

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: ampliando o cuidado em atenção básica

BARBOSA, Angélica Marques¹; **FERREIRA**, Joana D'Arc da Costa²; **LIMA**, Maíra Ribeiro Gomes de³; **NOGARA**, Ângela Lima Pereira⁴; **MARTA**, Ilda Estefani Ribeiro⁵.

Palavras-chave: Práticas complementares, Práticas integrativas, Cuidado integral.

Justificativa/Base teórica

O modelo biomédico continua sendo a base conceitual da medicina e de outras áreas da saúde. Esse modelo, firmemente embasado na visão cartesiana, limita-se à tentativa de compreender os mecanismos biológicos envolvidos no processo saúde-doença. Não se pode negar que o conhecimento dos aspectos fisiológicos que influenciam a saúde é muito útil, no entanto, eles representam apenas um aspecto da realidade. (CAPRA, 1990).

Nos últimos anos, um movimento, denominado holístico, vem tomando vulto nos meios acadêmico e intelectual. Essa visão de mundo é inclusiva, busca a inteireza, acolhendo todas as dimensões da realidade. Aplicada à saúde, a visão holística parte do princípio de que o homem é um ser indissociável em sua condição de corpo, mente e espírito (CREMA, 1995).

No cuidado à saúde, a visão holística propõe uma união sinérgica entre a ciência moderna, as tradições milenares e a arte; possibilitando a escolha de diferentes caminhos. As terapias integrativas e complementares constituem um caminho possível no processo de cuidar em saúde.

A enfermagem brasileira conta com o aval do Conselho Federal de Enfermagem para a utilização de terapias complementares. A resolução COFEN-197/1997, "estabelece e reconhece as terapias alternativas como especialidade e/ou qualificação profissional de enfermagem" (COFEN, 1997).

¹Graduanda do Curso de Enfermagem, UFG, Campus Jataí ,GO, e- mail: angelicamarquesbarbosa@hotmail.com

² Graduanda do Curso de Enfermagem, UFG, Campus Jataí ,GO, e- mail: joana22Ka@hotmail.com

³ Graduanda do Curso de Enfermagem, UFG, Campus Jataí ,GO, e- mail: maira_ribeiro_@hotmail.com

⁴ Professora Mestre do Curso de Enfermagem, UFG, Campus Jataí ,GO, e- mail: angelimap@gmail.com

⁵ Professora Doutora do Curso de Enfermagem, UFG, Campus Jataí ,GO, e- mail: iestefani@telefonica.com.br

Com base no exposto, propomos a utilização de terapias integrativas e complementares como uma possibilidade de cuidar em enfermagem.

Dentre essas terapias, citamos o Toque Terapêutico (TT), prática levada à academia pela enfermeira norte-americana Dolores Krieger.

Entendemos, atualmente, que o TT é uma terapia complementar, derivada da prática milenar de imposição das mãos.

São descritos quatro passos a serem seguidos na realização do TT: centralização, avaliação do campo de energia, reequilíbrio ou repadronização da energia e reavaliação do campo energético (KRIEGER, 1995).

A centralização é um momento em que o terapeuta volta-se para seu interior em busca de tranqüilidade. Na avaliação do campo energético, o terapeuta passa suas mãos em torno do corpo do cliente em busca de possíveis desequilíbrios, identificados por sensações/percepções, tais como, diferenças de temperatura, déficit ou hiperatividade de energia, congestão ou bloqueio do fluxo de energia e formigamento (KRIEGER, 1995).

Para o reequilíbrio ou repadronização da energia, segundo a autora, são utilizados, dentre outros, o direcionamento intencional de energia para o cliente e a “varredura” do campo energético.

Na reavaliação do campo energético do cliente, o terapeuta verifica se as percepções iniciais ainda estão presentes ou não. Em geral, não é possível em apenas uma sessão deixar todo o campo energético do cliente harmônico. É recomendável que a sessão não dure além de 20 a 25 minutos (KRIEGER, 1995).

Essa noção de harmonia, de equilíbrio, está presente também na concepção chinesa de saúde. A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) caracteriza-se por um sistema que utiliza linguagem que retrata simbolicamente as leis da natureza e valoriza a inter-relação harmônica entre as partes visando a integridade. Dentre as modalidades de tratamento da MTC encontram-se a acupuntura, a dietoterapia, ventosa, massagens e outras práticas corporais, meditação e o uso da fitoterapia tradicional chinesa (BRASIL,2006).

Atualmente é possível encontrar um grande número de investigações científicas demonstrando os resultados da utilização de terapias complementares em diversos contextos.

A literatura sobre o TT demonstra que, dentre os efeitos considerados confiáveis, temos a reação de relaxamento, melhora ou erradicação da dor e a

facilitação do processo de cicatrização. Em uma pesquisa brasileira, após 8 (oito) sessões de TT em pacientes com dor crônica não-neoplásica, foi verificada a diminuição da intensidade da dor, diminuição do escore de auto-avaliação de depressão e melhora da qualidade do sono (MARTA et al., 2010).

Dentre os benefícios da acupuntura, em termos de melhoria da qualidade de vida, destacam-se os bons resultados em casos de dor, espasmo e rigidez musculares, cefaléia, doenças psicossomáticas, ansiedade, estresse e depressão leve (PAI, 2005).

Embasadas na sabedoria milenar oriental e em resultados de pesquisas recentes, acreditamos na pertinência da utilização de algumas terapias complementares como estratégia de alívio do sofrimento humano.

Objetivo

Oferecer cuidados de enfermagem a partir da utilização de práticas complementares de saúde no intuito de auxiliar pessoas nos seus processos de vida, propiciando relaxamento e bem-estar.

Metodologia

Trata-se do relato de experiência de um projeto de extensão desenvolvido por docentes e discentes do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Goiás, campus Jataí, sediado na Unidade de Saúde da Família Santo Antônio, Jataí, GO, no período de maio a dezembro de 2010.

Os usuários da unidade foram encaminhados para o atendimento nesse projeto pela equipe de saúde da família local, foram informados sobre o projeto, concordaram em participar e assinaram um termo de consentimento.

Cada usuário recebeu, em média, 7 (sete) sessões, com agendamento semanal, incluindo a realização de Toque Terapêutico, acupressão e ventosa. As sessões tiveram duração aproximada de 50 minutos.

Os discentes realizaram Toque Terapêutico e acupressão; a aplicação de ventosa, enquanto prática constituinte da Medicina Tradicional Chinesa, foi realizada pela coordenadora do projeto, que possui registro profissional como acupunturista junto ao Conselho Federal de Enfermagem.

Resultados e discussão

Foram realizadas 40 sessões de terapias complementares. A tabela a seguir ilustra a frequência de realização de cada uma das técnicas utilizadas durante os atendimentos. Cabe ressaltar que, não raro, são realizadas 3 (três) ou mais técnicas em cada paciente, na mesma sessão, respeitando as condições e as preferências individuais.

Tabela 1- Distribuição da frequência de terapias utilizadas nos atendimentos do projeto Práticas integrativas e complementares: ampliando o cuidado na atenção básica, UFG, Jataí, 2010.

TERAPIAS	FS	F%
Toque terapêutico	40	43,02
Acupressura	35	37,63
Ventosa	18	19,35
TOTAL	93	100

Quanto ao número de usuários atendidos, inicialmente pensamos em aproximadamente 30, no entanto, no decorrer do desenvolvimento do projeto, optamos por realizar mais sessões para cada usuário.

Não existe uma regra rígida para determinação do número de sessões, em geral, com a utilização de recursos da medicina tradicional chinesa, recomenda-se de 8 a 10 sessões para cada usuário. Como os participantes do projeto, exceto a coordenadora, ainda não tinham experiência com terapias complementares, só foi possível atender um usuário de cada vez; dessa forma, foram atendidos 5 usuários com acompanhamento e 2 eventuais.

As queixas iniciais mais comuns dos usuários incluíam dores nos ombros, na região lombar, membros superiores e inferiores.

Uma consulta às anotações de cada atendimento, nos prontuários, permitiu a constatação que os usuários atribuíram algumas melhoras ao tratamento com terapias complementares, dentre elas, diminuição de dores crônicas, melhora do humor e melhora da qualidade do sono.

O desejo de continuidade dos atendimentos, manifestado por todos os clientes, demonstrou a satisfação dos mesmos. O desejo de continuidade também foi expresso pela coordenadora e demais participantes do projeto.

Conclusão

Consideramos que o desenvolvimento desse projeto de extensão trouxe benefícios a todos os envolvidos.

Ressaltamos ainda que essa experiência aproximou os cuidadores da pessoa cuidada, auxiliando no desenvolvimento da empatia, respeito, compaixão e sensibilidade, elementos considerados essenciais ao processo de cuidar.

Consideramos importante ressaltar que as terapias utilizadas nesse projeto, foram realizadas em caráter complementar, não tendo, portanto, a intenção de substituir qualquer outra terapia indicada por médico e outros profissionais da área da saúde.

Referências bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**. Brasília, 2006.

CAPRA, F. **O ponto de mutação**. São Paulo: Círculo do Livro, 1990.

COFEN. Resolução 197/1997. Estabelece e reconhece as Terapias Alternativas como especialidade e/ou qualificação do profissional de Enfermagem. Rio de Janeiro, 19 mar. 1997. Disponível em: <http://portalcofen.gov.br>. Acesso em: 15 maio 2011.

CREMA, R. O resgate da inteireza. **Informativo Summus**, v.1, n.4, p.1-4, nov./dez. 1995.

KRIEGER, D. **O toque terapêutico**: versão moderna da antiga técnica de imposição das mãos. São Paulo: Cultrix, 1995.

MARTA, I.E.R. et al. Efetividade do toque terapêutico sobre a dor, depressão e sono em pacientes com dor crônica: ensaio clínico. **Rev. Esc. Enferm. USP**, São Paulo, v. 44, n.4, p. 1100-1106, 2010.

PAI, H. J. **Acupuntura**: de terapia alternativa a especialidade médica. São Paulo: CEIMEC, 2005.