

24. PROTOCOLO DE ENFERMAGEM ÀS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (PICS)

Mariane de Souza Benjamin Rocha¹

Ana Cecília Coelho de Melo²

Cristina Galdino de Alencar³

Huilma Alves Cardoso⁴

Antes de proceder à leitura do capítulo a seguir, é indispensável consultar a legislação relacionada ao Sistema COFEN/Conselhos Regionais de Enfermagem que se vincula a matéria:

Lei nº 7.498/1986. Dispõe sobre a regulamentação do exercício da enfermagem, e dá outras providências.

Decreto nº 94.406/1987. Regulamenta a Lei nº 7.498, de 25 de junho de 1986, que dispõe sobre o exercício da enfermagem, e dá outras providências.

Resolução COFEN nº 358/2009. Dispõe sobre a Sistematização da Assistência de Enfermagem e a implementação do Processo de Enfermagem em ambientes, públicos ou privados, em que ocorre o cuidado profissional de Enfermagem, e dá outras providências.

Resolução COFEN nº 429/2012. Dispõe sobre o registro das ações profissionais no prontuário do paciente, e em outros documentos próprios da enfermagem, independente do meio de suporte - tradicional ou eletrônico.

Resolução COFEN nº 509/2016. Dispõe sobre a Anotação de Responsabilidade Técnica, pelo Serviço de Enfermagem, bem como, as atribuições do Enfermeiro Responsável Técnico.

Resolução COFEN nº 514/2016. Aprova o Guia de Recomendações para os registros de enfermagem no prontuário do paciente.

Resolução COFEN nº 564/2017. Aprova o novo Código de Ética dos Profissionais de Enfermagem.

Resolução COFEN nº 568/2018. Alterada pela Resolução COFEN nº 606/2019. Regulamenta o funcionamento dos Consultórios e Clínicas de Enfermagem.

Resolução COFEN nº 585/2018. Estabelece e reconhece, ad referendum do Plenário do Conselho Federal de Enfermagem, a Acupuntura como especialidade ou qualificação do profissional Enfermeiro(a).

Decisão COFEN nº 114/2019. Autoriza o registro da Associação Brasileira de Enfermeiros Acupunturistas e Enfermeiros de Práticas Integrativas – ABENAH no Conselho Federal de Enfermagem para fins de reconhecimento de títulos de especialização na área de Práticas Integrativas e Complementares.

Parecer Normativo nº 001/2020/COFEN. Regulamentação. Ozonioterapia como prática do enfermeiro no Brasil.

Resolução COFEN nº 625/2020. Altera a Resolução Cofen nº 581, de 11 de julho de 2018, que atualiza, no âmbito do Sistema Cofen/Conselhos Regionais de Enfermagem, os procedimentos para Registro de Títulos de Pós-Graduação Lato e Stricto Sensu concedido a Enfermeiros e aprova a lista das especialidades.

1. INTRODUÇÃO

As terapias naturais, chamadas, também, de holísticas, além da sua ancestralidade, tiveram força na Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde, a conhecida Declaração da Alma Ata em 1978.

¹Enfermeira, Doutoranda em Enfermagem- FEN/ UFG, Presidente da Associação dos Enfermeiros Acupunturistas e Enfermeiros em Práticas Integrativas- ABENAH (Gestão 2021-2024), Secretária Municipal de Saúde de Goiânia

² Enfermeira Acupunturista, Mestre em Reiki, Secretária Municipal de Saúde de Goiânia

³ Enfermeira, Doutoranda em Ciências da Religião- PUC-GO, Pontifícia Católica de Goiás

⁴ Enfermeira, Mestre em Ciências da Saúde UFG

Em seguida, na criação do SUS, na década seguinte, foram legitimadas e institucionalizadas as abordagens terapêuticas denominadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS) de “medicina tradicional” e “medicina complementar/alternativa” (MT/MCA).

Embora haja várias denominações para essas modalidades de tratamento e cura como terapêuticas não convencionais, medicinas naturais entre outras, o Ministério da Saúde (MS) denominou-as de “Práticas Integrativas e Complementares” (PIC).

Essas abordagens terapêuticas buscam estimular o processo saúde – doença com os mecanismos naturais de promoção da saúde, prevenção de agravos, diagnóstico precoce, tratamento e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase numa escuta acolhedora, estímulo ao autocuidado, numa visão integrativa e sistêmica com enfoque multidisciplinar.

A discussão dessas terapêuticas nas Conferências Nacionais de Saúde e as recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS) para formulação de políticas, visando integração de sistemas médicos complexos e outros recursos terapêuticos aos Sistemas Oficiais de Saúde (SOSs), levou ao Ministério da Saúde aprovar a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, PNPIC (BRASIL, 2006), onde veio responder às reivindicações por essas práticas, já há muito, colocadas pela população em favor de mudanças nos modelos de atenção instituídos.

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), no SUS, contemplou, a princípio, 5 áreas; Homeopatia, Plantas Medicinais e Fitoterapia, Medicina Tradicional Chinesa/Acupuntura, Medicina Antroposófica e Termalismo Social – Crenoterapia.

Em 2017, a Portaria 849/2017, inclui no SUS mais 14 áreas; Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga.

Mais recente, a Portaria 702/2018 inclui mais 10 práticas, as quais: Apiterapia, Aromaterapia, Bioenergética, Constelação Familiar, Cromoterapia, Geoterapia, Hipnoterapia, Imposição de Mãos, Ozonioterapia e Terapia Florais.

Hoje, o total é de 29 práticas reconhecidas e codificadas pelo SUS. As práticas integrativas e complementares são ações de cuidado transversais, podendo ser realizadas na atenção básica, na média e alta complexidade. Não existe uma adesão à PNPIC: a política traz diretrizes gerais para a incorporação das práticas nos diversos serviços. Compete ao gestor municipal elaborar normas técnicas para inserção da PNPIC na rede municipal de Saúde e definir recursos orçamentários e financeiros para a implementação das práticas integrativas. Dessa maneira, é de competência exclusiva do município a contratação dos profissionais e a definição das práticas a serem ofertadas.

Entre as principais diretrizes da PNPIC está o aumento da resolutividade dos serviços de saúde, que ocorre a partir da integração – ao modelo convencional de cuidado – de racionalidades com olhar e atuação mais ampliados, agindo de forma integrada e/ou complementar no diagnóstico, na avaliação e no cuidado.

Esse protocolo de PICS tem o objetivo de nortear os gestores municipais e equipes profissionais multidisciplinares na implantação, implementação, execução e avaliação da PNPIC nos serviços de saúde locais.

2. AS PICS

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) podem ser organizadas de acordo com o método de tratamento, que inclui práticas biológicas e naturais, como acontece com a fitoterapia e plantas medicinais, através de intervenções, muitas das quais se sobrepõem ao uso convencional, como nos cuidados ou práticas manuais (acupuntura, quiropraxia, osteopatia, massagens), terapias corpo-mente (tai chi chuan, yoga, lian gong, meditação, bioenergética), ou terapia de grupo de apoio, como a terapia Comunitária Integrativa, entre outras. Quando essas práticas são usadas juntas com práticas da biomedicina, são chamadas complementares e quando são usadas conjuntamente e baseadas em avaliações científicas de segurança e eficácia de boa qualidade, chamadas integrativas.

Atualmente, são 29 práticas e terapias ofertadas, de forma gratuita pelo Sistema Único de Saúde (SUS), conforme o Quadro 1, sendo classificadas em três eixos ou domínios, compondo o Programa Nacional das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde – PNPIC/MS. É importante dizer que não há como classificar essas práticas de forma absoluta. Algumas delas podem pertencer a mais de um domínio.

QUADRO 1. DIVISÃO DAS TERAPIAS INTEGRATIVAS

RACIONALIDADES MÉDICAS	TERAPIAS NÃO FARMACOLÓGICAS	PRODUTOS NATURAIS
Medicina ocidental contemporânea	Arteterapia	Apiterapia
Homeopática	Biodança	Aromaterapia
Antroposófica	Bioenergética	Geoterapia
Medicina tradicional chinesa - MTC	Constelação familiar	Naturopatia
Medicina ayurvédica	Cromoterapia	Ozonioterapia
	Dança circula	Plantas medicinais/fitoterapia
	Hipnoterapia	Terapia Floral
	Imposição de mãos	
	Meditação	
	Osteopatia	
	Quiropraxia	
	Reflexoterapia	
	Reiki	
	Shantala	
	Terapia comunitária integrativa	
	Termalismo social/ crenoterapia	
	Yoga	

Fonte: Os autores.

2.1. Racionalidades médicas

O termo Racionalidade Médica foi desenvolvido a partir de estudos de um grupo de pesquisa, durante os anos de 1992 e 1997 (LUZ; BARROS, 2012), inscrito, posteriormente, no Centro Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq, passando a ser chamado de Grupo CNPq - Racionalidades Médicas e Práticas de Saúde

A racionalidade médica é uma ferramenta conceitual construída como um tipo ideal weberiano. Trata-se de uma categoria que representa um modelo teórico que reúne os elementos fundamentais para o reconhecimento de um sistema médico complexo e singular. Considerado um conjunto integrado e estruturado de práticas e saberes compostas por seis dimensões interligadas, conforme o Quadro 2.

Essas seis dimensões, ao serem aplicadas à realidade, permitem tecer estudos comparativos entre sistemas médicos de origens culturais diferentes, como as medicinas tradicionais chinesa e ayurvédica, a medicina homeopática a antroposofia e a medicina ocidental contemporânea, situando-as no contexto sócio histórico contemporâneo, pois os sistemas médicos, principalmente os saberes tradicionais, não existem sem história e têm a capacidade de estarem sempre sendo modificados pelos atores sociais, apresentando continuidade teórico-prática entre passado e presente.

QUADRO 2. COMPARATIVO DAS RACIONALIDADES MÉDICAS

RACIONALIDADE MÉDICA	COSMOLOGIA	DOCTRINA MÉDICA	MORFOLOGIA	FISIOLOGIA OU DINÂMICA VITAL	DIAGNÓSTICO	TERAPÊTICA
Medicina tradicional chinesa	Cosmogonia Chinesa (geração do microcosmo a partir macrocosmo)	Teorias do “Yin-Yang” e das “cinco fases (ou elementos)” e seu equilíbrio (harmonia) nos sujeitos individuais	Teoria dos “canais” meridianos e dos pontos de acupuntura (“corpo sutil”). Teoria dos órgãos e das vísceras (“corpo orgânico”)	Fisiologia dos “sopros vitais” (Qi) Fisiologia dos órgãos; Dinâmica Yin-Yang, no organismo e com o meio ambiente.	Semiologia anamneses do desequilíbrio Yin-Yang. Diagnóstico do desequilíbrio dos sujeitos	Higiene. Exercícios: artes, meditação etc.). Dietética: fitoterapia, massagens, acupuntura e Moxabustão
Medicina ayurvédica	Cosmologia Indiana (Geração do microcosmo a partir do macrocosmo)	Teoria dos cinco elementos e das constituições humorais (“Tridosha”) nos sujeitos individuais.	Teoria dos vários corpos (“denso” e “sutil”); Teoria da constituição dos tecidos vitais, dos órgãos e dos sentidos	Fisiologia “energética” (circulação do Prana e das demais energias nos “corpos”). Equilíbrio do “Tridosha”.	Semiologia: anamnese do desequilíbrio do “Tridosha”. Sistema de observação “dos oito pontos”. Diagnóstico do desequilíbrio dos sujeitos.	Dietética: Técnicas de eliminação e purificação. Exercícios: loga, meditação etc.). Massagens: Fitoterapia; medicamentos.
Medicina homeopática	Cosmologia Ocidental Tradicional: (Alquímica) e Clássica (Newtoniana) Implícita	Teoria da energia ou força vital e seus desequilíbrios nos sujeitos individuais	Organismo material (sistemas) força (ou energia) vital animadora	Fisiologia energética (implícita); Fisiologia dos sistemas; Fisiologia do medicamento e do medicamento	Semiologia anamnese do desequilíbrio individual. Diagnóstico do remédio e da enfermidade individuais. Diagnóstico clínico	Medicamento Higiene (física e mental)
Medicina ocidental Contemporânea	Física Newtoniana (clássica) implícita	Teoria(s) da causalidade da doença e seu combate	Morfologia dos sistemas (macro e micro) orgânicos	Fisiopatologia e fisiologia dos sistemas	Semiologia anamnese; exame físico e exames complementares	Medicamentos, cirurgia, prevenção

<p>Medicina antroposófica</p>	<p>Holismo Vitalismo Espiritualismo e as configurações sistêmicas e os períodos vitais humanos reproduzem fases naturais evolutivas do planeta</p>	<p>1. Saúde é o resultado de sintonia rítmica harmoniosa entre os elementos básicos constitutivos da estrutura humana; 2. Doença é fruto da discinesia no funcionamento ou interação destes elementos entre si e com o meio; 3. Tratar é recuperar a sintonia neste funcionamento e 4. Elementos constitutivos da estruturação humana: - Trimembramação a) corpo/alma/espírito b) SNS/SR/SML - Quadrimembramação a) corpo físico b) corpo etérico c) corpo astral d) organização do Eu</p>	<p>Trimembramação: - Sistema neuro-sensorial - Sistema rítmico - Sistema metabólico locomotor; Quadrimembramação: Quatro órgãos cardinais a) pulmão (terra) b) fígado (água) c) rins (ar) d) coração (fogo); Os 12 sentidos - Três grupos de quatro, que respondem pela apreensão da corporalidade, natureza e da cultura: a) Primeiro Grupo: tato, orgânico ou vida, movimento, equilíbrio; b) Segundo Grupo: olfato, paladar, visão, sentido térmico; c) Terceiro Grupo: audição, palavra ou linguagem, pensamento, sentido do Eu</p>	<p>A Lei da Polaridade; O ritmo de concentração/expansão dos elementos e os 12 sentidos.</p>	<p>Anamnese e exame físico completo; Diagnóstico de processos de desarmonia; Exames complementares laboratoriais e de imagem; Análise dos septênios de vida dos indivíduos; Diagnóstico de estagnação ou aceleração; e Diagnóstico de processos de desarmonia</p>	<p>Medicamentos alopáticos; Fitoterapia; Massagem rítmica; Terapias artísticas; Terapias pedagógicas; Nutrição; Exercício retrospectivos e práticas de meditação; Aconselhamento biográfico</p>
--------------------------------------	--	--	---	--	---	---

Fonte: Racionalidades e práticas integrativas em saúde (2012).

2.2. Produtos não farmacológicos (TNF)

O conceito de terapias não farmacológicas é usado há várias décadas para se referir a intervenções que, por meio de agentes primários não químicos, visam melhorar a qualidade de vida de pessoas saudáveis ou doentes.

Como nas racionalidades médicas, elas, também, são compostas por abordagens que possuem um importante papel na saúde global. É realizada, na maioria dos casos, por meio de educação do paciente, atividade física aeróbica supervisionada, manipulação corporal e terapia cognitivo-comportamental. Vejam as atividades e suas definições no (Quadro 3)

QUADRO 3. TERAPIAS NÃO FARMACOLÓGICAS (TNF)

TERAPIAS NÃO FARMACOLÓGICAS	DESCRIÇÃO
Arteterapia	Prática expressiva artística, visual, que atua como elemento terapêutico na análise do consciente e do inconsciente e busca interligar os universos interno e externo do indivíduo, por meio da sua simbologia, favorecendo a saúde física e mental.
Biodança	Prática expressiva corporal, que promove vivências integradoras por meio da música, do canto, da dança e de atividades em grupo, visando restabelecer o equilíbrio afetivo, emocional e a renovação orgânica, necessários ao desenvolvimento humano.
Bioenergética	Visão diagnóstica que, aliada a uma compreensão etiológica do sofrimento/adoecimento, adota a psicoterapia corporal e os exercícios terapêuticos em grupos, por exemplo, os movimentos sincronizados com a respiração.
Constelação familiar	É uma técnica de representação espacial das relações familiares, que permite identificar bloqueios emocionais de gerações ou membros da família, capaz de mostrar com simplicidade, profundidade e praticidade onde está a raiz, a origem, de um distúrbio de relacionamento, psicológico, psiquiátrico, financeiro e físico, levando o indivíduo a um outro nível de consciência em relação ao problema e, mostrando uma solução prática e amorosa de pertencimento, respeito e equilíbrio.
Cromoterapia	Prática terapêutica que utiliza as cores do espectro solar – vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil e violeta – para restaurar o equilíbrio físico e energético do corpo.
Dança circular	Prática expressiva corporal, ancestral e profunda, geralmente realizada em grupos, que utiliza a dança de roda – tradicional e contemporânea - para favorecer a aprendizagem e a interconexão harmoniosa, e promover a integração humana, o auxílio mútuo e a igualdade, visando o bem-estar físico, mental, emocional e social.
Hipnoterapia	Conjunto de técnicas que, por meio de intenso relaxamento, concentração e/ou foco, induz a pessoa a alcançar um estado de consciência aumentado, que permita alterar uma ampla gama de condições ou comportamentos indesejados como medos, fobias, insônia, depressão, angústia, estresse, dores crônicas.
Imposição de mãos	Prática terapêutica secular que implica um esforço meditativo para a transferência de energia vital (Qi, prana) por meio das mãos, com intuito de reestabelecer o equilíbrio do campo energético humano, auxiliando no processo saúde-doença.
Meditação	Prática mental individual milenar, descrita por diferentes culturas tradicionais, que consiste em treinar a focalização da atenção de modo não analítico ou discriminativo, a diminuição do pensamento repetitivo e a reorientação cognitiva, promovendo alterações favoráveis no humor e melhora no desempenho cognitivo, além de proporcionar maior integração entre mente, corpo e mundo exterior.
Musicoterapia	Prática expressiva integrativa, conduzida em grupo ou de forma individualizada, que utiliza a música e/ou seus elementos num processo facilitador e promotor da comunicação, da relação, da aprendizagem, da mobilização, da expressão, da organização, entre outros objetivos terapêuticos relevantes, no sentido de atender necessidades físicas, emocionais, mentais, espirituais, sociais e cognitivas do indivíduo ou do grupo.
Osteopatia	Prática terapêutica que adota uma abordagem integral no cuidado em saúde e utiliza várias técnicas manuais para auxiliar no tratamento de doenças, entre elas a da manipulação do sistema musculoesquelético (ossos, músculos e articulações), do <i>stretching</i> , dos tratamentos para a disfunção da articulação temporomandibular (ATM), e da mobilidade para vísceras.
Quiropraxia	Prática terapêutica que atua no diagnóstico, tratamento e prevenção das disfunções mecânicas do sistema neuro musculoesquelético e seus efeitos na função normal do sistema nervoso e na saúde geral. Enfatiza o tratamento manual, como a terapia de tecidos moles e a manipulação articular ou "ajustamento", que conduz ajustes na coluna vertebral e outras partes do corpo, visando a correção de problemas posturais, o alívio da dor e favorecendo a capacidade natural do organismo de autocura.

Reflexoterapia	Prática terapêutica que utiliza estímulos em áreas reflexas – os microssistemas, e pontos reflexos do corpo existentes nos pés, mãos e orelhas para auxiliar na eliminação de toxinas, na sedação da dor e no relaxamento.
Reiki	Prática terapêutica que utiliza a imposição das mãos para canalização da energia vital, visando promover o equilíbrio energético, necessário ao bem-estar físico e mental. Busca fortalecer os locais onde se encontram bloqueios eliminando as toxinas, equilibrando o pleno funcionamento celular, e restabelecendo o fluxo de energia vital – Qi.
Shantala	Prática terapêutica que consiste na manipulação (massagem) para bebês e crianças pelos pais, composta por uma série de movimentos que favorecem o vínculo entre estes e proporcionam uma série de benefícios decorrentes do alongamento dos membros e da ativação da circulação.
Terapia comunitária integrativa	Prática terapêutica coletiva, que atua em espaço aberto e envolve os membros da comunidade numa atividade de construção de redes sociais solidárias para promoção da vida e mobilização dos recursos e competências dos indivíduos, famílias e comunidades.
Yoga	Prática corporal e mental, de origem oriental, utilizada como técnica para controlar corpo e mente, associada à meditação. Apresenta técnicas específicas, como hatha-yoga, mantrayoga, laya-yoga, que se referem a tradições especializadas, e trabalha os aspectos físico, mental, emocional, energético e espiritual do praticante com vistas à unificação do ser humano em si e por si mesmo.

Fonte: <https://aps.saude.gov.br/ape/pics/praticasintegrativas>.

2.3. Práticas Naturais (PN)

Esses produtos são representados pelos reinos animal, mineral e vegetal e, independente da natureza do recurso terapêutico, eles procuram estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde. Nessa categoria, inclui práticas biológicas e naturais, intervenções e produtos, muitos dos quais se sobrepõem ao uso convencional.

Dentre as 29 práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) institucionalizadas no Sistema Único de Saúde, do Brasil, por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, os produtos naturais podem ser encontrados em 12 PICS. Como citado anteriormente, sua classificação pode pertencer a mais de um domínio. Aqui, utilizamos a seguinte classificação, conforme (Quadro 4),

QUADRO 4. TERAPIAS NATURAIS (TN)

TERAPIAS NATURAIS	DESCRIÇÃO
Apiterapia	Prática terapêutica utilizada desde a antiguidade, conforme mencionado por Hipócrates, em alguns textos, e em textos chineses e egípcios, que consiste em usar produtos derivados de abelhas – como apitoxinas, mel, pólen, geleia real, própolis – para promoção da saúde e fins terapêuticos.
Aromaterapia	Prática terapêutica secular que utiliza as propriedades dos óleos essenciais, concentrados voláteis extraídos de vegetais, para recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo, visando à promoção da saúde física e mental, ao bem-estar e à higiene.
Geoterapia	Prática que contribui com ampliação e melhoramentos nos sistemas de abordagem integrativa em intervenções clínicas. Prática milenar e de utilização variada pelos povos antigos, alterna desde embalsamentos, conservação de alimentos, tratamentos, manutenção da saúde, até fins estéticos.
Naturopatia	É entendida como abordagem de cuidado que, por meio de métodos e recursos naturais, apoia e estimula a capacidade intrínseca do corpo para curar-se. A Naturopatia utiliza diversos recursos terapêuticos como: plantas medicinais, águas minerais e termais, aromaterapia, fitologia, massagens, recursos expressivos, terapias corpo-mente e mudanças de hábitos.

Ozonioterapia	Prática integrativa e complementar de baixo custo, segurança comprovada e reconhecida, que utiliza a aplicação de uma mistura dos gases oxigênio e ozônio, por diversas vias de administração, com finalidade terapêutica, e promove melhoria de diversas doenças.
Plantas medicinais / fitoterapia	As plantas medicinais contemplam espécies vegetais, cultivadas ou não, administradas por qualquer via ou forma, que exercem ação terapêutica e devem ser utilizadas de forma racional, pela possibilidade de apresentar interações, efeitos adversos, contraindicações. A fitoterapia é uma terapia integrativa, que vem crescendo, notadamente, neste começo do século XXI, voltada para a promoção, proteção e recuperação da saúde, tendo sido institucionalizada no SUS por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC) e da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF).
Terapia Floral	A terapia de florais é uma prática complementar e não medicamentosa que, por meio dos vários sistemas de essências florais, modifica certos estados vibratórios, auxiliando a equilibrar e harmonizar o indivíduo. Os efeitos podem ser observados de imediato, em indivíduos de maior sensibilidade.
Termalismo social/ crenoterapia	Prática terapêutica que consiste no uso da água com propriedades físicas, térmicas, radioativas e outras – e eventualmente submetida a ações hidromecânicas – como agente em tratamentos de saúde. A eficiência do termalismo, no tratamento de saúde, está associada à composição química da água (que pode ser classificada como sulfurada, radioativa, bicarbonatada, ferruginosa etc.), à forma de aplicação (banho, sauna etc.) e à sua temperatura. O recurso à água como agente terapêutico remonta aos povos que habitavam nas cavernas, que o adotavam depois de observarem o que faziam os animais feridos.

Fonte: <https://aps.saude.gov.br/ape/pics/praticasintegrativas>.

3. O ENFERMEIRO E AS PICS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

As PICS são transversais no SUS, e possui amplo potencial de atuação na Atenção Primária, com enfoque na visão ampliada do processo saúde/doença e da promoção integral do cuidado humano, sobretudo do autocuidado (BRASIL, 2018). Por possuir caráter integrativo e complementar, as PICS podem compor a conduta terapêutica associada ou não ao tratamento instituído, e ser ofertada desde a demanda espontânea, atividade coletiva, consulta agendada, consulta de cuidado programático até atendimento domiciliar (BRASIL, 2006).

As PICS resgatam diversos saberes, quando associadas aos cuidados do profissional enfermeiro qualificam a assistência, ampliando o entendimento do processo saúde, doença, a integralidade da atenção, estímulo às forças curativas do organismo, menor potencial de dano e abordagem holística do cuidado (TESSER; THIAGO, 2010).

No atendimento de enfermagem como ferramenta terapêutica, as PICS atendem as necessidades de um cuidado individualizado, humanizado e qualificado (ALMEIDA *et al.*, 2018). Segundo Tesser e Thiago (2010), o interesse dos enfermeiros pelas PICS provém do fato de dispor de práticas não biomédicas para melhor atender seus pacientes.

Para apoiar o enfermeiro no direcionamento do atendimento com as PICS, descreveremos, neste capítulo, algumas condições de saúde de impacto na Atenção Primária e que possuem evidências científicas de alto grau metodológico. Para o levantamento destas evidências, serviram de base os mapas de evidência/efetividade clínica das PICS elaborado pela BIREME/OPAS/OMS, em parceria com o Consórcio Acadêmico Brasileiro de Saúde Integrativa (CABSIn), e os informes de PICS do MS, com intenção de orientar o enfermeiro quanto ao uso das PICS no serviço (Quadro 5).

QUADRO 5. EVIDÊNCIAS DE ALTO GRAU METODOLÓGICO EM PICS E OS DESFECHOS NAS PRINCIPAIS SITUAÇÕES DE SAÚDE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA.

TERAPIAS NATURAIS	DESCRIÇÃO
Acupuntura	<p>Beneficia o controle da glicemia de jejum, glicemia duas horas, após teste de tolerância à glicose e redução da hemoglobina glicada (hba1c).</p> <p>Beneficia controle dos sintomas depressivos em indivíduos com transtorno depressivo maior.</p> <p>Benefício clínico nos sintomas do TEPT, imediatamente, após a realização da intervenção, e nos sintomas depressivos.</p> <p>Achados positivos são relatados no uso da acupuntura no tratamento de transtorno de ansiedade generalizada ou neurose de ansiedade.</p> <p>Eficaz no tratamento de crianças, adolescentes e adultos com insônia, especialmente na melhoria da qualidade do sono.</p>
Aromaterapia	<p>Óleos essencial de laranja doce - Auxiliar na redução do nível de ansiedade em diferentes condições clínicas, inclusive com atuação ansiolítica em indivíduos submetidos a procedimentos cirúrgicos.</p>
Auriculoterapia	<p>Reduz índice de massa corporal (IMC).</p> <p>Reduz peso corporal.</p> <p>Diminui níveis pressóricos em indivíduos com hipertensão leve.</p> <p>Melhora os sintomas relacionados ao transtorno depressivo.</p> <p>Eficaz no tratamento de crianças, adolescentes e adultos com insônia.</p> <p>Melhoria na qualidade do sono.</p>
Meditação	<p>Resultados favoráveis em distúrbios alimentares e compulsão alimentar.</p> <p>Desencadeia respostas fisiológicas, como alteração do tônus cardiovascular.</p> <p>Reduz pressão arterial, cortisol, frequência cardíaca, proteína c reativa e triglicerídeos.</p> <p>Auxilia no manejo dos fatores de risco para doenças cardiovasculares.</p> <p>Melhora dos fatores de risco para AVC, em indivíduos com hipertensão leve a moderada.</p> <p>Reduz o estresse.</p> <p>Diminui os marcadores fisiológicos de quadros de estresse.</p> <p>Melhora da qualidade de vida (realização pessoal e satisfação com a vida).</p> <p>Promove bem-estar, com desfecho positivo no estado interno de calma, realização pessoal e aumento das emoções positivas.</p> <p>Melhora os sintomas depressivos, nas fases aguda e subaguda do tratamento de transtornos depressivos.</p> <p>Reduz sintomas residuais em indivíduos depressivos, com quadro instalado de depressão maior.</p> <p>Melhora da atenção.</p> <p>Reduz recaídas da depressão em indivíduos com histórico de três ou mais episódios.</p> <p>Reduz da ansiedade em indivíduos com transtorno bipolar em remissão.</p> <p>Reduz sintomas do TEPT.</p> <p>Diminui abuso de álcool e outras drogas.</p> <p>Resultados favoráveis em casos de insônia.</p>
Plantas medicinais	<p>Alho</p> <p>Efeito anti-hipertensivo, em indivíduos com hipertensão leve.</p> <p>Valeriana (<i>Valeriana officinalis</i>)</p> <p>Induz o sono.</p> <p>Melhora a qualidade do sono sem produzir efeitos colaterais.</p> <p>Melissa officinalis (<i>ILmon balm</i>)</p> <p>Demonstra efeito semelhante aos ansiolíticos.</p>
Qi Gong	<p>Melhora da qualidade de vida.</p> <p>Ação nos escores de humor depressivo.</p> <p>Resultados objetivos no controle da PA.</p> <p>Do colesterol total.</p> <p>E da frequência cardíaca.</p> <p>Resultados benéficos no controle sobre glicemia de jejum, glicemia duas horas após teste de tolerância à glicose e redução da hemoglobina glicada (hba1c).</p> <p>Melhora da depressão e sintomas depressivos.</p> <p>Resultados para o alívio imediato da ansiedade entre adultos saudáveis.</p>

Shantala	<p>Reduz depressão e gerenciamento de condições psicológicas na infância.</p> <p>Reduz problemas comportamentais em crianças.</p> <p>Reduz ansiedade em crianças.</p> <p>Aumento da atividade vagal e diminuição dos hormônios do estresse em bebês prematuros.</p> <p>Eficaz no tratamento de crianças com insônia, especialmente na melhoria da qualidade do sono.</p>
Tai Chi Chuam	<p>Melhora no desempenho físico.</p> <p>Aumenta a capacidade de exercício.</p> <p>Promove o bem estar psicossocial.</p> <p>Diminui os níveis de PA.</p> <p>Melhora a frequência cardíaca, os níveis de lipídios e cortisol.</p> <p>Redução do índice de massa corporal (IMC), e para redução do peso corporal.</p> <p>Resultados benéficos no controle sobre glicemia de jejum, glicemia duas horas após teste de tolerância à glicose e redução da hemoglobina glicada (hba1c).</p> <p>Melhora da função motora, equilíbrio, flexibilidade, fadiga e na qualidade de vida de indivíduos com depressão.</p> <p>Reduz a gravidade da depressão.</p> <p>Melhora do bem-estar psicológico e humor.</p> <p>Reduz estresse e depressão.</p> <p>Melhora dos sintomas de indivíduos com ansiedade.</p> <p>Promove melhorias na percepção da qualidade de vida, sendo uma prática promissora para o gerenciamento da ansiedade.</p>
Yoga	<p>Reduz índice de massa corporal (IMC).</p> <p>Reduz peso corporal.</p> <p>Auxilia na melhora dos resultados glicêmicos e de outros fatores de risco da DM.</p> <p>Reduz o risco de doença cardiovascular.</p> <p>Reduz níveis de pressão arterial.</p> <p>Efeitos positivos no manejo da depressão.</p> <p>Melhora, de curto e longo prazo, nas funções executivas do cérebro com efeitos mais amplos no humor, deprimido e na resiliência.</p> <p>Mostra-se como opção não farmacológica oportuna no manejo da depressão durante a gravidez.</p> <p>Melhora da saúde mental e bem-estar para mulheres e bebês (realizado a prática no período perinatal).</p> <p>Reduz os sintomas relacionados à menopausa.</p> <p>Efeitos favoráveis em termos de redução de problemas psicológicos, como ansiedade e depressão, em mulheres com desequilíbrios menstruais.</p> <p>Eficaz no tratamento de crianças, adolescentes e adultos com insônia.</p> <p>Melhora da insônia e nos distúrbios do sono.</p>

Fonte: Brasil (2020).

Dentre as situações de saúde de alta incidência na Atenção Primária, tem destaque as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), que constituem importante problema de saúde pública, sendo a principal causa de morte no mundo (MALTA *et al.*, 2020). Nos últimos anos, doenças como diabetes mellitus, hipertensão arterial, obesidade e depressão mostraram elevação no número de casos.

No Brasil, dados da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel), em 2021, demonstram que na população adulta maior de 18 anos, o diagnóstico de diabetes corresponde a 9,1%, o diagnóstico de hipertensão arterial, nesta população, é de 23,6%, a obesidade esteve em 22,4% das respostas e 11,4 de pessoas nesta faixa etária relataram o diagnóstico de depressão (BRASIL, 2021).

A Obesidade é considerada uma doença, e é fator de risco para várias doenças crônicas. Estudos com as PICS, neste contexto, revelaram efeitos significativos no tratamento de indivíduos adultos com sobrepeso e obesidade na redução do peso corporal e na redução do Índice de Massa Corporal (IMC), com o uso de auriculoterapia e a prática de yoga e Tai Chi Chuan (BRASIL, 2020).

A Diabetes é uma doença endócrino-metabólica de etiologia heterogênea, causada pela produção insuficiente ou má absorção de insulina, pode ser ocasionada por fatores genéticos, biológicos e ambientais. As evidências em PICS despontaram que yoga, meditação, acupuntura, as práticas corporais da Medicina Tradicional Chinesa, como o Tai Chi Chuan e o Qi Gong atuaram na diminuição dos níveis de glicemia e outros benefícios (BRASIL, 2020).

A Hipertensão arterial é definida por níveis pressóricos, em que os benefícios do tratamento (não medicamentoso e/ou medicamentoso) superam os riscos, caracterizada por elevação persistente da pressão arterial (PA), ou seja, PA sistólica (PAS), maior ou igual a 140 mmHg, e/ou PA diastólica (PAD), maior ou igual a 90 mmHg (BARROSO *et al.*, 2021). Neste sentido, pesquisas com acupuntura, auriculoterapia, meditação, as práticas corporais da Medicina Tradicional Chinesa, como o Tai Chi Chuan e o Qi Gong evidenciaram diminuição dos níveis pressóricos e sua homeostase (BRASIL, 2020).

A depressão é compreendida como um transtorno multifatorial, e as PICS mostraram, por meio de estudos, com significativo comprometimento metodológico, que acupuntura, auriculoterapia, meditação, yoga, shantala, tai chi chuam e Qi gong colaboram com promoção do bem-estar, com desfecho positivo no estado interno de calma, realização pessoal e aumento das emoções positivas, bem como melhora dos sintomas depressivos na fase aguda e subaguda do tratamento de transtornos depressivos (BRASIL, 2020).

Há na Atenção Primária, a demanda de outras situações apresentam uma quantidade significativa de estudos com desenho metodológico com rigor, e contribuem como uma oferta terapêutica pertinente. Entre estas situações de saúde podemos citar ansiedade e insônia.

Ansiedade os estudos apontam para aumento das emoções positivas na redução da ansiedade e dos sintomas do Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) com o as PICS acupressão, acupuntura, auriculoterapia, aromaterapia, meditação, shantala, tai chi chuam e Qi gong, além de promover melhorias no bem-estar, com desfecho positivo no estado interno de calma e realização pessoal (BRASIL, 2020).

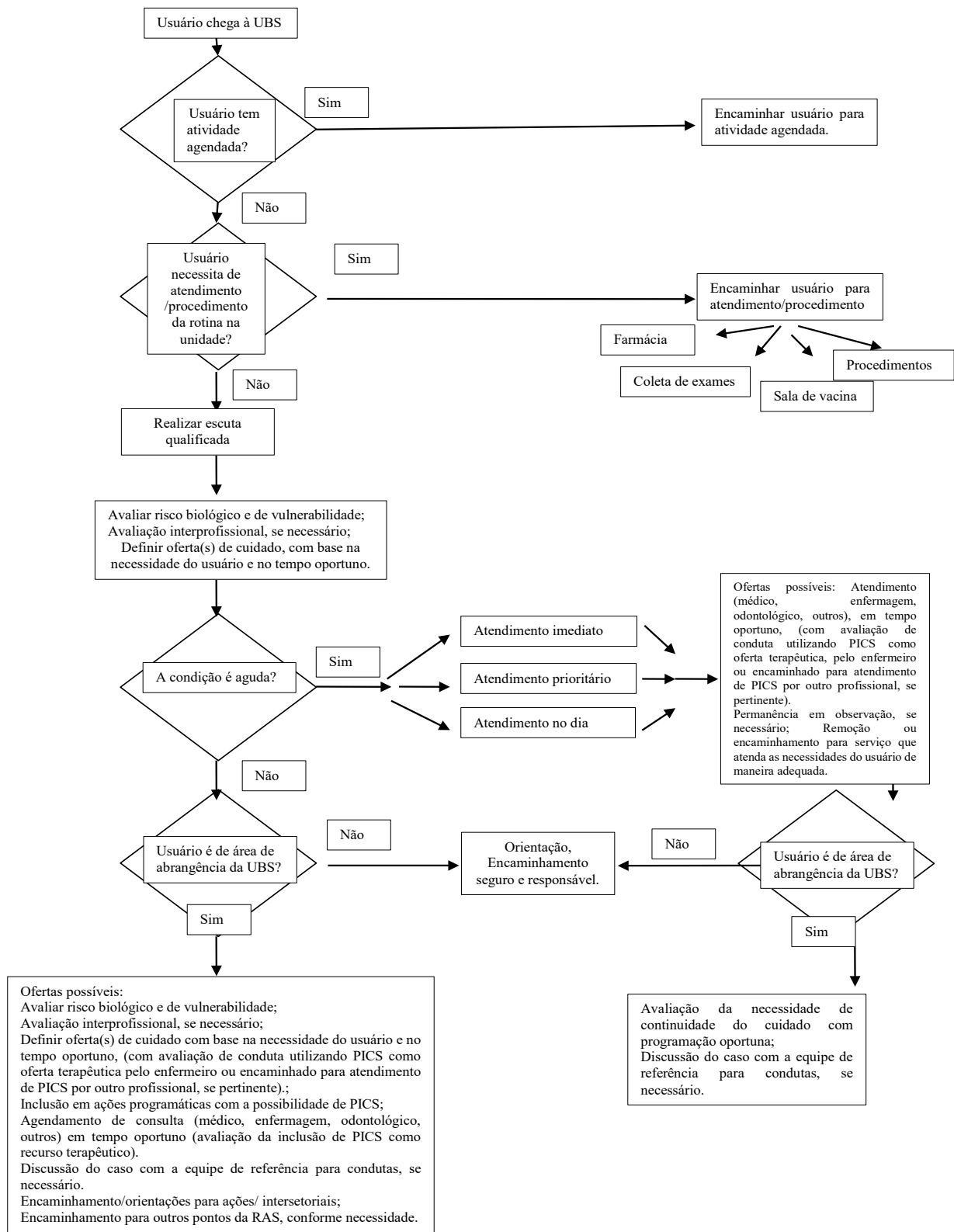
Insônia é comumente é relatada por pacientes na atenção primária e comum em todas as idades. É um distúrbio do sono que pode ser de causa primária ou secundária associada a outra condição, caracterizada pela dificuldade para dar início ao sono ou para sustentar o sono, no que abrange os aspectos da quantidade e ou da qualidade do sono (SUMMERS; CRISOSTOMO; STEPANSKI, 2006). Evidências com Acupuntura, Auriculoterapia, Fitoterapia, Meditação, Práticas Meditativas e Corporais da Medicina Tradicional Chinesa, Shantala e Yoga mostraram-se promissoras na melhora da qualidade e quantidade do sono.

No intuito de fortalecer a atuação do enfermeiro para o desenvolvimento das PICS na Atenção Primária, e a institucionalização das PICS a nível municipal, como garantia de formação, informação, material, espaços, insumos e fluxos assertivos de referência e contra referência na Rede de Atenção à Saúde (RAS).

É importante salientar que há legislação que respalda as PICS no SUS, a nível estadual e federal, garantindo a atuação do enfermeiro com formação em PICS. Na Secretaria Estadual de Saúde do estado de Goiás, a Lei nº 16.703/2009, institui a Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares na rede pública estadual de saúde (GOIÁS, 2009). O estado de Goiás possui um dispositivo potente para atendimentos em PICS, o Centro Estadual de Referência em Medicina Integrativa e Complementar (CREMIC). No CREMIC é ofertado acupuntura, homeopatia, fitoterapia e diversas PICS e os atendimentos acontecem via sistema de regulação estadual.

O fluxograma de atendimento de PICS na Atenção Primária, apresentado a seguir (Capítulo 4), é uma ferramenta prática que colabora na compreensão do enfermeiro na atenção primária pode ofertar as PICS.

4. FLUXOGRAMA DE ATENDIMENTO DE PICS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA



Fonte: Adaptado de Brasil (2013).

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J. R., SANTOS, M. C. V., SILVA, D. M., MENEGHIN, R. A., SOUZA, G., RESENDE, M. A. O enfermeiro frente às práticas integrativas e complementares em saúde na estratégia de saúde da família. **Revista Eletrônica Acervo Saúde** / Electronic Journal Collection Health. Vol.Sup.18, e77. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e77.2018>

- BARROSO, Weimar Kunz Sebba *et al.* Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia** [online]. 2021, v. 116, n. 3 [Acessado 15 Maio 2022], pp. 516-658. Disponível em: <https://doi.org/10.36660/abc.20201238>.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. **Informe de evidência clínica em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde Nº01/2020**: obesidade e diabetes melitus. [Internet] Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [acesso em: 10 mai. 2022]. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Informe_evidencia_empics_obesidade_DM_n1_2020..pdf
- BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. **Informe de evidência clínica em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde Nº02/2020**: hipertensão e fatores de risco para doenças cardiovasculares. [Internet] Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [acesso em: 10 mai. 2022]. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Informe_evidencia_empics_hipertensao_n2_2020.pdf
- BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. **Informe de evidência clínica em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde Nº03/2020**: depressão e ansiedade. [Internet] Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [acesso em: 10 mai. 2022]. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Informe_evidencia_empics_%20depressao_ansiedade_03_2020.pdf
- BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. **Informe de evidência clínica em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde Nº04/2020**: transtornos alimentares. [Internet] Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [acesso em: 10 mai. 2022]. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Informe_evidencia_empics_transtornoalimentares_n4_2020.pdf
- BRASIL. Ministério da Saúde. Biblioteca Virtual em Saúde. **Informe de evidência clínica em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde Nº05/2020**: Insônia. [Internet] Brasília: Ministério da Saúde; 2020 [acesso em: 10 mai. 2022]. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/pics/Informe_evidencia_empics_insonia_n5_2020.pdf
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS**: atitude de ampliação de acesso. 2a. ed. [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2006. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Acolhimento à demanda espontânea** / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – 1. ed.; 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual de implantação de serviços de práticas integrativas e complementares no SUS** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/manual_implantacao_servicos_pics.pdf
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Vigitel Brasil 2021** : vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico : estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2021 / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- GOIÁS (Estado). **Lei no 16.703, de 23 de setembro de 2009**. Institui a Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares na rede pública estadual de saúde. Diário Oficial [do] Estado de Goiás, Goiânia, GO, 1 out. 2009. Disponível em: https://legisla.casacivil.go.gov.br/pesquisa_legislacao/88436/lei-16703.
- LUZ, Madel Therezinha; BARROS, Nelson Filice de. **Racionalidades médicas e práticas integrativas em saúde: estudos teóricos e empíricos**. In: Racionalidades médicas e práticas integrativas em saúde: estudos teóricos e empíricos. 2012. p. 452-452. Disponível em: <https://lappis.org.br/site/wp-content/uploads/2021/07/racionalidades-medicas.pdf>
- MALTA, Deborah Carvalho *et al.* Doenças Crônicas Não Transmissíveis na Revista Ciência & Saúde Coletiva: um estudo bibliométrico. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2020, v. 25, n. 12 [Acessado 15 Maio 2022], pp. 4757-4769. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202512.16882020>
- SAÚDE BM da SS de A à. PNPIC: **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares TT – PNPIC**: National Policy on Integrative and Complementary Practices [Internet]. 2018. Available from: http://bvsm.sau.gov.br/bvs/folder/politica_nacional_praticas_integrativas_sus_folder.pdf.
- SUMMERS M. O.; CRISOSTOMO M. I.; STEPANSKI E. J. **Recent Developments in the classification, evaluation and treatment of insomnia**. *Chest* 2006; 130(1):276-86.
- TESSER C. D.; THIAGO S. C. S. Percepção de médicos e enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família sobre terapias complementares. **Revista de Saúde Pública**, 2010; 45(2): 249-257.