

# MANUAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO SUS

HOMEOPATIA, MEDICINA  
TRADICIONAL CHINESA  
ACUPUNTURA, FITOTERAPIA  
E PLANTAS MEDICINAIS

SECRETARIA  
DA SAÚDE



GOVERNO DO  
**ESPIRITO  
SANTO**  
CRESCER É COM A GENTE

Renato Casagrande  
*Governador do Estado do Espírito Santo*

José Tadeu Marino  
*Secretário de Estado da Saúde do Espírito Santo*

Geraldo Correa Queiroz  
*Subsecretário de Estado da Saúde do  
Espírito Santo para Assuntos de Regulação e  
de Organização da Atenção à Saúde*

Geórgia Loura  
*Núcleo Especial de Normalização*

Ana Rita Vieira de Novaes (Autora)  
*Coordenação do Estado das Práticas Integrativas e Complementares*

# Sumário

Apresentação .....	7
--------------------	---

As Práticas Integrativas e Complementares no SUS .....	8
--	---

<b>Homeopatia .....</b>	<b>8</b>
A consulta homeopática .....	9
Medicamentos homeopáticos .....	9

<b>Fitoterapia e Plantas Medicinais .....</b>	<b>11</b>
---	-----------

<b>Medicina Tradicional Chinesa .....</b>	<b>16</b>
Acupuntura .....	16
Do-in .....	19
Meditação .....	20
Vivência de Meditação Prânica .....	21
Yoga .....	22
Tai Chi Chuan .....	23
Jin Shin Jyutsu .....	23
Lian Gong .....	24
Qi Gong (Chi Kun) .....	24
Movimento Harmônico .....	25
Biodança .....	25
Dança Sênior .....	26
Automassagem e Dança Circular .....	26
Arteterapia .....	27
Shantala .....	29

# Implantação das Práticas Integrativas no SUS..... 30

**0 processo de implantação e financiamento ..... 30**

**Recursos necessários para implantação..... 30**

Instrumentos de registro e avaliação ..... 30

Local ..... 31

Recursos materiais..... 31

Outros recursos..... 33

**Cadastramento de serviços de práticas integrativas e complementares.. 33**

**Registro de produção de atendimentos ..... 34**

**Portarias segundo os incentivos financeiros das práticas integrativas e complementares ..... 34**

**Monitoramento e avaliação das práticas integrativas e complementares..... 36**

# Serviços de Práticas Integrativas e Complementares no ES..... 38

**Centro de Práticas Integrativas e Complementares..... 38**

**Secretaria Municipal de Saúde de Vitória ..... 39**

Centro Municipal de Especialidades (CME) Doutor Aprígio da Silva Freire ..... 39

Programa de Fitoterapia do Município de Vitória ..... 40

Serviço de Orientação ao Exercício (SOE)..... 43

**Secretaria Municipal de Saúde de Colatina..... 44**

**Secretaria Municipal de Saúde de Aracruz ..... 44**

**Meditação - Grupos de Sahaja Yoga ..... 45**

**Conclusões ..... 46**

**Referências..... 48**

## Agradecimento

Agradecemos sinceramente ao secretário de Estado da Saúde, José Tadeu Marino, e a todos que nos apoiaram para a construção e consolidação da Política de Estado de Práticas Integrativas e Complementares do Espírito Santo, possibilitando que este manual fosse elaborado.





# Apresentação

A Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda aos seus Estados-membros a elaboração de Políticas Nacionais voltadas à integração e inserção da Medicina Tradicional (MT/MCA) aos sistemas oficiais de saúde, com foco na Atenção Primária de Saúde desde Alma Ata em 1979. [1]

A partir daí, vários países implementaram ações e serviços de Práticas Integrativas em seus sistemas oficiais. Em 2008, o Ministério da Saúde publicou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) a fim de contribuir com o aumento da resolubilidade do Sistema Único de Saúde e com a ampliação do acesso, garantindo qualidade, eficácia, eficiência e segurança no uso. [2]

Este documento visa a oferecer aos gestores e autoridades de saúde pública, responsáveis pelas Políticas Públicas no Estado do Espírito Santo, subsídios necessários para que a Fitoterapia/Plantas Medicinas, a Homeopatia e a Medicina Tradicional Chinesa/Acupuntura, denominadas pelo Ministério da Saúde como Práticas Integrativas e Complementares, possam ser implantadas, consolidadas e avaliadas no Sistema Único de Saúde (SUS).

Além disso, visa a orientar os técnicos e profissionais de saúde sobre as características dessas práticas e esclarecer sobre os seus principais fundamentos, a fim de viabilizar sua compreensão e adoção na rede pública, na promoção à saúde, prevenção de agravos e recuperação da saúde. A implementação das Práticas Integrativas e Complementares representa uma importante estratégia para a construção de um modelo de atenção integral, estimulando a busca de novas formas de relacionamento com o mundo em que vivemos e humanizando as relações interpessoais.

A inserção dessas abordagens está em consonância com os princípios estruturantes do SUS de universalidade, integralidade e equidade. Dessa forma, sua oferta possibilita a democratização do seu acesso aos cidadãos, em todos os níveis de complexidade do sistema. A Política Estadual de Prática Integrativas e Complementares do Espírito Santo (Pepices) aponta rumos e linhas estratégicas de atuação governamental, reduzindo os efeitos da descontinuidade administrativa e potencializando os recursos disponíveis.

# As Práticas Integrativas e Complementares no SUS

## Homeopatia

A Homeopatia ou “*Similia similibus curantur*” significa “semelhante curando o semelhante” e foi desenvolvida no século 18 pelo médico alemão Samuel Hahnemann (1755-1843). É um sistema complexo, baseado no princípio vitalista, cujos fundamentos são a lei dos semelhantes, a experimentação no homem sadio e as doses infinitesimais (ultradiluídas). Sua prática requer um estudo de princípios filosóficos, métodos de diagnóstico e tratamento específicos da Homeopatia, além de requerer o diagnóstico nosológico (diagnóstico da doença) e o prognóstico clínico dinâmico. É uma especialidade médica, reconhecida pelo Conselho Federal de Medicina desde 1980, que também possui em seu quadro de especialistas o farmacêutico, o médico veterinário e o odontológico habilitado em Homeopatia. Em geral, a formação é feita em cursos de especialização em Homeopatia.



A Homeopatia pode ser utilizada em qualquer pessoa (crianças, adultos e idosos) e em doenças agudas ou crônicas. Pode ser prescrita tanto de forma exclusiva como complementar ou associada a outros métodos terapêuticos, como a Acupuntura, os fitoterápicos, assim como medicamentos alopáticos. Entretanto, cada pessoa deve ser avaliada individualmente, de forma que seja considerada as necessidades de saúde e o estágio de adoecimento, possibilitando estabelecer um plano terapêutico singular com a participação de outros especialistas e profissionais de saúde em prol da qualidade de vida do paciente. Esse tratamento pode ser usado de forma pontual ou contínua, ou seja, ao longo de toda a vida. Entre os motivos mais frequentes de procura pela Homeopatia nos serviços de saúde estão os transtornos psicoafetivos, como ansiedade, depressão e fobias; os quadros alérgicos, como asma brônquica, rinite alérgica, dermatites e eczemas; os quadros de infecções

de vias áreas de repetição, em especial em crianças; os transtornos do climatério, como insônia, hiperatividade e déficit de atenção; e as doenças crônicas, como hipertensão arterial, diabetes, doenças osteoarticulares e respiratórias.

É utilizada nas doenças graves e nos cuidados paliativos, situações em que frequentemente há lesões irreversíveis em órgãos importantes. Nesses casos, geralmente o tratamento pode melhorar a qualidade de vida do paciente e reduzir os incômodos. A Homeopatia não substitui casos de indicação cirúrgica e nem tratamentos hormonais. Não existem riscos de intoxicação pelo medicamento homeopático em razão da diluição das doses. Há várias experiências com o uso de Homeopatia em epidemias de dengue, cólera, conjuntivite, entre outras, evidenciando resultados satisfatórios. Deve ser empregada por profissionais qualificados e com habilitação para o exercício profissional.

## ■ A consulta homeopática

Um dos diferenciais desse tratamento é a consulta homeopática, uma vez que o tratamento é individualizado, ou seja, cada um recebe o medicamento mais adaptado ao seu quadro. É indispensável que o médico escute cada pessoa, acolhendo-a para que possa revelar seus sofrimentos, assim como suas peculiaridades emocionais, temperamento, características físicas, hábitos de vida, alimentação, sede, sono, sensações subjetivas, sintomas físicos e psíquicos-afetivos. Em razão dessas peculiaridades, essa consulta é mais longa. Investe-se tempo na investigação por meio da prática de uma clínica ampliada e na compreensão da totalidade dos sintomas dos indivíduos com consequente redução do número de encaminhamentos e de solicitação de exames laboratoriais. Nesse caso, recomenda-se que o tempo de consulta para os usuários de primeira vez seja de 60 minutos, e os retornos de 30 minutos.

## ■ Medicamentos homeopáticos

São originários dos reinos vegetal, animal ou mineral. A manipulação deve ser feita pelo farmacêutico homeopata e obedecer aos rigores da

farmacotécnica homeopática. Requer a diluição sucessiva e agitação das moléculas, ativando as informações contidas nas substâncias. São produzidos em farmácias especializadas, que devem possuir padrão de qualidade satisfatório e aprovação para funcionamento pela Vigilância Sanitária.

Os medicamentos homeopáticos podem se apresentar em forma líquida – e, nesse caso, são conservados em álcool de cereal –, em tabletes ou glóbulos (sacarose) ou em pó (lactose). Devem ser sempre utilizados conforme orientação do profissional, pois a frequência, a quantidade da dose e o momento de interromper depende do quadro clínico do paciente. O modo de usar varia de acordo com a apresentação:

- **Gotas** – basta bater o fundo do vidro contra a palma da mão, agitando bem a solução. Pode ser diluído em água ou administrado diretamente na boca.
- **Glóbulos ou tabletes** – dissolvê-los diretamente na boca, ou diluí-los na água, tendo sempre o cuidado de evitar o contato com as mãos. Pode-se usar a tampa para separá-los.
- **Pó** – diluir em água ou dissolver diretamente na boca. Não diluir o medicamento em chás, sucos ou na comida.

Ao tomar o medicamento homeopático, procure não comer ou beber por pelo menos 30 minutos antes e após a sua ingestão. O uso de algumas substâncias pode interferir no efeito do medicamento. Por isso, evitar canforados e mentolados (frequentemente utilizados em produtos de uso externo), e excesso de café e álcool. É contraindicada a exposição dos medicamentos homeopáticos à irradiação solar ou de aparelhos eletrônicos. Portanto, devem ser armazenados afastados de geladeira, TV, micro-ondas e celulares. Observe o rótulo do frasco. Nele deve constar o nome do medicamento e o prazo de validade, e o vidro deve ser de cor âmbar (escura). Não reutilizar as embalagens dos medicamentos. Evite sempre a automedicação, pois, ao contrário do que se pensa, o uso errôneo do medicamento homeopático pode provocar situações indesejadas.

## Fitoterapia e Plantas Medicinais

A Fitoterapia é uma terapêutica caracterizada pelo uso de plantas medicinais em suas diferentes formas farmacêuticas, como a forma líquida, em pó, em cápsulas, entre outras, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, mesmo que de origem vegetal. O fitoterápico é um medicamento obtido empregando-se exclusivamente matérias-primas ativas vegetais com finalidade profilática, curativa ou para fins de diagnóstico, com benefício para o usuário. É o produto final acabado, embalado e rotulado. É caracterizado pelo conhecimento da eficácia e dos riscos de seu uso, assim como pela reprodutibilidade e constância de sua qualidade por meio de levantamentos etnofarmacológicos e de utilização e de documentações tecnocientíficas em publicações ou ensaios clínicos fase 3. **3**



Segundo o Ministério da Saúde, atualmente a Fitoterapia é vista como uma experiência mundial e coletiva de sucessivas gerações, que, aliada às pesquisas científicas, fornece bases sólidas para seu emprego nos serviços de saúde. Os baixos índices de efeitos colaterais, a ampliação das possibilidades terapêuticas, o menor custo de produção em relação aos medicamentos sintéticos e o reconhecimento da medicina ocidental e da população faz com que a inclusão da Fitoterapia seja recomendada inclusive pela Organização Mundial de Saúde.

Vários fitoterápicos (tabela a seguir) figuram no elenco de referência da Assistência Farmacêutica na Atenção Básica, após a publicação da Portaria 4.217/GM/MS, de 29/12/2010, e são passíveis de financiamento com recursos tripartite.

NOME POPULAR/ NOME CIENTÍFICO	INDICAÇÃO/AÇÃO	APRESENTAÇÃO
Alcachofra (Cynara Scolynus L.)	Tratamento dos sintomas de dispepsia funcional (Síndrome do desconforto pós-prandial) de hipercolesterolemia leve e moderada. Apresenta ação colagoga e colerética.	Cápsula, comprimido, drágeas, solução oral e tintura.
Aroeira (Schinus terebithifolius Raddi)	Apresenta ação cicatrizante, anti-inflamatória e antisséptica tópica para uso ginecológico.	Gel e óvulo.
Babosa (Aloe vera (L.) Burm F.)	Tratamento tópico de queimaduras de 1º e 2º grau e como coadjuvante nos casos de Psoríase vulgaris.	Creme.
Cáscara-sagrada (Rhamnus purshiana DC)	Coadjuvante nos casos de obstipação intestinal eventual.	Cápsula e tintura.
Espinheira Santa (Maytenus officinalis Mabbi)	Coadjuvante no tratamento da gastrite e úlcera gastroduodenal e sintomas de dispepsia.	Cápsula, emulsão, solução oral e tintura.
Graco (Mikania glomerata Spreng.)	Apresenta ação expectorante e broncodilatadora.	Cápsula, solução oral, tintura e xarope.
Garra-do-diabo (Hapagophytun procumbens)	Tratamento da dor lombar baixa aguda e como coadjuvante nos casos de osteoartrite. Apresenta ação anti-inflamatória.	Cápsula, comprimido.
Hortelã (Mentha x Piperita L.)	Tratamento da síndrome do cólon irritável. Apresenta ação antiflatulenta e antiespasmódica.	Cápsula.
Isoflavona-de-soja (Glicyne Max (L) Mer.)	Coadjuvante no alívio dos sintomas do climatério.	Cápsula e comprimido.
Plantago (plantago ovata Forssk.)	Coadjuvante nos casos de obstipação intestinal habitual. Tratamento do cólon irritável.	Pó para dispersão oral.
Salgueiro (Salix alga L.)	Tratamento de dor lombar baixa aguda. Apresenta ação anti-inflamatória.	Comprimido.
Unha de gato (Uncaria tomentosa (Willd. Ex Roem. Schullt)	Coadjuvante nos casos de artrite e osteoartrite. Apresenta ação anti-inflamatória e imunomoduladora.	Cápsula, comprimido e gel.

As plantas medicinais são aquelas que exercem ação terapêutica, utilizadas tradicionalmente desde a antiguidade por diversos povos em todo mundo. Cada local tem suas especificidades, e há diferenças substanciais entre os tipos de plantas que são utilizadas, a forma de preparação e suas indicações. Frequentemente uma mesma espécie de planta recebe nomes distintos, dependendo do local e da população. Há inúmeras diferenças na composição das plantas dependendo do solo, do clima, da incidência de chuva, etc. Por isso, pode haver variações nas doses preconizadas pelos conhecedores das plantas medicinais. São utilizadas em forma de preparados mais simples, como os chás, as infusões e compressas, assim como elaboradas segundo técnicas farmacêuticas, como as cápsulas e os xaropes. Diversos benefícios na Atenção Básica podem ser elencados, em especial a coparticipação dos usuários em todo o processo: plantio, manejo, preparações e rodas de conversas, estimulando a autonomia e a inserção social. Outra vantagem é o desenvolvimento de ações que envolvem toda a equipe de saúde em torno de um objetivo comum, estreitando laços de parceria e solidariedade. A população bem orientada pode utilizar um recurso de fácil acesso, baixo custo e menor risco de efeitos colaterais, além do fortalecimento do controle social [\(3\)](#).

As plantas medicinais são aquelas que exercem ação terapêutica, utilizadas tradicionalmente desde a antiguidade por diversos povos em todo mundo

Vários municípios brasileiros vêm desenvolvendo ações nesse campo, como o plantio de jardins terapêuticos nas unidades de saúde e de hortas comunitárias nos territórios de saúde. Há experiências das Farmácias Vivas em presídios e centros de integração social. Atividades educativas e oficinas para preparação de chás e xaropes, confecção de produtos de uso externo (ex: xampu para pediculose e cremes para assaduras) e de varais de plantas e orientação de manejo são de fácil execução, baixo custo e de grande adesão das comunidades.

Ressalta-se a importância da qualificação da equipe de saúde sobre o uso de plantas medicinais e fitoterápicos, a fim de que o emprego nos serviços de saúde tenha apoio, segurança e eficácia. Ações desse tipo possibilitam a aproximação com a população e a interação entre os saberes, valorizando as práticas tradicionais de cuidado e promovendo o fortalecimento mútuo.

A presença de diversos povos tradicionais no ES, tais como indígenas, quilombolas, pomeranos, pescadores, entre outros, que utilizam métodos tradicionais na prevenção e no tratamento de diversos agravos, faz dessas práticas terapêuticas importantes ferramentas no cuidado. Ao compreender as tradições e partilhar saberes valoriza-se e estimula-se o respeito às diferenças e a conservação da identidade cultural, indispensável para a saúde, a inclusão social e a equidade.

Algumas espécies são bastante utilizadas nas comunidades locais no Espírito Santo. Alguns exemplos são o boldo, a carqueja e a hortelã para sintomas digestivos; o guaco para queixas respiratórias; a babosa para doenças de pele; a erva-cidreira como sedativo, etc. Preservar esses conhecimentos é importante para garantir que continuem sendo repassados para as próximas gerações.

É recomendável o emprego de plantas conhecidas e, se possível, que já tenham tradição de uso.

### São recomendações do Ministério da Saúde:

Importante: diversas plantas medicinais usadas na medicina popular ainda não foram suficientemente pesquisadas e seus efeitos ainda não são totalmente conhecidos. Assim, recomenda-se a orientação de um profissional de saúde. Além disso, deve-se evitar a associação de plantas com alguns medicamentos (ex: anticoagulantes) ou mesmo com outros tipos de plantas, pois podem acarretar efeitos colaterais.

### Importante observar:

- É recomendável o emprego de plantas conhecidas e, se possível, que já tenham tradição de uso. Crianças menores de 2 (dois) anos não devem fazer uso de chás sem a orientação de um profissional de saúde, assim como as gestantes, já que, em alguns casos, o consumo pode prejudicar o desenvolvimento do feto ou acarretar outros efeitos colaterais.

- Evitar fazer uso de uma mesma espécie por tempo prolongado. Caso a pessoa não apresente melhora dos sintomas, recomenda-se que procure um médico para definição do diagnóstico clínico e análise de tratamento.
- A dose indicada deve ser obedecida. Alguns efeitos indesejáveis são dependentes da dose.
- Não é recomendável a utilização de misturas de várias plantas, como nas preparações chamadas de “garrafadas”, as quais podem originar produtos tóxicos e gerar efeitos colaterais.
- Não utilizar plantas deterioradas, com aspecto envelhecido ou com fungos (mofadas), pois podem estar contaminadas e causarem doenças.
- É fundamental analisar o local de cultivo, a forma de coleta e o armazenamento das plantas medicinais.
- Evite utilizar as plantas que tenham sido cultivadas em locais inadequados, sujeitos à circulação de animais ou próximos de fossas, depósitos de lixo e margens de estradas, bem como o uso de plantas regadas com água poluída.
- Armazene as plantas em locais arejados e abrigadas da exposição do sol.

**CUIDADO!** Há várias plantas tóxicas e com ação cumulativa no organismo, como a espirradeira, a cabacinha e o confrei. Algumas podem causar intoxicação aguda, levando à morte. Nem sempre o que é natural é inócuo. O uso seguro das plantas requer conhecimento da espécie, da preparação e da forma de utilização.

# Medicina Tradicional Chinesa

Sistema integral, originado há milhares de anos no Oriente, cuja concepção taoísta se fundamenta na teoria do Yin-Yang, dos Cinco Elementos e da circulação do Qi nos meridianos dispostos em todo o corpo físico. É uma racionalidade médica, já que possui um conjunto integrado e estruturado de práticas e saberes composto de cinco dimensões interligadas: uma morfologia humana (anatomia, na biomedicina), uma dinâmica vital (fisiologia), um sistema de diagnose, um sistema terapêutico e uma doutrina médica (explicativa do que é a doença ou o adoecimento, sua origem ou causa, sua evolução ou cura). (4)

Utiliza linguagem que retrata simbolicamente as leis da natureza, e valoriza a inter-relação entre as partes, visando à totalidade. O conceito de saúde e doença é determinado pela presença do equilíbrio e da relação harmônica do indivíduo consigo mesmo, com a sociedade e com a natureza. Possui como abordagens terapêuticas as plantas medicinais e os fitoterápicos, a dietoterapia, a meditação, as técnicas de massagens, as práticas corporais e mentais e a acupuntura. Na concepção oriental, essas práticas regulam o “Qi” do organismo, uma substância imaterial, de caráter dinâmico, inerente a todos os seres vivos, responsável pela regulação do organismo nos eixos biofísico e psíquico. Dentre as ferramentas da Medicina Chinesa, a Acupuntura é uma das mais conhecidas no ocidente e está inserida no SUS desde a década de 80. Diversas práticas corporais presentes na Medicina Tradicional Chinesa e nas tradições indianas unificam corpo e mente e auxiliam na manutenção, no tratamento e na reabilitação da saúde das pessoas. Ressalta-se que diversas modalidades já foram inseridas em municípios brasileiros, demonstrando seus benefícios, promovendo autonomia e autocuidado.

## ■ Acupuntura

Recurso terapêutico que se caracteriza pela inserção de agulhas metálicas em pontos específicos no corpo, denominados de Meridianos, onde circula o Qi Vital, com finalidades terapêuticas. Atua induzindo a liberação de substâncias químicas endógenas (neurotransmissores), que possuem entre seus efeitos

conhecidos ação analgésica, anti-inflamatória, sedativa, ação moduladora sobre as emoções e o sistema endócrino e imunológico e sobre várias outras funções orgânicas. Promove o relaxamento muscular no organismo, aliviando os sintomas psico-físicos e causando a sensação de bem-estar geral.

### Indicações clínicas

O campo de atuação da Acupuntura é bastante amplo, devido a sua própria natureza e seus mecanismos de ação, pois ao estimular o sistema nervoso regula e harmoniza o funcionamento do organismo de forma sistêmica. Pode ser empregada na prevenção, no tratamento e na reabilitação de inúmeras situações clínicas. Entre as indicações, destaca-se seu manejo nos quadros de dor e doenças osteoarticulares.

O conceito de saúde e doença é determinado pela presença do equilíbrio e da relação harmônica do indivíduo consigo mesmo, com a sociedade e com a natureza.

Tanto nas pesquisas clínicas como na prática diária, tem-se observado uma grande eficácia no tratamento de inúmeras doenças e disfunções orgânicas: neurológicas, psiquiátricas, ortopédicas, respiratórias, reumatológicas, digestivas, entre outras. Diante disso, a Organização Mundial de Saúde (OMS) relacionou todas as doenças tratáveis pela Acupuntura. Inúmeros estudos científicos, realizados em todo o mundo, têm crescido constantemente mais itens a essa lista de indicações [\[5\]](#).

### O tratamento com a Acupuntura

Inicialmente é realizada uma detalhada avaliação do paciente, em que por meio da história de vida, do exame físico e de exames complementares é estabelecido o Diagnóstico Clínico e o Diagnóstico da Medicina Tradicional Chinesa. Abrange os aspectos emocionais e físicos, de forma que todas as queixas relatadas são consideradas na eleição da melhor técnica e do melhor tratamento. A inspeção da língua e a palpação do pulso são elementos presentes no exame do paciente. Após reunir todas essas informações, o acupunturista selecionará os pontos necessários para o tratamento e definirá

o plano terapêutico, em que poderá constar orientações alimentares, medidas gerais e medicamentosas. É indispensável estabelecer o prognóstico, informando ao paciente sobre as possibilidades de sucesso do tratamento, assim como de suas limitações.

O tempo de consulta deverá ser estabelecido em 60 minutos para as de primeira vez e de 30 minutos para as subseqüentes, respeitando-se as possíveis variações da prática do profissional e das necessidades do paciente. Em caso de necessidade, o paciente será orientado a buscar outro especialista ou profissional de saúde para atuação conjunta. Portanto, pode ser usada como tratamento único ou complementar. A Acupuntura é contraindicada em casos de infecções generalizadas de pele ou nos distúrbios graves de coagulação sanguínea.

Nas sessões de agulhamento, a pessoa deverá permanecer numa posição confortável por um período de 20 a 30 minutos, quando poderão ser observadas sensações de peso, calor, coceira, adormecimento ou choque. Em geral, as sessões são realizadas semanalmente, totalizando em média 12 sessões para um ciclo de tratamento. Ressalta-se que a avaliação clínica é individualizada, e que, portanto, poderá haver modificações na estratégia do tratamento, assim como no número de sessões, no tempo do agulhamento, na técnica adotada, na seleção de pontos de inserção, etc., dependendo da necessidade e da evolução clínica. Outros procedimentos, tais como aplicação de ventosa, laser de baixa potência e eletroestimulação, podem ser realizados segundo a indicação do paciente.

As agulhas são metálicas, extremamente finas e descartáveis. A normatização da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) determina que a Acupuntura seja realizada exclusivamente com material descartável. A reutilização das agulhas pode acarretar inúmeras doenças. As agulhas nunca devem ser reaproveitadas nem no mesmo paciente pois, uma vez guardadas, podem ser contaminadas. Em geral, a Acupuntura é uma prática segura; e deve ser realizada apenas por profissionais habilitados e com conhecimentos de anatomia e fisiologia e aptos à elaboração de um diagnóstico e à precificação de tratamentos e prognósticos. Esses elementos são necessários para se evitar complicações, infecções, danos a estruturas anatômicas e a

postergação de problemas que podem se tornar graves pelo desconhecimento de recursos terapêuticos melhores para o paciente. [5]

A Acupuntura pode ser aplicada em todos os pontos da rede de atenção à saúde, desde domicílios, Unidades de Saúde, Núcleos de Apoio à Saúde da Família, Centros de Especialidades, Centros de Dor, Unidades de Cuidados Paliativos, Pronto-atendimentos e Unidades de Tratamento Intensivo. Os benefícios nos casos agudos, a melhoria dos aspectos afetivos e a rápida ação analgésica fazem dessa prática uma excelente opção para o manejo de patologias de difícil resolução, com a utilização de recursos simplificados e eficientes.

Atualmente, a Acupuntura apresenta-se como uma possibilidade concreta de redução de gastos públicos na área de saúde, visto que o paciente que se beneficia dessa prática terapêutica poderá utilizar menos recursos medicamentosos, evitando também, em muitos casos, o uso dos serviços públicos de emergência e urgência. A busca por qualidade de vida tem aumentado a procura pela especialidade, pois o paciente registra melhora em vários aspectos, sem os efeitos colaterais de drogas sintéticas.

## ■ Do-in

Automassagem aplicada nos mesmos pontos da Acupuntura dispostos nos meridianos do corpo. Originada há aproximadamente cinco mil anos, difundiu-se rapidamente por todo o Oriente. No Japão recebeu o nome de Do-in, que significa “Caminho da Casa”. Adota uma postura holística e integradora, compreendendo a saúde como resultado de um equilíbrio energético interno, centralizando-se no



indivíduo e não em sua doença. **6** O ato de tocar auxilia no autoconhecimento e na maior consciência corporal. É uma técnica bastante intuitiva, que possibilita identificar distúrbios orgânicos em estágios iniciais, prevenir e promover o alívio rápido de sintomas psicofísicos das doenças agudas e crônicas. Consiste em pressionar determinados pontos localizados logo abaixo da pele por curtos períodos. Caracteriza-se pela facilidade na sua aplicação; não requer o uso de qualquer tecnologia ou equipamentos. Pode ser aplicada pela própria pessoa ou por outro cuidador, promovendo o toque terapêutico e o cuidado em qualquer nível de atenção. Destaca-se as experiências na APS (Atenção Primária à Saúde), em grupos de idosos, diabéticos, hipertensos e mulheres. Além de humanizar a relação interpessoal, auxilia na redução do uso de medicamentos desnecessários, pois cursa com bem-estar físico e mental.

## ■ Meditação

Meditação significa: ato ou efeito de meditar; reflexão, oração mental, contemplação religiosa e pensamentos, estudos e reflexões. Em sânscrito quer dizer *bhavana*. Expressa diferentes tipos de práticas adotadas por tradições espirituais. Várias filosofias a adotam como possibilidade de transcendência, iluminação e paz interior. **7** Segundo Rimponche, “a meditação é o caminho para trazer-nos de volta a nós mesmos, onde podemos realmente experimentar e provar o nosso ser completo”.



É um estado mental de silêncio e paz, porém em atenção plena, que possibilita o desenvolvimento integral e a consciência de natureza humana. Envolve a respiração, a concentração e o relaxamento, possibilitando a integração dos aspectos mentais e corporais. Atualmente, essa prática milenar vem sendo utilizada por grande número de adeptos que a incorporam no cotidiano, sem necessariamente ter algum cunho religioso.

É considerada como fonte de redução de ansiedade e estresse e vem sendo praticada em serviços de saúde, hospitais, centros de tratamento de dor e câncer em todo mundo. Vários estudos demonstram seus benefícios no cuidado humano, podendo estar associada à medicina convencional. Reduz os sofrimentos psicofísicos, promove a melhoria da concentração e o aperfeiçoamento das qualidades mentais positivas. [\[8\]](#)

## ■ Vivência de Meditação Prânica

Prática respiratória, baseada nos princípios da antiga filosofia védica, que considera que o desequilíbrio de prana pode causar doenças em quaisquer das dimensões humanas e que a saúde é preservada ou restaurada por meio de um delicado equilíbrio de prana, obtido por técnicas de respiração, visualização e focalização da atenção. Além da saúde multidimensional, a Meditação Prânica visa à expansão da consciência, ao aumento da sensibilidade e da amorosidade, ao autoconhecimento e à transcendência.





## ■ Yoga

Tradição milenar que surgiu na Índia Antiga, cujas referências estão presentes nos Vedas, em forma de poema-canção-oração. Apresenta fundamentos filosóficos, com a não violência, o controle dos impulsos, a retidão, o autoconhecimento e contentamento. Significa união. É a cessão da modificação mental. Os principais ramos do Yoga incluem a Hatha-Yoga (disciplina unitiva da força) que visa ao equilíbrio psicossomático e é a mais conhecida no ocidente; a Bhakti-Yoga (disciplina unitiva do amor e da devoção); a Râja-Yoga (disciplina unitiva do real) que visa a promover o domínio psicamental; a Krya-Yoga, que visa a técnicas de controle mental, purificação e meditação; a Karma-Yoga (disciplina unitiva não egoica); a Mantra-Yoga, que ajuda a disciplinar a mente; a Jnâna-Yoga (disciplina unitiva da sabedoria); a Laya-Yoga, que visa à verbalização, à comunicação e à criatividade; e a Tantra-Yoga, a disciplina da dualidade. Utiliza em sua técnica os asanas (posturas psicofísicas), prânayama (respiração/prana) e os mudras, que são referências das posturas do corpo e das posições das mãos e dos dedos. (9) A Yoga está inserida no contexto da saúde presente em unidades de saúde, academias de saúde e hospitais, principalmente com a perspectiva do autocuidado e autonomia, promovendo a melhora sistêmica e integrada. Pode ser praticada por crianças ou adultos. Melhora a flexibilidade articular, as dores articulares, a concentração e os vícios posturais. Promove o equilíbrio mente e corpo, possibilitando ao praticante se beneficiar do estado de calma e bem-estar. Atua na redução do estresse, da ansiedade e de doenças cardiovasculares, e promove o autoconhecimento. (10)

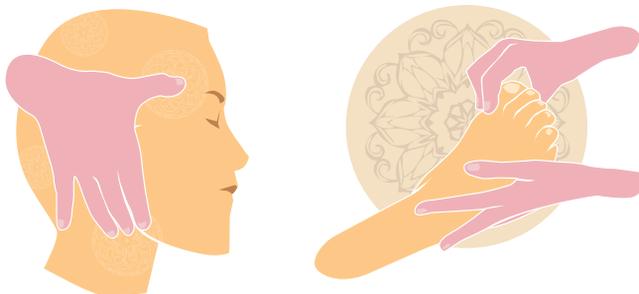
## ■ Tai Chi Chuan

Prática corporal e meditativa, originalmente concebida como uma arte marcial interna, fundamentada na filosofia taoísta e incorporada à Medicina Tradicional Chinesa. Realizada através de movimentos suaves e circulares, baseados em princípios da interação entre os diversos elementos da natureza, conduzindo a serenidade.



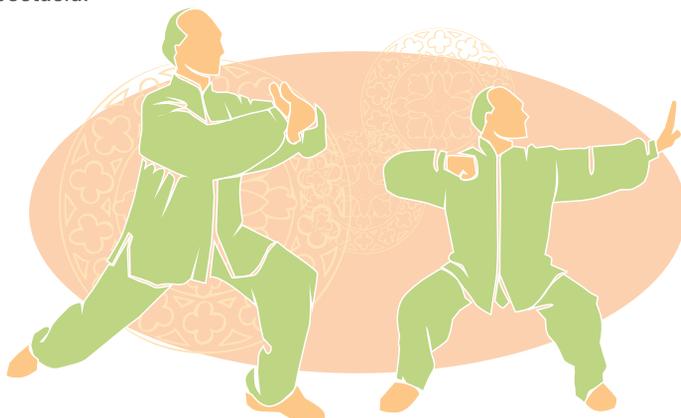
## ■ Jin Shin Jyutsu

Técnica em que utiliza-se as áreas específicas do corpo em seqüências determinadas para restabelecer a harmonia da Circulação da Energia, em seus diversos níveis de manifestação espiritual, mental-emocional e físico, e seus efeitos podem ser percebidos com o alívio de sintomas em todos esses níveis.



## ■ Lian Gong

Prática de Ginástica Terapêutica Chinesa com 54 movimentos, divididos em três séries de 18 exercícios. Revela-se como uma prática corporal e meditativa importante na promoção da saúde, na prevenção de agravos e no auxílio ao tratamento de dores no corpo, em particular para idosos, pessoas de vida sedentária e para trabalhadores que executam movimentos repetitivos na realização de suas tarefas. Proporciona diferentes efeitos sobre a saúde, como correção postural e respiratória, equilíbrio, redução da ansiedade e homeostasia.



## ■ Qi Gong (Chi Kun)

Técnica milenar de origem taoísta, com exercícios que combinam alongamentos, respiração coordenada, concentração e posturas facilitadoras da captação, circulação e transformação do Qi energia ou sopro vital no corpo. A prática regular do Qi Gong beneficia a saúde e a vitalidade. Foi implementada pelo governo mexicano em vários hospitais públicos.

## ■ Movimento Harmônico

Experiência prazerosa de flexibilidade, espontaneidade e liberdade. Possibilita descarregar a energia retida, recuperar a força e o movimento natural, desarmar hábitos posturais, ampliar a capacidade respiratória, aumentar a flexibilidade articular e muscular, favorecendo o equilíbrio dos centros energéticos.



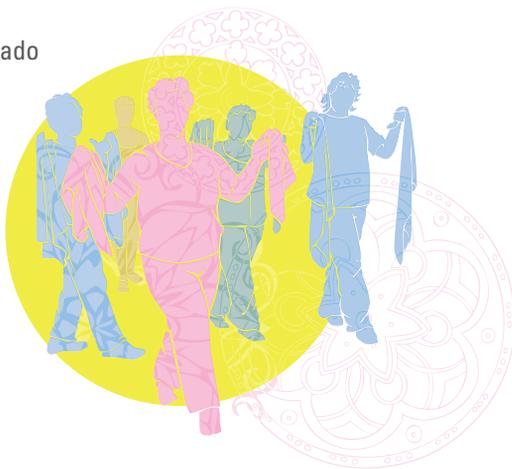
## ■ Biodança

Sistema de desenvolvimento humano, integração afetiva, renovação orgânica e reaprendizagem das funções originárias da vida, criado pelo antropólogo e poeta chileno, Ronaldo Toro. A sua metodologia é baseada em vivências induzidas por músicas, movimento e situação de encontros em grupo.



## ■ Dança Sênior

Conjunto sistematizado de coreografias baseado em danças folclóricas de diversos povos, especialmente adaptadas às possibilidades e necessidades da pessoa idosa. Trabalha atenção, concentração, percepção, lateralidade, ritmo, memória recente, orientação espacial, estimulando diversas habilidades psicomotoras e cognitivas, além de promover trabalho motor com progressivo condicionamento físico, bem como sensação de satisfação física e emocional.



## ■ Automassagem e Dança Circular

No círculo da dança, a interpretação da vida: o centro da roda como fonte comum a todos e a periferia como revelação dessa fonte, com variados movimentos, para dentro e para fora, para o céu e para a terra, para um lado e para o outro. Lições de vida focalizadas na cooperação e integração dos participantes, transformando passos e gestos em mandalas humanas.



## ■ Arteterapia

Autora: Glícia Manso<sup>1</sup>

**“FALANDO DE ARTETERAPIA”** - A Arteterapia, nascida na Inglaterra do pós-guerra sob a iniciativa multidisciplinar, por sua especificidade, mostrou-se eficaz na recuperação das vítimas politraumatizadas pela guerra. Numa ressonância afetiva e criativa, possibilitou a ressignificação da vida minimizando os traumas psicossomáticos. De lá para cá, a Arteterapia vem se solidificando como um saber acadêmico alicerçado em paradigmas humanitários, tendo como prioridade a prevenção do adoecimento.



É um fazer movido pela criatividade e que se utiliza das mais variadas linguagens expressivas, como desenho, pintura, modelagem, contos de fadas, expressão corporal, teatro, música, etc. No entanto, suas práticas não se direcionam para a execução do objeto artístico, nem tem compromisso estético, formal ou de geração de renda. Sua eficácia se concretiza na arte a serviço de uma melhor qualidade de vida, a partir do autoconhecimento, da percepção de si e do outro. Destina-se a todo e qualquer ser humano e sua ação preventiva e curativa pode se fazer presente na escola passando pela saúde, nos serviços de saúde mental ao sistema prisional. Não possui contraindicação e seus efeitos colaterais são: o resgate da autoestima, o estímulo à criatividade, a integração homem holos-corpo, mente e espírito, a educação da sensibilidade, o dinamismo e a gerência da própria vida, transformando limites em possibilidades.

A Associação Americana de Arteterapia existe desde 1969. Em nosso país temos como principal órgão a União Brasileira das Associações de Arteterapia (Ubaat), formada pelas associações regionais. É ela quem estabelece os parâmetros para uma formação una, de norte a sul de nosso país, garantindo

<sup>1</sup> Glícia Manso, professora, mestre em Educação pela Universidade Federal do Espírito Santo, arteterapeuta, presidente e fundadora da Aartes e membro-conselheira da Ubaat.

a qualidade e a seriedade da mesma. Os profissionais formados dentro desses parâmetros estão habilitados a atuarem nas áreas de saúde, educação e recursos humanos. No Espírito Santo, temos a Associação de Arteterapia do Espírito Santo (Aartes), fundada desde 2001 e responsável por credenciar os profissionais em nosso Estado.

Por seu caráter preventivo é preciso que os gestores e a política pública oportunizem aos arteterapeutas estarem em todas as frentes de trabalho, onde seja de relevância à vida humana como primazia.

Em Vitória e em outros municípios do Estado já foram realizados concursos dentro da área de saúde, e alguns Centros de Atenção Psico-social (Caps) já contam com a atuação desses profissionais. No entanto, é preciso ressaltar que a vocação primordial da Arteterapia é o trabalho preventivo. Portanto, cabe a ela outras frentes de trabalho, como na Atenção Primária à Saúde.

A Arteterapia, já reconhecida mundialmente, é prática legitimada na Inglaterra, nos Estados Unidos e em outros países da Europa. Em nosso país ainda trafega entre o desconhecimento de uns e o oportunismo de outros. No entanto, onde essa prática se faz presente os benefícios têm sido confirmados. No ano de 2013 pudemos celebrar com satisfação mais uma vitória: o nosso reconhecimento profissional pelo Ministério do Trabalho com a inserção no Código Brasileiro de Ocupação (CBO) sob o número 2263-10. É com grata satisfação que participamos desse singular momento na qual as práticas integrativas estão sendo evidenciadas em nosso Estado, oportunizando ao cidadão comum, destinatário de nossos objetivos, se apropriar, entender e deter o poder de escolha de suas práticas terapêuticas, e na Arteterapia, em particular, poder resgatar a esperança e a ressignificação de seu viver.

É um fazer movido pela criatividade e que se utiliza das mais variadas linguagens expressivas, como desenho, pintura, modelagem, contos de fadas, expressão corporal, teatro, música, etc.

Para saber mais sobre o assunto e a formação acesse nossos endereços eletrônicos: [www.aartes.net](http://www.aartes.net) e [www.institutofenix.com](http://www.institutofenix.com).

## ■ Shantala

A Shantala é uma massagem para bebês praticada desde a antiguidade na região de Kerala, no sul da Índia, e transmitida por gerações de mulheres. Estimula alguns pontos do corpo, harmonizando e ativando todo o organismo do bebê. O contato físico com a mãe, ou, na sua ausência, de outro(a) cuidador(a), promove o desenvolvimento afetivo e psicomotor da criança. É uma técnica fácil, acessível e não há nenhuma contraindicação. Ela aproxima o vínculo entre o bebê e a mãe ou com quem aplica a massagem. Além disso, melhora as cólicas e a prisão de ventre, trazendo maior bem-estar. Desenvolve a amorosidade, a segurança e o sentimento de proteção. O obstetra francês Frédéric Leboyer (11) foi quem trouxe a Shantala para o ocidente nos anos 70. Essa técnica tem sido repassada por profissionais de saúde nos centros de partos em vários países. Pode ser ensinada sem grandes dificuldades desde o pré-natal até os primeiros meses de vida nos domicílios, nas unidades de saúde e maternidades.

# Implantação das Práticas Integrativas no SUS

## O processo de implantação e financiamento

O gestor municipal interessado em implantar o serviço de Práticas Integrativas e Complementares deverá identificar profissional(is) especializado(s), e, se possível, traçar um plano de implantação. Os profissionais que atuam na Homeopatia e Acupuntura devem ser especialistas e para isso devem apresentar as documentações necessárias. Todos os profissionais devem ser qualificados e atualizados permanentemente, conforme preconizado na Educação Permanente. Os cursos de capacitação podem ser oferecidos pelas secretarias municipais, estadual ou pelo Ministério da Saúde ou em parcerias com instituições de ensino. A diversidade de práticas possibilita sua inserção em todos os espaços de saúde e em todos os níveis de atenção, desde a Atenção Primária, na Estratégia de Saúde da Família, nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (Nasfs), nas academias da saúde e nos centros de especialidades e hospitais. Dessa forma, a eleição das terapias e a sua admissão nos serviços caberá à gestão local e às instâncias de participação popular, tendo como base o perfil epidemiológico, as necessidades de saúde da população e a disponibilidade de recursos.

## Recursos necessários para implantação

### ■ Instrumentos de registro e avaliação

Recomenda-se a utilização de fichas clínicas para registro dos procedimentos específicos. Há distinções entre as consultas homeopáticas e com Acupuntura e que precisam ser consideradas a fim de preservar a qualidade das

intervenções. Há vários modelos existentes, dentre os quais o prontuário do Centro de Referência de Práticas Integrativas e Complementares, disponível no site da Secretaria de Saúde do Espírito Santo. Os registros informatizados permitem a inserção de campos para essas especialidades. O Banco de Dados ou programas de avaliação contribuem para a análise sistemática dos serviços prestados e fornecem um panorama que permite avaliar o atendimento realizado e orienta para a tomada de decisões.

## Local

Em relação à Homeopatia, os recursos materiais necessários são, em geral, aqueles já disponíveis nas unidades, como equipamentos para realização de exames físicos e mobiliário, incluindo mesa, cadeiras, maca e mesa de apoio para computador.

Todos os profissionais devem ser qualificados e atualizados permanentemente, conforme preconizado na Educação Permanente.

Para o atendimento com Acupuntura, o mais conveniente é que as unidades disponham para cada especialista, em cada turno de atendimento, de um consultório e espaço para dois ou três boxes, cada um com uma maca e com espaço para uma cadeira com braço, e armário pequeno para armazenar o material.

Em relação às demais práticas poderão ser utilizados um consultório padrão, auditório e área ao ar livre, conforme cada dinâmica e conveniência dos profissionais e usuários. É importante que os locais de atendimento sejam limpos, arejados e silenciosos.

## Recursos materiais

- **Homeopatia:** recomenda-se que, sempre que possível, o serviço seja informatizado, dispondo de computador com programa de repertorização homeopática, necessário ao melhor desempenho dos profissionais. Para realização da consulta homeopática os serviços deverão ter livros de

Matéria Médica Homeopática e Repertório de Sintomas a serem definidos com os profissionais que atuam no serviço. O acesso aos medicamentos homeopáticos é indispensável à adesão e à continuidade do tratamento e serão disponibilizados pela Sesa por meio de convênio com farmácias locais e/ou farmácia própria.

- **Acupuntura:** além do material permanente padrão, existem materiais específicos para os procedimentos de Acupuntura. A relação de materiais dispostos da tabela abaixo (Tabela 1) pode apresentar algumas variações de acordo com a necessidade do profissional ou do serviço. Todo o material usado para procedimento invasivo deve ser descartável e obedecer rigorosamente às normas da Vigilância Sanitária.

**Tabela 1 – Relação de material para o serviço básico de Acupuntura.**

	INSUMO	DESCRIÇÃO
01	Agulhas descartáveis	0,25x15 0,25x30 0,25x40
02	Recipiente de descarte de agulhas	Caixas de 3 l para cada sala
03	Placa acrílica para semente de auriculoterapia	100 unidades
04	Aplicador e apagador de moxa	Especificações com o fabricante
05	Pinças auriculares com pontas grossas e finas	Descartáveis
06	Aparelho de Eletroacupuntura	Especificações com o fabricante
07	Algodão, luvas descartáveis, travesseiros e lençóis de uso hospitalar	
08	Atlas de MTC/Acupuntura e livros didáticos	A ser definido com a equipe

- **Fitoterapia:** em relação à assistência com Fitoterapia é indispensável a garantia de oferta da medicação que poderá ser pactuada no elenco de medicamentos da atenção primária ou disponibilizada pelas farmácias vivas.

## ■ Outros recursos

Nas diversas modalidades de práticas de saúde a música é frequentemente utilizada, em especial nas práticas corporais. Assim, é fundamental disponibilizar aparelho sonoro, colchonetes e objetos de uso específicos para cada prática que poderão ser adquiridos pela gestão local.

## Cadastramento de serviços de práticas integrativas e complementares

Para que o financiamento das ações seja autorizado e liberado pela esfera federal é necessário o registro do(s) serviço(s) de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema do Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (SCNES) sob o código 134. A seguir, é preciso selecionar uma ou mais da(s) classificação(ões) existente(s):

**001** - Acupuntura

**002** - Fitoterapia

**003** - Outras Técnicas em Medicina Tradicional Chinesa

**004** - Práticas Corporais/Atividade Física

**005** - Homeopatia

**É necessário o cadastramento** dos profissionais que realizarão as atividades no serviço, conforme portarias MS/SAS nº 154 de 18 de março de 2009 e nº 84 de 25 de março de 2009, bastando acessar o CNES e clicar na opção Cadastro/profissionais SUS.

## Registro de produção de atendimentos

Todas as atividades realizadas deverão ser registradas pelo profissional responsável pelo atendimento, conforme os códigos de referência da especialidade (Tabela 2). A produção mensal deverá integrar a produção da unidade prestadora.

**Tabela 2 – Códigos dos procedimentos no SAI/SUS**

AÇÕES	CÓDIGOS
Consulta de Homeopatia	030101007-2
Consulta de Acupuntura	07.012.34-9
Sessão de inserção de agulhas	07.101.00-7
Atividade educativa em assistência especializada e de alta complexidade na unidade	07.02.102
Procedimentos especializados realizados por profissionais médicos, outros de nível superior e nível médio.	07.100.00.0

Fonte: MS, Portaria 853/2006

## Portarias segundo os incentivos financeiros das práticas integrativas e complementares

Todas as portarias estão disponíveis na íntegra no site do Ministério da Saúde: <http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=legislacoes/npnics> (12)

- **Portaria nº 533, de 28 de março de 2012**

Estabelece o elenco de medicamentos e insumos da Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (Rename) no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).



- **Portaria SAS nº 470, de 19 de agosto de 2011**

Inclui na Tabela de Serviços/Classificação do Sistema de Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (SCNES), no serviço de código 125 - Serviço de Farmácia, a classificação 007 - Farmácia Viva.

- **Portaria DNPM nº 127, de 25 de março de 2011**

Approva o Roteiro Técnico para elaboração do Projeto de Caracterização Crenoterápica para águas minerais com propriedades terapêuticas utilizadas em complexos hidrominerais ou hidrotermais.

- **Portaria GM nº 886, de 20 de abril de 2010**

Institui a Farmácia Viva no âmbito do Sistema Único de Saúde.

- **Portaria DGP nº 48, de 25 de fevereiro de 2010**

Approva a diretriz para implantação dos Núcleos de Estudos em Terapias Integradas (Neti) no âmbito do serviço de saúde do exército.

- **Portaria SAS nº 84, de 25 de março de 2009**

Adéqua o serviço especializado 134 - Serviço de Práticas Integrativas e sua classificação 001 - Acupuntura.

- **Portaria NR nº 07/DGP, de 27 de janeiro de 2009**

Approva as normas reguladoras do exercício da Acupuntura no âmbito do serviço de saúde do Exército.

- **Portaria Interministerial nº 2.960, de 9 de dezembro de 2008**

Approva o Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos e cria o Comitê Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos.

- **Portaria SAS nº 154, de 18 de março de 2008**

Recompõe a Tabela de Serviços/Classificações do Sistema de Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (SCNES).



- **Portaria SAS nº 853, de 17 de novembro de 2006**

Inclui na Tabela de Serviços/classificações do Sistema de Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (SCNES) de Informações do SUS o serviço de código 068 - Práticas Integrativas e Complementares.

- **Portaria GM nº 971, de 3 de maio de 2006**

Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde.

**Observação:** verificar a existência nos municípios de legislação e/ou políticas referentes às Práticas Integrativas e Complementares no SUS.

## Monitoramento e avaliação das práticas integrativas e complementares

As Práticas Integrativas e Complementares estão inseridas no Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica (PMAQ) do Ministério da Saúde. Esse programa procura induzir a ampliação da capacidade das gestões federal, estaduais e municipais, além de incentivar que as Equipes de Atenção Básica ofertem serviços que assegurem maior acesso e qualidade, de acordo com as necessidades concretas da população. Está organizado em quatro fases: adesão, contratualização, desenvolvimento e avaliação externa e recontratualização. Os itens que nos remetem à avaliação das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) são:

1. A equipe oferece o serviço de práticas integrativas e complementares para os usuários do território?
2. Existe documento que comprove?

3. A equipe registra o procedimento/atividade de práticas integrativas e complementares realizado?
4. A equipe realiza atividades de educação em saúde abordando:
  - Uso de plantas medicinais e fitoterápicos?
  - Uso de recursos terapêuticos não medicamentosos, como águas termais, práticas da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e práticas da medicina antroposófica?
5. A equipe oferece o serviço de Homeopatia?
6. Existe documento que comprove?
7. O município disponibiliza medicamentos ou plantas medicinais e/ou fitoterápicos?
8. Avaliação dos insumos disponíveis para práticas integrativas e complementares:
  - Agulhas filiformes descartáveis de tamanhos e calibres variados
  - Copos de ventosa
  - Mapas de pontos de acupuntura
  - Moxa (carvão e/ou artemísia)

Dessa forma, a presença das PICs na rede pública de saúde pode fortalecer a Estratégia de Saúde da Família, assim como os serviços que a inserirem, promovendo acesso aos usuários. Ainda não há na Secretaria de Estado da Saúde um instrumento sistemático de avaliação ou indicadores específicos. Há definidos alguns parâmetros de qualidade que podem ser empregados para iniciar o processo avaliativo. (13) Entretanto, é importante que os serviços de PICs sejam monitorados e avaliados a fim de identificar e corrigir possíveis problemas, assim como promover avaliações que envolvam todos os aspectos dos serviços e atores do processo.

# Serviços de Práticas Integrativas e Complementares no ES

## Centro de Práticas Integrativas e Complementares

**Missão:** realizar atividades nas áreas de Homeopatia, Medicina Tradicional Chinesa/Acupuntura, Plantas Medicinais e Fitoterapia, atendendo as vertentes de assistência, pesquisa e ensino, e ampliando as possibilidades de ações e serviços do SUS.

**Endereço:** CRE – Metropolitano. Rod. BR 262, Km 0, Ed. Cristiano Tavares Colins, 2º andar, Jardim América, Cariacica/ES. Telefones: (27) 3626-2699 e 3636-2698.

**Horário de funcionamento:** de segunda a sexta-feira, das 7h às 18h.

**Acesso ao serviço:** o usuário deverá agendar a palestra de acolhimento no local ou pelos telefones (27) 3626-2699 e 3636-2698. Não há necessidade de encaminhamento. Nessa oportunidade o usuário receberá todas as informações sobre os tratamentos com Homeopatia, Fitoterapia/Plantas Medicinais ou Medicina Tradicional Chinesa/Acupuntura.

O agendamento da consulta é realizado imediatamente após a palestra de acolhimento. Os retornos são agendados logo após cada consulta.

### **Ações e serviços:**

- **Assistencial - consultas médicas em Homeopatia e Acupuntura.**
- **Ensino e pesquisa** - as atividades docentes são programadas anualmente, com temas nas áreas das PICs:
  - São realizadas oficinas de Do-in e Meditação.
  - Curso de Fitoterapia e noções básicas sobre as Práticas Integrativas e Complementares.
  - Atividades de educação continuada como capacitações e atualizações para profissionais de saúde do SUS.
  - Oficinas de produção científica (pesquisas científicas clínicas e sociais).
  - Estágio para profissionais de saúde e acadêmicos.

Mais informações pelos telefones: (27) 3626-2699 e 3636-2698 ou [http://www.saude.es.gov.br/Informações ao cidadão](http://www.saude.es.gov.br/Informações%20ao%20cidadão).

## **Secretaria Municipal de Saúde de Vitória**

### **Centro Municipal de Especialidades (CME) Doutor Aprígio da Silva Freire**

**Endereço:** Avenida Dario Lourenço de Souza, 120  
Mário Cypreste, Centro, Vitória/ES  
**Telefones:** (27) 3322-1310 e 3322-2438

**Horário de funcionamento:** de segunda a sexta-feira, das 7h às 20h.

**Acesso ao serviço:** o agendamento é realizado nas Unidades de Saúde do bairro onde o usuário reside. É restrito às pessoas que residem em Vitória. Necessita de encaminhamento, com exceção para Homeopatia, cuja demanda é livre.

**Ações e serviços – Assistencial:** consultas médicas em Homeopatia e Acupuntura. Os medicamentos homeopáticos e fitoterápicos são fornecidos gratuitamente pela Semus para os municípios de Vitória.

## ■ Programa de Fitoterapia do Município de Vitória

Autora: Henriqueta Sacramento<sup>2</sup>

O programa foi criado em 1990 e em 1996 foi institucionalizado através da Lei Municipal nº 4352. Desde então são desenvolvidas atividades coletivas e individuais. Foram padronizados medicamentos fitoterápicos que são dispensados, após prescrição médica, em todas as Unidades de Saúde da Semus para os usuários do SUS do município de Vitória. Recentemente foi instituída a Lei Municipal de Plantas Medicinais e Fitoterápicos que define as competências e diretrizes para a inserção da Fitoterapia no Município de Vitória.

Estudo realizado pelas equipes da Estratégia de Saúde da Família observou que cerca de 90% da população de Vitória entrevistada utiliza plantas medicinais sob a forma de chás, xaropes e banhos para resolução de seus problemas de saúde mais simples, tais como: boldo (males digestivos); carqueja (gastrites, azias, enjoos); cidreira (calmante e cólica); capim cidreira (calmante e dores de cabeça); hortelã pimenta (gripes, inflamações gengivais); hortelãzinha (gases, cólicas, náuseas); manjeriço (gases e má digestão); e alecrim (dores de cabeça, má digestão).

São realizados cursos, oficinas, palestras e desenvolvidos projetos locais de Fitoterapia para o incentivo dos jardins terapêuticos e hortas comunitárias em escolas, unidades de saúde e outras instituições públicas

<sup>2</sup> Médica homeopata. Coordenadora do Programa de Fitoterapia de Vitória. Referência técnica de Práticas Integrativas da Semus.

Para incentivar essa prática, os técnicos da equipe do Programa de Fitoterapia orientam o uso e cultivo de acordo com as orientações científicas e critérios baseados nas recomendações da Organização Mundial de Saúde, da Anvisa e do Ministério da Saúde.

São realizados cursos, oficinas, palestras e desenvolvidos projetos locais de Fitoterapia para o incentivo dos jardins terapêuticos e hortas comunitárias em escolas, unidades de saúde e outras instituições públicas. Para essas atividades contamos com o apoio da Secretaria Municipal de Meio Ambiente que produz as mudas no Viveiro de Plantas, localizado no Parque Municipal de Tabuazeiro. Orientamos para que o cultivo seja feito em canteiros sem uso de defensivos agrícolas e distribuímos folhetos para orientação do uso racional de plantas medicinais. Em alguns projetos atuamos intersetorialmente integrados à Secretaria de Educação, Assistência Social e Meio Ambiente.

Nos territórios de saúde do município incentivamos a implantação dos Projetos Locais de Fitoterapia e plantas medicinais visando a incentivar a implantação de jardins terapêuticos, hortas comunitárias e hortas em escolas, unidades de saúde e outras instituições públicas.

A equipe do Programa de Fitoterapia realiza ações educativas, tais como oficinas, palestras e cursos sobre plantas medicinais para a população dos territórios de saúde, bem como cursos e oficinas para todos os profissionais envolvidos com o tema, tanto os de nível médio (agentes de saúde, técnicos e auxiliares de enfermagem, atendente de consultório dentário e de farmácia), como os de nível superior (médicos, enfermeiros, dentistas, farmacêuticos, assistentes sociais, psicólogos, nutricionistas, etc.).

Elaboramos um manual com o roteiro de orientação para implantação dos projetos locais e orientações de cultivo que são utilizados por todos os envolvidos.

## Informações técnicas e orientações para o cidadão.

1. Saber identificar a planta.
2. Lavar bem as partes da planta antes de preparo.
3. Grávidas, mães que amamentam, idosos e crianças menores de um ano devem usar chás com cautela, pois algumas plantas podem ser abortivas, interferir no sistema nervoso do bebê, reduzir o leite materno e doses altas podem afetar algumas funções do organismo.
4. O modo de preparo é fundamental para o efeito do tratamento.
5. Evitar adoçar o chá. Se tiver necessidade inclua apenas mel de abelhas certificado.
6. Usar preferencialmente vasilhas de vidro, esmaltadas ou de inox para o preparo das formas caseiras.
7. Conhecer a origem e o local onde a planta foi coletada e cultivada.

### O MODO DE PREPARO DO CHÁ:

**Infusão:** após ferver uma xícara de água, coloque uma colher das de sopa das plantas picadas em pedacinhos bem pequenos, abafe e deixe em repouso por 20 minutos e depois coe.

### DOSES USUAIS DO CHÁ E INFORMAÇÕES IMPORTANTES:

#### Para adulto

- Até 80 quilos: 1 xícara de chá, 3 a 4 vezes ao dia.
- De 80 a 100 quilos: 1 xícara +  $\frac{1}{4}$ , 3 a 4 vezes ao dia.
- Com mais de 100 quilos: 1 xícara +  $\frac{1}{2}$ , 3 a 4 vezes ao dia.

Os medicamentos fitoterápicos padronizados e disponíveis nas Farmácias das Unidades de Saúde da Semus são: *Gel de Arnica montana* (Arnica), *Ginkgo biloba* (Ginkgo), *Aescullus hippocastanum* (Castanha da Índia), *Cynara scolymus* (Alcachofra), *Hypericum perforatum* (Hipérico), *Glycine max* (Soja), *ikania glomerata* (Guaco), *Maytenus ilicifolia* (Espinheira-Santa), *Rhamnus purshiana* (Cáscara sagrada), *Harpagophytum procumbens* (Harpagofito) e *Uncaria tomentosa* (Unha de gato).

### Como o paciente pode acessar o tratamento com Fitoterapia?

O paciente deverá procurar diretamente os profissionais de saúde de sua área de abrangência ou a Direção da Unidade de Saúde.

Contato com a equipe técnica do programa de Fitoterapia:

- E-mail: [plantas.medicinais@correio1.vitoria.es.gov.br](mailto:plantas.medicinais@correio1.vitoria.es.gov.br)
- Tel.: (27) 3132-2111 e (27) 3132-5040.

### ■ Serviço de Orientação ao Exercício (SOE)

Realiza atividades de Yoga que são oferecidas nos módulos do SOE. Outras atividades e horários estão também disponíveis para atendimentos.

#### Locais e horários:

**Período noturno** - aulas entre 18h e 20h em Bairro de Lourdes, Beira-mar, Goiabeiras, Horto de Maruípe e no Parque da Pedra da Cebola.

**Período matutino** - aulas entre 7h e 10h em Camburi, Beira-mar, Goiabeiras, Parque Moscoso, Parque da Pedra da Cebola e no Horto de Maruípe.

**Endereço do SOE:** Av. Marechal Mascarenhas de Moraes, 1.185,  
Forte São João, Vitória/ES  
CEP: 29.010-331. Telefone: (27) 3132-5070  
E-mail: soe@correio1.vitoria.es.gov.br

Para mais Informações: <http://www.vitoria.es.gov.br/semus.php?pagina=listadosmodulos>

## Secretaria Municipal de Saúde de Colatina

**Endereço:** Centro de Especialidades Médicas (CEMM) - Tel. (27) 3722-7334  
Rua Cassiano Castelo, s/n. (Ao lado do Hemocentro regional).

**Acesso ao serviço:** comparecer ao local com encaminhamento médico, carteira do SUS e documento com foto.

**Ações e serviços:** atendimento em Acupuntura, oficinas de Hu yen su (qi qung ) e palestras. O serviço oferece alguns fitoterápicos, tais como cascara sagrada, espinheira santa, isoflavona, guaco, garra do diabo e alcachofra.

## Secretaria Municipal de Saúde de Aracruz

**Local:** Unidade de Saúde Antonio Guidetti

**Endereço:** Avenida Venâncio Flores, s/n, Guaxindiba, Aracruz/ES  
Telefones: (27) 3296-0734  
E-mail - lalmeida@aracruz.es.gov.br

**Horário de funcionamento do Centro de Especialidades Médicas (Cema):**  
de segunda a sexta-feira, das 7h às 18h.

**Acesso:** agendamento realizado através da Agência Municipal de Agendamento (AMA)

## Meditação - Grupos de Sahaja Yoga

**Local:** Vitória/ES - Hospital da Polícia Militar

**Endereço:** Avenida Joubert de Barros, 555, Bento Ferreira

**Funcionamento:** todas as terças-feiras, às 19h.

**Responsável técnico:** Dr. Fernando Furieri - especialista em Acupuntura, Psiquiatria e Medicina do Trabalho.

# Conclusões

Este material visa a fornecer um amplo panorama das Práticas Integrativas no Sistema Único de Saúde, mostrando suas potencialidades e orientando a implementação de serviços no Espírito Santo. A grande diversidade de práticas e as inúmeras possibilidades no campo da saúde nos remetem à necessidade de elaborarmos estudos para que a inclusão aproveite o maior potencial de cada uma delas e possa beneficiar a saúde do maior número de pessoas. Para isso, é indispensável considerar a comunidade, suas expectativas e necessidades, obedecendo aos princípios da universalidade e integralidade.

As informações não se esgotam aqui. Existe um grande volume de conhecimentos tradicionais, milenares e outros de cunho científico, publicações em revistas indexadas, teses de universidades, os quais, em razão da limitação desta proposta, não estão aqui contemplados.

Configura um esforço de técnicos para reunir informações de forma que os gestores capixabas possam se apropriar desse conhecimento e de suas inúmeras ferramentas para oferecermos esse cuidado aos nossos pacientes, usuários e cidadãos.

A Política Nacional e a Estadual nos orienta e possibilita propor um tipo de cuidado integral, valorizando o ser em sua relação harmônica e universal. O propósito é que as Práticas Integrativas possam somar. Aliam-se aos demais saberes as demais especialidades médicas e seus conhecimentos específicos, os avanços tecnológicos e todos os recursos disponíveis em prol do cuidado das pessoas, promovendo o bem-estar, a redução dos agravos, a saúde e a cura.

As Práticas Integrativas incitam mudanças de hábitos de vida e estimulam a participação ativa das pessoas frente a sua experiência do viver. Propõe

- uma inversão do paradigma da doença para a saúde, pois trata-se de se

obter equilíbrio entre mente, corpo e espírito, o que, pela sua abrangência e profundidade, traz redução da dependência dos serviços médicos, humaniza as relações profissionais e cria vínculos e acolhe cada um por inteiro.

De forma inovadora, racional e efetiva podem contribuir para a melhoria da saúde das pessoas e na reorganização do modelo de atendimento e da prática médica. Apostamos na importância de se promover a racionalizar as políticas de saúde, estimulando essas alternativas inovadoras, socialmente contributivas, que valorizam a vida humana. Esperamos que este manual seja útil!

*Ana Rita Novaes<sup>3</sup>*

Para mais informações: Secretaria de Estado da Saúde do Espírito Santo  
Coordenação Estadual das PICs: Ana Rita Novaes  
e-mail: [pic.es@saude.es.gov.br](mailto:pic.es@saude.es.gov.br)  
<http://saude.es.gov.br>

<sup>3</sup> Médica homeopata e acupunturista. Especialista em Pediatria e Medicina Geral Comunitária. Mestre em Saúde Coletiva. Coordenação Estadual das Práticas Integrativas e Complementares do Estado do Espírito Santo

# Referências

- [1] BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Portaria n.º 971. **Diário Oficial da União**, n.º 84, seção I, p. 20-24, Brasília, 4 maio 2006.
- [2] ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2002-2005. Ginebra: OMS, 2002. 67p.
- [3] BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES. PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERAPIA NA ATENÇÃO BÁSICA. Série A. Normas e Manuais Técnicos Cadernos de Atenção Básica, n.º 31, Brasília, DF, 2012,a.
- [4] Colégio Médico Brasileiro de Acupuntura. O que você precisa saber sobre Acupuntura. Disponível in: <http://www.cmba.org.br/acupuntura>. Acesso em 12.04.2013.
- [5] FERREIRA, Claudia dos Santos; LUZ, Madel Therezinha. Shen: categoria estruturante da racionalidade médica chinesa. *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*, Rio de Janeiro, v.14, n.3, p.863-875, jul-set. 2007.
- [6] GIOSTRI, M. Curso de Práticas Integrativas e Complementares. Prefeitura Municipal de Itajaí. Secretaria Municipal de Saúde. Material não publicado. Itajaí: Setembro de 2008.
- [7] LIMA, RICARDO F. Suporte básico e neurofisiologia das práticas meditativas. Disponível in: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0266.pdf>. Acesso in 16.04.2013.
- [8] MENEZES, C. B.; DELL'AGLIO, D. D. Os Efeitos da Meditação à Luz da Investigação Científica em Psicologia: Revisão de Literatura. **Psicologia Ciência e Profissão**, 2009, 29 (2), 276-289. RS, 2009.
- [9] ALVES, N.P. Uma proposta holoprática da educação. Atividades holísticas para a infância e a adolescência. Edição da Autora, 1 ed. Rio de Janeiro: 2012.
- [10] DALEPRAN, M. L. Efeitos da intervenção hatha-yoga nos níveis de ansiedade e estresse de mulheres mastectomizadas. Dissertação (mestrado). Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva. Centro de Ciências da Saúde. Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, 2011.
- [11] LEBOYER, F. Shantala. Uma arte tradicional. Massagem para bebê. Ed. Ground. São Paulo: 1998. 157p.
- [12] BRASIL. Ministério da Saúde. Práticas Integrativas e Complementares. Informes e Legislação. Disponível in: <http://dab.saude.gov.br/portaldab/biblioteca.php?conteudo=legislacoes/pnpics>. Acesso em 15.04.2013.
- [13] NOVAES, A.R.V. A MEDICINA HOMEOPÁTICA: AVALIAÇÃO DE SERVIÇOS. 2007. Dissertação de Mestrado em Atenção à Saúde Coletiva. Universidade Federal do Espírito Santo. Espírito Santo. 2007.