

## TERAPIAS COMPLEMENTARES COMO PRÁTICAS EM SAÚDE

### Área temática: Saúde

Coordenador da Ação: Catia Campaner Ferrari Bernardy<sup>1</sup>

Autor: Bruna Karla Souza Lima<sup>2</sup>,

Dâmaris Christina Melo Mattos Noronha<sup>3</sup>

Emily Marques Alves<sup>4</sup>

Giovanna Moreira de Pontes<sup>5</sup>

Juliana Cristina de Mello Rodrigues<sup>6</sup>

Tatiane Tokushima<sup>7</sup>

**RESUMO:** As doenças crônicas, juntamente com a saúde da mulher, chamam atenção no cenário atual, por gerarem custos elevados ao sistema de saúde e pelas altas taxas de mortalidade, quando uma assistência de qualidade não é prestada. Na busca de qualidade e integralidade do atendimento, foi criada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Este projeto oferece a técnica de escalda pés com posterior massagem relaxante; musicoterapia e aromaterapia às mulheres com diagnóstico de doenças reumáticas, depressão e/ou ansiedade e parturientes a fim de relaxar e diminuir o ritmo agitado da rotina diária, já que é capaz de combater a sensação de pés cansados, melhorar a qualidade de vida e a percepção do ciclo gravídico-puerperal. A técnica de escalda pés consiste na imersão dos pés em infusão de água morna, ervas medicinais e sal grosso e realização posterior da massagem. Os locais de atuação são o Ambulatório de Especialidade do Hospital Universitário e a maternidade do Hospital Universitário Regional do Norte do Paraná. O critério de exclusão é ser diabética. O escalda pés contribuiu na melhora da qualidade de vida das mulheres atendidas, minimizando o estresse e as tensões diárias, auxiliando no alívio das dores e melhorando sua percepção sobre sua condição de saúde. O profissional de enfermagem, se capacitado, consegue encontrar nas práticas integrativas uma abrangente área de atuação, visto que cada dia mais estas práticas vem sendo estudadas e ganhando

<sup>1</sup>(1) Professora do curso de Enfermagem, doutora em Ciências da Saúde, Universidade Estadual de Londrina, ccfbernardy@gmail.com; (2,3,4,5,6) Acadêmicas do curso de Enfermagem, Universidade Estadual de Londrina; (7) Enfermeira bolsista, Universidade Estadual de Londrina.

<sup>2</sup>

<sup>3</sup>



APOIO:

Integração  
que gera energia  
e desenvolvimento  
**ITAIPU**  
BINACIONAL

Fórum de Pró-Reitorias  
de Extensão  
das Universidades Públicas  
Brasileiras

CO-ORGANIZAÇÃO:

**unioeste**  
Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Instituto de Ciências - PROEX

**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Paraná

REALIZAÇÃO:

**UNILA** | PROEX  
UNIVERSIDADE FEDERAL  
do Paraná

espaço. Em um plano maior, percebemos a diminuição do número de intervenções invasivas, internações, medicamentos e exames diminuindo os gastos públicos.

**Palavras-chave: terapias complementares, terapia de relaxamento, fitoterapia, parturientes.**

## 1 INTRODUÇÃO

O modelo de assistência à saúde no Brasil é caracterizado pelo modelo biomédico, pois novas técnicas reforçam a valorização do conhecimento técnico científico, priorização da atuação intervencionista, a medicalização e a atenção fragmentada ao indivíduo. O abuso deste modelo gera implicações negativas na saúde da mulher principalmente no período grávido-puerperal (BORGES; MADEIRA; AZEVEDO, 2011).

Para garantir a integralidade na atenção à saúde como um todo, o Ministério da Saúde criou neste a última década a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, contribuindo para o fortalecimento dos seus princípios fundamentais, pois, considera o indivíduo em sua totalidade e singularidade (BRASIL, 2006). Esta política estimula a utilização de terapias não convencionais, e este modelo alternativo de terapia tem enfoque na qualidade das relações entre mulher e profissional e utilização de tecnologia apropriada na visão holística e integrada do ser humano estabelecendo o equilíbrio entre ciência, tecnologia e a humanização (BORGES; MADEIRA, AZEVEDO, 2011).

Considerando a transição epidemiológica que ocorre no Brasil caracterizada pelo aumento das doenças crônicas não transmissíveis e acompanhando estas alterações no padrão das doenças percebe-se também que o estresse, entendido como distúrbio físico e emocional provocado por diferentes fatores que levam ao desequilíbrio interno do organismo e inúmeras patologias, este grupo enquanto comunidade científica está empenhado em desenvolver ações que vise implementar a vigilância, prevenção e promoção à saúde como prática para a qualidade de vida das mulheres portadoras de doenças crônicas, mas também para parturientes.



APOIO:

Integração  
que gera energia  
e desenvolvimentoFórum de Pró-Reitores  
de Extensão  
das Universidades Públicas  
Brasileiras

CO-ORGANIZAÇÃO:



REALIZAÇÃO:



As doenças crônicas geram altos custos ao Sistema Único de Saúde com incapacidade de produzir para o país e número elevado de mortes prematuras (BRASIL, 2014b). Assim, para alívio das dores, complementando a terapia medicamentosa, sugere-se o uso de terapias não farmacológicas, como por exemplo, o esalda pés, musicoterapia, aromaterapia, massoterapia e cromoterapia. Estes recursos terapêuticos são utilizados para relaxar o corpo, pois, sabe-se que estes métodos influenciam diretamente nos sistemas linfático, osteomuscular, nervoso, respiratório e circulatório (SEUBERT; VERONESE, 2008). Os pés são a base de sustentação do corpo e, tratando-os de maneira correta, é possível obter sensação de bem-estar e benefícios para todo o organismo (LOURENÇO, 2002).

Há várias vantagens das técnicas complementares durante o trabalho de parto, entre elas a redução da dor, da ansiedade e do medo, redução no tempo de trabalho de parto, redução na admissão de bebês em UTI, e percepção mais positiva com a experiência do parto (KIMBER et al, 2008).

Acreditamos que a experiência mais positiva do trabalho de parto, assim como a melhoria do bem-estar físico e emocional das mulheres portadoras de doenças crônicas que já recebem atendimento com técnicas complementares auxiliará no cumprimento de um dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) projetados para 2030, que é colaborar com o empoderamento da mulher, contribuindo para a igualdade de gênero que se relaciona ao objetivo número 5 do ODS (PNUD BRASIL, 2016). Este empoderamento só é possível se a mulher obtiver informação e aprendizado do autocuidado e desejamos promovê-lo de forma consciente e responsável.

## 2 DESENVOLVIMENTO

A terapia está sendo realizada no Ambulatório Multiprofissional de Saúde da Mulher (AMASM), localizado no Ambulatório de Especialidades do Hospital Universitário (AEHU) e está sendo implantada na maternidade do Hospital Universitário Regional do Norte do Paraná (HURNP). Desta forma, estão atendidas as mulheres de todas as idades encaminhadas pelas clínicas de reumatologia, médica e psiquia-



APOIO:

Integração  
que gera energia  
e desenvolvimento  
**ITAIPU**  
BINACIONALFórum de Pró-Reitores  
de Extensão  
das Universidades Públicas  
Brasileiras

CO-ORGANIZAÇÃO:

**unioeste**  
Universidade Estadual de Maringá  
Paraná**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Paraná

REALIZAÇÃO:

**UNILA** | PROEX  
Universidade Estadual  
de Maringá  
Paraná

tria do Ambulatório de Especialidades Hospital Universitário (AEHU), para as servidoras deste ambulatório e para as gestantes e puérperas do HURNP.

A técnica oferecida consiste em imersão dos pés em infusão de água morna acrescida de ervas medicinais e sal grosso por 10 minutos. Após, a imersão dos pés é feita em água na temperatura ambiente por mais 10 minutos. Novamente, por mais 10 minutos, é realizada a imersão dos pés em infusão de água morna com as ervas medicinais e o sal grosso. Para a finalização da terapia, uma massagem relaxante é executada.

No AEHU, as sessões acontecem no período de 1 vez por semana com duração média de 50 minutos, totalizando 8 sessões, a princípio, estendendo-se caso a mulher queira continuar, e para as parturientes e puérperas, durante a internação, independente da fase do trabalho de parto sem quantidade específica de sessões com a mesma duração de tempo.

Ao iniciarmos o programa no AEHU, realiza-se uma avaliação inicial composta de caracterização das mulheres participantes e exame físico dos pés. Após completadas as 8 sessões, passam por uma avaliação final com o objetivo de identificar os benefícios, ou não, da terapia. Na Maternidade do HURNP, tanto caracterização da mulher, quanto a avaliação dela é realizada a cada sessão realizada. O único critério de exclusão do Projeto é ser diabética.

### 3 ANÁLISE E DISCUSSÃO

Até o momento 48 mulheres que tem feito o acompanhamento semanal no projeto que acontece no AEHU foram entrevistadas. Na maternidade do HURNP, o programa foi implantado em julho de 2017, e mesmo com poucos atendimentos, a respostas das mulheres tem sido positivas. A idade das pacientes atendidas no AEHU variou entre 40 e 59 anos em 58,3% (28) dos casos; quanto ao perfil escolar, 35,4% (17) delas haviam completado ou ao menos iniciado o ensino fundamental, para o ensino médio, os valores encontrados foram idênticos. Quando questionadas sobre a ocupação atual, 35,4% (17) desempenhavam alguma atividade rentável, sendo ela formal ou informal. A renda familiar variou entre 1 e 2 salários mínimos (R\$880) em 66,7% (32) das entrevistadas.

As patologias prevalentes em nosso estudo foram depressão, transtorno



APOIO:

Integração  
que gera energia  
e desenvolvimento  
**ITAIPU**  
BINACIONAL

Fórum de Pró-Reitores  
de Extensão  
das Universidades Públicas  
Brasileiras

CO-ORGANIZAÇÃO:

**unioeste**  
Universidade Estadual de Maringá  
Paraná

**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Paraná

REALIZAÇÃO:

**UNILA** | PROEX  
Universidade Estadual  
de Maringá  
Paraná

de ansiedade generalizada, transtorno afetivo bipolar, fibromialgia, artrose, artrite, ansiedade, osteoporose, esporão nos pés, tendinopatia e lúpus eritematoso sistêmico. Observou-se que 29,2% (14) apresentaram diagnóstico de artrose, sendo ela isolada ou associada a outra patologia. Semelhante a esse caso, foi visto que 27,1% (13) das mulheres participantes do projeto conviviam com fibromialgia. Os distúrbios psíquicos também foram encontrados, associados as doenças reumáticas em 39,6% (19) dos casos e de forma isolada em 12,5% (6) das pacientes.

Em associação com a terapia, 66,7% (32) utilizavam algum tipo de medicamento alopático. Quando questionadas sobre a sensação de bem estar no momento da avaliação inicial, antes de iniciar a terapia, 50% (24) descreveram como sendo ruim, convivendo com uma dor física que, segundo 39,6% (19) das mulheres dificulta extremamente suas atividades diárias.

Após iniciar a terapia, 75% (36) das participantes perceberam melhora no desempenho de suas atividades rotineiras; 64,6% (31) afirmaram uma maior satisfação com sua saúde e 87,5% (42) avaliou como boa ou muito boa a sua sensação de bem estar após o início o tratamento com escalda pés. Com relação aos benefícios trazidos pela terapia para a vida das mulheres acompanhadas no projeto, 89,6% (43) relataram sensação de relaxamento, 75% (36) alívio do estresse e 70,8% (34) melhora das dores articulares.

O vínculo entre profissional e paciente mostra-se muito importante. A maneira como oferecemos e empregamos o tratamento complementar, influencia diretamente na experiência da pessoa cuidada, podendo permitir que esta prove resultados positivos ou negativos. Os benefícios não se restringiram apenas ao ato de cuidar, mas também no fato de se sentirem acolhidos e seguros (CAIRES et al, 2014). Por isso pediu-se que as mulheres avaliassem o projeto, em seu funcionamento, métodos, participantes, apresentação, estrutura, de maneira geral. 37,5% (18) consideraram o plano que vem sendo desempenhado e o atendimento prestado pelos integrantes do projeto como muito boas e 33,3% (16) não manifestou elogios e/ou críticas.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS



APOIO:

Integração  
que gera energia  
e desenvolvimento  
**ITAIPU**  
BINACIONALFórum de Pró-Reitores  
de Extensão  
das Universidades Públicas  
Brasileiras

CO-ORGANIZAÇÃO:

**unioeste**  
Universidade Estadual de Maracá de Paraná  
Instituto de Ciências - PROEX**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Paraná

REALIZAÇÃO:

**UNILA** | PROEX  
Universidade Federal  
de Santa Catarina

Acredita-se que o Projeto de Extensão “Técnica de escalda pés como tratamento complementar” tem obtido boa aceitação pelas mulheres, vem conquistando bons resultados e abrindo-se para novos campos de atuação. Propõe às mulheres um momento de relaxamento associado ao alívio da dor e estresse com aumento no grau de satisfação com a vida e do bem-estar. Pensamos que a capacitação do enfermeiro sobre as terapias complementares e integrativas, seria um novo campo de atuação para este profissional que atua diretamente na assistência ao paciente, incentivando-o a ter uma postura crítica, baseada em evidências, visando sempre a saúde e bem estar das pacientes atendidas.

## AGRADECIMENTOS

Agradecemos o apoio financeiro da Secretaria de Estado da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior – SETI.

## REFERÊNCIAS

Borges, M.R.; Madeira, L.M.; Azevedo, V.M.G.O. As práticas integrativas e complementares na atenção à saúde da mulher: uma estratégia de humanização da assistência no Hospital Sofia Feldman. Rev. Min. Enferm.;15(1): 105-113, jan./mar., 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Humanização do parto e do nascimento. Universidade Estadual do Ceará. Brasília: Ministério da Saúde, 2014a. 465 p.: il. – (Cadernos HumanizaSUS ; v. 4). ISBN 978-85-334-2136-3.

BRASIL. Portaria nº483, de 1 de abril de 2014. Redefine a Rede de Atenção à saúde das pessoas com doenças crônicas. Diário oficial da União. Brasília: Gabinete do Ministro, 2014b. Seção 1, p. 50-52.

Seubert, F.; Veronese; L. A massagem terapêutica auxiliando na prevenção e tratamento das doenças físicas e psicológicas. Encontro Paranaense, Congresso Brasileiro, Convenção Brasil/Latino América, XIII, VIII, II, 2008. Anais. Curitiba: Centro Reichiano, 2008.

Lourenço, O,T. Reflexologia Podal: Primeiro Socorros e Técnica de Relaxamento. 1ª ed. São Paulo: Editora Ground; 2002.

PNUD BRASIL. Transformando Nosso Mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável. 2016. Disponível em: <http://www.pnud.org.br/ODS.aspx>. Acesso em: 18 mai de 2016.



APOIO:

Integração  
que gera energia  
e desenvolvimento

CO-ORGANIZAÇÃO:



REALIZAÇÃO:

