

### *Promoção em Saúde e Práticas Integrativas*

#### **INTERVENÇÕES EM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES**

Alessandre Cozentino 1

1 Prefeitura Municipal De Suzano - Prefeitura Municipal De Suzano

#### **INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA**

O presente projeto teve início com ações na região do Boa Vista. De maio a outubro/16 foram mantidos 3 locais de práticas chinesas (Qi Gong) realizadas por profissionais da rede local; destes, dois ainda estão em funcionamento. Posteriormente as ações começaram a ser desenvolvidas na UBS Palmeiras, porém como um projeto mais amplo, no qual incluiu também atividades como acupuntura, massagem, respiração consciente e oficinas de horta e artesanato na UBS. As ações intersetoriais na região do Boa Vista tiveram parcerias com o CRAS Boa Vista, o NASF e Kolping São José. Já na região de Palmeiras a parceria foi realizada com o CRAS Palmeiras e a equipe da UBS. Em ambas as regiões observou-se melhora de sintomas dos participantes através das atividades terapêuticas. As atividades em grupo favoreceram também o fortalecimento de vínculos comunitários. Foi constatada melhora de depressão, ansiedade, fobia e doenças psicossomáticas.

A experiência exitosa com o Lian Gong em Suzano desde 1997 foi uma referência para a ampliação das ações em Práticas Integrativas em Suzano. Com base na diretriz 4 da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares – estímulo às ações intersetoriais, buscando parcerias que propiciem o desenvolvimento integral das ações, foram elaboradas ações pelo psicólogo Alessandre, visando uma parceria do CRAS Boa Vista com o NASF – Núcleo de Apoio à Saúde da Família e à Comunidade Kolping do Jardim São José. Com isso foram realizadas no período de maio a outubro/16 as práticas chinesas – Qi Gong em 3 locais: Boa Vista, UBS Jardim Europa e Kolping São José, tendo como objetivos utilizar a prática como atividade de qualidade de vida e recurso de fortalecimento de vínculos da comunidade. Ao final do período houve a melhora dos sintomas e o fortalecimento de vínculos que contribuíram para a qualidade de vida. O psicólogo e instrutor de práticas corporais Alessandre realizou as práticas na Praça Boa Vista, envolvendo pessoas da comunidade local e usuários do CRAS. Na Comunidade Kolping do Jardim São José, o instrutor Alessandre capacitou a educadora Tatiane do projeto social para idosos da instituição, que realizou a atividade aberta para toda a comunidade local. E por fim, na UBS Jardim Europa foi realizada a prática pelo próprio instrutor Alessandre, de forma complementar ao programa executado pela equipe do NASF, com atividades físicas coordenadas pela fisioterapeuta do NASF. Em razão dos resultados positivos alcançados, a prática foi mantida na Praça Boa Vista e na Comunidade Kolping do Jardim São José. Após as ações preliminares, o instrutor e psicólogo Alessandre iniciou atendimento na UBS Palmeiras, referência de Psicologia e Saúde Mental na região. Com a ausência de um psicólogo durante aproximadamente 1 ano, houve uma demanda reprimida de Psicologia e Saúde Mental proveniente das UBS dessa região. Os encaminhamentos para a Psicologia na UBS Palmeiras tem como principais demandas os pacientes com quadro de depressão, ansiedade, fobia e dependência química. Também foram encaminhados casos de transtornos mentais severos. Diante disto, optou-se pela implantação a partir de novembro/16 de um projeto de Práticas Integrativas e Complementares na UBS Palmeiras, favorecendo o atendimento individual ou coletivo imediato de boa parte dessa demanda.

## OBJETIVOS

- Promover relaxamento, equilíbrio e percepção corporal de modo a favorecer a integralidade da saúde, estimulando o autocuidado e a corresponsabilização no processo terapêutico;
- Promover novas possibilidades de modificar e qualificar as condições e modos de vida, orientando-se pela produção de vida e de saúde e não se restringindo à cura de doenças;
- Reduzir de forma eficaz a demanda reprimida no setor de Psicologia;

## METODOLOGIA

Na UBS Palmeiras foi estabelecida parceria com o CRAS Palmeiras para dar continuidade à proposta de ações intersetoriais iniciadas na região do Boa Vista. Assim, foi formado um grupo terapêutico semanal com práticas corporais chinesas – Qi Gong e oficina de horta comunitária, procurando envolver toda a comunidade do território, incluindo os pacientes da UBS, e em especial, os pacientes atendidos no Setor de Psicologia e Saúde Mental. A equipe intersetorial é composta pelos psicólogos Alexandre (UBS Palmeiras), Ruth (CRAS Palmeiras), e pela fonoaudióloga Jacqueline (UBS Palmeiras) Outra ação implantada foi o grupo terapêutico com práticas corporais chinesas – Qi Gong e Do-In integrados com a oficina de artesanato, esta última conduzida pelos próprios participantes do projeto. Durante a oficina de artesanato também são realizados os atendimentos individuais de auriculoterapia. Nestas atividades foram incluídos pacientes com ansiedade, depressão e doenças musculo-esqueléticas de origem psicossomática. Dentro desta proposta, pacientes atendidos em acompanhamento psicológico também são encaminhados para atendimentos individualizados em Práticas Integrativas e Complementares quando necessário, tais como acupuntura, massagens shiatsu e tuiná e respiração circular conectada, sendo estas atividades previstas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares.

## RESULTADOS

Os resultados alcançados até aqui apontam para uma eficácia terapêutica das Práticas Integrativas e Complementares do SUS. Observou-se melhora de sintomas de ansiedade, depressão, fobia e sintomas psicossomáticos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados iniciais satisfatórios das Práticas Integrativas e Complementares na UBS Palmeiras trazem uma perspectiva de implantação e ampliação do atendimento nesta área em todo o município.