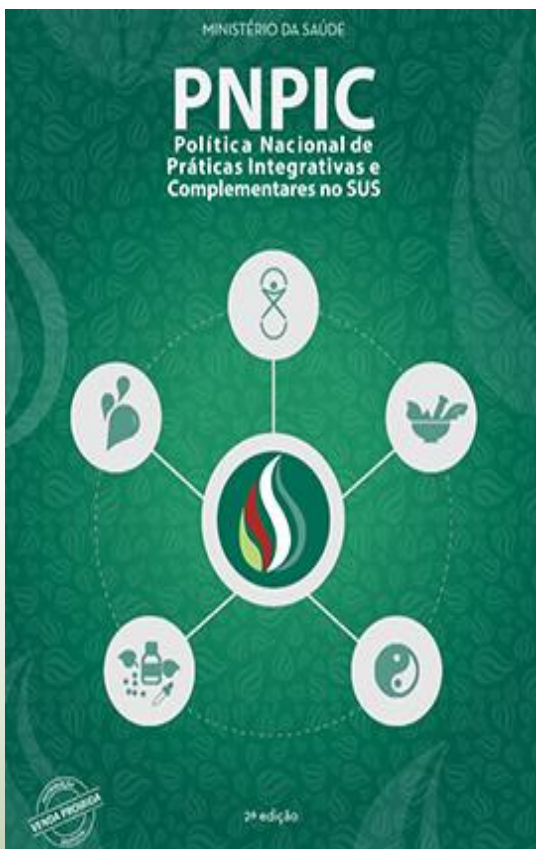


apresentam

# **PRÁTICAS DA MEDICINA CHINESA E A REABILITAÇÃO PÓS-COVID19**

**Dra. Gisele Damian Antonio Gouveia**

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS foi publicada na forma de Portaria Ministerial nº 971, de 3 de maio de 2006.



As Práticas Integrativas e Complementares (PICs), denominadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como **medicinas tradicionais e/ou complementares**, 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, é orientada pelo **Anexo XXV** da **Portaria Consolidada n. 2, de 28 de setembro de 2017**.

PCR 2/2017 (altera a Portaria nº 633, de 28 de março de 2017) PCR 3/2017 (altera a Portaria nº 145, de 11 de janeiro de 2017) atualiza o serviço relacionados às **19 PICs** na tabela de SIGTAP.

# OBJETIVOS DA PNPIC

Incorporar e implementar as práticas integrativas no SUS, na perspectiva da prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde com ênfase no cuidado integral e continuado na atenção básica.

Contribuir ao aumento da resolubilidade do SUS e ampliação do acesso às PIC, garantindo qualidade, eficácia, eficiência e segurança no uso.

Promover a racionalização das ações de saúde, estimulando alternativas inovadoras e socialmente *contributivas ao desenvolvimento sustentável de comunidades*”

Otimizar recursos e ações de saúde, estimulando alternativas inovadoras e socialmente contextualizada.

## Hoje, 29 Práticas integrativas ofertadas no SUS

Estimular as ações de participação comunitária, promovendo o envolvimento responsável e continuado dos usuários, gestores e trabalhadores nas diferentes instâncias de efetivação das políticas de saúde.

(PNPIC, pág. 24)

# Portaria nº 849, de 27 de março de 2017

Amplia o número de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) ofertadas no SUS.

Musicoterapia  
Naturopatia  
Osteopatia  
Quiropraxia  
Reflexoterapia  
Reiki  
Terapia comunitária  
Yoga

Arteterapia  
Medicina ayurveda  
Biodança  
Dança circular  
Meditação  
Shantala



# Portaria 702 de 21 de março de 2018

(Altera a Portaria Consolidada 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017) inclui novas práticas integrativas, ampliando o acesso de PICs institucionalizadas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares.

Apiterapia

Aromaterapia

Bioenergética

Constelação Familiar

Cromoterapia

Hipnoterapia

Ozonioterapia

Geoterapia

Imposição de mãos

Terapia de florais



# O que é Medicina Chinesa?

- A Medicina Chinesa é o nome dado ao conjunto de *práticas terapêuticas* desenvolvidas ao longo de milhares de anos na China.
- Na MTC o diagnóstico e o tratamento são baseados numa análise global de sinais e sintomas pautados nas teorias do Yin e Yang e dos 5 movimentos, ou seja:
  - Mesma doença com tratamentos diferentes;
  - Diferentes doenças com tratamentos iguais;
  - MTC tem maior enfoque no **Doente** do que na **Doença**.

# A Energia Humana E Medicina Chinesa



**Para a medicina tradicional chinesa, o corpo humano saudável é resultado do equilíbrio da circulação da energia humana.**

A energia pode ser considerada como impulso motor que se manifesta em diversos estados e formas de comportamento, conservando em todo momento sua característica essencial: ser uma, e ao mesmo tempo múltipla em função do Yin e do Yang, seus dois componentes básicos.

**Energia é a capacidade de produzir trabalho, sinônimo de atividade, dinamismo, força, criação, vida.**

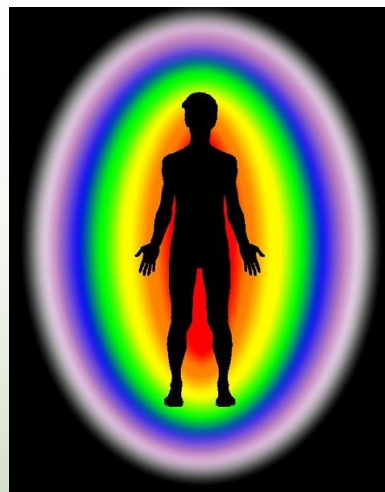


# Centros Bioenergéticos Do Corpo Humano

**CHACKRAS** - Centros bioenergéticos de captação e emissão de energia vital, formado pelo cruzamento de canais energéticos

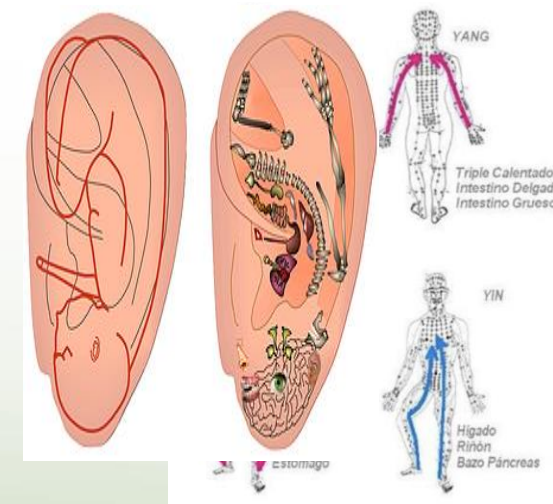


**AURA** - “Invólucro bioenergético que circunda nosso corpo físico. É resultante do nosso emocional, físico, mental, energéticos



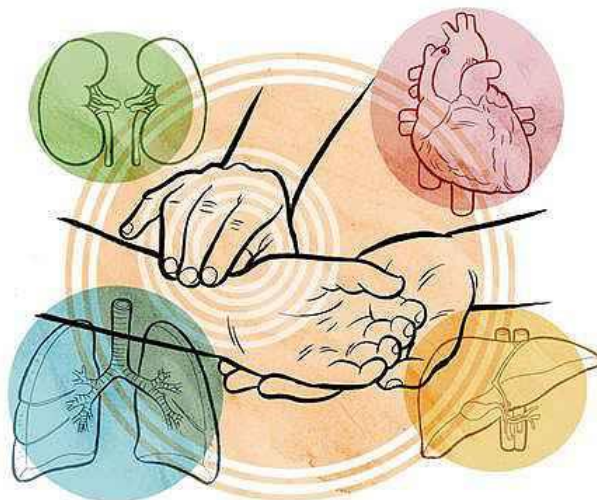
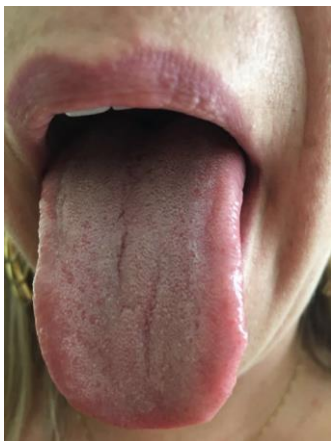
**MERIDIANOS** - São canais de energia que promovem a ligação entre o interior e o exterior, transmitindo as diversas formas de energia entre esses dois meios.

**MICROSSISTEMAS** - São pequenas regiões do corpo que contém a representação do corpo em sua totalidade.



**Qi é o impulso motor que se manifesta em várias conotações.**

# TEORIAS DE BASE DA MTC



- **Características Gerais**
- 1. Conceito do organismo como um todo (HOLISMO)
- 2 – Interação do organismo e sua dependência com a natureza.
- 3 – Avaliação e tratamento sob uma visão global



**Necessário pesquisar sinais e sintomas como um todo!**

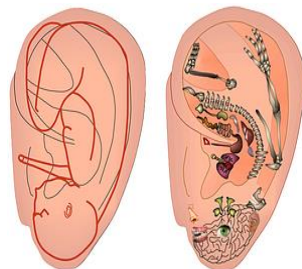
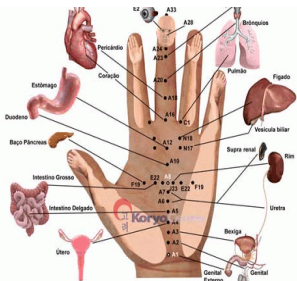
# PRÁTICAS DA MTC

- Acupuntura (agulha, digitopressão, ventosas, moxa, eletroestimulação, laser)
- Fitoterapia Chinesa
- Dietoterapia chinesa
- Massoterapia(Tui-ná, GuaSha)
- Meditação
- Exercícios Terapêuticos





Como a MTC pode contribuir para promoção de saúde, prevenção de doenças e a recuperação da saúde no contexto da pandemia?



As PRÁTICAS da MTC podem contribuir no equilíbrio do Qi, melhorando funções fisiológicas, oxigenação, circulação sanguínea e linfática, bem-estar físico e emocional e eliminação de toxinas (GAMBLES et al. 2006; GILLANDERS, 2008).

É uma racionalidade em saúde que contribui para relaxamento e reduzem tensões musculares, alívio de dor crônica e aguda, tratamentos de quadros que apresentem fadiga, lombalgia, dor cervical (ARANDA IZQUIERDO, 2007), enxaqueca (WOJCIECH; PAWEL; HALINA, 2017) e diabetes (SILVA et al., 2015), melhora a qualidade de vida e do sono, reduz o estresse, transtornos do humor (HALL; MCLAUGHLIN, 2005), doenças pulmonares obstrutivas crônicas (WILKINSON et al. 2006) e melhora a cicatrização de feridas (XAVIER, 2007), digestão.

Além disso, reduz o desconforto pré e pós-natal, edema no final da gravidez, sintomas da menopausa (WILLIAMSON et al 2002), síndromes menstruais e auxilia na indução da ovulação (HOLT et al. 2009). Em casos de câncer e esclerose múltipla, auxilia na redução de sintomas físicos e psicológicos adversos associados à doença ou a seus tratamentos (WANG et al., 2008).

## Principais estratégias de ação:

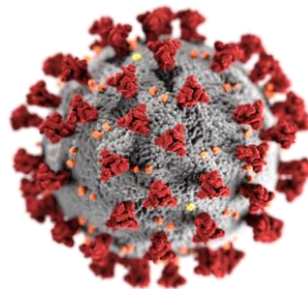
imunidade

tratamento  
complementar de  
sintomas de infecções  
respiratórias;

saúde mental e  
emocional

energia vital dos  
órgãos e vísceras

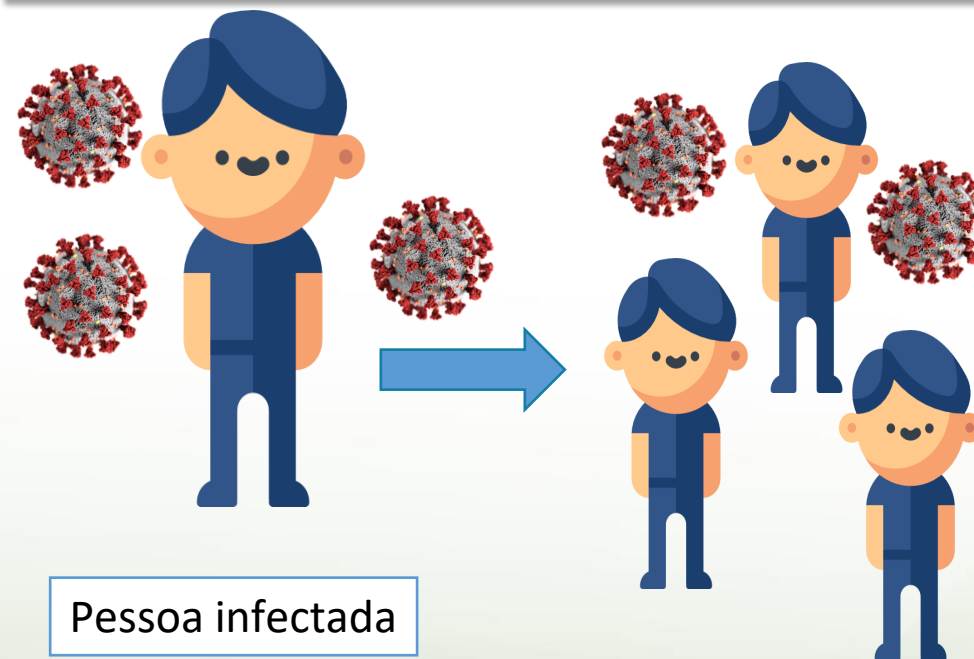
# SARS-CoV-2



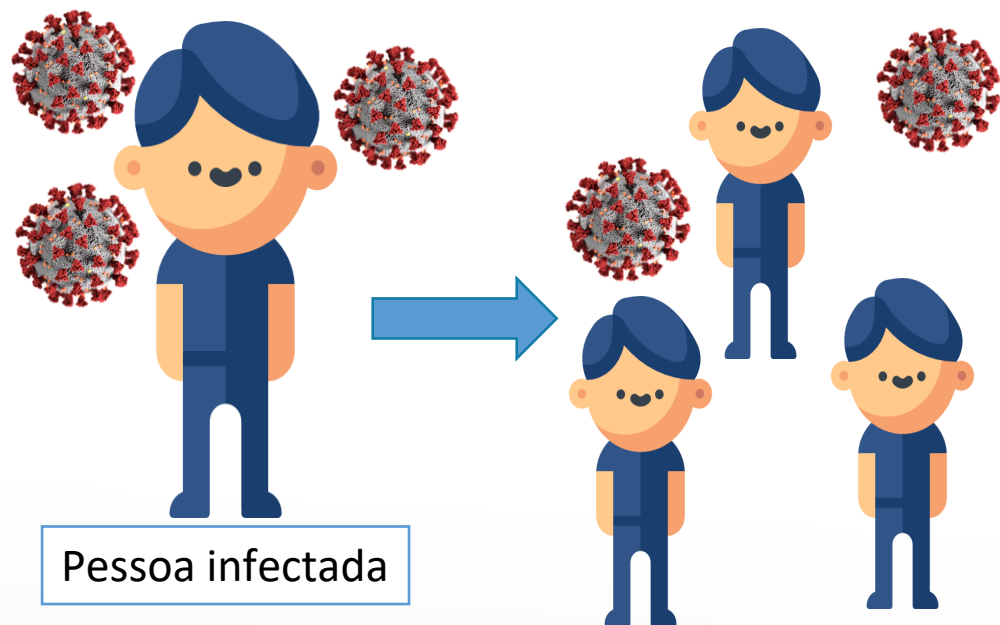
O SARS-CoV-2 é um vírus RNA da ordem *Nidovirales* da família *Coronaviridae*.

Se encontramos uma febre com aversão ao frio, uma dor de cabeça com nariz obstruído, sem saburra na língua e um pulso flutuante, então pode ser classificado **como Exterior**.

Na MTC, as patologias externas são relativas às **camadas superficiais do corpo** e tendem a penetrar do exterior para o interior do corpo, enquanto as patologias internas ocorrem no **interior do corpo**, podendo se instalar em vários níveis mais profundos.

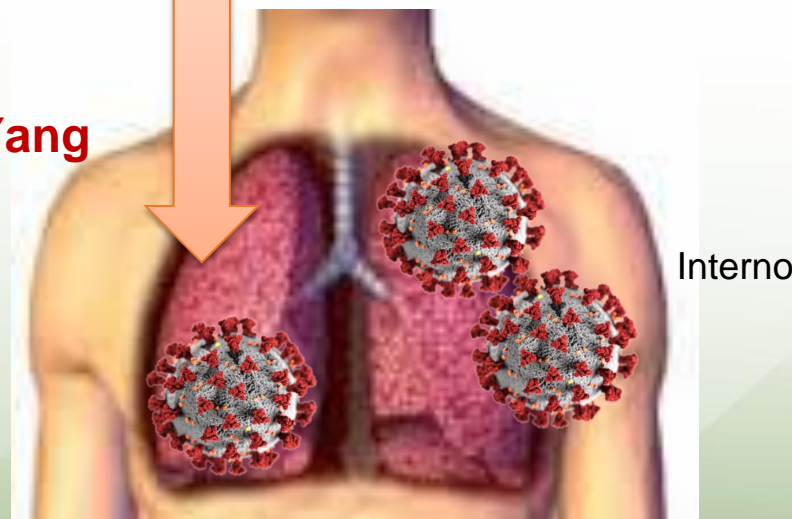


**A grande concentração de pessoas favorece a disseminação da doença pelo SARS-CoV-2.**



O Fator patogênico entrou no corpo humano através boca e nariz, e a maioria deles invade o pulmão primeiro, depois o baço, estômago e intestino grosso, e uma pequena parte passa para o pericárdio, fígado e rim, e se torna doente em estado crítico.

**Deficiência de Yang**

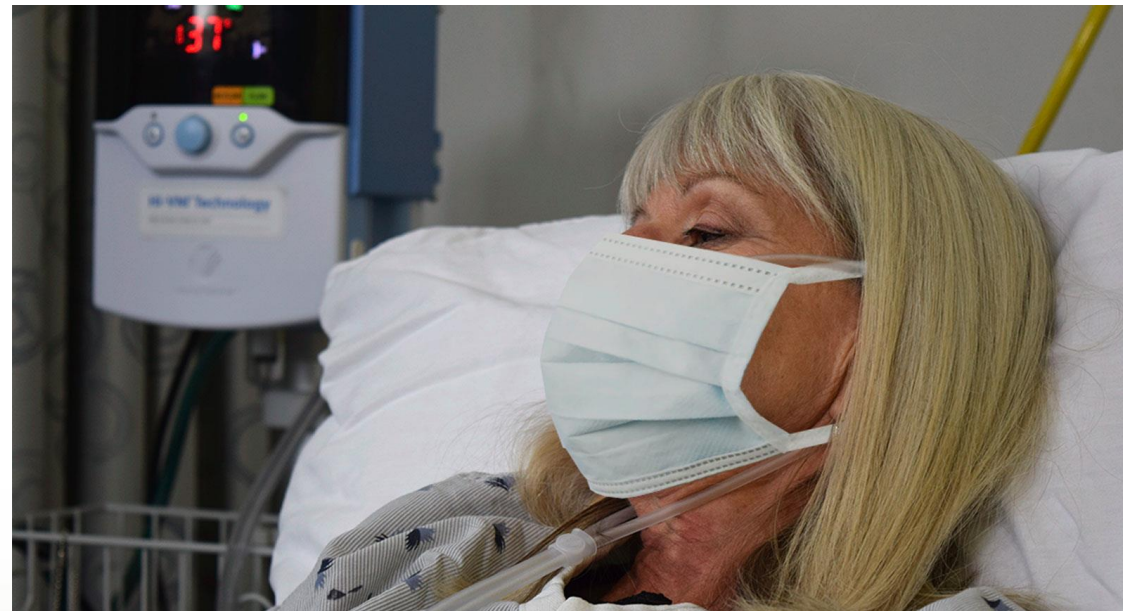


**Se Wei Qi está ou torna-se deficiente?**



# Emoções

Emocionalmente, o Pulmão se relaciona com a tristeza, podendo causar **Angústia**, quando sofrer de doenças de excesso (estagnação de Qi e Xue ou invasão de fatores patogênicos externos) e frustração quando sofrer de doenças de deficiência (falta de Qi ou Xue).



- deficiência de Qi do pulmão = A tristeza prolongada dispersa o Qi (Deficiência do Qi do Fei) e a preocupação contínua estagna o Qi (Estagnação do Qi no tórax).

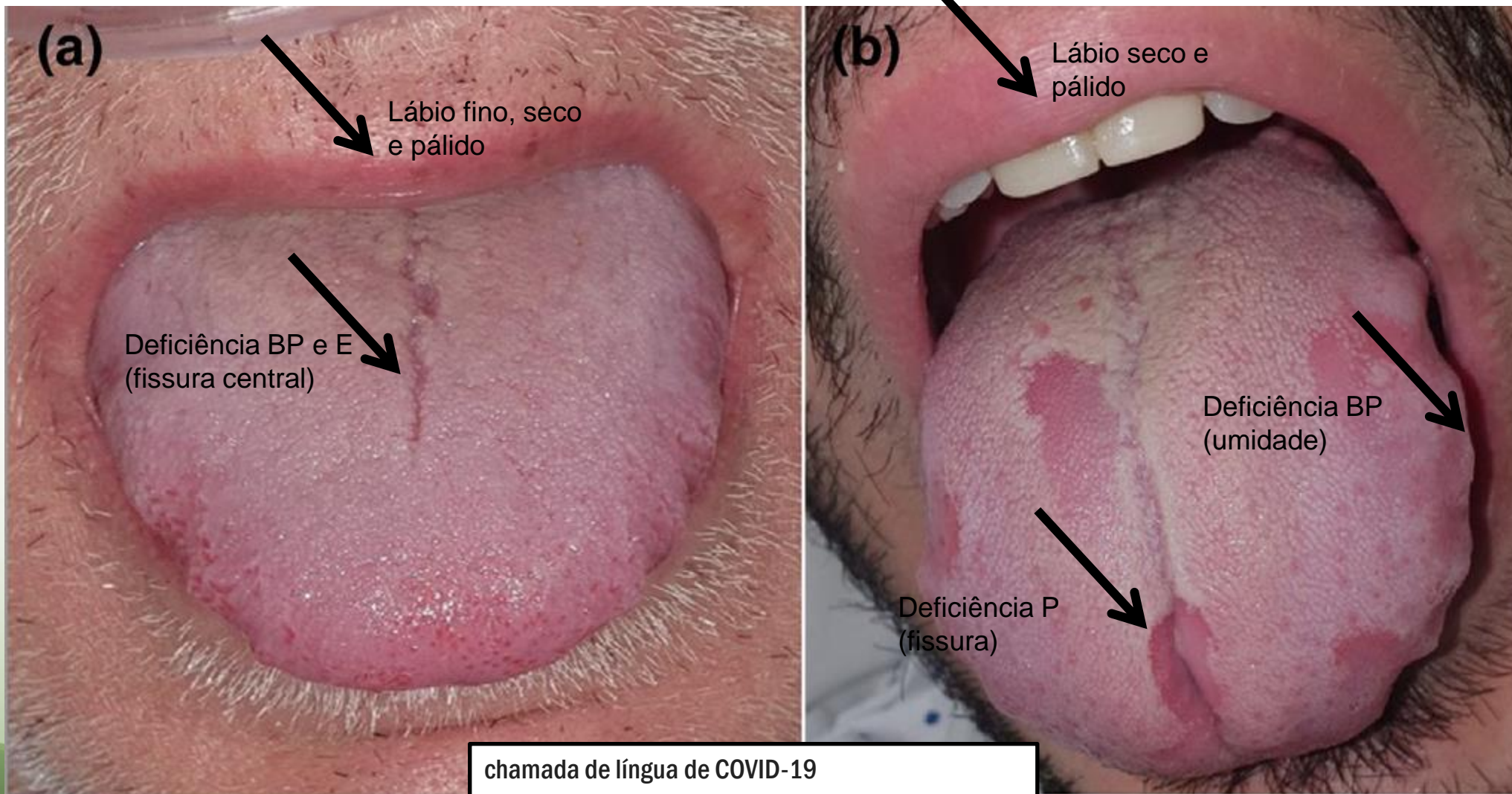
MAS, SE NÃO PARAR POR AI.....

## PROCESSO DE AGRAVAMENTO E CURA



INDICATIVO DE DEFICIÊNCIA DE PULMÃO E BAÇO - é uma língua dilatada, como se estivesse inchada, na qual se veem as marcas dos dentes [A], e também pode estar com ausência de saburra em alguns pontos [B], com áreas de seu dorso com pequenas crateras formadas onde as papilas estão achatadas. Vê-se como uma língua pálida com manchas rosadas.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/bjd.19564>



**Quais as práticas da MTC ser integrada nas ações de recuperação pós-COVID19?**

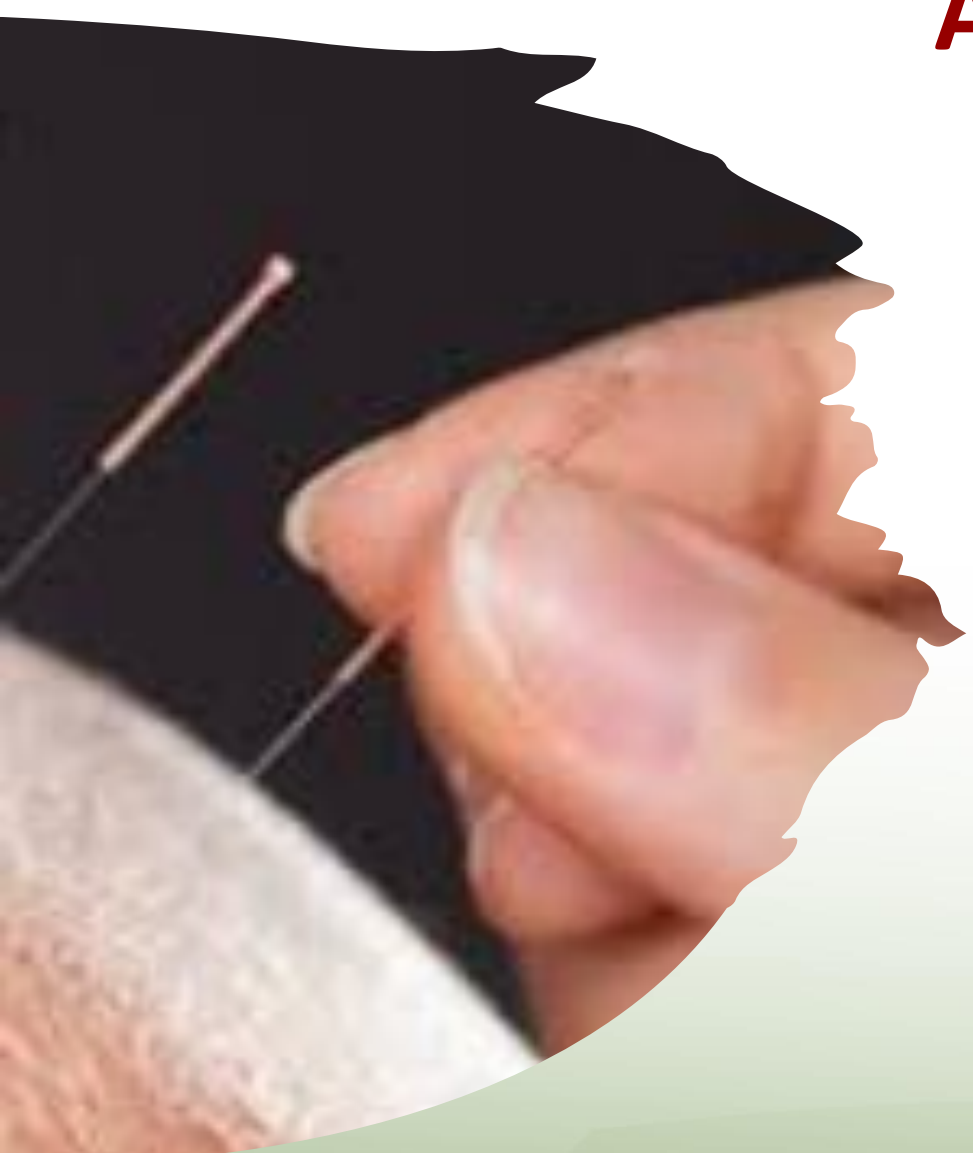


# MOXABUSTÃO

- Aplicação da moxabustão no E36 (Zusanli), PC6 (Neiguan), IG4 (Hegu), VC6 (Qihai), VC4 (Guanyuan).
- Estimular cada ponto por 10 minutos.



# ACUPUNTURA



Para estimular o Qi e as funções do pulmão e remover os fator patogênico, recomenda-se estimular os acupontos: B13 (Feishu), IG4 (Hegu), B20 (Pishu), IG11 (Quchi), P5 (Chize), P10 (Yuji) , E36 (Zusanli), VC6 (Qihai), BP6 (Sanyinjiao).

Para febre, garganta e tosse seca sugere-se combinar VG14 (Dazhui), VC22 (Tiantu), PC6 (Neiguan); náusea, vômito e fezes soltas: VC12 (Zhongwan), E25 (Tianshu), E40 (Fenglong);

Fadiga, fraqueza, falta de apetite: VC12 (Zhongwan) e os 4 pontos extras ao redor do umbigo (1cun cada lado), B20 (Pishu);

Coriza, dor no ombro e nas costas: B10 (Tianzhu), B12 (Fengmen), VG14 (Dazhui)<sup>24</sup>.  
A acupuntura deve ser feita de maneira suave.

WFAS. **Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19**.2020. Disponível em: <http://en.wfas.org.cn/news/detail.html?nid=5403&cid=25>

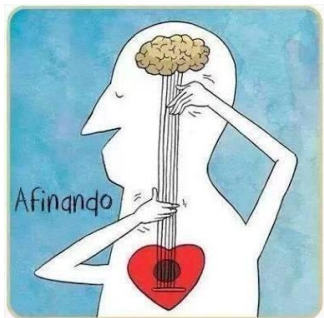
# Auriculoterapia



- Auriculoterapia para fortalecer a resposta imunológica do corpo e reduzir a ansiedade pode-se sugerir pontos auriculares do Pulmão, Intestino Grosso, Amígdalas, Alergia, Rim, Shenmen. Pontos para ansiedade: **ansiedade, coração, shen mem.**
- O protocolo *Interamerican Journal of Medicine and Health* para melhorar da imunidade para prevenção e para recuperação pós Covid-19 sugere-se o uso dos seguintes pontos: **Shenmen, rim e simpático, alegria**, devido a sua ação na regulação do humor, gerando mais ânimo e melhorando o sono; e imunidade anterior, pois age nas deficiências imunológicas. Trigueiro et al. 2020 sugere, também, os pontos de **pulmões superior e inferior e baço** para melhorar os sintomas físico e psíquico e a imunidade (TRIGUEIRO *et al.*, 2020).
- Outros pontos para controle de outros sintomas relacionados a Covid-19 por exemplo:
  - - **Tosse**: pulmão, traqueia, brônquios, occipital e tronco cerebral;
  - - **Pneumonia**: Shenmen, rim, simpático, brônquios, pulmão superior, pulmão inferior, suprarenal, área da urticária, Pingchuan superior e triplo aquecedor.

# PRÁTICAS CORPORAIS CORPO-MENTE

## LIAN GONG – BALNEÁRIO PIÇARRAS



- Atividades que estimulam de alongamento (grau de recomendação D) (Grupo I SBR) ou de fortalecimento muscular também podem ser benéficos para alguns pacientes com dor crônica (grau de recomendação C, nível de evidência IIb).
- Podem estar associadas as práticas de reabilitação e fisioterapia ou exercícios terapêuticos de relaxamento e respiração, dependendo das necessidades de cada paciente (grau de recomendação C, nível de evidência IIb).

01.01.05.001-1 Práticas corporais em MTC  
As práticas corporais da MTC contribuem com equilíbrio entre corpo-mente, insônia (**Grau de Recomendação B**).





03.09.05.006-5 Tratamento  
termal/crenoterápico

**Termalismo social, Balneoterapia, Crenoterapia** (banhos minerais ou termais) pode melhorar a dor e qualidade de vida **(nível 2 de evidências)**;



## Exercício terapêutico para fortalecer P e BP (BA DUAN JING )

BA DUAN JING -  
Exercício 02 Chi Kung  
- para fortalecer os  
pulmões

(ESTIRAR E ATIRAR  
ARCO E FLECHA)

<https://youtu.be/9c7eVMttDw>

BA DUAN JING -  
Exercício 03 Chi Kung

(SEPARAR CÉU E  
TERRA)

<https://youtu.be/fUeVb3HO8Xg>



A



B



C



D



E



F



G



H

Exercícios tradicionais: escolha exercícios tradicionais apropriados, como Yi Jin Jing (Clássico de Mudança de Músculo / Tendão), Tai Chi, Ba Duan Jin (Brocado de oito peças), Wu Qin Xi (exercício de cinco animais), com base em situação de recuperação. Pratique uma vez por dia, 15 a 30 minutos de cada vez.

## Práticas e técnicas manuais

- **SHIATSU e DO-IN:** resultados no tratamento de pacientes portadores de insônia (**Grau de recomendação B**), ajuda na melhora do humor, da percepção de dor imediata e bem-estar.



Massagem meridiana: use métodos como amassar, pressionar, esfregar, batendo, batendo no meridiano do pulmão e do coração do membro superior, baço e estômago abaixo do joelho. 15-20 minutos

Digitopressão: no E36 (Zusanli), PC6 (Neiguan), IG4 (Hegu), VC6 (Qihai), VC4 (Guanyuan).

**MASSAGEM:** massagem periódica como técnica adjuvante no alívio da dor, reduzir fadiga, ansiedade, depressão e sintomas indicadores de estresse. Massagem associada à aromaterapia também tem sido utilizada, através de óleos e cremes com essências.

### Reflexologia





# Meditação

A meditação é uma prática integrativa que apresenta resultados favoráveis para relaxamento e reduzem tensões musculares, alívio de dor crônica e aguda, fadiga, enxaqueca, melhora a qualidade de vida e do sono, reduz o estresses, transtornos do humor.

# Referências

WFAS. **Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19**. 2020. Disponível em:

<http://en.wfas.org.cn/news/detail.html?nid=5403&cid=25>

LIANG, F., LITSCHER, G. COVID-19 (Coronavirus Disease-19): Traditional Chinese Medicine including Acupuncture for Alleviation – A Report from Wuhan, Hubei Province in China. **OBM Integrative and Complementary Medicine**. 2020, v. 5, n. 1, Disponível em:

<https://www.lidsen.com/journals/icm/icm-05-01-009>

Federação Mundial das Sociedades de Acupuntura e Moxabustão. **Diretrizes sobre intervenção na acupuntura e moxabustão para COVID-19 (segunda edição)**. 2020. Disponível

em: <https://incisaimam.com.br/diretrizes-sobre-intervencao-na-acupuntura-e-moxabustao-para-covid-19-segunda-edicao/>

Medeiros, Ephraim. **Técnica das 4 Agulhas – SAAM**. Disponível em:

<http://saam.acupunturabrasil.org/>

GONZALVEZ, A. Nuno et al. **Prevalence of mucocutaneous manifestations in 666 patients with COVID-19 in a field hospital in Spain: oral and palmoplantar findings**. 2021, v 184, n 1, p. 158–185. Disponível em:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/bjd.19564>



ESTADO DE SANTA CATARINA  
SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE  
SUPERINTENDÊNCIA DE PLANEJAMENTO EM SAÚDE  
DIRETORIA DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

**NOTA TÉCNICA Nº 12/2021 GRUPO CONDUTOR ESTADUAL PICS/NAC/DAPS/SES - ORIENTAÇÃO SOBRE USO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE EM PESSOAS COM DOENÇAS CRÔNICAS, SOBREPESO/ OBESIDADE, PESSOAS IDOSAS E REABILITAÇÃO DE PESSOAS NO PÓS-INFECÇÃO POR Covid-19**

Florianópolis, 02/08/2021

O conjunto de recomendações apresentadas a seguir tem como objetivos fortalecer as práticas integrativas e complementares (PICs) no Estado de Santa Catarina, com ênfase na promoção em saúde e qualificação das linhas de cuidado de pessoas com hipertensão, diabetes, sobrepeso/obesidade, pessoas idosas e na reabilitação pós-infecção por Covid-19.

Considerando as estratégias e diretrizes para o cuidado de pessoas com hipertensão, diabetes, sobrepeso/obesidade, idosas e pessoas pós-infecção por Covid-19, do Ministério da Saúde, que orientam que é preciso garantir a oferta de ações que promovam alimentação saudável, atividade física e práticas integrativas para o apoio à mudança de comportamento e ao autocuidado apoiado em todos os âmbitos da atenção à saúde do SUS (BRASIL, 2014), incluindo atenção primária, os serviços de referência em reabilitação, saúde ocupacional (BRASIL, 2009a, 2009b) e os serviços ligados à rede ambulatorial e hospitalar (BRASIL, 2018),

Considerando a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC) é uma política transversal que incentiva a inserção das práticas integrativas (BRASIL, 2006; 2017a), a Portaria nº 849 de 27 de março de 2017 e a Portaria no. 702 de 21 de março de 2018 que incluem novas práticas integrativas na PNPIC no SUS (BRASIL, 2017b; BRASIL, 2018), alinhado a

Estado e nos municípios de Santa Catarina, a Política de Atenção Primária à Saúde na RAS (SANTA CATARINA, 2018).  
Considerando os informes da Comissão de Coordenação Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde e Diabetes Mellitus, Informe. 04/2021, o risco para Doenças Cardiovasculares e a importância das práticas integrativas e complementares físicas que incentivam a inserção das práticas integrativas e complementares na APS a partir de práticas seguras.

#### Recomenda-se:

- Que as PICs sejam realizadas e acompanhadas para a recuperação de saúde, podendo ocorrer em ambientes físicos e virtuais, considerando a prevenção de Covid-19 em todos os pontos de atenção.

GOVERNO DE  
**SANTA CATARINA**  
SECRETARIA DE ESTADO  
DA SAÚDE



**PROTOCOLO DE REABILITAÇÃO  
DA COVID-19 NA ATENÇÃO  
PRIMÁRIA À SAÚDE**

Assistência,  
Regulação,  
Reabilitação e  
Telemonitoramento

# Perguntas e respostas