

*Promoção em Saúde e Práticas Integrativas*

## **CAPACITAÇÃO AOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE DA REGIÃO IV NA PRÁTICA DO LIAN GONG NO PÓLO ACADEMIA DE SAÚDE**

Mariete Escobar 1, Lidiane Maria Zanca 1

1 Prefeitura Municipal De Guarulhos - Prefeitura Municipal De Guarulhos

### **INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA**

O Lian Gong fundamenta-se na Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e faz parte das Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), implantadas pelo Ministério da Saúde no Brasil no Sistema Único de Saúde (SUS). Este trabalho de caráter descritivo, teve como objetivo capacitar novos profissionais de saúde nessa prática milenar para serem novos multiplicadores em suas Unidades de Saúde de referência. Foram capacitados 12 profissionais no período de abril a junho de 2015, num total de 40 horas. Por meio dos resultados obtidos, foi possível observar que a prática do Lian Gong é pouco difundida entre os profissionais de saúde. Entretanto, esta capacitação foi eficaz na comprovação de que essa prática auxilia na recuperação e manutenção da saúde e deve ser incorporada em todas as Unidades de Saúde como ação promotora para melhora da qualidade de vida.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2002, reconheceu as terapias manuais e físicas como uma forma de tratamento que não faz uso de medicalização (OMS, 2002). Anos mais tarde, mais precisamente em 2006, o Ministério da Saúde brasileiro aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares – PNPIC – no Sistema Único de Saúde (SUS), através do qual recomenda a implementação de ações e serviços relativos às Práticas Integrativas e Complementares, dentre elas, o Lian Gong que se insere como uma terapêutica que visa a prevenção de doenças e agravos e à recuperação e promoção da saúde (BRASIL, 2008). O Lian Gong em 18 terapias é um sistema de prática corporal com objetivos terapêuticos, criado pelo Dr. Zhuang Yuan Ming, médico ortopedista especializado em traumatologia e considerado, na China, um dos 100 melhores médicos de sua área. Com base no seu extraordinário conhecimento e habilidade nas técnicas de manipulação e massagem Tui-Ná, o Dr. Zhuang teve a inspiração de transportar para exercícios corporais a síntese de seu método, obtendo os mesmos resultados terapêuticos (MING, 2006). Ele organizou os exercícios em séries, focalizando as doenças e necessidades do homem moderno. Além de prevenir e tratar dores no pescoço, ombros, costas, região lombar, glúteos, pernas e pés, os exercícios apresentam bons resultados terapêuticos nos casos de debilidade funcional do sistema digestivo, hipertensão, bronquite e reumatismo (MING, 2006). Nesse contexto, são fundamentais o estudo e a ampliação dessa técnica corporal no âmbito do SUS por ser um recurso de baixo custo, de aspecto preventivo e com benefícios no cuidado terapêutico.

### **OBJETIVOS**

Este estudo teve como objetivo capacitar profissionais de saúde da região IV na prática do Lian Gong para serem multiplicadores nas suas Unidades de Saúde de referência.

### **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de caráter descritivo e de natureza qualitativa. Foram capacitados 12 profissionais de saúde de diferentes unidades de saúde da região IV no período de 18/04/2015

a 23/06/2015, perfazendo o total de 40 horas de curso em aulas teóricas e práticas. Foi elaborado duas apostilas para cada aluno, sendo que, uma delas com o passo a passo de cada movimento com fotos, número de repetições, indicações e atuações terapêuticas e a outra com ilustrações em desenho das três séries de exercício. A primeira série são exercícios para prevenção e tratamento das dores de pescoço e ombros, a segunda série para tratamentos das dores nas costas e região lombar e a terceira série para dores nos glúteos e pernas. Foi disponibilizado áudio para aplicação da técnica e vídeo para memorização dos passos para as alunas. Ao término da capacitação foi realizada uma cerimônia de formatura com os alunos dessa prática no dia 23 de junho de 2015 com apresentação final dessa técnica corporal pelos alunos com a supervisão da monitora. A diretoria e sua equipe técnica estavam presentes bem como os coordenadores das Práticas Integrativas e Complementares e os representantes da Atenção Básica.

#### RESULTADOS

Os profissionais envolvidos nessa capacitação estavam empenhados e demonstraram total comprometimento durante o curso. Dos dezoito participantes inscritos tivemos a desistência de seis profissionais em razão de questões pessoais, locomoção e de trabalho. Os doze participantes tiveram aproveitamento de 100% do curso ministrado e receberam o certificado. Cada profissional capacitado das respectivas UBS, Marcos Freire, Piratininga, Normandia, Cummins, Soimco, CAPS Alvorecer e Academia estão aptos para multiplicar essa técnica corporal com os pacientes das unidades. Os gerentes que liberaram esses profissionais deram um feedback positivo com relação a essa capacitação oferecida, sendo que 91,7 % dos profissionais que foram qualificados estão reproduzindo a prática corporal Lian Gong nas suas unidades nos grupos de atividade física ou em atividades de promoção a saúde com a população com frequência semanal. Na Unidade Básica de Saúde (UBS) Soimco, essa prática é realizada uma vez por mês em eventos comemorativos e na UBS Cummins o desenvolvimento dessa prática está prevista para o ano de 2016.

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os avanços na qualidade de vida sempre passam pela educação e a educação em saúde é eficiente na medida em que ajuda as pessoas a conseguirem um maior controle sobre a sua própria saúde e sua vida. A educação em saúde consiste em integrar o ser humano na vida social, não de uma forma qualquer, mas de maneira presente, conhecendo profundamente a natureza humana e estimulando a formação em prol da promoção da saúde da população. Esse trabalho visou à capacitação, ampliação e divulgação dessa prática entre os profissionais de saúde da região IV. No que tange as Práticas Integrativas e Complementares essas ações são de extrema relevância devida sua visibilidade aos tratamentos alternativos, de baixo custo, de proteção à saúde e que reduzem a medicalização desnecessária por parte da Medicina convencional. Podemos concluir que essa técnica corporal e os tipos de exercícios praticados podem reduzir desequilíbrios causados pelas emoções através da diminuição da ansiedade, da redução dos sintomas do estresse, da melhora das funções cognitivas e do aumento da eficácia da função cardiovascular, ou seja, reflete em todos os sistemas do corpo humano.