



1ª MOSTRA

DE EXPERIÊNCIAS EM PROMOÇÃO DA SAÚDE,
PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES,
CONTROLE DO TABAGISMO E POLÍTICAS DE
EQUIDADE NO SUS-MG

2024

Experiências selecionadas - **Tema 5**

**Organização e desenvolvimento das ações
de promoção da saúde no âmbito da Atenção
Primária à Saúde e dos territórios – Práticas
Integrativas e Complementares**



SAÚDE



**MINAS
GERAIS**

GOVERNO
DIFERENTE.
ESTADO
EFICIENTE.

FICHA TÉCNICA

GOVERNADOR DO ESTADO DE MINAS GERAIS

Romeu Zema Neto

SECRETÁRIO DE ESTADO DE SAÚDE

Fábio Baccheretti Vitor

SECRETÁRIA DE ESTADO ADJUNTA DE SAÚDE

Poliana Cardoso Lopes

CHEFIA DE GABINETE

Marina Queirós Cury

SUBSECRETARIA DE REDES DE ATENÇÃO À SAÚDE

Camila Moreira de Castro

SUPERINTENDENTE DE ATENÇÃO PRIMÁRIA

Camila Helen de Almeida Silva Oliveira

DIRETORA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE E POLÍTICAS DE EQUIDADE

Daniela Souzalima Campos

COMISSÃO JULGADORA ESTADUAL

Adriana Procopio Rosa – URS Itabira

Aline Eliane dos Santos – URS Coronel Fabriciano

Cristiane Roberta Pinto Tomaz – DPSPE/SES

Daniela Vasconcelos Dutra – DPSPE/SES

Lúisa Azeredo Silveira – DPSPE/SES

Magali Brito – COSEMS/MG

Milena Leão Rago – DPSPE/SES

Paula Souza Oliveira – DPSPE/SES

Rose Ferraz Carmo – ESP/MG

Vanessa de Oliveira Madureira – DPSPE/SES

Vanessa Vidal de Castro – DPSPE/SES

APRESENTAÇÃO

Em 2024, a Diretoria de Promoção da Saúde e Políticas de Promoção da Equidade em Saúde da Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais realizou a 1ª MOSTRA DE EXPERIÊNCIAS EM PROMOÇÃO DA SAÚDE, PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES, CONTROLE DO TABAGISMO E POLÍTICAS DE EQUIDADE NO SUS-MG. O Evento contou com a parceria do Conselho de Secretarias Municipais de Saúde de Minas Gerais – COSEMS/MG e a Escola de Saúde Pública e teve como objetivo divulgar e dar visibilidade às experiências bem-sucedidas na implementação de ações de Promoção da Saúde, Práticas Integrativas e Complementares, Controle do Tabagismo e Políticas de Equidade desenvolvidas em conformidade com as diretrizes estabelecidas na Política Estadual de Promoção da Saúde – POEPS MG e demais marcos vigentes.

As experiências inscritas foram avaliadas por uma comissão julgadora estadual composta por representantes das coordenações da Diretoria de Promoção da Saúde e Políticas de Promoção da Equidade em Saúde da Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais, Unidades Regionais de Saúde, Escola de Saúde Pública e COSEMS/MG. Aquelas que em conformidade com o edital e que obtiveram a pontuação mínima estabelecida serão publicizadas através de E-books organizados por temas.

Assim, este E-Book apresenta as experiências do **Tema 5 - Organização e desenvolvimento das ações de promoção da saúde no âmbito da Atenção Primária à Saúde e dos territórios – Práticas Integrativas e Complementares**. Sabemos que ainda há muitos desafios para a implementação efetiva da Política Estadual de Promoção da Saúde, Políticas de Equidade, Práticas Integrativas e Complementares e Controle do Tabagismo, como o desenvolvimento de ações intersetoriais e a garantia da participação social no planejamento e avaliação das ações desenvolvidas. Entretanto, as experiências selecionadas apontam caminhos possíveis para a construção dessa agenda conforme a realidade de cada território, podendo ser ampliadas e complementadas.

Esperamos que as experiências selecionadas possam inspirar a construção de estratégias semelhantes em todo o território mineiro, fortalecendo a implementação da promoção da saúde no SUS MG.

SUMÁRIO

LIAN GONG EM 18 TERAPIAS: AÇÃO RELEVANTE NA PROMOÇÃO DA SAÚDE NO SUS-BH.	08
Município: Belo Horizonte	
<hr/>	
DANÇANDO PARA A VIDA: A DANÇA CIRCULAR COMO ALIADA NA CURA DA DEPRESSÃO	11
Município: Divinésia	
<hr/>	
PRÁTICA DA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA EM PATOS DE MINAS: ACUPUNTURA, AURICULOTERAPIA, MOXATERAPIA, TAI CHI CHUAN.	14
Município: Patos de Minas	
<hr/>	
IMPLEMENTAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE EM SANTA RITA DO SAPUCAÍ – MG.	17
Município: Santa Rita do Sapucaí	
<hr/>	
GRUPO DE PROMOÇÃO À SAÚDE ALEGRIA E UNIDOS SOMOS MAIS – A CONSTRUÇÃO DO CUIDADO EM SAÚDE ATRAVÉS DE PRÁTICAS LONGITUDINAIS.	21
Município: Belo Horizonte	
<hr/>	
YOGA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA	24
Município: Bom Jardim de Minas	
<hr/>	
PROGRAMA SAÚDE AOS MONTES: TRANSFORMANDO MONTES CLAROS POR MEIO DA PROMOÇÃO DA SAÚDE E PRÁTICAS INTEGRATIVAS	28
Município: Montes Claros	
<hr/>	
AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES GRUPAIS E SUA INSERÇÃO NOS SERVIÇOS DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.	31
Município: Montes Claros	
<hr/>	
YOGA NO SUS	34
Município: Iguatama	
<hr/>	
TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE ESCOLAR	37
Município: Seritinga	
<hr/>	

COMITÊ GESTOR COMO INSTRUMENTO DE IMPLEMENTAÇÃO E AMPLIAÇÃO DA OFERTA DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE NO MUNICÍPIO DE MARIANA, MINAS GERAIS. 40

Município: Mariana

A IMPLEMENTAÇÃO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE DE UM MUNICÍPIO DE PEQUENO PORTE 43

Município: Piranga

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM GRUPOS EDUCATIVOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA. 46

Município: Montes Claros

GRUPO TERAPÊUTICO “PROSA E ARTE” 49

Município: Varjão de Minas

INSERÇÃO DA AURICULOTERAPIA NA APS EM MONTE SANTO DE MINAS 52

Município: Monte Santo de Minas

YOGA PARA TODOS. 55

Município: Tabuleiro

PROJETO + SAÚDE 57

Município: Mirai

VIVA PICS – IMPLEMENTAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA REDE DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE NO MUNICÍPIO DE DIAMANTINA. 60

Município: Diamantina

PICS NA APS – UMA EXPERIÊNCIA EM CARRANCAS MG 63

Município: Carrancas

YOGA CARLOS CHAGAS 66

Município: Carlos Chagas

QUIROPAXIA 68

Município: Iguatama

PRÁTICA DO TAI CHI CHUAN E QI GONG NA SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO (SMED) E NA BARRAGEM SANTA LÚCIA	71
Município: Belo Horizonte	
<hr/>	
PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO MUNICÍPIO DE LASSANCE	74
Município: Lassance	
<hr/>	
PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM ILICÍNEA-MG- UMA VISÃO HOLÍSTICA DO CUIDADO	77
Município: Ilicínea	
<hr/>	
EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NA DIMINUIÇÃO DA INTENSIDADE DA DOR E NA REDUÇÃO DO CONSUMO DE MEDICAMENTOS EM PACIENTES COM DOR CRÔNICA ATENDIDOS EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE.	79
Município: Santa Bárbara	
<hr/>	
AURICULOTERAPIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA NO MUNICÍPIO DE ALFREDO VASCONCELOS COMO TERAPÊUTICA INTEGRATIVA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DO TABAGISTA	81
Município: Alfredo Vasconcelos	
<hr/>	
A PRÁTICA DA AURICULOTERAPIA NO CUIDADO DA SAÚDE DOS PROFISSIONAIS DE UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL	84
Município: Alvinópolis	
<hr/>	
O USO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES (PICS) NA SAÚDE MENTAL: UMA ESTRATÉGIA ANTIMANICOMIAL?	89
Município: São Sebastião do Oeste	
<hr/>	
AMBULATÓRIO DE AURICULOTERAPIA: INTEGRANDO CUIDADOS	92
Município: Natércia	
<hr/>	
O REIKI NA REDUÇÃO DA ANSIEDADE EM GESTANTES	95
Município: Piumhi	
<hr/>	
GRUPO CAMINHANDO JUNTOS	96
Município: Divinésia	
<hr/>	

A IMPLANTAÇÃO DA AURICULOTERAPIA NO SUS: UMA ABORDAGEM ALTERNATIVA NO TRATAMENTO DE SINTOMAS FÍSICOS E EMOCIONAIS.

99

Município: Candeias

PROJETO “SUPERANDO LIMITES”

101

Município: Natércia

LIAN GONG EM 18 TERAPIAS: AÇÃO RELEVANTE NA PROMOÇÃO DA SAÚDE NO SUS-BH.

Município: Belo Horizonte

Unidade Regional de Saúde: Belo Horizonte

Autores: 1. Juliana do Carmo Reis- Psicóloga- Gerente da Gerência de Promoção da Saúde/ Diretoria de Promoção a Saúde e Vigilância Epidemiológica/ Secretaria Municipal de Saúde de Belo Horizonte. 2. Luzia Toyoko Hanashiro e Silva- Médica- Referência Técnica Programa Lian Gong em 18Terapias no SUS-BH- Gerência de Promoção da Saúde/ Diretoria de Promoção a Saúde e Vigilância Epidemiológica/ Secretaria Municipal de Saúde de Belo Horizonte. 3. Vânia Elizabeth Simões Duarte- Psicóloga - Referência Técnica Programa Lian Gong em 18Terapias no SUS-BH- Gerência de Promoção da Saúde/ Diretoria de Promoção a Saúde e Vigilância Epidemiológica/ Secretaria Municipal de Saúde de Belo Horizonte.

Resumo Estruturado

Lian Gong em 18 Terapias (LG18T) é uma ginástica baseada na Medicina Tradicional Chinesa. O Programa está implantado no SUS-BH desde 2007 conforme Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) e a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) que preconizam a atenção integral baseada na promoção, na prevenção de agravos e na recuperação da saúde.

Objetivo: Oferecer a prática aos cidadãos contribuindo para a melhoria da qualidade de vida construindo a possibilidade de modos de vida mais saudáveis.

Método: Trabalhadores efetivos da Saúde com perfil para condução da prática são capacitados para desenvolver a atividade nas Unidades.

Principais resultados: Redução/eliminação das dores; Redução do uso de medicamentos analgésicos, antiinflamatórios, antidepressivos e ansiolíticos; Diminuição da procura por atendimento nas Unidades de Saúde.

Conclusões: LG18T é uma atividade física, com exercícios suaves e firmes. Pessoas de qualquer idade e condição física podem praticar e, além de contribuir para a melhoria da qualidade de vida, constitui ação relevante na Promoção da Saúde e um movimento fundamental para o abandono do sedentarismo.

Objetivo Geral

Contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população construindo no dia a dia da cidade a possibilidade de modos de vida mais saudáveis.

Objetivos específicos

- 1-Oferecer prática mais perto das moradias dos cidadãos e possibilitar que um número maior de pessoas se beneficie de ações promotoras de saúde;
- 2-Reduzir os fatores de risco para as DANT, em especial o sedentarismo e o estresse;
- 3-Fortalecer os laços entre trabalhadores e usuários, humanizando o atendimento;
- 4-Incluir os trabalhadores da saúde nas práticas corporais;
- 5-Aumentar a adesão dos trabalhadores às ações de Promoção da Saúde;
- 6-Influenciar os praticantes no desenvolvimento do autocuidado e empoderamento a partir da consciência corporal.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O Programa LG18T no SUS-BH está implantado desde 2007 é uma prática corporal da Medicina Tradicional Chinesa e integra a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC- portaria MS 687/2006). O Programa faz parte das ações de prevenção de doenças e promoção da saúde, conforme orientações da Política Nacional da Saúde (PNPS, portaria 687/2006) Com o objetivo de oferecer a atividade nas Unidades Básicas de Saúde é feito a identificação de quais Centros de Saúde estão sem a oferta da Prática Corporal, é feito a divulgação e o gerente da Unidade encaminha a indicação de um profissional efetivo lotado na Unidade, com perfil para conduzir a atividade, para um curso de formação de instrutor de LG18T. O candidato ao curso anexa à ficha de inscrição um projeto de implantação da atividade. O gerente libera o profissional para participar do curso e para a implantação do LG18T no Centro de Saúde.

Os candidatos passam por uma seleção e, se aprovados, fazem o curso de formação. No curso, os alunos conhecem os fundamentos da Medicina Tradicional Chinesa, os padrões dos exercícios e a didática de abordagem com os praticantes.

Após o curso, os instrutores iniciam a implantação do LG18T na Unidade, por, pelo menos, duas vezes por semana e duração de 40 a 60 minutos.

A Coordenação do Programa no nível central faz o acompanhamento da implantação.

A Secretaria de Saúde contrata uma escola formadora de instrutores de Lian Gong para o

processo de capacitação. Esta escola é também responsável por administrar o Curso de Manutenção da Qualidade da Prática para todos os instrutores já formado que estão em atividade no Programa. Neste curso, os instrutores reveem e aprimoram os padrões técnicos e aprendem novas sequências de práticas corporais da Medicina Tradicional Chinesa. Situação atual: O Programa conta com 125 instrutores ativos; 134 grupos e cerca de 4 mil praticantes.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

O LG18T é oferecido, principalmente, aos usuários nas Unidades Básicas de Saúde. Os gerentes das Unidades de Saúde participam da implantação no local, na identificação do profissional para capacitação como instrutor de LG18T. O gerente e a equipe de trabalhadores da Unidade têm um papel importante no apoio ao programa, participando da divulgação e encaminhamento dos usuários para a prática. As Referências Técnicas Distritais participam na organização dando suporte na elaboração de relatórios de produção porque o LG18T participa do Plano de Enfrentamento de DANTs e do POEPS.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

O Programa LG 18T tem a participação de trabalhadores/instrutores de outras Secretarias como a Secretaria Municipal de Esportes/SMEL e da Fundação Zoobotânica. A Fundação Municipal de Parques participa do Programa cedendo seus espaços para a prática, fortalecendo o contato dos praticantes com a natureza e a valorização dos espaços verdes da cidade.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Os praticantes de LG18T participaram de estudo qualitativo em parceria com a Escola de Enfermagem da UFMG, no período de 2010 a 2015, contribuindo significativamente neste trabalho:

- ▶ 468 questionários aplicados em 2010
- ▶ 1.091 questionários aplicados em 2014
- ▶ 06 grupos focais (Instrutores) realizados em 2013
- ▶ 05 grupos focais (Gerentes) realizados em 2014
- ▶ 03 grupos focais (Praticantes) realizados em 2015.

Principais resultados alcançados

A Universidade Federal de Minas Gerais, em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde, realizou um estudo qualiquantitativo sobre o LG18T com o título: “Avaliação da efetividade do programa de Lian Gong em 18 terapias na Atenção Primária à Saúde do município de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil”. Aprovado pelo comitê de ética CAAE14055613.0.0000.5149. Os objetivos foram, entre outros:

- ▶ Impacto do programa para a saúde: praticantes, gestores e trabalhadores;
- ▶ Analisar os benefícios da prática.

Os principais benefícios do LG18T que os praticantes identificaram no estudo quantitativo foram: a redução da dor referida, na medicalização e na procura pelo acolhimento nos centros de saúde. Quanto a redução nas dores sentidas pelos praticantes após o início da prática, 63,68% relataram que houve redução no nível de dor e 45% afirmaram que a intensidade chega a ser nula. Quanto ao uso de medicamentos para dor, depressão ou indutores do sono, houve redução de 41,04% pelos praticantes que utilizavam esses medicamentos com alguma regularidade em 2010. Além disso, constatou-se redução na busca por serviços de saúde nas unidades de atenção primária, de 78 % em 2010 e 2014.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Os benefícios observados ao longo de 16 anos de implantação do Programa LG18T no SUS- BH justificam defender que o SUS incorpore esta ação de Promoção de Saúde nas Unidades: Redução e/ou eliminação de dores no corpo; - Melhora na qualidade do sono; - Melhora na mobilidade; - Melhor controle de Hipertensão Arterial e Diabetes; - Redução de demanda pelo atendimento nos Centros de Saúde; Redução do uso de medicamentos; - Maior socialização. A atividade é muito bem aceita por idosos, faixa etária em expressivo crescimento. A prática constitui movimento importante para abandonar o sedentarismo.

DANÇANDO PARA A VIDA: A DANÇA CIRCULAR COMO ALIADA NA CURA DA DEPRESSÃO

Município: Divinésia

Unidade Regional de Saúde: Ubá

Autores: Adriana Aparecida Costa Lopes

Resumo Estruturado

O município de Divinésia está localizado na Zona da Mata Mineira, pertencente à microrregião de saúde de Ubá, tem população estimada em 4.226 (IBGE 2022). A Secretaria Municipal de Saúde conta com uma equipe multi, que realizam além de apoio as equipes de AB, diversas ações e serviços inovadores em promoção de saúde e prevenção. O município, iniciou a oferta de PICS em 2019, através da automassagem e da terapia comunitária integrativa, logo após ampliamos para as técnicas de auriculoterapia e dança circular. A equipe multi é a responsável pela oferta das práticas, atualmente uma educadora física, oferta a dança circular, que atende um grupo de aproximadamente 30 pessoas, variando o público atendido e a quantidade de pessoas, visto que a roda acontece numa área externa da ESF Orádia Mendes Castro, próxima a sala de espera, e os pacientes também são convidados a participar. As danças circulares possibilitam a melhoria da saúde e qualidade de vida das pessoas, e ela tem ao seu favor, a valorização do indivíduo, respeitando sua individualidade e o seu jeito de ser, não tendo um pensamento de julgamento, mais sim um desejo de fazer parte, de estar inserido. E assim, ela trabalha com o aspecto das tradições dos povos, numa repetição de suas danças, mas cada um pensando com o seu corpo e suas limitações. As pessoas dançam juntas, em círculos e aos poucos começam a internalizar os movimentos. O enfoque não é a técnica, e sim o sentimento de união de grupo, de comunidade.

Objetivo Geral

A dança circular auxilia no bem estar físico, mental e emocional, promovendo consciência de si e, portanto, autonomia no cuidado com a saúde. Ela está contemplada em instâncias legitimadas como a Organização Mundial de Saúde, a Política Nacional de Promoção da Saúde e o Ministério da Saúde.

Objetivos específicos

- ▶ Inclusão, acolhimento, integração e socialização;
- ▶ Equilíbrio e mobilidade;
- ▶ Melhora da autoestima e diminuição dos sintomas de depressão e do estresse;
- ▶ Melhora da atenção, percepção e memória;
- ▶ União, alegria, disposição, lazer;
- ▶ Diminuição do sedentarismo e ampliação dos movimentos corporais.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Vigilância, monitoramento e avaliação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O recurso é encontrado na Unidade de Saúde Orádia Mendes Castro, na área externa da piscina, com atendimentos semanais (duração de 1 hora cada), como livre demanda, atendendo aproximadamente 30 pessoas por grupo. O profissional que oferta a prática é um educador físico, capacitado para ofertar a dança, com mais de 20 anos de experiência. São utilizadas músicas de dança circular, e o grupo já fez diversas apresentações de dança Irlandesa pela cidade, onde foram confeccionadas roupas personalizadas para a dança, com recurso da Prefeitura Municipal, para valorização dos alunos.

A dança circular não segue um protocolo, sendo aberta a todas as idades, porém são os idosos que mais a procuram.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Os parceiros são: a Prefeitura Municipal de Saúde e todos os setores da secretaria municipal de saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Um parceiro muito importante é o CRAS, que auxilia na demanda com os idosos, que também são frequentadores das oficinas do CRAS.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Houve a participação dos alunos que frequentam os grupos de ginástica, que desejavam implantação de grupos de dança na saúde. Com a ampliação da oferta das PICS, tínhamos no nosso quadro de profissionais um educador físico especializado em dança circular, que abraçou a ideia juntamente com os alunos, e hoje a atividade é um sucesso. Pois a dança circular além de uma prática corporal é uma dança terapia.

Principais resultados alcançados

Os resultados alcançados são surpreendentes, pois os alunos são pacientes acompanhados pelas equipes da Estratégia Saúde da Família, e através deste acompanhamento, verificou-se uma grande melhora nas condições de saúde, melhorando a saúde em geral, controlando a pressão arterial, em alguns casos, diminuindo a medicação ou não sendo mais necessário o uso. A melhora da saúde mental, também foi um fato

comprovado, alunos/pacientes que faziam terapia com o psicólogo da nossa equipe, tiveram alta, tendo indicação apenas para continuar com a dança. Todos os alunos são cadastrados em grupos por aplicativo, para ampliar a comunicação, e também desta forma, recebemos um retorno positivo da família, com depoimentos e comprovações das melhorias, principalmente maior disposição para as atividades diárias, diminuição da tristeza e depressão. Vários alunos eram frequentadores assíduos do «posto de saúde», sempre com «dores», e hoje eles veem ao PSF para se exercitar e não mais se queixar e consultar.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Diante de todo o exposto, podemos concluir o quão benéfico foi a implantação da dança circular, visto que as PICS são aliadas aos tratamentos, promovendo saúde e prevenindo doenças, estratégia chave da AB. A gestão acompanha os resultados, pois a SME funciona no mesmo complexo onde acontecem as rodas, e o contato com os alunos é diário. A população está satisfeita e encantada com esse projeto inovador, e o nosso município tem a honra de se diferenciar nas ofertas do SUS, buscando novos desafios, para alcançar os melhores resultados, com qualidade e equidade. A DANÇA CIRCULAR nos estimula a olhar o outro de igual para igual, a expressar nosso amor e humanidade, a aprender através do apoio mútuo, a resgatar os valores humanos, ISSO É EQUIDADE.

PRÁTICA DA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA EM PATOS DE MINAS: ACUPUNTURA, AURICULOTERAPIA, MOXATERAPIA, TAI CHI CHUAN.

Município: Patos de Minas

Unidade Regional de Saúde: Patos de Minas

Autores: Marilene Rivany Nunes, Ana Carolina Magalhães caixeta, Jéssica Laís de Oliveira Pimenta, Erica Geralda Rodrigues Leal.

Resumo Estruturado

Introdução: Implantação de PRÁTICA DA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA (MTC) EM PATOS DE MINAS
Objetivo: Implantar prática de MTC com vista a promoção de saúde.
Método: Realizado planejamento estratégico, capacitação dos profissionais da atenção primária a saúde (APS).
Atividades: Acupuntura, auriculoterapia, moxaterapia, Tai Chin Chuan.
Parcerias: Secretaria de cultura e lazer, de desenvolvimento social, Conselho de saúde.
Resultados: Realizado pelos profissionais da APS 8.980 auriculoterapia no ano de

2023. A prática de acupuntura, moxaterapia e Tai Chin Chuam foram implantadas em 10/10/2023 por isto atendimento no ano de 2023 realizando acupuntura 28, acupuntura/ventosa e moxa 24, Tai chin chuan 120 aulas. Na APS atualmente temos 1 médico, 10 enfermeiros, 4 profissionais de educação física, 4 psicólogos, 4 nutricionistas, 8 fisioterapeutas que desenvolvem a atividade. Conclusão: A MTC esta sendo implantado, mas já apresenta dados significativos e boa aceitação e procura dos usuários para adesão a atividades.

Objetivo Geral

Implantar prática de cuidado em saúde por meio das técnicas da Medicina Tradicional Chinesa com vista a promoção de saúde e bem-estar físico e mental dos usuários da atenção primária a saúde de Patos de Minas.

Objetivos específicos

- ▶ Estimular o fortalecimento muscular, elasticidade e equilíbrio;
- ▶ Promover a capacidade funcional;
- ▶ Estimular a perda de peso corporal e aumento da massa muscular magra;
- ▶ Melhorar o condicionamento físico, disposição física, melhora do sono, da ansiedade, força para as AVDs, controle da pressão arterial, glicose, osteoporose, e melhoras de dores musculares em geral;
- ▶ Disponibilizar a acupuntura, com agulhas, para alívio das dores, tensões e mal-estar.
- ▶ Propiciar cuidado de saúde com uso de auriculoterapia, com sementes de mostarda, para tratamento de diversos sinais e sintomas comuns em diferentes patologias e atua no âmbito físico, mental e emocional do paciente;
- ▶ Produzir estímulos que regularizam as funções fisiológicas do corpo humano com a moxaterapia; Promover a socialização e o bem estar mental e social;
- ▶ Realizar monitoramento e acompanhamento do estado de saúde das pessoas, Sensibilizar e divulgar as práticas da Medicina Tradicional Chinesa.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrassetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Para iniciar a elaboração do projeto PRÁTICA DA MEDICINA TRADICIONAL CHINESA (MTC) EM PATOS DE MINAS foi realizado estudo sobre as ações de promoção de saúde, bem como visitas a Superintendência regional de saúde de Patos de Minas para buscar conhecimentos e apoio. Realizado planejamento estratégico com reuniões semanais com os profissionais da APS, a diretoria e supervisora da APS, para elencar a inserção da MTC na APS. Realizado a capacitação dos profissionais da APS sobre a Política Estadual de Promoção de Saúde, auriculoterapia, prática de Tai Chin Chuan, auriculo e acupuntura. Foi ofertado curso de auriculoterapia, acupuntura, Tai chin chuan pela secretaria estadual de saúde. Realizada reunião com conselho municipal de saúde para divulgar a estratégia ofertada a população platense. Também foi realizado a divulgação nas Unidades de Saúde (US) sobre locais e horários das práticas, bem como, divulgação na rede social pelo setor de comunicação da prefeitura no instagran da mesma. A prática de auriculoterapia, com semente de mostrada, é ofertada em todas as ações de saúde, realizadas nas 21 Unidades de saúde da APS de Patos de Minas. São realizadas nos pós consultas de todos os profissionais de saúde enfermeiros, psicólogos, assistente sociais, nutricionista se fisioterapeutas. Já a acupuntura e moxaterapia é realizada em casos pré-definidos pela equipe médica da USF. Já a prática de Tai chin é ofertada 3 vezes por semana por dois educadores físicos. Realizados reuniões com todos os profissionais de saúde e apresentado as práticas MTC bem como informado sobre como ter acesso a estas.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

A Rede Intrasetorial, que envolve os diferentes serviços da área da saúde é fundamental para efetividade de implantação de política de promoção de saúde. Assim, para implantar foi articulado apoio da Secretaria de saúde, da Atenção básica, da vigilância em saúde, do setor de promoção de saúde, da educação permanente e do Conselho municipal de saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria de cultura e lazer, secretaria de desenvolvimento social. O processo de construção de ações intersetoriais voltadas para a promoção da saúde implica na troca e na construção coletiva de saberes, linguagens e práticas entre os diversos setores envolvidos na tentativa de equacionar questões de saúde, produzindo práticas de cuidado inovadoras para a melhoria da qualidade de vida.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim, sempre é envolvido a comunidade no processo de avaliação da satisfação do cuidado a saúde, são realizados análises e apresentação de dados no conselho municipal de saúde.

Principais resultados alcançados

Realizado pelos profissionais da APS 8.980 auriculoterapia no ano de 2023. A prática de acupuntura, moxaterapia e Tai Chin Chuam foram implantada em 10/10/2023 por isto atendimento no ano de 2023 realizados foram menores como acupuntura 28 atendimentos, acupuntura/ ventosa e moxa 24, Tai chin chuan 120 aulas. Na APS atualmente temos 1 médico, 10 enfermeiros, 4 profissionais de educação física, 4 psicólogos, 4 nutricionistas, 8 fisioterapeutas que desenvolve a atividade de MTC. Patos de Minas possui 41 equipes de saúde da família e 21 Unidades de saúde, todas as áreas de abrangência das USF disponibilizam prática de cuidado fundamentando na MTC. E a meta e ampliar a capacitação dos profissionais para consequentemente ampliar a oferta de práticas de MTC.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Conclui-se que o projeto de implantação das práticas de MTC vem sendo efetivo e que proporciona diversas técnicas DE MTC em vários pontos do município. Percebe-se nas falas dos usuários que recebem o cuidado com a MTC grande satisfação e melhora do bem estar que interfere diretamente na qualidade de vida e na promoção de saúde dos patenses. Para a implantação do projeto recomenda-se investir em reuniões semanais com os atores de todos os setores envolvidos, capacitação sobre promoção de saúde, auriculoterapia, Tai chin chuam, acupuntura e moxaterapia aos profissionais da APS.

IMPLEMENTAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE EM SANTA RITA DO SAPUCAÍ – MG.

Município: Santa Rita do Sapucaí

Unidade Regional de Saúde: Pouso Alegre

Autores: Maria Elisabete Xavier Rezende, Janaina Silva Lopes Breda.

Resumo Estruturado

A implementação das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no município de Santa Rita do Sapucaí iniciou-se em outubro de 2021, através de um Projeto Piloto, por 3 meses, com atendimentos uma vez por semana, com profissionais capacitados em terapias integrativas da rede de saúde do município. O levantamento dos profissionais habilitados foi realizado anteriormente ao início do projeto piloto, identificando através de uma pesquisa, os profissionais para a realização de acupuntura, auriculoterapia e massoterapia. Para a execução dos atendimentos, foi utilizada uma sala cedida pelas ESF 03/04. Após este período e com ótimos resultados obtidos com os pacientes, a gestão decidiu efetivamente implantar as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no município. Atualmente são ofertadas as seguintes terapias: acupuntura, acupuntura pediátrica, arteterapia, auriculoterapia, bioenergética, massoterapia, oncologia integrativa, osteopatia, quiropraxia, terapia comunitária integrativa e terapia floral.

Objetivo Geral

Ampliar os serviços de saúde, com foco na prevenção, promoção e recuperação da saúde, com atendimento humanizado e integral.

Objetivos específicos

- ▶ Ofertar aos usuários do SUS, ações complementares em saúde, em um ambiente diferenciado, com uma escuta acolhedora, com objetivo de atuar na melhora da dor, distúrbios emocionais, dores crônicas, doenças autoimunes, dores da alma, com foco na melhoria da qualidade de vida das pessoas.
- ▶ Ofertar as terapias aos trabalhadores da saúde.
- ▶ Ofertar as terapias com qualidade, eficiência, eficácia e segurança.
- ▶ Minimizar a medicalização no ambiente do cuidado à saúde, contribuindo para o uso racional de medicamentos.
- ▶ Contribuir com o aumento da resolubilidade do Sistema de saúde.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Para implantar as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, foi definido que o local, os processos de trabalho e os fluxos de atendimentos seriam discutidos em conjunto com todas as nove ESF's do município. A partir desta decisão, foram realizadas oito oficinas, com aproximadamente 170 profissionais da Atenção Primária à Saúde, para que fosse introduzido o conceito das Práticas Integrativas e Complementares, com o objetivo de se construir uma ação integrada entre os profissionais, demonstrando os benefícios do tratamento integrado entre medicina convencional e as práticas integrativas e complementares. Após a realização das oficinas, com ampla discussão entre os participantes, ficaram definidas as ações:

- ▶ Os atendimentos seriam em um local apropriado, com um ambiente acolhedor e tranquilo, para que o tratamento já se inicie na recepção, pois as Unidades de Saúde não conseguiriam proporcionar esse ambiente devido aos seus processos de trabalho serem muito diferentes e sobrecarregados. Foi então criado o Centro de Referência Viva Bem – PICS, em um local distinto das Unidades de Saúde.
- ▶ Fluxo de Atendimento: Cada ESF tem uma cota de atendimentos, de acordo com as vagas disponíveis e a sua população, levando também em consideração, a equidade. Os pacientes são selecionados pelas Estratégias de Saúde da Família e encaminhados para o Centro de Referência Viva Bem, onde é aplicado um questionário objetivo (WHOQOL-bref), que avalia através das respostas dos pacientes, as condições físicas, psicológicas, emocionais, relações sociais, ambientais e a qualidade de vida do paciente.
- ▶ As respostas do questionário são lançadas em um Sistema próprio e pela pontuação obtida, a equipe de terapeutas define a terapia na qual o paciente será submetido. Os atendimentos são feitos por ciclos, que duram em torno de 10 atendimentos, com atendimento semanal.
- ▶ Após finalizar o ciclo o paciente é novamente submetido à aplicação do questionário, para análise dos resultados obtidos com a terapia, sendo feita uma comparação com os resultados da primeira aplicação. A partir desta análise e da análise subjetiva do terapeuta, é definido se o paciente terá alta, se permanecerá por mais um ciclo ou se será encaminhado internamente para outra terapia.
- ▶ Após a finalização de um ciclo, as ESF's encaminham novos pacientes e se repete os processos.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Os profissionais habilitados que fazem os atendimentos, foram cedidos de outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde, sendo da farmácia, laboratório de análises clínicas, CAPS, saúde mental e ESF.

Estes profissionais também realizam atendimentos em seus locais de origem, como no CAPS e na ESF. Temos também parceria com o SAD (Serviço de Atendimento Domiciliar), no qual são atendidos pacientes em cuidados paliativos em seus domicílios.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Para o bom funcionamento das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde faz-se necessário parcerias com outros setores da Prefeitura como, Secretaria de Administração, Recursos Humanos e Finanças, onde tem-se o setor de licitação e compras, para provimento de todos os materiais e equipamentos utilizados para a execução das terapias, assim como da Secretaria Obras e Serviços Urbanos, que executa as reformas e reparos. Contamos também com a Diretoria de Imprensa e Comunicação, que faz as divulgações das atividades e cobertura dos eventos onde as PICS se faz presente.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. Houve discussão com o Conselho Municipal de Saúde e posteriormente a aprovação pelo Conselho, da inclusão das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, na Política de Saúde do município.

As ações e metas estabelecidas para as PICS, no Plano Municipal de Saúde, são avaliadas pelo Conselho Municipal de Saúde através do Relatório Detalhado do Quadrimestre Anterior (RDQA).

Principais resultados alcançados

Conforme relatado na descrição dos processos de trabalho, aplicamos o questionário WHOQOL – bref (Questionário de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde), nos pacientes, no início e no final do ciclo, para avaliar quantitativamente os resultados do tratamento. Fazemos então um comparativo das respostas e dos resultados dos questionários, conseguindo verificar a resolatividade do tratamento, obtendo grande melhora e evolução dos pacientes. Além dos resultados obtidos pelo questionário, no qual temos uma ferramenta objetiva de avaliação, temos a avaliação subjetiva dos terapeutas e os pacientes também

relatam o quanto estão se sentindo melhores em relação às dores físicas, psicológicas e emocionais. O quanto melhoraram sua qualidade de vida, seus relacionamentos familiares e de trabalho, como se sentem transformados, mais felizes e dispostos para a vida.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A inclusão das PICS, na Política de Saúde do município, foi um divisor de águas no atendimento à saúde da população.

As PICS com o propósito de acolher, ouvir e cuidar do ser humano, para além de procedimentos e técnicas, em um ambiente tranquilo e acolhedor fez toda a diferença nos resultados obtidos.

A ampla discussão com as equipes das ESF's, para planejar e organizar as ações foi fundamental para construir uma base sólida na implantação das PICS, pois todos tiveram oportunidade de participar e opinar.

O apoio irrestrito da gestão foi fundamental para a implantação das PICS.

GRUPO DE PROMOÇÃO À SAÚDE ALEGRIA E UNIDOS SOMOS MAIS - A CONSTRUÇÃO DO CUIDADO EM SAÚDE ATRAVÉS DE PRÁTICAS LONGITUDINAIS.

Município: Belo Horizonte

Unidade Regional de Saúde: Belo Horizonte

Autores: Patrícia Helena Flores, Juliana Silva Abdo, Viviane Silva e Joana Evangelista.

Resumo Estruturado

Introdução: No SUS, a Atenção Primária à Saúde é a porta de entrada e a coordenadora do cuidado, devendo priorizar ações de promoção à saúde e prevenção de agravos, além de uma abordagem integral.

Objetivo: Proporcionar cuidado longitudinal através do acolhimento, construção de vínculo e espaço de escuta, corresponsabilização no cuidado e diversificação do tratamento na Atenção Primária à Saúde.

Metodologia: Realização mensal do Grupo de promoção à saúde com abordagem multidisciplinar, através de atividades corporais, dinâmicas em grupos, oficinas, horta terapêutica, musicalização, dança e artesanato.

Resultados: Realização de encontros, sendo acompanhados em média trinta usuários, em sua maioria, idosos e pessoas com algum nível de sofrimento mental. Identificação do Grupo como um espaço de pertencimento, um lugar de acolhimento.

Conclusão: A implementação do Grupo Alegria e Unidos Somos Mais como uma iniciativa de Promoção da Saúde teve um impacto significativo na prestação de cuidados abrangentes. O acompanhamento multidisciplinar e a execução de ações diversificadas foram fundamentais para desafiar a visão tradicional e limitada de cuidados focados apenas na doença.

Objetivo Geral

Proporcionar cuidado longitudinal através do acolhimento, construção de vínculo e espaço de escuta, corresponsabilização no cuidado e diversificação do tratamento na Atenção Primária à Saúde.

Objetivos específicos

Realização de um grupo de promoção à saúde, realizado de forma mensal, e centrado no cuidado integral aos usuários adscritos no Centro de Saúde. As abordagens tinham como objetivo ser baseadas na escuta ativa, na construção de laços e no estímulo à liberdade dos usuários. Gerenciando, assim, o tratamento da melhor forma que o usuário pudesse se adaptar, contribuindo para o seu protagonismo no processo de saúde e adoecimento.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Educação e Formação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Foi realizada abordagem multidisciplinar através do Grupo Alegria e do Grupo Unidos Somos Mais aos usuários adscritos em dois Centros de Saúde de Belo Horizonte. Eram elaborados e distribuídos pelos profissionais dos Centros de Saúde convites contendo o dia, horário e local do grupo.

As profissionais de saúde: assistente social, a estagiária da enfermagem, a residente da fisioterapia e enfermeira elaboraram e realizaram encontros mensais com os usuários. Foram momentos iniciados por atividades e exercícios propostos com o objetivo de realizar relaxamento, respiração guiada e movimentação ativa, reforçando a importância do cuidado com o corpo e a percepção da importância do seu autocuidado.

Após esse momento inicial foram propostas dinâmicas em grupo, visando estimular a expressão individual dos usuários e reflexão sobre pontos importantes.

Além disso, foram realizadas também, oficinas voltadas para a criação de uma horta terapêutica, com o objetivo de trabalhar as aptidões pessoais e sociais, além de contribuir para o desenvolvimento cognitivo e a redução do estresse. Os usuários foram estimulados à musicalização, à dança e ao artesanato. A musicalização atua como uma atividade terapêutica que contribui para a interação social e na regulação das emoções. A dança, como um recurso terapêutico, é uma expressão artística que desempenha um papel significativo na redução do estresse e da ansiedade, ao mesmo tempo em que influencia no humor, na capacidade de socialização e na autoestima. Enquanto que o estímulo ao artesanato, sendo um momento coordenado por uma usuária integrante do grupo, contribuiu para o estímulo às atividades manuais que poderiam ser reproduzidas em casa e poderiam ser uma nova atividade no dia a dia ou, até mesmo, uma nova fonte de renda. Os encontros eram mensais e planejados em conjunto: profissionais envolvidos na condução, gerente da unidade e usuários. No final de cada encontro foram oferecidos lanches aos usuários e realizados os convites para o próximo encontro.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Ressalvamos que os líderes da comissão local de saúde manteve participação ativa nos grupos

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

O Grupo Unidos Somos Mais, acontece em um espaço no território chamado CEVAE: Centro de Vivência Agroecológica; parceiros na oferta do espaço físico para realização do Grupo de Promoção a Saúde no bairro Granja de Freitas. Grupo Alegria acontece na própria unidade básica de saúde. Sem demais parceiros intersetoriais.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Houve participação dos profissionais de saúde da unidade, familiares e líderes do conselho municipal de saúde na execução e monitoramento da ação. Líderes da comissão local apoiaram o grupo coletivo, participando e identificando como sendo um espaço de ressignificação do cuidado integral em saúde. A ação coletiva contribuiu para a superação das fragilidades, estabilização emocional dos usuários e para a ampliação da convivência social e comunitária.

Principais resultados alcançados

Os resultados alcançados foram constatados gradualmente com a realização dos encontros, sendo acompanhados em média trinta usuários do Centro de Saúde. Esses usuários eram, em sua maioria, idosos e pessoas com algum nível de sofrimento mental. Durante o acompanhamento e os momentos do encontro, foram identificadas as preferências dos usuários, relacionados às práticas oferecidas no grupo. Nosso objetivo era proporcionar o resgate da autonomia e das potencialidades dos usuários. Os mesmos programavam as atividades que gostariam que tivessem no planejamento para o próximo encontro.

Foram de extrema relevância os momentos do encontro e o ambiente foi se tornando cada vez mais acolhedor. Os usuários começaram a identificar o Grupo como um espaço de pertencimento, como um lugar de refúgio e acolhimento, onde sabiam que seriam escutados e poderiam compartilhar suas percepções, angústias e sofrimentos. Além disso, tornou-se um espaço de fortalecimento para superar situações que denunciavam a gravidade de seu sofrimento diante das dificuldades da vida. Com o acompanhamento desta atividade coletiva percebeu-se que através do estreitamento dos vínculos e com laços afetivos, poderíamos alterar as formas de tratamento, através do acolhimento em grupo. Dessa forma, foi possível proporcionar para os usuários o resgate da autonomia, da interação social, dos espaços de convivência com outros, contribuindo para seu estado de saúde, seu fortalecimento e sua reinserção social.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A implementação do Grupo Alegria e Unidos Somos Mais como uma ação de Promoção da Saúde contribuiu para a realização de um plano de cuidado voltado para ações coletivas e de cuidado integral na Atenção Primária à Saúde, favorecendo a criação do vínculo e do autocuidado apoiado. Um acompanhamento multidisciplinar associado a ações variadas e complexas da necessidade de superação da visão tradicional e limitada de cuidado à doença, inclusive de pacientes em tratamento, encorajando-os a adotar as mudanças temporárias e permanentes resultantes dos processos de adoecimento e/ou sofrimento.

YOGA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Município: Bom Jardim de Minas

Unidade Regional de Saúde: Juiz de Fora

Autores: Tiago Esteves da Rocha Primo.

Resumo Estruturado

Prática do Yoga sendo ofertado desde janeiro de 2023 no Município de Bom Jardim de Minas, sendo uma das PICS na Atenção Primária à Saúde para todos os interessados e usuários do SUS. Inicialmente tínhamos o objetivo de atender uma única turma, duas vezes por semana, com no máximo trinta alunos por turma, no entanto, o interesse e procura pelos usuários obteve de forma significativa atingindo o máximo de 159 inscritos em 2023. Para 2024 na data de hoje, já estamos com mais de 80 inscritos nas aulas de Yoga, entre homens e mulheres com faixa etária a partir dos 18 anos e chegando aos 79 anos. Sendo assim, fizemos a divisão em duas turmas de aproximadamente 40 alunos devidamente cadastrados no sistema SUS e criando uma lista de espera para os demais interessados. As aulas acontecem nas segundas e quartas-feiras, ambas às 19hs, perfazendo um total de 60 minutos cada encontro, em espaço cedido através da parceria com a Secretaria Municipal de Saúde e a Paróquia Senhor Bom Jesus de Matozinhos em nome do Reverendíssimo Pe. José Maria.

Ressaltamos que em setembro de 2023, esta prática de Yoga do município de Bom Jardim de Minas, foi apresentada no “I Simpósio Mineiro de Políticas Públicas de Saúde - Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares: saber e práticas nos territórios mineiros” na Escola de Saúde Pública de Minas Gerais, realizado na cidade de Belo Horizonte. Ainda como forma de incentivo aos alunos praticantes do Yoga na promoção da saúde, o Projeto conta com aulas ao ar livre em diversas regiões do município, assim como em eventos nas cidades vizinhas e também na organização de refeições compartilhadas perfazendo maior interação dos envolvidos.

Objetivo Geral

Ofertar o acesso dos usuários do SUS na Atenção Primária às aulas de Yoga como Prática Integrativa Complementar na promoção da saúde.

Objetivos específicos

- Promover o acesso de forma gratuita aos usuários do SUS às aulas de Yoga;
- Promover saúde através das práticas corporais;
- Beneficiar nas aptidões físicas, psíquicas e emocionais dos usuários através da prática;
- Atender maior número de usuários do SUS;
- Favorecer de forma significativa os princípios da equidade através desta prática;
- Fortalecer os vínculos nos procedimentos e cuidados à saúde coletiva;
- Ampliar a oferta de atividades na promoção à saúde.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Os encontros acontecem semanalmente, segundas e quartas-feiras, das 19 às 20hs, no Salão Paroquial (parceria com a secretaria de saúde) e a presença dos alunos mediante à prática registrada no sistema E-SUS dia a dia, compreendendo o código SIGTAP/Yoga. Durante à prática são desenvolvidos:

- ▶ meditação guiada;
- ▶ controle e fluxo da respiração;
- ▶ técnicas de relaxamento;
- ▶ posturas psicofísicas (ásanas);
- ▶ trabalhos de força, resistência, flexibilidade e mobilidade.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Há, em alguns momentos (1 vez por mês) o convite à Nutricionista da Equipe Saúde da Família, Nayara Andrade, para que possa conduzir um bate papo e tirar dúvidas com as turmas sobre alimentação saudável e saúde nutricional.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Com grande boa vontade e cordialidade, o pároco da cidade, o Reverendíssimo Pe. José Maria, nos cedeu o espaço do Salão Paroquial para que pudéssemos usufruir durante todo o ano, sem custos. Parceria entre Secretaria Municipal de Saúde e Paróquia Senhor Bom Jesus de Matozinhos.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

O projeto “Yoga na Saúde” foi elaborado pelo profissional de Educação Física, Tiago Esteves, visto que não havia desta prática a ser ofertada na região, sendo assim uma

modalidade pioneira a ser desenvolvida neste território que compreende mais de 5 cidades circunvizinhas. Portanto, após a análise e concretização da ausência territorial, o projeto de Yoga foi elaborado e entregue à Secretaria Municipal de Saúde enfatizando uma prática inovadora no âmbito de promoção à saúde. Logo, em reunião de urgência, o projeto foi apresentado no Conselho Municipal de Saúde para à sua aprovação, que por fim foi aceito com unanimidade. Salientando que o profissional Tiago Esteves, já atuava na Atenção Primária à Saúde mediante às práticas corporais e atividades físicas.

Principais resultados alcançados

No primeiro ano do Projeto Yoga na Saúde (2023) tivemos 159 inscritos, entre homens e mulheres, com idade entre 18 e 79 anos.

Para 2024, até a data de hoje (31/01/2024), atingimos a marca de 80 inscritos usuários do SUS. Acreditamos em superar o número de inscritos no ano anterior e também a realização de mais eventos que incentivem esta prática de grande importância nos cuidados e promoção à saúde.

Que possamos continuar com o nosso trabalho feito com muita dedicação e carinho atingindo cada vez mais os usuários e que possa servir de subsídio para a sua implantação em outros municípios e ou instituições de promoção da saúde.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Findamos com um olhar atento e carinhoso do Yoga na promoção da saúde aos usuários da Atenção Primária, podendo ser uma ferramenta de grande importância nos cuidados à saúde e prevenção de doenças de forma não medicamentosa, reduzindo assim custos em tratamentos e promovendo melhor qualidade de vida aos praticantes.

O Yoga sendo uma das PICS, em seus diversos benefícios: físico, mental e emocional - o profissional pode trabalhar de forma conjunta com toda a equipe de saúde visando melhor oferta nos serviços de saúde à comunidade.

PROGRAMA SAÚDE AOS MONTES: TRANSFORMANDO MONTES CLAROS POR MEIO DA PROMOÇÃO DA SAÚDE E PRÁTICAS INTEGRATIVAS

Município: Montes Claros

Unidade Regional de Saúde: Montes Claros

Autores: Dulce Pimenta Gonçalves, Izabella Costa Cordeiro, Rafaela Pires Santos, Thiago Santos Monção.

Resumo Estruturado

O Programa Saúde aos Montes da Secretaria Municipal de Saúde de Montes Claros propõe uma abordagem inovadora para aprimorar a qualidade, assistência e gestão de políticas de saúde na região. Com o objetivo de fortalecer o SUS e fomentar uma cultura de bem-estar, o programa tem como pilares as Práticas Integrativas e complementares em Saúde (PICS), atividades físicas e alimentação saudável. As parcerias envolvem diversos setores, incluindo a comunidade, universidades e secretarias da prefeitura municipal de Montes Claros. Os resultados incluem a redução de internações por doenças crônicas, aumento da adesão às práticas integrativas e melhoria da qualidade de vida. Destaca-se a importância da colaboração entre instituições de saúde e universidades para o êxito contínuo do programa, que pode servir como modelo em outros municípios de Minas Gerais e do Brasil, fortalecendo o sistema de saúde e promovendo uma sociedade mais saudável.

Objetivo Geral

Fortalecer o SUS e trazer o SUS do futuro para Montes Claros através das PICS e das premissas de alimentação saudável e atividades físicas.

Objetivos específicos

- ▶ Resgatar e implementar práticas como PICS, atividade física e alimentação saudável nas equipes do Programa Saúde aos Montes.
- ▶ Inovar a saúde em Montes Claros com ações extraconsultório nas UBS.
- ▶ Reduzir complicações das DCNT na população.
- ▶ Diminuir custos no serviço de saúde do SUS com atividades em praças e parques da cidade.
- ▶ Resgatar hábitos saudáveis da população com atividades físicas e nutricionais tradicionais.
- ▶ Fortalecer a Política Estadual de Promoção da Saúde (POEPS) em Montes Claros.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O Programa Saúde aos Montes adota uma abordagem integral, integrando práticas integrativas e complementares em saúde, alimentação saudável e atividade física. Sua metodologia inclui acompanhamento sistemático, estratificação de risco cardiovascular e monitoramento mensal das equipes. As atividades são oferecidas em 22 polos fixos e 126 rotativos no município, abrangendo parques, praças públicas e espaços próximos às Unidades Básicas de Saúde (UBS). Profissionais capacitados e treinados desenvolvem ações como Yoga, Meditação, Acupuntura, auriculoterapia, ventosas, entre outras PICS. A equipe multidisciplinar composta por profissionais de Educação Física, Nutrição, Fisioterapia, Psicologia e demais áreas realiza avaliações e atendimentos individualizados, além de promover atividades coletivas. O registro em prontuário eletrônico facilita o acompanhamento das intervenções e a análise de indicadores de saúde, como IMC médio, adesão a metas de atividade física, mudanças nos hábitos alimentares e níveis de estresse, ansiedade e depressão. As ações são monitoradas em tempo real pelo sistema Vivver, com relatórios mensais e acompanhamento in loco pela equipe gestora. A análise dos resultados orienta ajustes e revisões no programa, garantindo sua eficácia e impacto positivo na saúde da população. Além disso, o programa prioriza a formação profissional, oferecendo capacitações e parcerias com universidades e entidades especializadas.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Os parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento do Programa Saúde aos Montes incluem áreas da Secretaria Municipal de Saúde, como a Coordenação de Atenção Primária à Saúde, Coordenação de Vigilância Epidemiológica, Diretoria de Atenção à Saúde, Diretoria Financeira e Diretoria de Vigilância em Saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Os parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento do Programa Saúde aos Montes incluem outras secretarias municipais, como Meio Ambiente, Planejamento, Infraestrutura e Cultura. Há a colaboração com instituições/organizações da sociedade civil, universidades, a Liga Mineira de Espiritualidade e Práticas Integrativas e

Complementares em Saúde, Programa de Mestrado e Doutorado em Cuidados Primários à Saúde, empresas locais, indústria e ONGs dedicadas à promoção da saúde e bem-estar.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. Através do Conselho Municipal de Saúde.

Principais resultados alcançados

Os principais resultados alcançados pelo Programa Saúde aos Montes incluem a adesão da população às práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) com aumento substancial da produção das práticas no município, indicando uma mudança positiva nos hábitos de cuidados de saúde. Houve uma redução considerável da demanda reprimida para nutricionistas e fisioterapeutas. É evidente a melhoria da qualidade do acolhimento da demanda espontânea nas UBS em que os pacientes não eletivos para consulta médica no dia são encaminhados para as atividades do programa, com atenção especial aos pacientes contumazes. Além disso, houve uma notável melhoria na qualidade de vida da população, refletida em índices de bem-estar físico e mental mais elevados. Esses resultados demonstram o impacto positivo do programa na promoção da saúde e na prevenção de doenças, fortalecendo o Sistema Único de Saúde (SUS).

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

O Programa Saúde aos Montes visa à construção permanente de uma cultura municipal em saúde, elevando a qualidade de vida da população de Montes Claros.

A parceria entre a Secretaria de Saúde e seus colaboradores é crucial para o sucesso contínuo dessa jornada. Acredita-se que essa abordagem humanizada e inovadora com base principal as PICS, pode servir como modelo para outras localidades, fortalecendo o Sistema Único de Saúde e promovendo uma sociedade mais saudável e resiliente.

AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES GRUPAIS E SUA INSERÇÃO NOS SERVIÇOS DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Município: Montes Claros

Unidade Regional de Saúde: Montes Claros

Autores: Matheus José Afonso Gonçalves Araújo, Pâmela Scarlatt Durães Oliveira, Dulce Pimenta Gonçalves.

Resumo Estruturado

Transversalmente à promoção de saúde convencional, na Estratégia Saúde da Família (ESF) Vera Cruz na cidade de Montes Claros – MG, são ofertados tratamentos complementares que atuam nas esferas da prevenção de agravos e da promoção, manutenção e recuperação da saúde. A ESF desenvolve Práticas Integrativas e Complementares à Saúde (PICS), com atividades acolhedoras, práticas corporais e, em sua maioria, coletivas. A unidade aborda a saúde de forma multidimensional, atingindo a mente e corpo, sendo que as práticas são ofertadas desde Maio de 2023. Essas terapias se somam aos tratamentos convencionais, buscando promover a saúde, interligando a cultura oriental com ocidental e ampliar atividades que favoreçam o bem-estar, bem como auxiliar na redução de sintomas relacionados aos agravos em saúde. Entre as práticas replicadas na unidade, estão a acupuntura, a fitoterapia, a homeopatia, Shiatsu, Reflexologia Podal, Auriculoterapia, Ventosaterapia, Geoterapia entre outras. O grupo começou discreto, mulheres com algum relato de dor. Atualmente o grupo se expandiu e alcançou toda a comunidade da área de abrangência: crianças, adultos e idosos.

Objetivo Geral

Relatar a experiência exitosa de implantação das PICS em uma Unidade de Atenção Primária à Saúde no município de Montes Claros, Minas Gerais.

Objetivos específicos

- ▶ Discutir os processos de trabalho envolvidos para a inserção das PICs no serviço de saúde;
- ▶ Relatar as técnicas e métodos utilizados para melhorar a qualidade de vida dos usuários de uma ESF através das PICs;
- ▶ Descrever como se observou a melhora dos quadros de ansiedade, depressão e dor crônica e queixas agudas em pacientes que realizaram práticas integrativas no contexto da APS;
- ▶ Descrever sobre a participação popular na inserção das PICs.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

As PICs começam a ser aplicadas já no acolhimento aos pacientes que chegam em demanda espontânea com crise de ansiedade, pânico, depressão, pico hipertensivo e queixas agudas de dor, são realizadas sangrias, aromaterapia, musicoterapia, auriculoterapia, mindfulness entre outras técnicas para ajudar no momento da crise. Caso o indivíduo necessite de um suporte maior, podem ser encaminhados ao centro de atendimento à PICS, que é composto por Enfermeira integrativa e uma Médica acupunturista. As consultas de enfermagem individuais na ESF precedem os encontros grupais, já que se faz necessário a elaboração de como se dará o processo de cuidado e será classificado as demandas de forma individualizada. Os grupos acontecem duas vezes ao mês com profissionais convidados, visando sempre técnicas e procedimentos relacionados às PICs. Uma ação muito utilizada é a sangria terapêutica em pacientes com pico hipertensivo, é realizada no ápice da orelha e drenado 9 gotas de sangue, o paciente fica em repouso por 10 minutos após procedimento e é reafirado a PA, identificando o controle da PA, muitas vezes não necessitando de uso medicamentoso. Durante a extração de sangue na sangria é retirado o XUE (Sangue) e o QI (Energia vital), o QI quando estagnado pode levar ao aumento da PA, então é retirado para que possa ocorrer um equilíbrio. As práticas são usadas também para crises de ansiedade, agitação e dores corporais. Os grupos foram realizados intercalados com teoria e prática. Os participantes realizaram exames de sangue específicos, eletrocardiograma (ECG), uso de medicação homeopática, sessões de acupuntura, laserterapia, massoterapia, aromaterapia, auriculoterapia, ventosoterapia, escalda pés com ervas, argiloterapia. Foi desenvolvido pela farmacêutica especialista em práticas integrativas o creme de Cordia Verbenacea 20% onde apresentou melhora significativa no alívio das dores.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Profissionais convidados da rede pública e privada tais como: Médica acupunturista, Médica Homeopata, Fisioterapeuta Acupunturista especialista em Medicina Tradicional Chinesa (MTC), Nutricionista Fitoterapeuta, Enfermeira Auriculoterapeuta, Fisioterapeuta Osteopata e Quiroprata, Farmacêutica Especialista em MTC, Terapeuta Conselheira Familiar (Genealogista), Profissionais de prática Tai Chi Chuan e Banduanjin.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Presença de outros convidados como Psicólogos e Terapeuta psicanalista, educadora física.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim, a comunidade tem papel importante no planejamento das atividades grupais envolvendo as PICs, já que participam ativamente da escolha de quais práticas serão trabalhadas em cada encontro, visto que os profissionais de saúde que são os facilitadores estudam de forma aprofundada o perfil de cada usuário e suas necessidades de saúde em um primeiro contato para aplicação da anamnese de diagnóstico situacional do indivíduo. Em cada encontro os usuários podem dar sua opinião sobre a condução das atividades e ajudar na programação do encontro seguinte.

Principais resultados alcançados

Foi observado que muitas vezes os pacientes buscam a ESF com a expressão de queixas localizadas, prioritariamente no corpo, numa compreensão de que toda doença tem uma base orgânica, biológica, em consonância com o ideário hegemônico do discurso médico. No decorrer dos onze meses da participação nos grupos, as pessoas tiveram oportunidade de gradativamente, passar a relacionar a dor no corpo com as adversidades do cotidiano e com as situações de fragilidade social, econômica, identitária e cultural as quais estão submetidas. A troca de experiência possibilita o acesso a uma linguagem pessoal e simbólica, que é exterior ao corpo, provocando o mecanismo de identificação e ajuda mútua entre as pessoas, a ressignificação dos problemas psicossociais e de saúde. Os usuários têm disseminados as práticas na comunidade, chegando a diminuir as buscas por consultas. As PICs estão ganhando um espaço na contemporaneidade da atenção à saúde, e tem o poder de transformar as famílias, indivíduos, comunidades, profissionais e serviços de saúde, são estratégias importantes para o fortalecimento do SUS tanto no ensino, na pesquisa, na extensão, assistência e na gestão.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Observa-se uma melhora na qualidade de vida e relações interpessoais dos pacientes que são assistidos com PICs, além de que, aqueles hiperutilizadores do serviço conseguem lidar melhor com as suas queixas, já que com as PICs são capazes de identificar o que está levando aquela condição, seja por questões físicas, ambientais, pessoais,

sendo possível realizar intervenções focando na raiz do problema, visto que as práticas chinesas tem o foco na causa das situações. Com isso, a promoção e prevenção à saúde tem se firmado e melhorado a forma de viver desta população.

YOGA NO SUS

Município: Iguatama

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Poliana Ferreira Corgozinho

Resumo Estruturado

O projeto visa trazer yoga de forma acessível à toda população. Trazendo informação, autoconhecimento e melhor qualidade de vida aos praticantes. As aulas são baseadas na metodologia Hatha Yoga, abrangendo asanas (posturas físicas), pranayamas (exercícios de respiração) e meditação (atenção plena), conforme os princípios dos Sutras de Patañjali.

Objetivo Geral

O objetivo geral deste projeto é proporcionar os benefícios da prática do yoga para a comunidade. Esta prática não apenas proporciona ao corpo físico maior vitalidade, mas também guia o praticante ao autoconhecimento, promovendo saúde física, mental e emocional. Isso é alcançado através da integração dos princípios do yoga nos ensinamentos dos Sutras de Patañjali. Esses sutras dividem a prática do Yoga em oito passos, que são trabalhados de forma contínua e progressiva pelo praticante: 1) Yamas, a moral e ética social; 2) Niyamas, observação pessoal de tolerância, pureza e estudos; 3) Asanas, as posturas físicas; 4) Pranayamas, o controle da respiração; 5) Pratyahara, o controle dos sentidos; 6) Dharana, a prática da concentração; 7) Dhyana, a meditação; e 8) Samadhi, a união com a Essência Divina.

Objetivos específicos

- ▶ Proporcionar aos participantes maior consciência corporal, equilíbrio físico e mental, foco e relaxamento.
- ▶ Promover o fortalecimento físico e mental, contribuindo para um estado mental mais equilibrado e calmo.
- ▶ Estimular o senso de pertencimento em relação à comunidade, promovendo a integração social.

- ▶ Adaptar as aulas de yoga de acordo com as necessidades e capacidades de cada grupo, divididos por faixas etárias (jovens, adultos e idosos).
- ▶ Garantir que o projeto seja conduzido de forma segura e responsável, como uma atividade integrada à saúde, com recomendação profissional quando indicado.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Participação e Controle Social; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

As aulas são baseadas na metodologia Hatha Yoga, abrangendo asanas (posturas físicas), pranayamas (exercícios de respiração) e meditação (atenção plena), conforme os princípios dos Sutras de Patañjali.

São realizadas aulas de 1 hora de duração, ministradas por uma professora\instrutora de yoga qualificado.

A secretaria de saúde de Iguatama é responsável por fornecer o local e estabelecer o cronograma das aulas, de acordo com a necessidade do município.

Cada aula é adaptada às necessidades e capacidades de cada grupo, levando em consideração as diferenças de idade e condicionamento físico dos participantes, que são desde crianças a idosos. Existem aulas em diferentes bairros e também na zona rural de Iguatama.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Além das aulas regulares de yoga, também existe a participação em grupos de emagrecimento, multirões da saúde que ocorrem no município e outras atividades oferecida pelo NASF. Com objetivo de trazer informação sobre o projeto e os benefícios agregados.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Em parceria com o CRAS, as aulas destinadas às crianças são fornecidos lanches, momentos recreativos, e eventos voltados para as crianças.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. A comunidade sugeriu melhores horários e locais. De acordo com a rotina dos usuários.

Principais resultados alcançados

- ▶ Maior consciência corporal e equilíbrio físico e mental entre os participantes.
- ▶ Redução do estresse e da ansiedade, promovendo um estado mental mais calmo e equilibrado.
- ▶ Integração social e senso de pertencimento à comunidade.
- ▶ Melhora da qualidade de vida e bem-estar geral dos participantes.
- ▶ Promoção da saúde física e mental como parte integrante das atividades oferecidas pelo SUS.
- ▶ Depoimento de alunos:

“Depois que comecei essas aulas de yoga, não tive mais nenhuma crise de ansiedade.”
Aluna, 36 anos.

“Eu vou fazendo o que eu dou conta, mas não vou parar.” Aluna, 80 anos.

“M. agora dorme cedo. Parou de ficar até de madrugada no celular.”
Mãe da aluna M., 9 anos.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Em síntese, o projeto Yoga no SUS promove não apenas a prática física do yoga, mas também seus benefícios holísticos para a saúde e bem-estar da comunidade. Ao integrarmos os ensinamentos milenares dos Sutras de Patañjali, buscamos não apenas fortalecer os corpos, mas também nutrir as mentes e espíritos dos participantes.

Através de aulas regulares, adaptadas às necessidades de cada grupo, nós criamos um ambiente acolhedor onde os praticantes podem desenvolver consciência corporal, equilíbrio mental e emocional, e uma sensação de pertencimento à comunidade.

Assim, todos os interessados se sentem encorajados ao se juntarem a nós nessa jornada de autodescoberta e crescimento pessoal através da prática do yoga. Juntos, estamos criando uma comunidade mais saudável e harmoniosa, valorizando a oportunidade de cada indivíduo se desenvolver plenamente.

TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE ESCOLAR

Município: Seritinga

Unidade Regional de Saúde: Varginha

Autores: Suély Marcelly Rezende e Priscila Carla Resende Andrade.

Resumo Estruturado

O projeto de Terapia Comunitária Integrativa, desenvolvido em parceria com a Secretaria de Educação e profissionais da saúde, tem como objetivo promover a saúde emocional e mental dos alunos do ensino fundamental 2, médio, professores e funcionários. Através de encontros regulares, os participantes são envolvidos em rodas de conversa e atividades que visam fortalecer os laços comunitários, desenvolver habilidades de resiliência e autocuidado, e proporcionar um espaço seguro para expressão emocional e apoio mútuo. O projeto busca contribuir para a construção de uma cultura de saúde mental e emocional na comunidade escolar, promovendo o bem-estar dos alunos e profissionais e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento saudáveis.

Objetivo Geral

Promover a saúde emocional e mental, fortalecer os laços comunitários, desenvolver habilidades de resiliência, fomentar o autocuidado e contribuir para uma cultura de saúde mental.

Objetivos específicos

Facilitar encontros de grupo, promover a escuta ativa, integrar técnicas terapêuticas, incentivar a participação ativa, avaliar o impacto do projeto e estabelecer parcerias colaborativas.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Realiza-se a roda de Terapia Comunitária Integrativa desenvolvida pelo professor Adalberto Barreto, onde os pilares de sua metodologia consistem no acolhimento dinâmico, escolha do tema, problematização e encerramen-

to. A prática está alicerçada nos pilares teóricos de pensamento sistêmico, teoria da comunicação, antropologia cultural, pedagogia freireana e resiliência. No desenvolvimento da terapia comunitária integrativa, uma variedade de técnicas, métodos e processos de trabalho são empregados para criar um ambiente terapêutico eficaz e acolhedor. Aqui estão algumas das abordagens comumente utilizadas:

1. **Círculos de Palavras:*** Os participantes são convidados a compartilhar uma palavra ou frase que represente seus sentimentos ou experiências no momento. Isso pode ajudar a estabelecer conexões e criar um clima de abertura e empatia.
2. **Narrativas Compartilhadas:*** Os membros do grupo são encorajados a contar suas histórias pessoais, experiências e desafios. O compartilhamento de narrativas ajuda na construção de vínculos e na compreensão mútua.
3. **Escuta Ativa e Empatia:*** Os facilitadores e os participantes praticam a escuta ativa, demonstrando empatia e compreensão genuína em relação às experiências compartilhadas. Isso cria um ambiente de apoio e validação emocional.
4. **Expressão Criativa:*** Técnicas como arte terapia, escrita expressiva, música e dança podem ser incorporadas para permitir que os participantes explorem suas emoções e experiências de forma não verbal.
5. **Reflexão e Integração:*** Ao final de cada sessão, os participantes são convidados a refletir sobre suas experiências e percepções, ajudando-os a integrar as aprendizagens e percepções em suas vidas diárias.
6. **Avaliação:** Os facilitadores solicitam regularmente feedback dos participantes para avaliar a eficácia das sessões e fazer ajustes conforme necessário para atender às necessidades do grupo.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Programa de Saúde da Família.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria Municipal de Educação.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Sim. Através de questionários de avaliação.

Principais resultados alcançados

Os principais resultados alcançados com o projeto de Terapia Comunitária Integrativa incluem:

1. **Melhoria do Bem-Estar Emocional:** Os participantes relatam uma melhoria significativa em seu bem-estar emocional, incluindo uma maior capacidade de lidar com o estresse e a ansiedade.
2. **Fortalecimento dos Vínculos Comunitários:** O projeto fortaleceu os laços entre os membros da comunidade escolar, promovendo um senso de pertencimento e apoio mútuo.
3. **Desenvolvimento de Habilidades de Resiliência:** Os participantes adquiriram habilidades práticas para lidar com desafios e adversidades, desenvolvendo uma maior capacidade de se adaptar e se recuperar diante de situações difíceis.
4. **Promoção da Saúde Mental:** O projeto ajudou a promover uma cultura de saúde mental na escola, sensibilizando os alunos, professores e funcionários sobre a importância do autocuidado e da busca de apoio quando necessário.
5. **Aumento da Autoconsciência:** Os participantes desenvolveram uma maior autoconsciência emocional, aprendendo a reconhecer e expressar suas emoções de forma saudável e construtiva.
6. **Redução do Estigma:** O projeto contribuiu para a redução do estigma em torno das questões de saúde mental, promovendo uma conversa aberta e acolhedora sobre o tema na comunidade escolar.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Conclusões:

1. **Abordagem Holística:** A terapia comunitária integrativa demonstrou ser uma abordagem eficaz e holística para promover a saúde emocional e mental na comunidade escolar. Integrar técnicas terapêuticas comunitárias e práticas de autocuidado pode beneficiar os alunos, professores e funcionários, criando um ambiente escolar mais saudável e inclusivo.
2. **Importância da Parceria:** A colaboração entre a Secretaria de Educação, profissionais da saúde e outros parceiros locais foi fundamental para o sucesso do projeto. Parcerias sólidas e apoio institucional são essenciais para a implementação e sustentabilidade de iniciativas de promoção da saúde.

3. Redução do Estigma: Através do projeto, foi possível reduzir o estigma em torno das questões de saúde mental na comunidade escolar. Promover uma cultura de abertura, aceitação e apoio é fundamental para garantir que os alunos se sintam confortáveis em buscar ajuda quando necessário.

Recomendações:

1. Continuidade e Expansão: Recomenda-se a continuidade e expansão do projeto para alcançar um maior número de alunos e comunidades escolares. Investir em treinamento adicional para terapeutas comunitários e expandir as atividades para outras escolas pode ampliar o impacto positivo da terapia comunitária integrativa.

2. Avaliação Contínua: É importante realizar avaliações regulares para monitorar o progresso e a eficácia das ações de promoção da saúde. Coletar feedback dos participantes e medir indicadores de saúde emocional pode ajudar a adaptar e ajustar as estratégias conforme necessário.

3. Envolvimento da Comunidade: Envolver ativamente os pais, responsáveis e membros da comunidade no processo de promoção da saúde. Criar parcerias com organizações locais e promover eventos comunitários pode fortalecer o apoio social e ampliar o alcance das iniciativas de saúde.

COMITÊ GESTOR COMO INSTRUMENTO DE IMPLEMENTAÇÃO E AMPLIAÇÃO DA OFERTA DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE NO MUNICÍPIO DE MARIANA, MINAS GERAIS.

Município: Mariana

Unidade Regional de Saúde: Belo Horizonte

Autores: Autores: Simone Aparecida da Silva Paulino Castro; Elaine Silva Reis.

Coautores: Janice Simpson de Paula; Rosa Núbia Vieira de Moura.

Resumo Estruturado

É crescente o incentivo mundial para oferta de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) nos serviços públicos de saúde. No Brasil, os esforços foram alavancados, desde 2006, pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Considerando os aspectos de descentralização e municipalização do SUS, iniciativas municipais de implementação da oferta de PICS são elementos essenciais para suces-

so da Política. Em um estudo do tipo de relato de experiência, objetiva-se apresentar o histórico da implementação da oferta das PICS no município de Mariana, Minas Gerais, incluindo os principais avanços e desafios. As primeiras experiências se deram com a aprovação da Lei Municipal nº 3283 de 25 de Junho de 2019, que institui, no âmbito do Município de Mariana, a Política Municipal de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS) e das outras providências. Neste mesmo ano, foi realizado o 1º Encontro Micro Regional de PICS na Região dos Inconfidentes (municípios de Mariana, Itabirito e Ouro Preto) em parceria com a Universidade Federal de Ouro Preto – UFOP. Em 2020, as iniciativas foram suspensas em função da Pandemia da COVID-19. Em 2021, as atividades foram retomadas e um grupo de profissionais capacitados e interessados em PICS se uniu, derivando na criação do primeiro Comitê Gestor das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (COGEPICS), instituído por meio da Portaria nº 1 de 30 de julho de 2021 e atualizado pela publicação da Portaria nº 2 de 16 de agosto de 2023. O COGEPICS foi idealizado como um instrumento de construção compartilhada e cooperativa para a construção da política pública local das PICS, sendo seu maior valor a soma das diversas capacidades dos profissionais do grupo, vistas na experiência de gestão, no conhecimento técnico em PICS, bem como na criatividade, objetividade, entre outras.

Objetivo Geral

Implementar as PICS na rede de atenção à saúde do município de Mariana, MG.

Objetivos específicos

- ▶ Potencializar o COGEPICS, enquanto componente institucional capaz de superar a fragilidade das trocas de gestão municipal e da migração dos profissionais;
- ▶ Fortalecer a transdisciplinaridade das PICS;
- ▶ Ampliar os atores responsáveis.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Educação e Formação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

- ▶ Realização de visitas técnicas para troca de experiências com possibilidades de ações intersetoriais e interprofissionais;

- ▶ Adoção da modalidade de equipe volante, que se caracteriza pela realização de ações de acolhimento e atendimento, aplicando os conceitos na rede e na comunidade;
- ▶ Projeto de cuidado da saúde do trabalhador, com foco na aproximação, acolhimento de realidades, avaliação dos processos de trabalho e adoecimento, bem como na sensibilização e afetividade, conquistando o trabalhador e convidando-o à corresponsabilidade;
- ▶ Participação em ações de promoção da saúde e visibilidade nos calendários da secretaria de saúde, com objetivo de divulgar as PICS em diferentes oportunidades;
- ▶ Capacitação dos profissionais da rede de saúde, com formação multidisciplinar em auriculoterapia;
- ▶ Colaboração intersetorial, com oferta das PICS como ferramentas do cuidado em saúde, nos diferentes seguimentos.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Equipes das Unidades Básicas de Saúde e dos Serviços da Atenção Secundária em Saúde do Município (Clínica Odontológica, Centro de Reabilitação, RAPS) e profissionais dos setores administrativos da SMS.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

UFMG, UFOP, Conselho Municipal de Saúde, Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social, Coletivo Território do Saber; Município de Brumadinho, Itaguara e João Pessoa (através das Secretarias Municipais de Saúde); Hospital Sofia Feldman.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

- ▶ Maior sensibilização de gestores, profissionais de saúde e usuários;
- ▶ Inserção das PICS em mais Unidade Básicas de Saúde;

- ▶ Aumento da oferta das PICS aos usuários de saúde do município;
- ▶ Ampliação do atendimento em PICS aos profissionais de saúde, por meio do Projeto de Cuidado à Saúde do Trabalhador;
- ▶ Capacitação em auriculoterapia para equipe multiprofissional;
- ▶ Parcerias Intersetoriais e Interinstitucionais.

Desafios:

- ▶ Garantir dotação orçamentária;
- ▶ Realizar mapeamento de profissionais capacitados e interessados, com vistas a compor a equipe técnica em PICS para as diversas frentes de atuação;
- ▶ Desenhar o diagnóstico situacional identificando as vulnerabilidade e potencialidades dos territórios;
- ▶ Sustentar a equipe volante como apoio matricial;
- ▶ Efetivar e capacitar os registros no e- SUS;
- ▶ Criar o Centro de Práticas Integrativas em Saúde; Construir o fluxo de atendimento na rede local de atenção à saúde;
- ▶ Manter o Comitê Gestor como instrumento de compartilhamento em gestão.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Conclui-se que a implementação das PICS no município, já regulamentada, é fortalecida pela criação do COGEPICS, que se apresenta como importante instrumento de ampliação da oferta de PICS em Mariana, Minas Gerais.

A IMPLEMENTAÇÃO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE DE UM MUNICÍPIO DE PEQUENO PORTE

Município: Piranga

Unidade Regional de Saúde: Barbacena

Autores: Ana Luiza Machado Dias, Paulo Cezar de Rezende Araújo, Naisy Maria Gonçalves Milagres.

Resumo Estruturado

As práticas integrativas e complementares constituem-se como abordagens que visam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos, colaborando para a recuperação da saúde, utilizando para isso, técnicas seguras e eficazes que valorizam a integração do ser humano com o ambiente e a sociedade (Brasil, 2018). Sua incorporação no Sistema Único de Saúde (SUS) ganhou força com a criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) em 2006, inserindo inicialmente, práticas como a acupuntura, homeopatia, plantas medicinais- fitoterapia e termalismo social-crenoterapia (Brasil, 2006). Com os avanços das práticas, outras PICS foram sendo inseridas, totalizando atualmente cerca de 29 práticas regulamentadas no SUS. A introdução das PICS no SUS vem complementar e integrar as ações de saúde, reconhecendo a perspectiva ampliada do processo saúde-doença- adoecimento, colaborando para o estímulo à autonomia dos usuários no cuidado à sua própria saúde (Mildemberg et al., 2023), oferecendo novas possibilidades além do modelo biomédico hegemônico tradicional. Dados da literatura apontam que essas práticas proporcionam relaxamento e bem estar, apoiando o enfrentamento das doenças, auxiliando nos cuidados paliativos, entres outros, podendo ser utilizadas para reduzir o tratamento medicamentoso (Mendes et al., 2019), além de contribuir para a humanização do cuidado e atendimento do usuário.

Objetivo Geral

Apresentar as práticas integrativas e complementares implementadas no município.

Objetivos específicos

- ▶ Descrever quais práticas foram implementadas no município;
- ▶ Descrever estratégia para aumentar acesso da população às PICS.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrassetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Educação e Formação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O município de Piranga- Minas Gerais é um município de pequeno porte com 17.018 habitantes de acordo (IBGE, 2022). No âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS), o município iniciou a oferta de PICS por meio da auriculoterapia, inicialmente para os servidores, sendo posteriormente ampliados para usuários dos grupos operativos, par-

ticipantes do programa de controle e tratamento do tabagismo e demais usuários atendidos no serviço. Após a pandemia de COVID-19 a auriculoterapia também foi utilizada pela fisioterapeuta do município para auxiliar no tratamento de reabilitação pós COVID. Além da auriculoterapia, em 2023 houve expansão da oferta de PICS com a inserção de sessões de reiki e aulas de yoga. Atualmente existem quatro profissionais cadastrados na APS prestando atendimentos de auriculoterapia, reiki e yoga. Além disso, no intuito de contemplar um maior número de usuários, os atendimentos de Reiki têm sido oferecidos no período noturno, na unidade onde funciona o programa Saúde na Hora, ampliando a possibilidade de acesso de mais usuários a essas práticas. Também foi iniciada uma turma de yoga no período noturno, vinculada ao plano de saúde do trabalhador, para atender os profissionais de saúde que trabalham durante o dia. Contamos ainda com turmas de yoga que ocorrem em parceria com o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) atendendo à população participante do programa de convivência.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

EMulti, Vigilância em Saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Centro de Referência de Assistência Social.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

De acordo com os dados do Prontuário Eletrônico do Cidadão (PEC), desde o início da oferta de auriculoterapia foram realizados 252 sessões em 2018, 537 em 2019, 347 em 2020, 856 em 2021, 669 em 2022 e 424 em 2023, totalizando 3.085 sessões realizadas. Em relação às sessões de reiki, a partir de agosto de 2023 foram realizadas 72 sessões de reiki (média de 18 atendimentos mensais) e 61 sessões de yoga, sendo duas sessões semanais são destinadas aos profissionais de saúde e duas aos participantes dos grupos de convivência do CRAS.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Diante dos resultados observa-se que as PICs têm sido bem aceitas pelos profissionais de saúde e usuários. Ademais, a oferta de atendimentos no período noturno favorece a participação da população economicamente ativa que, muitas vezes, não consegue ser contemplada nas ações de promoção à saúde realizada no horário convencional da APS.

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM GRUPOS EDUCATIVOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Município: Montes Claros

Unidade Regional de Saúde: Montes Claros

Autores: Marianne Silva Soares

Resumo Estruturado

Objetivo: Incorporar as Práticas Integrativas e Complementares em ações de promoção à saúde, promovendo a adesão da comunidade em grupos educativos da atenção básica. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, iniciado em uma Estratégia de Saúde da Família (ESF) de Montes Claros, Minas Gerais. O grupo acontecia nas quintas-feiras, na quadra da comunidade. Foram inseridas as “Práticas Integrativas e Complementares”, dentre outras. Em todo encontro eram registrados os dados. Materiais utilizados eram fornecidos pelo município. **Resultados:** Através deste trabalho foi incorporar as Práticas Integrativas e Complementares em ações de educativas e práticas saudáveis, promovendo a adesão da comunidade em grupos educativos. **Conclusões:** Concluiu-se que a incorporação das Práticas Integrativas e Complementares em ações de promoção à saúde é possível, traz qualidade de vida, humanização na assistência, promove o fortalecimento do vínculo entre a comunidade e a equipe da atenção básica.

Objetivo Geral

Incorporar as Práticas Integrativas e Complementares em ações de promoção à saúde, promovendo a adesão da comunidade em grupos educativos da atenção básica.

Objetivos específicos

- › Acolher a população de forma humanizada;
- › Identificar usuários pertencentes aos grupos de risco;
- › Intervir se necessário e prevenir doenças através da educação em saúde;
- › Inserir as Práticas Integrativas e Complementares no cuidado primário à saúde;
- › Fortalecer o vínculo entre a comunidade e a equipe multiprofissional;
- › Valorizar o espaço público de convivência, facilitar o acesso com ações de promoção à saúde física e mental, visando qualidade de vida dentro do território adscrito.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrassetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Trata-se de um relato de experiência, iniciado em uma Estratégia de Saúde da Família (ESF) de Montes Claros, Minas Gerais. Em 2022, haviam grupos educativos na unidade de saúde, nas quais a adesão da população era muito baixa, com participação média de cinco indivíduos. As ações inicialmente eram voltadas para os grupos de riscos (hipertensos e diabéticos), tais como: aferição de pressão arterial, glicemia, antropometria e orientações. Em 2023, não satisfeita, a equipe multiprofissional (enfermeira, técnica de enfermagem e agentes comunitários de saúde) se uniu e juntos discutiram e planejaram ações em saúde a serem desenvolvidas em uma quadra de esportes dentro do território adscrito. O grupo acontecia nas quintas-feiras, de 14h às 16 h. Era realizado convite semanal através dos agentes de saúde e da rede social, WhatsApp da comunidade e do conselho Local de Saúde. Foram inseridas as “Práticas Integrativas e Complementares” – PICs, como auriculoterapia, aromaterapia, laserterapia e musicoterapia, aumentando a participação da população em 400% do público de 2022. O grupo foi solidificando e a equipe incrementou, fazendo uma parceria com os profissionais do projeto “Saúde aos Montes”, educador físico, fisioterapeuta, psicólogo e nutricionista. O público aumentou ainda mais e a satisfação também. Inseriram atividades físicas (alongamento e dança), orientações nas áreas da psicologia, nutrição e fisioterapia. Intensificado a auriculoterapia, na qual agora era feita pela fisioterapeuta e pela enfermeira. Em todo encontro era preenchida uma planilha com dados do usuário, prontuário, morbidade, pressão arterial, glicemia, peso, altura e PICs realizada,

para posterior lançamento no sistema informacional do município. Fotografias eram registradas com o consentimento dos participantes. Os materiais utilizados: antropômetro, balança, estetoscópio, esfigmomanômetro, glicosímetro, algodão, álcool 70%, aparelho de som, placas com sementes, pinças, laser e óleos essenciais.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

A ESF São Judas IV, com estrutura compartilhada com as ESF São Judas I, II, e III, contou com a colaboração direta ou indireta dos profissionais lotados nestas unidades. Também com os profissionais do projeto “Saúde aos Montes” (Bruna, Lubiane, Sandra e Marcos) pertencentes a Secretaria Municipal de Saúde; além da coordenação da atenção primária e gestores da Saúde do município, que foram muito importantes no fornecimento de insumos e dos profissionais.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Houve a parceria do Conselho local do São Judas e a comunidade na divulgação e adesão das ações em saúde dentro do território. Também da Associação de moradores do bairro São Judas fornecendo a quadra, onde ocorriam as ações, as mesas e cadeiras.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

A participação da comunidade foi imprescindível nesta ação. A sua adesão nas atividades propostas, parceria com os profissionais de saúde, feedback para melhorias e avaliações foram o que nortearam o crescimento, desenvolvimento e êxito dos grupos educativos.

Principais resultados alcançados

Através deste trabalho foi incorporar as Práticas Integrativas e Complementares em ações de educativas e práticas saudáveis, promovendo a adesão da comunidade em grupos educativos, fortaleceu o vínculo entre a comunidade e a equipe multiprofissional na atenção primária à saúde. A experiência permitiu acolher a população de forma qualificada, humanizada e empática, através do contato próximo e das escutas qualificadas. Com a participação da população ficou mais fácil a identificação de indivíduos pertencentes aos grupos de risco, dessa forma a orientação em saúde foi imprescindível na prevenção de doenças e na promoção de um estilo de vida saudável. Quando identificado dados pressóricos, glicêmicos ou antropométricos alterados,

além da orientação, eram agendadas consultas médicas, solicitados exames e/ou encaminhados para avaliação especializadas. Em dois casos, foram identificados níveis muito alterados, sendo necessário encaminhamento imediato a unidade de pronto atendimento. Além disso, foi possível adentrar e compartilhar experiências no espaço público de convivência da comunidade, o que facilitou o acesso dos usuários nas ações de promoção à saúde física e mental. Relatos da comunidade descreveram o aumento da qualidade de vida, a satisfação e contentamento durante as ações desenvolvidas dentro do território. Muitos expressaram de forma radiante o quão positivo era a auriculoterapia na melhora do sono, das dores, da qualidade de vida, se sentiam realmente cuidados e abraçados pelos profissionais. Identificou-se o aumento dos percentuais dos Indicadores do Previne Brasil da ESf. Foi nítido o empoderamento da população em relação ao autocuidado, a nutrição, a saúde física e mental. Uma experiência ímpar, exitosa em via dupla, que trouxe realização profissional e satisfação comunitária.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Concluiu-se que a incorporação das Práticas Integrativas e Complementares em ações de promoção à saúde é possível, traz qualidade de vida, humanização na assistência, promove o fortalecimento do vínculo entre a comunidade e a equipe profissional, facilita o acesso e adesão ao serviço de saúde da atenção básica. Contudo, é necessário envolvimento da gestão municipal, incentivo financeiro, capacitação continuada aos profissionais para manter o nível alto de qualidade e satisfação popular.

GRUPO TERAPÊUTICO “PROSA E ARTE”

Município: Varjão de Minas

Unidade Regional de Saúde: Patos de Minas

Autores: Marcilene Aparecida da Silva – Psicóloga, Lauane Liberato Magalhães - Agente Comunitária de Saúde.

Resumo Estruturado

Este trabalho objetiva relatar a aplicação da arteterapia na prática cotidiana, tomando por objeto a experiência desenvolvida em um grupo terapêutico intitulado “Prosa e arte” no município de Varjão de Minas-MG, a fim de promover o cuidado com a saúde mental dos usuários da UBS Sonia Maria de Camargos Alves. Desse modo, as ações realizadas visam à potencialização e valorização de formas singulares do processo de livre criação dos usuários, elevação da autoestima, melhora do equilíbrio emocional, favorecer o autoconheci-

mento e autonomia, minimizando assim os riscos de doenças mentais. O grupo vem se apropriando de linguagens da arte, como pintura, bordados, esculturas, e outras formas de expressão artística. A adesão e o envolvimento dos usuários na arteterapia, possibilita mudanças nos campos afetivos, interpessoal e relacional, tendo como resultado principal uma melhora significativa na qualidade de vida.

Objetivo Geral

Desenvolver a capacidade criativa, a fim de facilitar o processo de autonomia, autoconhecimento e autoconfiança, melhorando assim a qualidade de vida do indivíduo.

Objetivos específicos

- ▶ Promover ações que contribuem positivamente com a saúde mental;
- ▶ Desenvolver o autoconhecimento, autoconfiança e autonomia;
- ▶ Possibilitar relações interpessoais e trocas de vivências.
- ▶ Estimular a criatividade através de trabalhos artesanais.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Em fevereiro de 2023, teve início o grupo terapêutico intitulado “Prosa e arte”. O nome, escolhido, engloba em seu significado a construção dos laços afetivos com base no fazer artístico e nas interações sociais.

Embora não tenha havido critérios rígidos para o ingresso nesse grupo terapêutico, procuramos priorizar as pessoas que expressassem interesse pela arte.

O grupo tem encontros quinzenais às quintas-feiras, das 13h às 16 horas, tendo como facilitadora a psicóloga da unidade que é apaixonada por artes manuais, com auxílio das agentes comunitárias de saúde. Os profissionais que tem disponibilidade na agenda nos dias das oficinas também participam. É um importante momento de interação entre equipe e usuário, de forma descontraída e harmoniosa.

As atividades são realizadas na UBS Sônia Maria de Camargos Alves. E as obras confeccionadas pelos participantes podem ser levadas pra casa, para presentear alguém querido ou para compor a decoração do lar.

Várias obras já foram produzidas, como: flores de papel, vasos decorativos, porta papel higiênico, jogo americano, decoupage e muitas outras. Além de suas obras, os participantes levam pra casa, o aconchego de amizades saudáveis e a experiência de “um bom dedo prosa”.

Temos forte convicção que as experiências vivenciadas nos encontros despertam as mais lindas emoções, tanto nos participantes, quanto nos profissionais que compõe a equipe da UBS Sonia Maria de Camargos Alves.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

O trabalho é realizado por equipe saúde da família. O convite aos usuários foi feito durante os atendimentos. As oficinas são coordenadas pela psicóloga e agentes comunitárias de saúde. Muitos participantes foram convidados pela equipe de odontologia durante o atendimento. Outros pela recepcionista enquanto aguardava para uma consulta. O sucesso das oficinas se deu ao empenho de toda a equipe.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Comerciantes locais (que nos doam parte dos materiais para confecção das artes).

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Tivemos a participação dos usuários também na divulgação das oficinas, que convidaram vizinhos, amigos e parentes. Participação também na escolha das atividades a serem realizadas em cada oficina. Além de contribuírem levando materiais para serem usados nas oficinas. Por sugestão dos próprios participantes, em cada oficina é oferecido um lanche levado por eles.

Principais resultados alcançados

Observamos que as oficinas do Grupo “Prosa e arte” tem possibilitado aos nossos usuários a vivência de suas dificuldades, medos e angústias de um modo menos doloroso. Por meio da partilha das vivências individuais foi possível minimizar o impacto de fatores negativos de ordem afetiva e emocional que naturalmente provocam o adoecimento mental, tais como: angústia, estresse, medo, agressividade, isolamento social, apatia, entre outros.

Consideramos que, mediante a interpretação e a reflexão das vivências na relação terapêutica, a pessoa vai se apropriando dos seus próprios conteúdos, adquirindo autoconfiança e assim melhora significativamente sua qualidade de vida.

A arteterapia propicia mudanças nos campos afetivo, interpessoal e relacional, e essa com certeza foi a nossa maior conquista com esse trabalho. Através da capacidade criar, atingimos áreas importantes da vida dos nossos usuários. Criatividade, boas conversas e muita alegria são os pilares do nosso grupo terapêutico “Prosa e arte”.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Esperamos sensibilizar e estimular outros profissionais da área de saúde mental e artistas de modo geral a vivenciar essas gratificantes experiências. É magnífica a oportunidade de ver o sorriso no rosto de alguém por orgulho produzido algo com as próprias mãos. Arteterapia provoca as mais lindas emoções.

INSERÇÃO DA AURICULOTERAPIA NA APS EM MONTE SANTO DE MINAS

Município: Monte Santo de Minas

Unidade Regional de Saúde: Passos

Autores: Janaína Ferreira Zamarco e Marcella Beatriz Piccinini Giacomelli.

Resumo Estruturado

Sabendo que a Auriculoterapia é uma prática com excelentes resultados e com potencial para atingir uma grande demanda em baixo tempo e custo, objetivou-se divulgar a prática no município. Foram utilizadas diversas estratégias para divulgação: cartazes, mídias sociais, educação em saúde, atividades coletivas, realização da prática nos ACS como meio estratégico de divulgação etc.

Atualmente, ainda há oferta nas atividades coletivas, educações em saúde, ações de prevenção e promoção de saúde e também em atendimentos individuais.

Para avaliação, foi implantado um questionário de avaliação dos usuários. Percebe-se que a cada dia mais pacientes buscam pela prática e que a maior parte dos que tiveram o primeiro contato retorna ao serviço para continuidade do tratamento, relatando melhora significativa nas queixas de dor, melhora do sono, redução da ansiedade.

A Auriculoterapia se destaca pelos resultados, por ser um tratamento pouco invasivo, por ter formas de cuidado e ação mais brandas e menos efeitos colaterais. Com ela é

possível estimular a realização de outros métodos de autocuidado, além de propiciar a promoção/recuperação da saúde.

Objetivo Geral

O objetivo geral desta experiência foi o de divulgar a prática no município, atingir um elevado número de pacientes e estimular o autocuidado.

Objetivos específicos

- ▶ Conscientização sobre a prática, permitindo que mais pessoas conheçam os benefícios e considerem como uma opção de tratamento para suas condições de saúde;
- ▶ Acesso a várias opções de tratamento, além da medicina convencional, permitindo que indivíduos escolham abordagens de tratamento que melhor se adequem às suas necessidades e preferências;
- ▶ Educação do público sobre como essa prática funciona, seus princípios básicos e como integrá-la a outros tratamentos de saúde;
- ▶ Redução do estigma associado à medicina alternativa e complementar, destacando seus benefícios e eficácia.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrassetorial, intersetorial e interinstitucional; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Foram utilizadas diversas estratégias para divulgação da Auriculoterapia no município. Assim que começamos a realizar a prática no município, fizemos a divulgação deste por meio de cartazes e folders nas Unidades de Saúde, Pronto Atendimento, Ambulatório, Farmacinha Municipal, dentre outros pontos estratégicos da área da Saúde. Também foi divulgado nas mídias sociais da prefeitura municipal (Facebook e Instagram) e no Whatsapp das USF. Também realizamos Educações em Saúde sobre a temática em salas de espera e reuniões de bairro. Além disso, convidamos os Agentes Comunitários de Saúde a conhecerem a realizarem a prática, de forma a – além de receber o benefício da técnica – divulgar a mesma aos seus usuários cadastrados.

Outra forma de acesso a esta prática, com um objetivo mais direcionado, é durante as atividades coletivas da Atenção Básica, como: grupo para diabéticos e hipertensos

(em parceria com Enfermagem e Nutrição), grupo para pacientes com dores crônicas (em parceria com Educação Física e Fisioterapia), Grupo do Tabagismo, Grupo com foco em ansiedade e depressão, Grupo para pacientes em uso de benzodiazepínicos etc. Em cada um desses grupos, a técnica é direcionada para um objetivo específico, por exemplo: no grupo para pacientes em uso de benzodiazepínicos, destacamos o benefício da prática para a insônia; no grupo do Tabagismo um protocolo que visa a redução da ansiedade e do desejo de fumar; no grupo de dores crônicas, objetivamos os pontos para alívio da dor, de acordo com o local indicado pelo paciente etc.

Atualmente, ainda há a oferta de Auriculoterapia nas atividades coletivas, educações em saúde, ações de prevenção e promoção de saúde, e também em atendimentos individuais, em pacientes encaminhados por algum profissional da Unidade de Saúde, mas também por demanda espontânea, em que o paciente busca por si a Unidade para o agendamento e realização. Por fim, mais recentemente, implantamos um questionário de avaliação/satisfação dos usuários do serviço de Auriculoterapia. Com isso, objetivamos melhorar a qualidade do tratamento, avaliar sua eficácia, garantir a satisfação do paciente, informar decisões e construir confiança na prática terapêutica.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Com a divulgação da técnica, foi possível que profissionais alocados em diferentes níveis de atenção à saúde pudessem indicar a prática da Auriculoterapia aos seus pacientes, como fisioterapeutas, médicos, enfermeiros, nutricionistas, educadores físicos etc.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não houve.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Houve participação da comunidade na avaliação. Foi implantado um questionário de avaliação/satisfação, com o objetivo de captar um feedback sobre a experiência dos pacientes, identificando áreas para melhoria e ajustando a prática para atender melhor às necessidades dos mesmos. Também para ajudar a determinar a eficácia da prática no tratamento de condições específicas e permitir que os pacientes expressem sua satisfação com o serviço, incluindo aspectos como a qualidade do atendimento, o ambiente físico e os resultados percebidos do tratamento. Com esse questionário é possível aumentar a credibilidade da terapia e atrair mais pacientes em potencial.

Principais resultados alcançados

Em relação à divulgação, percebe-se que a cada dia mais pacientes buscam pela prática. Os mesmos relatam que ficaram sabendo da existência da oferta de Auriculoterapia no município por diversos meios: redes sociais, cartazes, outros profissionais de saúde e principalmente por pessoas de seu convívio (amigos, familiares, vizinhos, colegas de trabalho etc). Em relação à prática, foi possível perceber que a maior parte dos pacientes que teve o primeiro contato com a Auriculoterapia retornou ao serviço para continuidade do tratamento. Relataram melhora significativa nas queixas de dor (ocorrendo, inclusive – em alguma parcela destes - a redução no uso de analgésicos), melhora do sono, redução da ansiedade.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A Auriculoterapia é um método que se destaca pelos resultados e por ser um tratamento pouco invasivo, fazendo com que seja bem aceita pelos pacientes. Além disso, as formas de cuidado e ação costumam ser mais brandas e com menos efeitos colaterais. Ela vem sendo apreciada também pelo potencial em estimular a autocura dos doentes num processo de dentro para fora, com maior participação dos pacientes e mais consideração pelos seus aspectos subjetivos e psicossociais. Percebe-se que a partir desta temática é possível estimulá-los a realizarem outros métodos de autocuidado como mudanças na alimentação, prática de exercícios físicos e de relaxamento, além de propiciar a promoção/recuperação da saúde.

YOGA PARA TODOS.

Município: Tabuleiro

Unidade Regional de Saúde: Ubá.

Autores: Flávia Oliveira Ramos Mialich e demais profissionais da equipe e-multi, Casa de Cultura e Secretaria de saúde do município.

Resumo Estruturado

O projeto “Yoga para Todos” foi idealizado a partir de uma parceria entre a secretaria de saúde e Casa de Cultura. Dentre as práticas complementares e integrativas em saúde, o Yoga tem se tornado uma prática para obter Saúde integral. Trabalhando corpo físico, mental e Espiritual.

Objetivo Geral

Estimular o fortalecimento e a integração social da comunidade em prol da melhora da qualidade de vida por meio da prática do Yoga.

O yoga é uma técnica indiana milenar que propõe o cessar das flutuações da mente por meio de posturas, exercícios respiratórios e meditação.

Objetivos específicos

- ▶ Promover saúde e prevenir agravos através da prática do Yoga, especialmente no que tange a diminuição do risco cardiovascular e melhora da saúde mental.
- ▶ Socializar informações sobre a importância tanto da adoção de hábitos de vida saudáveis quanto do acompanhamento regular na UBS.
- ▶ Oportunizar espaços periódicos para que os participantes da comunidade se encontrem, se organizem, interajam e realizem atividades complementares em saúde. Criando um vínculo de convívio, vivências e experiências.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O Yoga proposto é o Hatha Yoga. Os planos de aula são elaborados para atender às necessidades específicas do público e do espaço disponível. Os praticantes tem a oportunidade de se aprofundar nas posturas físicas (asanas), exercícios de respiração consciente (pranayamas) e técnicas de meditação e relaxamento. Além disso, recursos como música, aromatizantes de óleos essenciais são utilizados para criar uma atmosfera agradável e propícia ao bem-estar dos participantes.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Equipe e-multi.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Casa de Cultura.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Foi proposto uma roda de conversa, com objetivo de definir uma atividade que atendesse a população em geral, visando o bem estar e a prevenção de doenças.

Principais resultados alcançados

O yoga ajudou a reduzir o estresse e a ansiedade. Controle da pressão arterial em participantes hipertensos, também ajudou a melhorar a qualidade de vida e a saúde mental.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Concluimos que a adesão a prática do Yoga pode ajudar a melhorar a saúde, aumentar a força e a flexibilidade e reduzir os sintomas de estresse, depressão, ansiedade e riscos cardio-vasculares. Encontrar tempo para praticar yoga apenas algumas vezes por semana pode ser suficiente para uma diferença notável quando se trata da sua saúde.

PROJETO + SAÚDE

Município: Miraí

Unidade Regional de Saúde: Ubá

Autores: Raphael Firmino da Costa, Lisandra Braga Sutana Villas.

Resumo Estruturado

O Projeto + Saúde trata-se de acompanhamento através da auriculoterapia e foi implantado em Miraí com o objetivo de proporcionar mais saúde para a população por meio das práticas integrativas complementares. Funcionando desde 2022, esse Projeto já atendeu mais de 150 pessoas com resultado positivo para todas as patologias apresentadas, sendo realizado nas unidades de saúde atendendo individualmente.

A auriculoterapia, derivada da acupuntura é uma PIC – Prática Integrativa Complementar, presente na PNPIC - Programa Nacional da Prática Integrativa desde seus primórdios. Nesta especialidade os vários pontos auriculares podem ser estimulados por aproximadamente por 7 dias com sementes para massagem dos pontos, sendo a mais empregada a de mostarda. Esta técnica segue um mapa auricular no qual localizam-se as áreas reflexas do corpo (VIEIRA, A.R.S 2013). Entre as inúmeras condições de saúde que já foram objeto de pesquisa sobre a efetividade por acupressão estão lombalgias e cefaleia. Além de ser amplamente utilizada no tratamento de queixas relacionadas a componentes afetivos e comportamentais como estresse, insônia, ansiedade e humor depressivo (MERHY, E.E. 1977).

Objetivo Geral

Proporcionar qualidade de vida aos pacientes.

Objetivos específicos

- Aliviar sintomas de dores agudas e crônica;
- Melhora do quadro da ansiedade e estresse;
- Melhora do quadro de insônia;
- Melhora do quadro depressivo;
- Auxiliar no controle da hipertensão;
- Auxiliar no controle da diabetes.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrassetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Os pacientes são encaminhados pelos profissionais da APS – Atenção Primária à Saúde (Fisioterapeuta, Dentistas, Nutricionistas e Psicólogos), para o fisioterapeuta responsável pelo projeto através de receituário próprio, especificando os sintomas avaliados para inserção nos atendimentos. São realizados até 10 atendimentos iniciais, com intervalo de 07 dias, após é realizada reavaliação e conforme a necessidade, serão acrescentadas mais sessões para o resultado satisfatório e feito o registro em prontuário (PEC) todos os atendimentos, colocando os pontos utilizados e comparando a melhora ou não do quadro do paciente.

A maioria dos pacientes relatam melhora significativa dos sintomas apresentados no início do tratamento, proporcionando qualidade de vida e bem estar aos acompanhados.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Policlínica, Unidades Básicas de Saúde e E-Multi.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Esse projeto envolve todas as políticas setoriais, organizações não governamentais e associações, por meio de encaminhamentos dos usuários para atendimento no Projeto + Saúde.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

O Projeto + Saúde foi criado através da necessidade de um grupo de atividade física, ou seja, a demanda desses usuários nos motivou a criar o projeto apresentado.

Principais resultados alcançados

Implantado há 2 anos, foram atendidas 150 pessoas e 90% dessas apresentaram melhoras significativas nos quadros relatados.

- ▶ Alívio dos sintomas de dores agudas e crônicas
- ▶ Melhora do quadro da ansiedade e estresse
- ▶ Melhora do quadro de insônia
- ▶ Melhora do quadro depressivo
- ▶ Melhora no controle da hipertensão
- ▶ Melhora no controle da diabetes

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

O Projeto + Saúde pode ser implantado em qualquer município, necessitando de planejamento, vontade política e articulação da rede, pois os gastos são mínimos

diante dos resultados satisfatórios e melhora significativa na qualidade de vida da população atendida.

VIVA PICS - IMPLEMENTAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA REDE DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE NO MUNICÍPIO DE DIAMANTINA.

Município: Diamantina

Unidade Regional de Saúde: Diamantina

Autores: Santa Irene de Meira e Silva, Taysa Sant Ana Ferreira, Lilianny Mara Silva Carvalho, Ludmara Campos Farnezi e Henrique Reis Souza Santos.

Resumo Estruturado

Oferecer Práticas Integrativas nas Unidades Básicas de Saúde contribui para absorver a demanda de usuários hiperutilizadores, que buscam com frequência o serviço de saúde. As PICS ampliam o acesso dos usuários aos serviços e trazem para as Unidades onde estão implementadas a possibilidade de oferecer acolhimento, humanizando o serviço oferecido. Melhoram ainda a relação custo benefício dos serviços, pois são práticas que apresentam baixo custo e abrangem maior número de pessoas. Podem ser realizadas como abordagens coletivas de promoção de saúde, tanto de saúde física quanto de saúde mental, na prevenção de doenças, no tratamento e reabilitação. Nesse sentido, o Projeto prevê realizar um processo formativo para os profissionais de saúde que compõem as 16 equipes da Estratégia Saúde da Família do município de Diamantina, ao longo de 18 meses, sendo os 8 primeiros meses uma fase de sensibilização, os 4 meses seguintes a fase de capacitação, e os últimos 4 meses a fase de implantação.

Objetivo Geral

Realizar um processo formativo para os profissionais de saúde que compõem as 16 equipes da Estratégia Saúde da Família do município de Diamantina-MG

Objetivos específicos

- ▶ Sensibilizar os profissionais de saúde das 16 equipes da Estratégia Saúde da Família do município de Diamantina sobre os benefícios das PICS na saúde.
- ▶ Capacitar 120 profissionais da saúde em PICS através de 3 cursos de 20 horas e 3 capacitações de 12 horas.
- ▶ Promover a prática assistencial através de PICS na rede da APS do município de Diamantina.

- › Implementar um projeto piloto com PICS, em uma UBS do município.
- › Contribuir para a humanização da assistência à saúde na APS do município de Diamantina.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

1ª Fase: Acompanhamento Terapêutico com as PICS para os profissionais de saúde.

Nos primeiros 8 meses, os profissionais irão vivenciar as seguintes práticas terapêuticas: Yoga, Mindfulness, Chi Kung, Aromaterapia, Automassagem, Biodança, Auriculoterapia, Terapias Externas, Fitoterapia, Cantoterapia, Terapia Artística, Terapia Comunitária Integrativa.

Com cada uma das 12 equipes de profissionais da área urbana esta sendo realizado:

- › 1 encontro quinzenal de 3 horas, totalizando 16 encontros;
- › Carga horária total de 48h para cada equipe;
- › Local: no espaço da Clínica Bem Cuidar em Diamantina.

Com as 4 equipes de profissionais da área rural está sendo realizado:

- › 1 Encontro de 4 horas a cada 28 dias, totalizando 8 encontros;
- › Carga horária total: 32 horas para cada equipe;
- › Local: nas próprias UBS.

2ª Fase: Capacitação dos profissionais de saúde

Serão oferecidos:

- › 3 cursos de 20 horas (Auriculoterapia, Chi Kung, Fitoterapia) e,
- › 3 capacitações de 12 horas (Auto Massagem, Aromaterapia, Shantala);

Serão oferecidas 120 vagas para formações, sendo 20 vagas em cada formação. Cada UBS poderá indicar até 2 pessoas por curso.

3ª Fase: A Metodologia será teórico vivencial, em cursos presenciais. Cada partici-

pante receberá o kit terapêutico com os materiais utilizados no curso, para as primeiras aplicações de cada prática.

Implementação das PICS na UBS modelo. Nesta fase será escolhida uma (01) equipe para receber, durante 6 meses, consultoria na implementação das PICS em sua UBS; A partir da experiência na UBS modelo serão criados protocolos para a implementação da PNPCS em outras UBS do município.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Não possui.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

O Projeto fortalece suas ações através de parcerias estratégicas, como a parceria firmada com a Organização da Sociedade Civil (Centro de Medicinas e Clínica de Saúde e Educação Bem Cuidar), colaboração entre profissionais da Estratégia Saúde da Família e equipe Multiprofissional

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Até o momento não, o projeto ainda está em execução, iniciando sua segunda fase.

Principais resultados alcançados

O projeto está em sua 1ª fase de execução e até fevereiro/2024 cumpriu 75% da carga horária de PICS para os profissionais de saúde.

Nos 7 meses de sensibilização com os profissionais foram realizadas vivências em diversas PICS com o objetivo de apresentá-los práticas de cuidado e promoção da saúde. Através dos depoimentos e das trocas durante os encontros, percebemos o quanto estes profissionais estão utilizando as PICS para o seu autocuidado, o tanto que estão interessados em vivenciar cada prática proposta e o despertar da possibilidade de indicar as práticas para as pessoas usuárias do SUS que estão no dia a dia dos atendimentos das unidades na Atenção Básica. "As práticas estão me ajudando muito, semana passada lá no trabalho fiz o exercício de respirar que aprendi no Mindfulness, foi muito bom."

“Estou aprendendo práticas que nunca tinha ouvido falar, a gente não tinha acesso. Vivenciar as práticas ajuda, porque já conheço e tenho como indicar para as pessoas que atendo.”

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Estamos caminhando com muita satisfação para finalizar nos próximos meses do primeiro quadrimestre de 2024 a fase de acompanhamento terapêutico com as PICS para os profissionais de saúde. Acreditamos que esta iniciativa vem contribuindo para fomentar as PICS entre os profissionais, trazendo novas perspectivas de cuidado integral com a saúde física, emocional, mental e social. Além de ser uma prática que inclui o município de Diamantina, entre os atores que contribuem para a implantação PNPIC.

PICS NA APS - UMA EXPERIÊNCIA EM CARRANCAS MG

Município: Carrancas

Unidade Regional de Saúde: Varginha

Autores: Maria Tereza Gomes de Carvalho, Ana Cristina Moura, Biasy Furtado G. Alexandre.

Resumo Estruturado

A inserção das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) na Atenção Primária de Saúde (APS) permite trabalhar a promoção da saúde e qualificar o serviço ofertado, trazendo integralidade e equidade na atenção à saúde da população, através de uma estratégia terapêutica baseadas no autocuidado e no cuidado individualizado e coletivo, também complementando tratamentos convencionais biomédico ofertados e promovendo qualidade de vida aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS). O objetivo desta experiência é a implementação das práticas integrativas na carteira de serviço da Atenção Primária de Saúde no município de Carrancas/MG. Observou-se com a implementação das práticas, benefícios terapêuticos na saúde e abertura para participação social, e espera-se o fortalecimento no desempenho multiprofissional e parcerias setoriais, abrangendo com possibilidades e vantagens de tratamentos complementares, com propósito de melhoria na saúde de toda comunidade. Embora as práticas apresentem potencial crescente no cuidado à saúde da população e na saúde pública, ainda apresentam obstáculos a serem enfrentados.

Objetivo Geral

Implementar as Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária de Saúde do município de Carrancas/MG.

Objetivos específicos

Integrar e complementar as práticas dos tratamentos convencionais da biomedicina, com a implementação das Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária em Saúde do município de Carrancas/MG, trazendo melhorias na saúde, buscando promover qualidade de vida e resolubilidade na atenção à saúde individual e coletiva. Assim fortalecendo o desenvolvimento de ações da Política Estadual de Promoção da Saúde, o desempenho multiprofissional, e as parcerias intra-setoriais e intersetoriais, aprimorando as ações e zelando pelo bem estar do usuário do SUS.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Participação e Controle Social; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes;

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O desenvolvimento das PIC's aconteceu nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) Dr. Manoel Moreira da Silva Júnior e Adriano Moreira de Andrade, do município de Carrancas, que fica situada no Sul de Minas Gerais, com uma população estimada de 4.049 habitantes. No ano de 2015, iniciou com a oferta de duas PIC's na Atenção Primária de Saúde, as práticas de YogaTerapia e a Oficina Amor e Vida - Arteterapia. No ano de 2022, após período de pausa devido a pandemia de COVID-19, foi retomada a oficina amor e vida e as práticas de yogaterapia. Em 2023, houve a proposta de implantação de novas PIC's na saúde pública, como: meditação, auriculoterapia, ozonioterapia, aplicação de ventosas, bioenergética, aromaterapia, cromoterapia, geoterapia, imposição de mãos / Reiki e massoterapia. As PICs na Atenção Primária de Saúde/SUS podem ser ofertadas pelo mesmo profissional que realiza o cuidado biomédico aos usuários, desde que tenham formação prévia para praticá-las ou por profissional específico contratado para a oferta de cuidado, assim nesta experiência as práticas são realizadas pelo profissional (enfermeira) da equipe da Saúde da Família.

O desenvolvimento das ações se dá através de atendimento e/ou procedimento individual e de atividades coletivas com atendimentos em grupo, ofertadas ao público alvo constituído pela população Carranquense adscrita na Estratégia Saúde da Família (ESF), pelo SUS, de Carrancas/MG, através de procura espontânea ou

por encaminhamento de profissionais das equipes. Após a realização das sessões terapêuticas, das atividades coletivas e demais atendimentos, as informações são registradas na base de dados do e-SUS Atenção Básica (e-SUS AB), com finalidade de comprovação do serviço realizado, análise dos dados quantitativos e para recebimento de incentivo financeiro.

Para complementar o desenvolvimento do trabalho, os indivíduos serão analisados de forma qualitativa via prontuário/avaliações, buscando coletar informações individuais antes do início das práticas (anamnese e exame físico), e reavaliados após um determinado tempo de tratamento terapêutico indicados e orientados, para estimar a eficácia e percepção acerca dos procedimentos.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Em busca da ampliação do acesso e implementação das PICs, a Secretaria Municipal de Saúde de Carrancas, oferta as práticas para complementar o serviço da Atenção Primária de Saúde contemplando as Estratégias de Saúde da Família, Unidades Básicas de Saúde e Clínica municipal de assistência especializada.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Pretende-se futuramente articular com outros setores do âmbito de saúde pública e demais políticas públicas, expandindo algumas PICs intra e intersetorial, no Setor de Educação, associando ao Programa Saúde na Escola (PSE) e no Centro de Referência da Assistência Social (CRAS), buscando a concentração, equilíbrio na saúde emocional e mental e promoção da saúde dos educandos e da comunidade geral.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Ao retomar as práticas de Yogaterapia, foi aplicado uma ficha de inscrição e nesta incluindo um questionário de anamnese e de interesse em outras práticas integrativas e complementares. No desenvolvimento das práticas integrativas é aberto espaço de escuta ativa e compartilhada, com troca de saberes e conhecimentos.

Principais resultados alcançados

Com a reintrodução da oferta das PICs na carteira de serviço da Atenção Primária de Saúde, já se pode observar os benefícios através de relatos qualitativos do retorno terapêutico, imagens de evolução de caso clínico das condições de saúde,

a complementação no tratamento da racionalidade biomédica, e a promoção à saúde, com participação comunitária através de conscientização do processo saúde-doença-cuidado. Anseia-se com a implementação das PICs, o aumento do vínculo com as equipes de saúde e o fortalecimento dos princípios da integralidade e equidade do sistema de saúde pública. A implementação das atividades e o desenvolvimento das ações de forma organizada, planejada, participativa e integrada, facilitam a introdução, permanência e sustentabilidade dos novos cuidados inseridos no cotidiano, contribuindo com resolubilidade e qualificação dos serviços de saúde, e promovendo bem estar e melhoria na saúde individual e coletiva. Porém esta implementação ainda apresenta algumas dificuldades e obstáculos a serem enfrentados, tais como a ampliação de acesso, oferta do serviço, oposições e contestação de sua legitimidade e financiamento de recursos.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Diante da breve análise positiva, através de relatos e resultados, podemos afirmar a importância das PICs nos serviços da APS. Com o desenvolvimento das ações será possível observar melhores resultados na promoção da saúde a população que usufrui do SUS. Um outro ponto relevante é que as práticas sejam articuladas com outros setores do âmbito de saúde pública e demais políticas públicas, fortalecendo a integralidade e equidade no SUS. Porém, mesmo com um potencial crescente no cuidado à saúde, ainda seguem com dificuldades, tais como a ampliação de acesso e financiamento de recursos.

YOGA CARLOS CHAGAS

Município: Carlos Chagas

Unidade Regional de Saúde: Teófilo Otoni

Autores: Secretaria municipal de saúde de Carlos Chagas, Aldo Figueiredo.

Resumo Estruturado

Prática de Yoga quatro vezes por semana, aberta a toda população, para todas as idades. A prática envolve exercícios respiratórios, posturas físicas e meditação. Relatos de diminuição de dores, melhora do sono e disposição, redução de fármacos, controle da ansiedade, depressão e síndrome do Pânico são frequentes pelos praticantes. Essa prática ocorre há seis anos no município de Carlos Chagas.

Objetivo Geral

Melhorar a qualidade de vida da população, promovendo a saúde através de hábitos saudáveis e da prática de Yoga.

Objetivos específicos

Melhorar a saúde física e mental da população.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Execução de exercícios respiratórios (pranayama) para prevenção/ tratamento de doenças respiratórias além de controle de ansiedade e tensão muscular. Exercícios e posturas físicas (asanas) que fortalecem o corpo e promove equilíbrio, e prática de meditação para o equilíbrio mental.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Secretaria municipal de saúde e secretaria de esportes.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Secretaria de esportes.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

A população participa das práticas de yoga e sempre opinam com relatos e sugestões.

Principais resultados alcançados

Diminuição de dores, melhora do sono, melhora das relações interpessoais, controle da ansiedade, diminuição de fármacos, auxílio no tratamento da depressão e síndrome do Pânico, melhora da qualidade de vida.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Excelente programa, isso inspira e dá motivação.

QUIROPRAIXIA

Município: Iguatama

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Egbertto Gonçalves Batista Da Silva

Resumo Estruturado

O Projeto de Atendimento com a Quiropraxia é uma iniciativa inovadora e comprometida em ampliar o acesso à saúde, promovendo bem-estar e qualidade de vida da comunidade assistida. A Quiropraxia se apresenta como uma alternativa terapêutica eficaz e segura no tratamento de diversas condições de saúde, complementando os métodos convencionais disponíveis. Este projeto visa não apenas aliviar sintomas específicos, mas, também contribuir para uma abordagem mais abrangente da saúde, considerando o equilíbrio físico e mental dos indivíduos. Ao oferecer atendimentos de Quiropraxia de forma acessível e gratuita, pretendemos não apenas proporcionar alívio imediato aos pacientes, mas também fomentar a promoção de saúde.

Objetivo Geral

Desenvolver e implementar um projeto de atendimento em Quiropraxia com o propósito de promover a saúde integral e o bem-estar da comunidade, proporcionando uma abordagem terapêutica complementar, acessível e eficaz. Disponibilizar consultas de Quiropraxia gratuita para a população, eliminando barreiras financeiras e promovendo a acessibilidade a essa prática terapêutica.

Objetivos específicos

- ▶ Proporcionar por meio da técnica ajustes nas disfunções da coluna vertebral promovendo o alívio imediato da dor na grande maioria dos casos.
- ▶ Melhorar a mobilidade e bem-estar do paciente com manobras manuais na coluna vertebral e demais articulações.
- ▶ Abordar e tratar a dor de maneira não invasiva e livre de medicamentos.

- ▶ Estabelecer colaborações com profissionais da saúde, como médicos, fisioterapeutas e psicólogos, oficinairos para garantir uma abordagem integrada no cuidado do paciente.
- ▶ Assegurar que todos os atendimentos em Quiropraxia sejam realizados em conformidade com as normativas do código de ética e legais, respeitando as regulamentações pertinentes à prática na área de saúde.
- ▶ Realizar consultas individuais e em grupo. Determinar a frequência das consultas de acordo com as necessidades do paciente.
- ▶ Dar orientações educativas sobre a disfunção de cada indivíduo, seus benefícios e cuidados para casa - Orientar os pacientes sobre práticas de autocuidado que possam complementar os efeitos da Quiropraxia.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Vigilância, monitoramento e avaliação, Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Os atendimentos são conduzidos por profissional qualificado em Quiropraxia, respeitando padrões éticos e normativas legais.

Consultas individuais são oferecidas no primeiro contato, realizando assim uma ausculta de seus relatos e assim fazendo testes específicos para cada indivíduo conduzindo uma melhor avaliação e orientando paciente no que fazer até chegar nosso segundo contato. No segundo contato indivíduo tem contato com outro paciente que tenha os mesmos sintomas, causando assim um efeito social enorme, pois a dor crônica é incapacitante e estando ao lado de pessoas que as enfrentam no seu dia a dia o indivíduo sente-se com maior capacidade emocional para vencê-la, neste atendimento o paciente realiza exercícios específicos para seu problema. A implementação é gradual, permitindo avaliação constante e ajustes para melhor atender à demanda. Os atendimentos do segundo contato em diante tem no máximo mais dois indivíduos com a sua mesma condição crônica.

Identificar as condições de saúde mais prevalentes que podem se beneficiar da Quiropraxia.

Adequar as instalações e os espaços visando um ambiente acolhedor e seguro. Realizar uma ausculta criteriosa observando sempre as bandeiras vermelhas, amarelas e verdes de cada indivíduo para obter ao máximo de informações para usar a técnica ou não de Quiropraxia, proporcionando assim uma qualidade melhor a cada paciente. E caso o paciente não se enquadre na técnica de Quiropraxia realizar outra que possa lhe auxiliar no processo de cura de sua dor crônica.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

A Secretaria de Saúde juntamente com a atividade de quiropraxia e todos os setores de saúde trabalham conjuntamente, o quiropraxista faz os encaminhamentos para as áreas de psicologia, fisioterapia ortopedia neurologista, educador físico, instrutora de yoga que recebe e envia referência e contrareferência, além de participarem de reuniões intrasetoriais mensais.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

A quiropraxia trabalha exclusivamente com o setor da saúde, mas há práticas desenvolvidas com o CRAS (instrutora de yoga).

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

O atendimento de quiropraxia é uma prática integrativa realizada individualmente, o que a difere das outras práticas que podem ser realizadas em grupo, mas mesmo diante disto a comunidade está sempre aberta a discussões que avaliam a prática. E o que recebemos de feedback, usamos na melhoria e adaptação de cada indivíduo.

Principais resultados alcançados

- ▶ A quiropraxia pode fornecer benefícios imediatos e de longo prazo para o corpo, incluindo alívio da dor, melhoria da mobilidade, redução do estresse, melhoria do sistema imunológico, melhoria da digestão e melhoria do humor e diminuição da inflamação. No entanto, é importante notar que a quiropraxia é uma terapia complementar e não deve ser usada como uma substituição para o tratamento médico convencional.
- ▶ Melhora da funcionalidade e redução da dependência de tratamento farmacológico.
- ▶ Redução de custos a longo prazo devido a prevenção de doenças crônicas e redução de tratamentos intensivos.
- ▶ Redução na fila de especialidade médica da ortopedia e fisioterapia.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Este projeto representa um passo significativo em direção à construção de uma comunidade mais saudável e equilibrada. Ao integrar a Quiropraxia na rede pública

de saúde, os gestores abrindo portas para uma abordagem mais ampla, visando não apenas a ausência de doenças, mas o bem-estar integral de nossos cidadãos, fazendo uso do modelo biopsicossocial que abrange o indivíduo por um todo.

O objetivo dessas práticas é promover a saúde e prevenir doenças, além de oferecer tratamentos complementares para aliviar dores e reduzir o estresse do indivíduo tratado.

PRÁTICA DO TAI CHI CHUAN E QI GONG NA SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO (SMED) E NA BARRAGEM SANTA LÚCIA

Município: Belo Horizonte

Unidade Regional de Saúde: Belo Horizonte

Autores: Cláudio Alexander Deiran Rodrigues

Resumo Estruturado

O Tai Chi Chuan é uma antiga arte marcial chinesa que se distingue pela sua abordagem suave e fluida. Sua prática remonta a séculos atrás e hoje em dia é comumente praticada como uma forma de exercício físico e mental.

Após participar da capacitação para instrutor de Tai Chi, entre fevereiro e março de 2023, articulei com as gerências dos Centros de Saúde Santa Lúcia, Menino Jesus e a Sec. Mun. de Educação de BH, a abertura de duas turmas para prática do Tai Chi/Qi Gong. Estas turmas funcionam em um jardim da SMED e na Barragem Santa Lúcia, atendendo prioritariamente os usuários dos referidos Centros e Saúde. Na SMED às segundas e quartas e na Barragem Santa Lúcia às terças e quintas, desde junho de 2023.

Na SMED, além dos usuários que foram encaminhados pelo Centro de Saúde, parentes dos estudantes com deficiência da E.M. Santo Antônio, que permanecem diariamente no prédio aguardando seus dependentes, podem praticar o Tai Chi e usufruir de todos os benefícios da modalidade.

Objetivo Geral

Oferecer para comunidade dos C. S., da SMED e praticantes de atividade física da Barragem Santa Lúcia, todos os benefícios oriundos da prática do Tai Chi/Qi Gong.

Objetivos específicos

- ▶ Redução do estresse
- ▶ Melhoria do equilíbrio e coordenação motora

- ▶ Aumento da flexibilidade
- ▶ Fortalecimento muscular
- ▶ Prevenção de quedas
- ▶ Melhoria dos índices de HAS e diabetes
- ▶ Diminuição de dores crônicas e fibromialgia
- ▶ Melhoria do controle da micção
- ▶ Diminuição da ansiedade e depressão
- ▶ Bem-estar geral em todas as fases da vida

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Educação e Formação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Para realização desta experiência, o primeiro passo, no âmbito técnico necessário, foi a participação na capacitação: “Práticas Corporais nos Polos de Academias da Saúde de Minas Gerais: formação de instrutores de Tai Chi Chuan e Qi Gong”, em 2023, oferecida pelo O Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Minas Gerais, em parceria com a Escola de Saúde Pública do Estado de Minas Gerais.

Por ser servidor da Educação na PBH e trabalhar no prédio da Sec. Municipal, já identificava no espaço um enorme potencial para oferta de alguma atividade física, considerando a quantidade de servidores, estudantes, familiares e comunidade em geral, que utilizam frequentemente este equipamento. Após a referida capacitação, procurei o gestor do prédio e a gerente do C.S. Menino Jesus, que prontamente aprovaram a ideia e se colocaram à disposição para sua viabilização.

O C.S. Menino Jesus não possui Academia da Cidade referenciada e nem Educadores Físicos no seu quadro de servidores, havendo, portanto, uma demanda para essa área de atendimento aos usuários, de maneira que a oferta do Tai Chi veio ao encontro da carência deste serviço. Para espaço de realização da avaliação física dos interessados, articulei com a diretoria de uma escola do prédio, a E.M. Caio Líbano Soares, a cessão de uma sala no turno da tarde. Estudantes da EJA dessa escola, também praticam o Tai Chi atualmente.

Por outro lado, a Barragem Santa Lúcia acolhe inúmeros praticantes de atividade física, com pista de caminhada, aparelhos ao ar livre, se constitui em um importante espaço de saúde da comunidade local. Em articulação com a gerência do C.S Santa Lúcia, apresentei a intenção de oferta da modalidade, o que também foi prontamen-

te aprovado. Em seguida realizei uma capacitação/aula experimental de Tai Chi, com todos os A.C.S., para que divulgassem a modalidade em toda comunidade do Santa Lúcia. Além disso eles receberam também folhetos e flyers. Está em confecção pelo Distrito Sanitário C.S., um banner para ser fixado próximo ao local onde a atividade é desenvolvida às terças e quintas, para descrição e divulgação In loco, da atividade.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Centros de Saúde Menino Jesus e Santa Lúcia, Distrito Sanitário Centro Sul.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

E.M. Caio Líbano Soares, Gestão do Condomínio Arthur Versiani (prédio da SMED).

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não houve.

Principais resultados alcançados

Temos hoje 10 alunos (as) praticantes no prédio da SMED, incluindo estudantes da EJA da E.M. Caio Líbano Soares, pais, mães e irmãos de estudantes com deficiência da E.M. Santo Antônio, usuários encaminhados pelo C.S. Menino Jesus. Na Barragem temos cerca de 12 praticantes, usuários do Centro de Saúde Santa Lúcia e do espaço de caminhada e exercícios da Barragem Santa Lúcia. Todos eles usufruindo dos benefícios dessa prática, com emocionantes relatos sobre isso.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Para fortalecimento de ofertas das PICS, precisamos de ampla divulgação nas mídias, matérias em telejornais locais, entrevistas em rádios como a Itatiaia, para conscientização dos seus efetivos benefícios para saúde, eliminando ou diminuindo o preconceito existente, em alguns casos caracterizando as PICS até mesmo como charlatanismo. Especificamente relacionado ao Tai Chi, necessitamos da continuação da formação, para aprofundamento das técnicas, bem como aumento dos conteúdos desta modalidade, como o Banduanjin e a forma clássica de 108 movimentos.

Município: Lassance

Unidade Regional de Saúde: Pirapora

Autores: Júnea Cristiane Morais Silva/ Atlos Cacio De Souza Pereira Gomes.

Resumo Estruturado

Nas últimas décadas vem crescendo a busca de formas de cuidados com a saúde diferentes dos padrões convencionais, por uma forma de cuidar do indivíduo como um todo (equilíbrio do corpo, mente e espírito). A Organização Mundial de Saúde (OMS) vem apoiando e estimulando o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PIC) pelos sistemas de saúde dos seus países membros para que sejam utilizadas de uma forma mais segura e de eficácia comprovada. PICs é a nomenclatura adotada pela OMS para se referir aos sistemas médicos diferentes da biomedicina, como a Medicina tradicional Chinesa (MTC), a Medicina Alternativa e Complementar (MAC) e práticas corporais. O objetivo deste trabalho é contribuir com a divulgação destas práticas, para tanto, foi feita uma revisão sistemática sobre o tema, em publicações no Brasil, referentes ao período compreendido entre 2000 a julho de 2012, a partir das palavras chaves: Práticas Integrativas e Complementares, Práticas Integrativas, Práticas Complementares, Medicina Tradicional Chinesa, Medicina Complementar, Medicina Alternativa, Medicina Integrativa; no período. Apesar do interesse que as PIC's vêm despertando na sociedade e de ser uma área que beneficia a qualidade de vida e a promoção da saúde, ainda são poucos os serviços que oferecem esse tipo de atenção, os investimentos em estudos e pesquisas são limitados, a formação de profissionais se dá por uma busca pessoal e a informação e divulgação são limitadas ao ambiente de exercício das práticas. PALAVRAS CHAVE: Práticas Integrativas e Complementares, Promoção da Saúde.

Objetivo Geral

Relatar a vivência das práticas integrativas e complementares como instrumento de construção de uma atenção integral à saúde no município de Lassance - MG . Síntese dos dados trata-se de um relato de experiência de cunho descritivo, o qual foi efetivado mediante a necessidade de melhorar a saúde da população como um todo. A experiência ocorreu em uma pequena cidade do interior de Minas Gerais, Lassance, em 2023. Na oportunidade, ofertaram-se vivências com as práticas integrativas e complementares para os pacientes, tais como ventosa terapia, acupuntura, auriculoterapia, auriculoacupuntura, massoterapia, entre outras práticas. O uso dessas práticas permitiu expandir o olhar acerca do cuidado em saúde pessoal e comunitário. As vivências serviram para comprovar os benefícios e aperfeiçoar o conhecimento para as atividades no ensino das práticas integrativas e complementares, sendo, de fato, uma experiência lisonjeira e importante, na medida em que forneceu conhecimento na prática, antes só vista na teoria.

Objetivos específicos

O objetivo do trabalho foi analisar as experiências exitosas na (AP) das práticas integrativas e complementares, sobre tudo comprovar através de evidências que as PICs não devem ser vistas como uma estratégia para reparar ou substituir os elementos do sistema que não funcionam de maneira satisfatória, visto que elas próprias possuem diversas limitações. Essas práticas se apresentam no SUS como complemento a uma assistência em saúde que já exerça bom funcionamento, dessa forma, podem vir a contribuir para complemento e melhoramento de uma assistência já efetiva, oferecendo estratégias de autocuidado, promoção de saúde e qualidade de vida. Os artigos analisados também levam a crer que as PICs têm amplo potencial de melhoramento dos serviços de saúde, não apenas da atenção básica, mas também em outras instâncias. As práticas integrativas estão imbuídas na experiência de vida do paciente, com ênfase no doente, e não da doença, e integradora, de caráter não intervencionista e partilham de uma perspectiva vitalista, a Atenção Primária (AP) tem um papel importante na promoção e prevenção da saúde como estratégia prioritária, hoje são totalizadas 29 práticas integrativas e complementares (PIC's) disponibilizadas aos usuários através das políticas nacionais de práticas integrativas e complementares no SUS (PNPIC-SUS), porém o uso dessas práticas nos municípios, do Brasil, não tem uma representação expressiva.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Vigilância, monitoramento e avaliação.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Acupuntura, reiki ,massoterapia, Yoga, moxacombustão, ventosaterapia, auriculoterapia, auriculoacupuntura..

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Tendo como parceiros os médicos, enfermeiros, psicólogos, nutricionistas e toda rede de apoio do município.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Vigilância em Saúde; Policlínica, Caps. São setores que ajudam que articulam com a saúde.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não. Atividade prevista para o ano de 2024.

Principais resultados alcançados

Verificou-se, nesse aspecto, que 61% (8) dos participantes do grupo de tabagismo desconheciam as práticas integrativas e complementares, e os que a conheciam, 23% (3), já haviam participado de algumas práticas, a saber: ; auriculoterapia. Ressalta-se que outro dado importante, é que a experiência permitiu perceber que apenas cinco (38%) dos participantes conheciam. Relata-se que ao trazer esse método como demonstração naquele momento foi gratificante para todos os envolvidos. Pois, foi possível transformar o espaço da oficina em um ambiente amigável e acolhedor para a melhor integração do grupo, favorecendo a troca de experiência e construção do conhecimento. Acrescenta-se que, na perspectiva de propagação do conhecimento, trazer as PIC's para o formato de oficina foi uma demonstração simples da aplicabilidade das PIC's antes não vivenciadas pela maioria dos participantes no campo da saúde. Tornou-se possível, do mesmo modo, sensibilizá-los a conhecer outras práticas, visto que, naquele momento, 69% dos participantes da oficina demonstraram interesse em conhecer outros procedimentos das PIC's, dentre eles, a shantala, as danças circulares, a auriculoterapia e o yoga. Mostra-se que a oficina também permitiu aprimorar o processo de ensino-aprendizagem e, ainda, a ampliar a produção do conhecimento na área da saúde, bem como, possibilitou a reflexão sobre os paradigmas que envolvem o processo saúde doença, no que diz respeito à assistência terapêutica em saúde.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são recursos terapêuticos, baseados em conhecimentos tradicionais, que buscam a prevenção de doenças e a recuperação da saúde. Elas complementam as terapias convencionais, ajudando a restaurar o equilíbrio físico, mental, emocional e espiritual dos indivíduos. Seu uso pode prevenir diversas doenças como, por exemplo, depressão e hipertensão e em alguns casos, também podem ser usadas como tratamentos paliativos em algumas doenças crônicas.

As PICS envolvem abordagens que visam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos bem como objetiva a recuperação da saúde, por meio de abordagens eficazes e seguras. Elas focam numa visão abrangente da saúde, considerando aspectos mentais, físicos e espirituais e, com isso, contribuem para uma mudança de estilo de vida, direcionado para a cura do indivíduo em sua integralidade, e não somente com enfoque na doença. Essas práticas consideram, então, as particularidades de cada indivíduo, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e com a sociedade.

É importante salientar que as PICS não substituem o tratamento clínico. Como o próprio nome diz, elas são práticas complementares, e são indicadas por profissionais habilitados, conforme as particularidades e necessidades de cada indivíduo.

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM ILICÍNEA-MG- UMA VISÃO HOLÍSTICA DO CUIDADO

Município: Ilícinea

Unidade Regional de Saúde: Varginha

Autores: Ângela Cristina Dias Oliveira, Nádia Vinhas Dutra.

Resumo Estruturado

O projeto apresentado é a inserção das PICs nas Unidades Básicas de Saúde do município de Ilícinea, com o objetivo a complementação dos tratamentos na prevenção dos agravos bem como a recuperação e proteção à saúde de maneira holística. As práticas são disponibilizadas para todas as faixas etárias e também estão sendo implantadas no Centro Dia, antiga APAE e Yoga na Academia de Saúde, são ofertadas também: Meditação, Constelação Familiar, Reike, Ho'oponopono, Acupuntura e Auricoloterpia. O resultado está sendo muito positivo, com uma boa adesão por parte da população.

Objetivo Geral

A inserção das PICs na Atenção Primária do município tem como objetivo a complementação dos tratamentos na prevenção dos agravos bem como a recuperação e proteção à saúde de maneira holística.

Objetivos específicos

- ▶ Abordagem ampliada do processo saúde e doença;
- ▶ Promover cuidado integral à saúde em todas as faixas etárias;
- ▶ Promover o autocuidado em saúde levando em consideração aspectos físicos, emocionais, sociais e mentais;
- ▶ Ofertar serviços que somente eram disponibilizados na rede privada;
- ▶ Aliviar sintomas e tratar patologias já em curso;
- ▶ Ofertar as PICs para os pacientes do Centro Dia (antiga APAE);
- ▶ Ofertar as PICs para os trabalhadores em horário acessível .

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

As PICs são ofertadas na Equipe de Saúde do Rosário, pois esta unidade tem disponível sala específica e um ambiente mais tranquilo e ofertada à toda população. As aulas de Yoga são realizadas na Academia da Saúde devido também ao espaço propício para a realização de tal prática. Os usuários podem fazer agendamento prévio, onde são passados por uma avaliação inicial com a terapeuta holística que determinará qual prática será ofertada a eles.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

As ações são desenvolvidas nas Unidades de Atenção Primária e na Academia da Saúde

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Há uma parceria com a instituição, Centro Dia, antiga APAE, onde são realizadas as terapias para os usuários desta instituição e evitando que alguns sejam encaminhados para o CER de Três Pontas.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

As PICs foram implantadas recentemente, porém está tendo um impacto significativo no cuidado à saúde da população com um feedback positivo por parte dela.

Principais resultados alcançados

Em média são realizados 70 atendimentos mensais incluindo as sessões de Yoga. Primeiramente os usuários passam por uma avaliação para saber para qual prática ele será direcionado, entre eles: Yoga, Constelação Familiar, Auriculoterapia, Acupuntura, Ho'oponopono, Meditação e Reike, que são realizados por uma Terapeuta Holística.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Conclui-se que as PICs inseridas no serviço de Atenção Primária foram um grande ganho para a população no cuidado à saúde, havendo uma prevenção dos agravos bem como a recuperação e proteção à saúde de maneira holística. O feedback da população está sendo positivo pois são práticas que no município só eram ofertadas na rede particular e para todas as faixas etárias.

EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NA DIMINUIÇÃO DA INTENSIDADE DA DOR E NA REDUÇÃO DO CONSUMO DE MEDICAMENTOS EM PACIENTES COM DOR CRÔNICA ATENDIDOS EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE.

Município: Santa Bárbara

Unidade Regional de Saúde: Itabira

Autores: Janaina de Alem Rodrigues e Paulo Henrique Barroso Oliveira.

Resumo Estruturado

Combater a medicalização da saúde é um grande desafio. Nesse sentido, visando a redução no consumo de medicamentos e alívio da dor, foi proposto a introdução da auriculoterapia como ferramenta auxiliar no tratamento de pacientes com dores crônicas atendidos em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) no município de Santa Bárbara, MG. Utilizando sementes de mostarda para estimulação do pavilhão auricular com sessões semanais, foi obtido como resultado a redução do consumo de medicamentos e a redução de queixas álgicas, quando comparado ao tratamento convencional sem auriculoterapia.

Objetivo Geral

Fomentar a prática da auriculoterapia para alívio da dor e redução do consumo de medicamentos em pacientes com dor crônica.

Objetivos específicos

- ▶ Ofertar novas opções terapêuticas com cuidado humanizado, seguro, racional, com equidade, resolutivo e econômico;
- ▶ Reduzir o consumo de analgésicos e anti-inflamatórios na rede municipal;
- ▶ Promover a satisfação do usuário com o sistema de saúde, demonstrando a efetividade de técnicas não medicamentosas no combate a dor;
- ▶ Demonstrar a importância da implantação do Serviço PICS no Município, respaldados pela PNPIC;
- ▶ Promover a auriculoterapia como estratégia de melhoria na qualidade de vida.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrassetorial, intersetorial e interinstitucional; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Foram elegíveis sujeitos de ambos os gêneros, que referissem dor crônica. Os pacientes em questão já estavam em acompanhamento médico, com diagnósticos definidos, sendo a auriculoterapia usada como ferramenta auxiliar no alívio da dor.

Foram tratados 10 pacientes que afirmaram sentir dor há pelo menos 90 dias e que eram da área de abrangências da UBS. Os atendimentos ocorreram na unidade de saúde, individualmente, com frequência semanal. As esferas utilizadas para a estimulação do pavilhão auricular foram as de mostarda. Cada paciente foi orientado a ficar com as sementes por 06 dias na orelha e retirá-las um dia antes do próximo atendimento. As sessões foram realizadas durante 02 meses, totalizando o máximo 08 sessões para cada paciente, sendo que alguns pacientes apresentaram alívio da dor sem a necessidade de realizar a totalidade das sessões. Para a coleta dos dados foi realizada anamnese e o paciente foi indagado sobre patologias pregressas, uso de medicamentos, queixas álgicas e o grau da dor.

As principais queixas foram dores na coluna, joelho e enxaqueca. A dor na coluna é queixa mais comum entre os atendidos, sendo que a dor lombar afeta mais pacientes e sobrecarrega o sistema de saúde devido aos índices de procura por atendimento e requisição de exames. Para a seleção dos pontos auriculares, foram analisadas intensidade e locais da dor, sendo Shenmen, Simpático, Rim e Analgesia pontos comuns a todos os pacientes. E, baseado na reflexologia, foram aplicados os pontos auriculares relacionados ao local da dor. Dentre os medicamentos, os analgésicos são os mais amplamente utilizados, devido ao fácil acesso, baixo custo e disponibilidade da rede SUS, sendo que a maioria é de venda isenta de prescrição médica. A maioria dos que sofrem de dor crônica têm na residência dipirona e paracetamol e fazem uso, associados a demais classes e medicamentos, sendo comum um mesmo paciente fazer uso associado de classes terapêuticas variadas.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Os atendimentos foram realizados em parceria entre a equipe da Unidade Básica de Saúde, que triou os pacientes e disponibilizou local para atendimentos, a Secretaria Municipal de Saúde que ofertou o material e incentivou a prática e a Farmácia de Minas que disponibilizou o farmacêutico para execução.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não se aplica

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Houve participação dos pacientes beneficiados pelos atendimentos com auriculoterapia.

Principais resultados alcançados

Ao longo da realização das sessões, houve redução no consumo dos medicamentos. Os pacientes que usavam analgésicos paracetamol e dipirona pararam de usar devido a diminuição da dor. Metade dos usuários de anti-inflamatórios conseguiu cessar uso dos medicamentos. Houve também um caso de descontinuidade do uso de tramadol devido a cessação da enxaqueca. Dentre os pacientes em uso de tandrilax, nenhum deles permaneceu utilizando. Já os medicamentos de uso com prescrição continuada que são os antiepilépticos com ação analgésica e antidepressivo tricíclico não tiveram o perfil de consumo alterado. Houve relação direta entre a realização da auriculoterapia e redução do consumo de medicamentos nos pacientes acompanhados, conforme foi demonstrado, o que contribui para a diminuição do risco de problemas potenciais relacionados ao uso de analgésicos em pacientes com dores crônicas. Quanto às queixas algicas, houve redução da intensidade da dor em totalidade dos pacientes acompanhados.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A auriculoterapia no controle da dor e redução do consumo de medicamentos pode ser incorporada em todos os níveis de atenção, com foco especial na Atenção Primária, com potencial de impacto. Tal prática é aplicável em demais setores, já que não há necessidade de custos adicionais para sua execução, pois os servidores envolvidos são do quadro da própria Instituição e os insumos necessários para a realização são disponibilizados pelo Ministério, bem como a formação dos profissionais.

AURICULOTERAPIA NA ATENÇÃO PRIMARIA NO MUNICÍPIO DE ALFREDO VASCONCELOS COMO TERAPÉUTICA INTEGRATIVA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DO TABAGISTA

Município: Alfredo Vasconcelos

Unidade Regional de Saúde: Barbacena

Autores: Rosangela Cristina Ferreira, Isabela Freire Salles.

Resumo Estruturado

A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera o tabagismo a principal causa de morte evitável no mundo, além de estar entre os maiores problemas de saúde pública, trazendo comprometimentos à saúde do indivíduo.

De acordo com o Art. 196, da Constituição Brasileira: a saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação (Brasil, 1988).

Nessa perspectiva a Estratégia de saúde da Família do município de Alfredo Vasconcelos, vem ofertando no grupo de tabagismo aos usuários que optam por abandonar o vício a técnica da auriculoterapia, participaram no primeiro grupo 20 usuários de ambos os sexos com idade entre 28 a 70 anos. As sessões auriculares foram realizadas semanalmente, com intervalo de 7 dias, totalizando 10 sessões.

Os resultados apontaram que com a utilização de pontos da auriculoterapia houve uma melhora significativa de queixas como ansiedade, tristeza e insônia além da efetividade da cessação de fumar em todos que aceitaram o tratamento alternativo. O atendimento aos usuários do programa de tabagismo funciona articulado com uma equipe de caráter multidisciplinar todos para os pacientes inseridos no programa.

Nossos dados mostraram que a auriculoterapia pode ser um tratamento auxiliar e eficaz na tentativa de cessar o vício do tabagismo.

Objetivo Geral

Evidências clínicas que demonstram resultados promissores, mostrando uma redução significativa dos sintomas de estresse e ansiedade em indivíduos submetidos à auriculoterapia.

Objetivos específicos

Avaliar a contribuição da auriculoterapia na cessação do tabagismo, sob a ótica do usuário e do profissional de auriculoterapia.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Territorialização; Articulação e cooperação intrassetorial, intersetorial e interinstitucional; Gestão; Vigilância, monitoramento e avaliação; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O grupo se forma a partir da procura por parte dos pacientes, à secretaria de saúde, com o objetivo de parar de fumar, deixam um contato para serem informados

do início das atividades de um próximo grupo. Os coordenadores então entram em contato com os interessados para agendamento de data e horário para os pacientes comparecerem. O funcionamento do grupo se dá da seguinte forma: são realizados um encontro semanal durante 5 semanas consecutivas, sendo o primeiro encontro para conhecer os participantes e apresentar a metodologia do trabalho a ser realizado nos próximos encontros, são apresentadas também pelas coordenadoras o Guia do Inca utilizado para orientação, “Deixando de fumar sem Mistérios” que divide cada encontro da seguinte forma: sessão 1, Entender por que se fuma e como isso afeta a saúde; sessão 2, Os primeiros dias sem fumar; sessão 3, Como vencer os obstáculos para permanecer sem fumar e a sessão 4, Benefícios após para de fumar (INCA,2019), é disponibilizada também a oferta da auriculoterapia aos participantes, esclarecendo o que é a prática, sua origem e os benefícios que trás aos pacientes que utilizam. Os pontos de auriculoterapia, utilizados como guia é de um protocolo das autoras Sandra Silvério Lopes & Liane Carneiro Sulino (2020) onde sugere a utilização dos pontos: Sistema nervoso central (provoca no cérebro a produção de hormônios do tipo endorfinas que aliviam dores e mal estar), Rim (estimula a filtragem do sangue pelos rins eliminando toxinas e melhorando a circulação), Sistema Neuro Vegetativo (promove o equilíbrio neuro-endócrino e metabólico), Vício Bilateral (redução da compulsão), Intestino Grosso (ponto de desintoxicação auxilia no tratamento do tabagismo), Fígado (desintoxicação nos casos de tabagismo), Pulmão (gerir da Energia Qi. Xue e Líquidos corporais, além de influenciar a alma e as emoções) e Ansiedade (transtorno de ansiedade generalizada). As sessões de auriculoterapia aconteceram semanalmente totalizando 8 sessões.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Os 5 encontros aconteceram na sala de mídia da escola municipal do município de Alfredo Vasconcelos.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Contamos com os parceiros intersetoriais da equipe multiprofissional do município, os profissionais: psicóloga que realizou no grupo a abordagem da psicoeducação e consultas individual se necessário; nutricionista, abordou a temática alimentação saudável e consulta individual se necessário; educador físico, a temática atividade física e a dentista a temática doença de boca e avaliação individual se necessário. Os participantes que necessitaram de algum atendimento individual saíram da sessão agendado para as devidas condutas.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

Observou-se que a intervenção de auriculoterapia apresentou efeito positivo significativo sobre as variáveis da ansiedade, depressão e estresse percebidos nos usuários de tabaco com uma redução considerável de sintomas. Dos 20 participantes iniciais, 13 aceitaram o tratamento complementar com auriculoterapia, 04 não aceitaram o tratamento complementar e 3 desistiram de cessar o tabaco quando tiveram que informar a data que parariam de fumar, não chegando a realizar nenhuma sessão de auriculoterapia. Dentre os 13 participantes da auriculoterapia, 04 desistiram de continuar após 2 sessões e saíram do grupo, dos 9 participantes que continuaram as sessões até o final todos pararam de fumar, dos 4 participantes que não aceitaram o tratamento com auriculoterapia 02 pararam de fumar. Os participantes afirmaram que o tratamento com auriculoterapia foi primordial para conseguirem parar de fumar pois apresentaram uma redução significativa nos sintomas da ansiedade, depressão e estresse e que as sessões de auriculoterapia trouxe uma melhoria na sua qualidade de vida.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A presente experiência demonstrou relevância para reflexão sobre a implantação e implementação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS e, especialmente, sua aplicabilidade em demandas no âmbito da Saúde Mental na Atenção Primária.

A PRÁTICA DA AURICULOTERAPIA NO CUIDADO DA SAÚDE DOS PROFISSIONAIS DE UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

Município: Alvinópolis

Unidade Regional de Saúde: Ponte Nova

Autores: Giulia Soares Miranda Cordeiro.

Resumo Estruturado

As práticas integrativas e complementares (PICS) constituem abordagens que procuram estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da

saúde, focadas na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. Cabe ainda destacar nesse campo a visão ampliada do processo saúde-doença e a promoção global do cuidado humano, especialmente do autocuidado. Sabe-se que o cuidado é uma das práticas mais antigas do mundo, porém devido às mudanças tecnológicas, socioeconômicas e culturais, houve uma estratificação do cuidado e uma valorização da doença sobre o doente. Todavia, atualmente essas características vêm sendo problematizadas em busca de um cuidado holístico, sistêmico e interdisciplinar. Decorrente desse movimento há o renascimento das “medicinas alternativas”. Pensando nisso e relacionando ao número elevado de consultas médicas, taxa significativa de uso contínuo de medicamentos e efeitos da pandemia na população do município de Alvinópolis, observou-se a necessidade de outras ações para fortalecer a atenção básica e tornar o atendimento mais resolutivo. Assim, em 2022 foram implementadas a auriculoterapia, a ventosaterapia e o reiki como outras opções terapêuticas à população. Inicialmente as práticas integrativas e complementares de saúde no CAPS surgiram como proposta de compor o portfólio de atividades do referido serviço, porém, observando-se os processos de trabalho e os sintomas relatados pelos profissionais como estresse e ansiedade, atentou-se à necessidade de cuidar do cuidador e surgiu a proposta de utilizar a auriculoterapia chinesa para melhoria da qualidade de vida da equipe. Acredita-se nesta proposta com o potencial para tornar-se um projeto piloto, expandindo-se para outros grupos futuramente. A auriculoterapia chinesa é uma das práticas da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e é um método que utiliza pontos específicos do pavilhão auricular para tratar várias desordens do corpo. Para a MTC, a obtenção de uma condição energética mais equilibrada e estável é pré-requisito fundamental para a não manifestação de enfermidades e a auriculoterapia pode ser uma das práticas não convencionais de grande aceitabilidade, segurança e eficácia, pelo reconhecimento de seus efeitos positivos em distúrbios físicos, psíquicos e mentais.

Objetivo Geral

Objetiva-se com a auriculoterapia a promoção do cuidado da saúde dos profissionais do Centro de Atenção Psicossocial de Alvinópolis-MG

Objetivos específicos

Especificamente, objetiva-se incluí-la como mais uma opção terapêutica na diminuição do estresse, ansiedade e depressão e consequente melhora do bem-estar e da qualidade de vida, contribuindo para um ambiente de trabalho saudável, para um relacionamento positivo da equipe e a humanização do cuidado. Ressalta-se que a prática da auriculoterapia tem custo-benefício favorável para a sua implementação em outros setores da saúde e em outros pontos de cuidado da rede.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Articulação e cooperação intrasetorial, intersetorial e interinstitucional; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

A auriculoterapia no CAPS de Alvinópolis-MG constitui-se como um estudo quase experimental, com a avaliação de um grupo único antes e depois da intervenção. Desenvolvido na referida instituição tendo como sujeitos da pesquisa os técnicos de referência de saúde mental, sendo estes, a coordenadora, uma enfermeira, um técnico de enfermagem, uma psicóloga, uma assistente social, um educador físico, uma auxiliar de serviços gerais e um motorista.

A coleta de dados ocorreu entre o período de dezembro de 2023 a fevereiro de 2024 com a inicial aplicação do questionário Índice de qualidade do sono de Pittsburgh e da Escala de depressão, ansiedade e stress (DASS-21) e terá continuidade nos próximos meses, sendo os referidos materiais de avaliação reaplicados daqui a duas semanas. A partir da observação de que esses profissionais vivem sob situações constantes de estresse, expostos à possibilidade de surto dos pacientes e ao próprio manejo das doenças mentais, reservou-se um período no início da manhã, durante todas as quartas-feiras da semana, para atendimento destes. Nesse delineamento, propôs-se a intervenção auriculoterapia com sementes de mostarda e observou-se seu efeito sobre a promoção de saúde.

Os pontos selecionados para sua realização foram:

- **FT4 - Shenmen** (também denominado Portal do Espírito ou Portal Divino)
Localização: na porção superior do ápice da fossa triangular.
Indicação: agitação mental, ansiedade, estresse, insônia e dor. Ponto calmante e relaxante. Este ponto mestre tranquiliza a mente e permite uma conexão harmoniosa com o espírito essencial. É utilizado em quase todos os planos de tratamento, incluindo analgesia por acupuntura auricular para cirurgia. Também é utilizado para a desintoxicação das drogas e o tratamento do alcoolismo e abuso de substâncias.
- **AH6: Simpático** (também denominado Sistema Nervoso Simpático, Sistema Neurovegetativo ou Ponto Autônomo Simpático)
Localização: na junção da cruz inferior da anti-hélice com a face interna da hélice.
Indicação: alterações circulatórias, distúrbios neurovegetativos, espasmo visceral (dor visceral) e hiperatividade glandular (ex. sudorese e acidez gástrica). Este ponto mestre equilibra a ativação do sistema nervoso simpático com a sedação parassimpática.
- **LO4 - Lóbulo anterior** (também denominado ponto Mestre Cerebral, Mestre Omega, Nervosismo, Neurastenia, Preocupação, Ansiedade)
Localização: sobre o quarto quadrante do lóbulo.

Indicação: alterações emocionais. Este ponto mestre representa o lobo pré-frontal do cérebro, a parte do córtex cerebral que toma decisões e inicia a ação consciente. Reduz a ansiedade, o medo, a preocupação, o sono perturbado pelos sonhos, a memória fraca, os distúrbios obsessivo-compulsivos, os distúrbios psicossomáticos e o pensamento pessimista negativo que muitas vezes acompanha os problemas de dor crônica.

› **C010- Rim** (armazena energia ancestral)

Localização: na junção da concha cimba com a face interna do primeiro terço (1/3) da cruz inferior da anti-hélice.

Indicação: alterações urinárias, dores na coluna, hipoacusia, zumbido, neurastenia, edemas, dispneia, perda de vitalidade, medo.

› **CO15 – Coração**

Localização: no centro da concha cava.

Indicação: Taquicardia e arritmias, opressão e dor no peito, insônia, ansiedade, alterações mentais e afecções da língua.

› **AT4 - Subcórtex** (também denominado Tálamo, Cérebro ou Ponto de controle da dor)

Localização: na face posterior do antitrago (voltado para dentro da concha cava), na direção do ponto frontal (AT1).

Indicação: distúrbios cardio circulatórios, digestivos e neurológicos, dor.

Este ponto mestre representa todo o diencéfalo, incluindo o tálamo e o hipotálamo.

Na MTC, o ponto do subcórtex fortalece o cérebro e acalma a mente. É indicado também para reduzir neurastenia, ansiedade, depressão, esquizofrenia e superexcitação.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

O Centro de Atenção Psicossocial do município.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Nesse momento não houve envolvimento de parceiros intersetoriais, porém visa-se que esse sirva como projeto piloto para expansão a outros setores.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não houve participação direta nesse projeto, porém durante a implementação das práticas integrativas no município, aproveitou-se as ações desenvolvidas em grupos já existentes na Atenção Primária para apresentação das mesmas e discussão do fluxo de atendimentos.

Principais resultados alcançados

Com relação ao perfil dos entrevistados, 75% dos participantes eram do sexo feminino e se encontravam em uma faixa etária que variava entre 24 e 52 anos.

Após aplicação do Índice de qualidade do sono de Pittsburgh foi possível verificar que 60% dos profissionais apresentavam sono insatisfatório e através da Escala de depressão, ansiedade e stress (DASS-21) 80% apresentava a classificação normal para depressão e 20% a classificação leve, 60% apresentava a classificação normal para ansiedade, 20% a classificação moderada e 20% a classificação severa, 80% apresentava a classificação normal para stress e 20% a classificação moderada.

Como houve um curto prazo para reaplicação dos questionários, apoiou-se sobre aspectos subjetivos para compreender o sentido ou a lógica interna, as representações, sentimentos, opiniões, crenças e atitudes inscritos na percepção dos profissionais acerca da auriculoterapia. Com relação à opinião que tinham acerca do assunto, todos se mostraram satisfeitos e favoráveis a adoção da prática por acreditarem que esta pode ser resolutiva e apresentar uma abordagem holística, baseada no entendimento mais amplo do processo saúde-doença, pensando também no custo benefício e no sistema em geral.

Destaca-se que desde a primeira semana de intervenção os profissionais se atentaram para a importância da corresponsabilização de seu próprio processo de saúde-doença, sendo motivados também a melhorar alguns hábitos de vida. Mostraram-se mais ativos durante as atividades desenvolvidas no trabalho, porém menos agitados. Relataram um sono mais revigorante e mais disposição ao longo do dia.

Os resultados serão apresentados aos participantes do estudo e à Secretaria Municipal de saúde, tendo em vista que os achados podem sinalizar aspectos de interesse para a gestão de saúde no referido município, viabilizando a sua aplicabilidade para os demais setores.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A auriculoterapia vem sendo amplamente utilizada como terapia alternativa para diversas sintomatologias, como no controle de lombalgia, estresse e ansiedade. Em um estudo experimental com profissionais de uma penitenciária, Graça et al. (2020), identificaram que a auriculoterapia mostrou-se promissora neste contexto ocupacional, podendo trazer benefícios aos profissionais, tanto em relação à disposição para o exercício laboral quanto para a promoção da qualidade de vida.

Durante o desenvolvimento do projeto foi notório que há uma quantidade limitada de estudos mais recentes nessa área, em particular, da percepção dos profissionais sobre as PICS. Observa-se então, a demanda de estudos sobre esse tema no Brasil, o que poderia contribuir para construção de projetos de implementação dessas práticas nos municípios.

Apesar dos resultados não permitirem uma generalização e trazerem uma perspectiva apenas dos profissionais de um município de pequeno porte, traz implicações importantes quando sugere que há neles sensibilização ao movimento social para a revalorização das PICS, apontando a auriculoterapia como uma contribuição para o fortalecimento do papel da atenção primária e da atenção especializada à saúde no que tange a gestão, ao cuidado, a prevenção de doenças e promoção da saúde.

Portanto, percebe-se a necessidade de capacitações, financiamento, divulgação, além de maior incentivo a introdução das práticas nas redes de atenção à saúde, possibilitando resgatar uma prática de cuidado libertadora, com intervenções que vão de encontro às necessidades individuais e coletivas e a um cuidado mais humanizado.

O USO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES (PICS) NA SAÚDE MENTAL: UMA ESTRATÉGIA ANTIMANICOMIAL?

Município: São Sebastião do Oeste

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Rosana Aparecida Gondim Diniz

Resumo Estruturado

São Sebastião do Oeste possui 8.815 habitantes. E para assistência à Saúde conta com 100% de cobertura de Estratégia Saúde da Família, Equipe Multidisciplinar, 100% de Cobertura de Saúde Bucal e Pronto Atendimento 24 horas.

O presente trabalho relata a experiência do uso de PICS, mais especificamente a dança circular e a auriculoterapia, como recursos terapêuticos alternativos em saúde mental no CCC de São Sebastião do Oeste/MG.

Os encontros são realizados semanalmente, todas as sextas-feiras. O público alvo são os usuários que frequentam o serviço e os profissionais envolvidos nesse trabalho são: enfermeiro, psicólogos, agentes comunitários eicineiros.

No primeiro encontro foi realizada pela enfermeira responsável pelo projeto, uma roda de conversa onde foi abordado com os usuários sobre os objetivos da dança circular e da auriculoterapia, bem como seus benefícios como prática alternativa e complementar não medicamentosa. A dança circular foi inserida no CCC como oficina de expressão corporal, já a sessão de auriculoterapia é realizada individualmente, conforme o interesse dos participantes e após anamnese.

Até o presente momento, percebe-se que a implementação das PICS no CCC trouxe os seguintes benefícios:

- ▶ Visão ampliada do cuidado, uma vez que focam na abordagem holística da saúde, considerando o bem-estar físico, emocional e mental das pessoas;
- ▶ Aumento do acesso a opções de cuidados de saúde para a comunidade, fornecendo alternativas ou complementos aos serviços médicos convencionais;
- ▶ Participação ativa do indivíduo em seu próprio processo de cura, despertando a sua responsabilidade pelo cuidado e a promoção do seu protagonismo;
- ▶ E são de baixo custo, pois as PICS que foram implementadas no serviço não exigem investimentos significativos com equipamentos e/ou medicamentos.

As PICS podem se configurar como apoio do cuidado em saúde mental, tendo em vista que dialogam com o modelo de atenção psicossocial. Percebe-se a necessidade de capacitar mais profissionais e aumentar os tipos de PICS no município, portanto, recomenda-se a qualificação de mais profissionais.

Objetivo Geral

Implementar PICS no Centro de Convivência e Cultura (CCC) de São Sebastião do Oeste/MG.

Objetivos específicos

Demonstrar a importância das PICS aplicada ao campo da saúde mental, especificamente dentro de um CCC, uma vez que dialogam com o modelo antimanicomial e possuem objetivos semelhantes ao romper com os ideais voltados a internação e a medicalização, estimulando assim à inclusão e a ressocialização do sujeito.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Esse trabalho relata a experiência do uso de PICS, mais especificamente a Dança Circular e a Auriculoterapia, como recursos terapêuticos alternativos na saúde mental no CVV de São Sebastião do Oeste. O público alvo são os usuários que frequentam o Centro de Convivência e Cultura.

Os profissionais envolvidos nesse trabalho são: Enfermeiro, Psicólogos, Agentes Comunitários de Saúde e Oficineiros. Os encontros são realizados semanalmente, todas as sextas-feiras. No primeiro encontro foi realizada pela focalizadora uma roda de conversa, onde foi abordado com os usuários sobre os objetivos da dança circular e da auriculoterapia, bem como seus benefícios como prática alternativa e complementar não medicamentosa. Ao ser apresentada, a dança provoca certa inquietação por medo de se expor. Assim,

foi explicado que a dança funciona como uma linguagem corporal que atua também de forma terapêutica, possibilitando que o sujeito tenha acesso às suas limitações, superando-as. Por meio da Dança Circular o sujeito passa a compreender que é parte importante no todo e que deve fazer a sua parte para acompanhar o ritmo desta totalidade. Isso cria a compreensão de grupo, onde cada um é um líder em potencial, pois o seu movimento se reflete no movimento do outro. Com essa prática, estaremos contribuindo para despertar no aluno valores e sentimentos que trarão benefícios pessoais e para a sociedade. Dessa forma, a dança e a expressão corporal são atividades guiadas pela ambição de construir novas possibilidades diárias, no atendimento a pessoas em sofrimento psíquico, facilitando a comunicação entre os profissionais de saúde e os pacientes, fundamentado pela importância da promoção do contato entre os grupos respeitando a subjetividade e a objetividade de cada um (CASTRO, 2006). Já a auriculoterapia, é uma técnica da medicina tradicional chinesa, visa a estimulação de pontos específicos do pavilhão auricular que enviam sinais para o cérebro e outros órgãos específicos que regulam e equilibram o desempenho fisiológico do corpo, o que propicia sua utilização para o tratamento de diversas enfermidades, tais como as dolorosas, inflamatórias, e outras, sendo também utilizada para tratar a abstinência do abuso de substâncias, além de possibilitar o equilíbrio e os desbloqueios dos fluxos de energia internos que causam adoecimento físico e psíquico.

Alguns dos benefícios potenciais da auriculoterapia na saúde mental: Redução do estresse e ansiedade, Alívio da depressão, Melhora do sono, Equilíbrio emocional, Aumento da autoestima, Redução de sintomas relacionados a traumas, Melhora do foco e da clareza mental, Apoio no tratamento de vícios e compulsões, Redução de sintomas de estresse pós-traumático e promoção do bem-estar geral.

São realizadas coreografias da dança circular onde os participantes são instruídos e acompanhados pela focalizadora responsável pelo projeto. A sessão de auriculoterapia é realizada individual conforme necessidade e anamnese.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

O trabalho é desenvolvido em parceria com profissionais da APS, Centro de Convivência e Cultura e da Equipe multidisciplinar.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não teve parceria com outras secretarias.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não houve participação da Comunidade no planejamento e execução do trabalho.

Principais resultados alcançados

Durante o desenvolvimento do trabalho com PICS no Centro de Convivência e Cultura de São Sebastião do Oeste, percebe-se que houve boa aceitação por parte dos usuários.

Com a oferta desse serviço no CVV percebeu-se as seguintes vantagens:

- ▶ **Abordagem holística:** As PICS geralmente focam na abordagem holística da saúde, considerando o bem-estar físico, emocional e mental das pessoas, promovendo uma visão mais ampla do cuidado.
- ▶ **Acesso ampliado à saúde:** Oferecer PICS pode aumentar o acesso a opções de cuidados de saúde para a comunidade, muitas vezes fornecendo alternativas ou complementos aos serviços médicos convencionais.
- ▶ **Empoderamento do sujeito:** As PICS enfatizam a participação ativa do indivíduo em seu próprio processo de cura, encorajando a responsabilidade pessoal pela saúde.
- ▶ **Baixo custo:** Essas PICS são de baixo custo ou não exigem investimentos significativos em equipamentos ou medicamentos

No entanto, também tem seus desafios, uma vez que a oferta de PICS requer profissionais qualificados e regulamentados e há poucos profissionais capacitados disponíveis no município.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Por fim, as PICS apresentam evidências na perspectiva da utilização estratégica de cuidado oferecido às pessoas da Saúde mental e são alinhadas com o modelo de atenção psicossocial, podendo constituírem-se também em uma proposta de práticas de cuidado em saúde mental.

Diante do exposto e considerando que o sujeito precisa ser compreendido em sua integralidade, as PICS podem se configurar como apoio do cuidado em saúde mental.

AMBULATÓRIO DE AURICULOTERAPIA: INTEGRANDO CUIDADOS

Município: Natércia

Unidade Regional de Saúde: Pouso Alegre

Autores: Geovani Cleyson dos Santos.

Resumo Estruturado

O ambulatório de auriculoterapia foi estabelecido após um curso oferecido pela Universidade Federal de Santa Catarina e a Secretaria Estadual de Saúde de Minas Gerais. Ele identifica e tria pacientes com diversas condições, como dor crônica e ansiedade, para tratamento. Protocolos baseados em evidências são utilizados, com acompanhamento sistemático dos pacientes. Além das sessões, são oferecidas atividades educativas e de autocuidado. O ambulatório estabelece fluxos de referência para outros serviços de saúde. A implementação teve o potencial de trazer inúmeros benefícios para os usuários, incluindo a melhoria do controle da dor, redução do estresse e ansiedade, melhor qualidade do sono e aumento do bem-estar emocional e mental. Além disso, ao promover o autocuidado e a prevenção de doenças, o ambulatório pode contribuir para a redução da carga sobre o sistema de saúde e o uso mais racional dos recursos disponíveis. Em última análise, esse projeto visou fortalecer a oferta de serviços de saúde centrados no usuário, promovendo uma abordagem holística e integrativa ao cuidado e à promoção da saúde.

Objetivo Geral

Estabelecer um espaço dedicado à prática da auriculoterapia dentro do contexto da atenção primária à saúde, com foco na promoção da saúde e prevenção de doenças.

Objetivos específicos

- ▶ Estabelecer protocolos padronizados,
- ▶ Realizar treinamentos contínuos para a equipe,
- ▶ Implementar avaliações de resultados e integrar com outros serviços de saúde.
- ▶ Oferecer uma abordagem abrangente e de qualidade aos usuários,
- ▶ Promover o acesso e a aceitação dessa prática terapêutica.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Participação e Controle Social; Gestão; Educação e Formação; Vigilância, monitoramento e avaliação; Produção e disseminação participativa de conhecimentos e saberes; Mobilização e comunicação social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Passam por uma avaliação individualizada, onde são identificados os pontos auriculares a serem estimulados durante as sessões. As agulhas de auriculoterapia são inseridas nos pontos selecionados de forma cuidadosa e precisa. Após a inserção, são aplicadas técnicas de estímulo nos pontos auriculares. Durante as sessões, os usuários são monitorados de

perto pelos profissionais de saúde, que observam suas reações e eventuais efeitos adversos. Além das sessões de tratamento, os usuários recebem orientações e educação sobre auriculoterapia, incluindo cuidados pós-tratamento e estratégias de autocuidado. Todas as informações relevantes sobre cada usuário e sessão de tratamento são registradas e documentadas de forma precisa. Essas práticas são fundamentais para garantir a qualidade, eficácia e segurança dos serviços prestados aos usuários, promovendo sua saúde e bem-estar geral.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Não houve parceria para essa experiência.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não houve parceria para essa experiência.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

A proposta foi encaminhada ao conselho de saúde.

Principais resultados alcançados

Os principais resultados foram a satisfação dos usuários que receberam alta.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A implementação teve o potencial de trazer inúmeros benefícios para os usuários, incluindo a melhoria do controle da dor, redução do estresse e ansiedade, melhor qualidade do sono e aumento do bem-estar emocional e mental. Além disso, ao promover o autocuidado e a prevenção de doenças, o ambulatório pode contribuir para a redução da carga sobre o sistema de saúde e o uso mais racional dos recursos disponíveis. Em última análise, esse projeto visou fortalecer a oferta de serviços de saúde centrados no usuário, promovendo uma abordagem holística e integrativa ao cuidado e à promoção da saúde.

O REIKI NA REDUÇÃO DA ANSIEDADE EM GESTANTES

Município: Piumhi

Unidade Regional de Saúde: Passos

Autores: Rosângela Aparecida Terra e Guerra, Kátia Aparecida Soares, Marisa de Fátima Ferreira, Karyne Rodrigues da Silva.

Resumo Estruturado

Reiki é uma técnica japonesa de cura, capaz de canalizar a Energia Vital pela imposição das mãos, o terapeuta irá aproximar suas mãos ou tocar um ponto-chave do corpo ligado aos sete Chakras principais, fazendo a transmissão de energia e restabelecendo o fluxo de energético destes pontos.

Os Chakras são vórtices de energia que se localizam ao longo da coluna vertebral. O Chakra Coronário fica no topo da cabeça e controla a glândula pineal, O Chakra Frontal situa-se entre os olhos e controla a glândula pituitária, cérebro, olhos e sinus, o Chakra Laríngeo é localizado na garganta e está ligado à glândula tireoide, o Chakra Cardíaco situa-se no peito e está associado ao coração, o Chakra Plexo Solar localiza-se acima do umbigo e atua no sistema digestivo, fígado, vesícula, estômago, baço, pâncreas e intestinos, o Chakra Umbilical fica na altura dos órgãos genitais e controla as glândulas e sistemas reprodutores e o Chakra Básico fica na base da espinha dorsal e está relacionado às glândulas supra renal, à coluna vertebral, medula, lombar e rins.

Objetivo Geral

Diminuir a ansiedade durante o período gestacional.

Objetivos específicos

Diminuir a ansiedade durante o período gestacional.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

A prática integrativa Reiki foi realizada nas gestantes cadastradas nas Unidades Básicas de Saúde do município de Piumhi-MG.

Foi aplicada em 25 gestantes no período de nove meses, em sessões individuais, uma vez por semana, por cerca de 30 minutos.

A aplicação é feita com o paciente deitado, e através da imposição de mãos sobre os Chackras é canalizado a energia vital, restabelecendo então o fluxo de energético destes pontos, revitalizando a energia geral do indivíduo.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Nenhum outro setor de saúde envolvido além das UBS citadas.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Realizado somente no setor da saúde.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não.

Principais resultados alcançados

Nos primeiros três meses do período gestacional já foram relatadas diminuição da ansiedade com a aplicação do Reiki.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

O Reiki mostrou-se eficaz na redução da ansiedade das gestantes durante o período gestacional, promovendo saúde emocional e melhora na qualidade de vida.

GRUPO CAMINHANDO JUNTOS

Município: Divinésia

Unidade Regional de Saúde: Ubá

Autores: Rubens Pereira Rodrigues

Resumo Estruturado

A Organização Mundial de Saúde (OMS) preconiza que saúde não é apenas ausência de doenças, e sim um estado de completo bem-estar físico, mental e social. Nesse sentido, o SUS funciona como um conjunto de ações de saúde de atenção básica, no âmbito individual e coletivo, com o principal objetivo de promover, restaurar e manter a saúde da população. A Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) baseia-se na ampliação do conceito de saúde definindo promoção da saúde como a junção de estratégias e maneiras de produzir saúde.

Objetiva-se alcançar resultados positivos na qualidade de vida dos indivíduos, fomentando a redução das vulnerabilidades e riscos à saúde. As ações de promoção da saúde são fortalecidas na Estratégia da Saúde da Família concretizando a integralidade na atenção à saúde e reforçando assim, os princípios do SUS.

Dessa forma, o grupo de Terapia Comunitária foi criado com o propósito de ser um espaço de trocas de experiências e saberes, no qual são abordados os mais variados temas relacionados ao cuidado com a saúde mental da população.

Objetivo Geral

Trabalho voltado para o tratamento da saúde mental de mulheres do Município de Divinópolis-MG através da Terapia Comunitária.

Objetivos específicos

- ▶ Realizar acolhimento e escuta das participantes do grupo de forma humanizada;
- ▶ Trabalhar o empoderamento, autonomia e a importância do auto cuidado o campo da saúde mental;
- ▶ Promover um espaço acolhedor para a troca de conhecimentos, saberes e vivências.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

O grupo é coordenado pelo Psicólogo da equipe multidisciplinar Rubens Pereira Rodrigues e é voltado para o cuidado terapêutico de mulheres que apresentam alguma demanda de sofrimento psíquico como ansiedade, depressão ou até mesmo situações de violência doméstica e relacionamentos abusivos.

Os encontros são realizados semanalmente, todas as segundas-feiras de 14:30h às 15:30h, no salão de reuniões da ESF Orádia Mendes Castro.

Durante os encontros são realizadas rodas de conversa, dinâmicas, atividades terapêuticas, trabalhos artesanais e são utilizados recursos audiovisuais para complementar a elucidação dos temas abordados.

Para iniciar a participação no grupo os profissionais da equipe de ESF e Multidisciplinar realizam o levantamento da demanda e ofertam ao paciente o trabalho que o grupo desempenha, buscando assim atender o máximo de pessoas possível e mantendo o foco terapêutico.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Equipes de ESF, multidisciplinar e Secretaria Municipal de Saúde.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não há.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não houve.

Principais resultados alcançados

O grupo teve início em 2018 e ao longo desses 6 anos cerca de 170 mulheres participaram, sendo que a grande maioria relata amenização dos sintomas de ansiedade, tristeza e melhora no relacionamento familiar.

Atualmente o grupo conta com participação de 15 mulheres, com melhora significativa da qualidade de vida e que demonstram grande afeição e satisfação durante os encontros semanais, além disso, hoje buscam praticar atividades físicas regularmente e tem maior adesão as ações de promoção e prevenção em saúde na Atenção Básica do Município.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

As PIC´s tem demonstrado serem muito eficazes como complemento no tratamento das demandas na atenção básica, auxiliando na melhora dos quadros e amenizando as queixas dos usuários.

A IMPLANTAÇÃO DA AURICULOTERAPIA NO SUS: UMA ABORDAGEM ALTERNATIVA NO TRATAMENTO DE SINTOMAS FÍSICOS E EMOCIONAIS.

Município: Candeias

Unidade Regional de Saúde: Divinópolis

Autores: Caroláine Cristina da Silva.

Resumo Estruturado

A auriculoterapia, parte do Programa Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, é realizada por profissionais especializados. Originária das medicinas tradicional chinesa e francesa, esta prática se fundamenta na correspondência entre pontos na orelha e partes do corpo, permitindo o tratamento de diversas doenças e sintomas pela estimulação específica. Essa abordagem não só enriquece as opções terapêuticas disponíveis, mas também promove a saúde integrativa e o bem-estar.

Objetivo Geral

Promover a auriculoterapia no SUS como terapia alternativa eficaz, oferecendo aos pacientes opções além dos medicamentos para tratar variados sintomas.

Objetivos específicos

- ▶ Utilizar a auriculoterapia para minimizar, aliviar ou cessar sintomas de ansiedade, estresse e tensões;
- ▶ Tratar dores como enxaquecas, cefaleias e musculares e outros, oferecendo um tratamento holístico e integrativo aos usuários do SUS.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Gestão.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Nosso projeto foca na implementação da auriculoterapia como uma modalidade de tratamento alternativo para pacientes do SUS. A metodologia consiste na capacitação de médicos e profissionais de saúde para a aplicação correta da auriculoterapia, seguindo os preceitos da medicina tradicional chinesa e francesa. A formação inclui o estudo detalhado dos pontos auriculares e suas correspondências com as diferentes partes do corpo

e condições de saúde. Serão organizadas sessões regulares de tratamento em unidades de saúde selecionadas, priorizando pacientes com queixas de ansiedade, estresse, dores musculares, cefaleia, entre outros. O projeto visa não apenas oferecer uma alternativa aos tratamentos convencionais baseados em medicamentos, mas também promover uma abordagem holística e integrativa da saúde.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Não houve.

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não houve.

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não houve.

Principais resultados alcançados

A implementação da auriculoterapia no SUS como prática alternativa trouxe resultados notáveis. Observamos uma redução significativa nos sintomas de ansiedade, estresse, dores musculares, cefaleia e enxaqueca entre os pacientes tratados, evidenciando a eficácia dessa terapia sem o uso de medicamentos. A aceitação da auriculoterapia foi alta, com relatos de melhora na qualidade de vida e bem-estar geral. A capacitação de um profissional em auriculoterapia ampliou o leque de tratamentos oferecidos, contribuindo para uma abordagem mais holística e personalizada da saúde. Esse projeto não só validou a auriculoterapia como um complemento valioso ao cuidado convencional, mas também reforçou o compromisso do SUS com a inclusão de práticas integrativas e complementares, alinhado às diretrizes do PNPIC. Os resultados alcançados apontam para a necessidade de continuidade e expansão desse serviço, visando beneficiar um espectro ainda maior de pacientes.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

A introdução da auriculoterapia como uma prática alternativa no SUS representa um avanço significativo na oferta de tratamentos integrativos e complementares aos pacien-

tes. Este projeto demonstrou ser uma ferramenta eficaz na redução e alívio de sintomas como ansiedade, estresse, dores musculares e cefaleia, contribuindo para a promoção da saúde e bem-estar dos usuários sem a necessidade imediata de medicamentos. A aceitação e os resultados positivos observados reforçam a importância de ampliar o acesso a terapias alternativas no sistema de saúde, incentivando uma visão mais ampla e holística do cuidado ao paciente, alinhada com as diretrizes do Programa Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). A continuidade e expansão desse projeto podem fomentar um paradigma de saúde mais inclusivo e integrativo, beneficiando um número ainda maior de pacientes no SUS.

PROJETO “SUPERANDO LIMITES”

Município: Natércia

Unidade Regional de Saúde: Pouso Alegre

Autores: Nayana Cristina Reis Vilas Bôas , Maria Geracina de Souza , Bianca Ferreira Raimundo.

Resumo Estruturado

A senescência é o processo natural do envelhecimento, o qual compromete progressivamente aspectos físicos, psicológicos e sociais, que afeta todos os seres vivos com sobrevida prolongada. A expectativa de vida da população mundial vem aumentando com o passar dos anos, tornando assim, o envelhecimento populacional um dos maiores desafios atuais da saúde pública contemporânea.

Nessa perspectiva, o interesse em conceitos como atividade física, estilo de vida e qualidade de vida, vem adquirindo relevância e constituindo um movimento no sentido de valorizar ações voltadas a contribuição para a melhoria do bem-estar do indivíduo.

Considerando o indivíduo na sua dimensão global e corroborando para a integralidade da atenção à saúde, em 1978 na Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde, a OMS passou a recomendar a inclusão de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) nos sistemas públicos de saúde. Sendo uma dentre essas práticas, a auriculoterapia.

Objetivo Geral

Prevenir doenças e complicações, reduzir de sintomas físicos e mentais e auxiliar na recuperação e promoção da saúde.

Objetivos específicos

Prevenir e promover saúde visando a melhora na qualidade de vida com o propósito de manter e estimular a capacidade funcional, contribuindo para uma vida mais saudável e ativa, além de promover o bem estar biopsicossocial.

Quais estratégias operacionais da Política Estadual de Promoção da Saúde subsidiaram o desenvolvimento da experiência relatada?

Participação e Controle Social.

Descrição das técnicas, métodos ou processos de trabalho realizados na experiência relatada.

Em 2021 foi criado o grupo “Superando Limites”, onde fisioterapeutas orientam um grupo de idosos na realização de atividades físicas e realizam a auriculoterapia. Os encontros acontecem semanalmente na área externa da Secretaria de Saúde de Natércia, nas terças-feiras e quintas-feiras, às 9h da manhã e com duração de cerca de 60 minutos.

Pensada a partir das limitações desse grupo de idosos são oferecidas diferentes atividades, que incluem: treinamento de força, equilíbrio, flexibilidade, coordenação motora, alongamentos, caminhada e exercícios aeróbicos.

Além da aplicação semanalmente de auriculoterapia, que é uma técnica de fácil aplicação, baixo custo e boa aceitação e que utiliza o pavilhão auricular como um microssistema, que é um termo utilizado quando uma região do corpo representa todo o organismo. Sendo assim, pontos específicos do pavilhão auricular são estimulados através de semente de mostarda e ativam os canais de energia em todo o corpo.

Descrição dos parceiros intrasetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras áreas da Secretaria Municipal de Saúde e/ou serviços de outros níveis de atenção à saúde).

Não se aplica

Descrição dos parceiros intersetoriais envolvidos no desenvolvimento da ação (outras secretarias municipais, instituições/organizações e outros para além do setor saúde).

Não se aplica

Houve participação da comunidade no planejamento, execução e avaliação da ação? Descreva como ocorreu essa participação.

Não se aplica

Principais resultados alcançados

Através dos relatos dos próprios pacientes, de seus familiares e cuidadores e também da reavaliação visual das fisioterapeutas, foram obtidos os seguintes resultados: aumento da força muscular global, maior facilidade para deitar e levantar da cama, mais facilidade para deambular dentro e fora de casa, melhora da memória e socialização, diminuição das dores, maior ânimo para realizar as atividades diárias, melhora do equilíbrio e coordenação motora.

Conclusões e/ou recomendações para a implementação das ações de Promoção da Saúde, PICS, Controle do tabagismo e/ou políticas de equidade apreendidas com a experiência relatada.

Podemos concluir que o grupo “Superando Limites” tem promovido mudanças significativas na vida dos idosos, tanto na capacidade funcional, como na realização de tarefas com maior segurança e aptidão física. A prática tem contribuindo no aumento da força, da resistência muscular, diminuição das queixas algicas e quedas e uma melhor qualidade de vida, proporcionando o envelhecimento ativo e saudável.

