

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO**

Maria Beatriz da Silva Alves Pereira

**USO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (PICS)
NO ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL.**

RECIFE

2024

MARIA BEATRIZ DA SILVA ALVES PEREIRA

**USO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (PICS)
NO ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL.**

Monografia apresentada ao Curso de
Graduação em Nutrição da
Universidade Federal de Pernambuco
como requisito para obtenção de grau
de Nutricionista.

Orientador(a): Jailma Santos Monteiro

RECIFE

2024

Pereira, Maria Beatriz da Silva Alves.

Uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no Acompanhamento Nutricional. / Maria Beatriz da Silva Alves Pereira. - Recife, 2024.

62 p. : il., tab.

Orientador(a): Jailma Santos Monteiro

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Nutrição - Bacharelado, 2024.

Inclui referências, apêndices, anexos.

1. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. 2. Nutrição. 3. Interdisciplinaridade. 4. Integralidade. I. Monteiro, Jailma Santos. (Orientação). II. Título.

610 CDD (22.ed.)

MARIA BEATRIZ DA SILVA ALVES PEREIRA

**USO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (PICS)
NO ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL.**

Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Pernambuco como requisito para obtenção de grau de Nutricionista.

Área de concentração: _____

Aprovado em: 20/03/2024.

BANCA EXAMINADORA

Profº. Drª. Jailma Santos Monteiro (Orientador)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº. Drª. Ruth Cavalcanti Guilherme (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Profº. Drª. Maria Surama Pereira da Silva (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar a toda minha família, principalmente a minha mãe Erinalda por ser minha inspiração de força e resiliência, por me confortar quando preciso, por me incentivar e por acreditar em mim, te amo mãe! Meus tios Vilma e Guimarães obrigada por todo apoio, cuidado, e carinho durante esses anos de graduação. Amo vocês!

A todos os amigos que fiz durante o curso, obrigada por colorirem minha jornada. Dominique, Ilana e Marília, obrigada por estarem comigo desde o início, vocês estão marcadas na minha história, desejo um futuro cheio de alegria e realizações para cada uma de vocês. Aysha, obrigada pelo apoio, companhia e risadas quando precisei. Minha parceira de estágios Lísias, obrigada por ajudar a fazer meus dias mais leves, você foi muito importante durante esses momentos.

Às minhas amigas de ensino médio, em especial, Isa, Déborah e Manu, sou grata por nossa amizade ter resistido ao teste do tempo, vocês são mulheres incríveis e fico muito feliz em saber que vou leva-las comigo pela vida toda.

Aos meus amigos do CHB, obrigada por todas as risadas e por se fazerem presentes mesmo que alguns de nós estejam longe fisicamente, em especial Letícia e Leny, obrigada por serem minhas melhores amigas, o futuro é incerto e cheio de mistérios, mas para onde eu olho eu vejo vocês e essa é uma certeza muito boa de se ter.

A minha orientadora Jailma, obrigada por toda a ajuda, paciência, incentivo e carinho, obrigada por ajudar a expandir minha visão acerca da Nutrição, e por aceitar participar desse trabalho comigo.

A toda Equipe do SIS, especialmente Shirley, Erika e Dani, sou grata pelo acolhimento que recebi de vocês, por todo apoio que me deram para esse trabalho acontecer e por contribuírem tanto para a minha formação.

A minha psicóloga Patrícia, por zelar por mim, me incentivar e ajudar a superar meus medos.

A todos aqueles que contribuíram, direta ou indiretamente, para que esse trabalho fosse realizado.

Meu sincero agradecimento a todos!

RESUMO

O Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) por meio das resoluções CFN nº 679 e 680, de janeiro de 2021, regulamentam o uso de 22 Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) pelos nutricionistas. Logo, os nutricionistas agora podem agregar essas PICS ao acompanhamento nutricional. O objetivo deste trabalho será investigar o uso das PICS pelo nutricionista no acompanhamento nutricional, bem como os benefícios do seu uso pelos usuários, segundo a percepção desses. Para a realização deste estudo foi feita uma pesquisa qualitativa. A pesquisa ocorreu através da realização de entrevista guiada com o uso de dois formulários próprios, um para os nutricionistas e o outro para os usuários, com a finalidade de obter informações acerca do uso das PICS pelos nutricionistas e a percepção dos usuários do Serviço Integrado de Saúde (SIS) da UFPE. No segundo momento foi realizada uma roda de conversa, com os nutricionistas e usuários do SIS. As narrativas obtidas foram gravadas e transcritas e foi realizada a análise das mesmas. Evidencia-se nesse estudo que, segundo a percepção das nutricionistas e das usuárias do SIS, as PICs contribuem para ampliar a abordagem do cuidado do nutricionista; houve uma boa aceitação pelo os usuários, e que aliadas ao tratamento dietoterápico foram consideradas efetivas para problemas como compulsão alimentar, fome, ansiedade, depressão, insônia, obesidade, hipertensão, dores musculares.

Palavras-chave: práticas integrativas e complementares em saúde; nutrição; interdisciplinaridade; integralidade.

ABSTRACT

The Federal Council of Nutritionists (CFN), through resolutions CFN nº 679 and 680, of January 2021, regulate the use of 22 Integrative and Complementary Health Practices (PICs) by nutritionists. The objective of this work will be to investigate the use of PICs by nutritionists in the nutrition care process, as well as the benefits of their use by users, according to their perception. To carry out this study, qualitative research was carried out. The research took place through a guided interview using two specific forms, one for nutritionists and the other for users, with the purpose of obtaining information about the use of PICs by nutritionists and the perception of users of the Integrated Health Service (SIS) at UFPE. In the second moment, a conversation circle was held with nutritionists and SIS users. The narratives obtained were recorded and transcribed and their analysis was carried out. This study shows that, according to the perception of nutritionists and SIS users, PICs contribute to expanding the nutritionist's approach to care; There was good acceptance by users, and combined with diet therapy treatment, they were considered effective for problems such as binge eating, hunger, anxiety, depression, insomnia, obesity, hypertension, muscle pain.

Keywords: integrative and complementary health practices; nutrition; interdisciplinarity; integrality.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 REFERENCIAL TEÓRICO	13
2.1 PICs na Saúde Pública	13
2.2 PICs na Nutrição	14
2.3 Serviço Integrado de Saúde (SIS) - UFPE	16
2.4 Auriculoterapia no SIS	19
2.5 Nutrição Complementar Integrada (NCI) no SIS	22
3 OBJETIVOS	25
3.1 Objetivo Geral:	25
3.2 Objetivos Específicos:	25
4 METODOLOGIA	26
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	28
5.1 Entrevista com as Nutricionistas	28
5.2 Entrevistas com as usuárias	36
5.3 Roda de conversa	39
6 CONCLUSÃO	45
REFERÊNCIAS	47
ANEXO A – Termo de consentimento livre e esclarecido.	52
APÊNDICE A - Tabela de PICS, glossário e requisitos para a adoção dessas práticas pelo nutricionistas.	56
APÊNDICE B – Formulário aplicado aos nutricionistas.	62
APÊNDICE C – Formulário aplicado aos usuários.	62

1 INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define a saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades”.

A situação alimentar e nutricional influencia diretamente o processo de saúde e adoecimento dos indivíduos e comunidades. É uma questão complexa que abrange aspectos biopsicossociais e econômicos, e que, portanto, exige uma atuação interdisciplinar e multiprofissional (RIBEIRO, 2020).

A Nutrição em Saúde Pública é a área da Saúde Pública que engloba questões a respeito da alimentação e nutrição relacionados ao bem-estar e a saúde das populações (PEDRAZA, 2013). Dessa forma, a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNAN), define a Atenção Nutricional (BRASIL, 2013a, p. 26) como:

Os cuidados relativos à alimentação e nutrição voltados à promoção e proteção da saúde, e à prevenção, diagnóstico e tratamento de agravos, que devem estar associados às demais ações de atenção à saúde do SUS, para indivíduos, famílias e comunidades, contribuindo para a conformação de uma rede integrada, resolutiva e humanizada de cuidados.

De acordo com o Guia alimentar para a população Brasileira (2014), a alimentação adequada e saudável é a realização de um direito humano básico, que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais dos indivíduos, estando de acordo com as necessidades alimentares especiais; considerando e adequando quando necessário o referencial cultural local e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, devendo atender aos princípios da variedade, qualidade, equilíbrio, moderação e prazer, e às formas de produção ambientalmente adequadas e sustentáveis (BRASIL, 2014).

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) foram institucionalizadas por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC), instituída por meio da Portaria GM/MS nº 971, de 3 de maio de 2006. Essa política definiu as PICS como os sistemas médicos complexos e recursos terapêuticos que possuem abordagens que buscam estimular

mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação de doenças através de tecnologias eficazes e seguras, atuação multiprofissional, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade, além de permitir possibilitar uma visão ampliada do processo saúde–doença e a promoção global do cuidado humano, especialmente do autocuidado (BRASIL, 2006). Exemplos de PICS são acupuntura, aromaterapia, arteterapia, homeopatia, fitoterapia, meditação, reiki, tai chi chuan, terapia comunitária, terapia floral, termalismo, yoga, entre outros.

No Sistema Único de Saúde (SUS), as PICS ampliam a oferta das opções terapêuticas para a atenção à saúde e contribuem para que os usuários reduzam o consumo de medicamentos, aumentem a autoestima e melhorem a qualidade de vida (BRASIL, 2018). Dessa forma, ao atuar baseada em um modelo de atenção humanizada e centrada na integralidade do indivíduo, a PNPIC representa um fortalecimento dos princípios fundamentais do SUS (BRASIL, 2006).

Com a oferta das PICS no SUS, as pessoas possuem a possibilidade de escolher as práticas integrativas e complementares, oferecidas pelo serviço de saúde, que mais estejam apropriadas ao seu tratamento, junto ao terapeuta, em um contexto de ampliação da co-responsabilidade dos indivíduos pela sua saúde (MONTEIRO, 2012). As PICS também são denominadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como medicina tradicional e complementar (MTC) (BRASIL, 2015). Em 2002, por meio do documento “WHO Traditional Medicine – definitions” a Organização Mundial de Saúde (OMS) incentiva a utilização da medicina tradicional e complementar/alternativa (MT/MAC) aos seus países membros, sob a justificativa de serem de baixo custo e elevada efetividade (FIROOZMAND et al, 2011).

De acordo com Glossário Temático - Práticas Integrativas e Complementares Em Saúde, material publicado pelo Ministério da Saúde em 2018, define a Medicina tradicional, como o modelo de saúde que compreende conhecimentos, capacidades e práticas – baseadas nos saberes, nas crenças e nas experiências próprias de diferentes culturas – voltados para promoção da saúde, bem como para a prevenção, o diagnóstico e o tratamento de doenças. Já a medicina alternativa, como o modelo de saúde que adota uma abordagem não convencional, tradicional ou não, no lugar da medicina convencional, este termo foi adotado no movimento de

contracultura e institucionalizado pela OMS, em 1962, no intuito de diferenciar diversas abordagens de cuidado adotadas em contraposição à medicina especializante e tecnocientífica. A Medicina complementar, é definida como o modelo de saúde que abrange o uso conjunto de abordagens convencionais e não convencionais, que surgiu a partir da aproximação entre as medicinas alternativa e convencional, deixando de ser um modelo de “um ou outro” e passando a “um e outro” e, apesar dessa aproximação, neste paradigma, o modelo convencional permanece hegemônico, utilizando práticas integrativas de forma complementar (BRASIL, 2018).

Em respeito das PICS na Nutrição, em janeiro de 2021 o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) publicou 3 novas resoluções que ampliam o campo de atuação do nutricionista. A resolução nº 679, que regulamenta o exercício das PICS pelo nutricionista; a resolução nº 680, que regulamenta a prática da fitoterapia para o nutricionista, e a Resolução CFN nº 681 regulamenta a prática da acupuntura pelo nutricionista (CFN, 2021). No entanto, essa última resolução está suspensa por decisão liminar, o CFN recorreu da decisão e agora aguarda o julgamento sobre o mérito pela derrubada da decisão de primeira instância, de modo que a resolução possa ser efetivada.

Apesar dos avanços nessa temática, há uma necessidade de uma melhor compreensão a respeito do uso dessas práticas pelo nutricionista. Um outro aspecto importante desse trabalho é também ampliar a compreensão de como ocorre o uso dessas PICS em conjunto com o tratamento nutricional para promoção da saúde, prevenção de doenças e agravos, e recuperação, levando em consideração que o conhecimento sobre o uso das PICs por nutricionista ainda é pouco difundido e estudado, e há uma falta de abordagem sobre o assunto durante o curso de graduação.

Ainda sobre essa ótica ampliada da saúde, o presente trabalho reveste-se de importância pelo fato de ter também como objetivo investigar os resultados do uso das PICS, associado ao acompanhamento nutricional, segundo a percepção dos usuários. Sendo assim, os resultados deste trabalho têm o potencial de ampliar a compreensão científica do tema, fortalecer a política pública das PICS e subsidiar pesquisas que possam contribuir para a inclusão das PICS na grade curricular dos

cursos de nutrição.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 PICs na Saúde Pública

O modelo biomédico predominante, enxerga o corpo humano como uma máquina complexa composta por diferentes e minuciosas partes que se relacionam seguindo apenas a princípios naturais (MATOS et al., 2018). Por outro lado, as PICs se opõem a esse modelo convencional, já que possuem como foco o olhar holístico sobre o ser humano, integrando os sistemas físico, psicológico e social, rejeitando a ideia do ser humano constituído de partes isoladas que podem ser analisadas independentemente (MELO et al 2013).

Muitos profissionais de saúde, por terem uma formação acadêmica curativista, influenciado pelo modelo biomédico, que muitas vezes prioriza o desenvolvimento tecnológico e a segmentação do cuidado, acabam deixando de buscar novas formas de satisfazer as necessidades dos clientes/usuários e realizar uma assistência integral, devido a não conhecerem outras estratégias de saúde, como as PICs que estimulam formas mais naturais de tratamento (BRUNING et al. 2012; MATOS et al., 2018).

De acordo com Telesi-Júnior (2016) as noções de integralidade e complexidade estão no cerne das discussões da área médica, sendo que a perda da abordagem do ser humano enquanto globalidade em detrimento de um olhar técnico e único, característico da modelo biologicista, cria mal estar no sujeito doente, que se sente negligenciado como indivíduo (TELESI-JUNIOR, 2016).

Estudos apontam que entre as razões que levam as pessoas à procura pelas PICs como tratamento, tem-se o desconforto de cuidar-se pela medicina ocidental, biomédica, que muitas vezes trata o sujeito por partes e não como um todo. Já no âmbito das PICs tem-se um tratamento mais humanizado, onde o sujeito é visto como um todo biopsíquico, corpo/mente/espírito, onde o foco de trabalho é a saúde e não com a doença (MONTEIRO, 2012).

De acordo com Telesi-Junior (2016) a forma mais coerente e coesa de avaliar a real importância das PICs para a saúde coletiva, bem como de justificar a

luta pela implantação e ampliação dessas práticas, é a partir dos trabalhadores da área da saúde, que já utilizam as PICs, e que percebem a importância delas no dia a dia do trabalho, utilizando-as e vivenciando-as. Visto que, os profissionais que as praticam não o fazem apenas porque aprenderam outra técnica de saúde e desejam aplicá-la, mas movidos pela vontade de afirmar uma forma de cuidado oposta ao modelo dominante. É uma maneira de mostrar que existem práticas complementares capazes de fazer a diferença e se tornar parte de um novo processo de promover saúde, a partir de modelos alternativos menos onerosos e aptos a cuidar dos seres humanos em sua totalidade (TELESI-JUNIOR, 2016).

2.2 PICs na Nutrição

Nesse contexto, as práticas alimentares também sofrem as consequências do modelo biomédico. Dessa forma, nota-se a extensão da visão reducionista e intervencionista da dieta com base na relação causa/efeito; a padronização de dietas apenas pela ótica calórica quantitativa da Nutrição; a desconsideração dos aspectos socioculturais e econômicos que compõem a relação ser humano/alimento; e as controvérsias científicas de pesquisas da área (AZEVEDO, 2008). A partir disso, a reflexão acerca da prática do nutricionista na saúde pública se faz necessária a fim de entender o papel deste profissional como agente promotor de hábitos alimentares saudáveis, articulando saberes e valorizando as culturas locais (NAVOLAR, 2010).

A discussão acerca das PICs na Nutrição teve início em 2002, onde o Conselho Federal de Nutricionistas em conjunto com profissionais elaborou pareceres das seguintes terapias: Acupuntura, Medicina Tradicional Chinesa, Fitoterapia, Oligoterapia, Iridologia, Florais e Homeopatia (NAVOLAR; TESSER; AZEVEDO, 2012). Em 2003, o CFN em parceria com a Associação Brasileira de Nutrição (ASBRAN), realizou em São Paulo o I Seminário de Terapias Complementares, no qual essas práticas foram debatidas, a respeito de sua utilização e efetividade. Um dos encaminhamentos desse evento foi a criação de um Grupo de Trabalho Nacional sobre as terapias complementares e Grupos de Trabalhos regionais (CFN, 2003). O primeiro efeito desses debates foi a regulamentação da prescrição de fitoterápicos pelo nutricionista por meio da resolução nº 402 de 2007 (CFN, 2007).

Desde o início de 2019, o grupo de trabalho sobre PICS (GT PICS) do CFN

realizava pesquisas sobre as diferentes Práticas Integrativas e Complementares em Saúde e a possibilidade de regulamentá-las aos nutricionistas atuantes no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) e na saúde suplementar (CFN, 2021).

Nesse contexto, em janeiro de 2021, como resultado dos debates realizados ao longo dos anos, o Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) publicou 3 novas resoluções que regulamentam o exercício pelo nutricionista de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). Além disso, determinam os requerimentos a serem seguidos para o uso dessas práticas pelo profissional, sendo as práticas autorizadas: apiterapia (exceto apitoxina); aromaterapia; arteterapia; ayurveda; biodança; bioenergética; cromoterapia; dança circular; homeopatia; imposição de mãos/reiki; medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde; medicina tradicional chinesa: dietoterapia/fitoterapia, auriculoterapia e práticas corporais; meditação; musicoterapia; reflexoterapia; shantala; terapia comunitária integrativa; terapia de florais; e yoga (ver apêndice a) (CFN, 2021).

A aprovação dessas resoluções partem da premissa que o alimento e o indivíduo que o consome são objetos de estudo do nutricionista, e que as PICs contribuem para uma relação saudável entre eles e, portanto, podem auxiliar na atuação profissional. Além disso, compete ao nutricionista, enquanto profissional de saúde, zelar pela preservação, promoção e recuperação da saúde, sendo as práticas individuais e coletivas uma opção a serem utilizadas como ferramentas terapêuticas integrativas auxiliares, já que ajudam a estimular mudanças no estilo de vida, integrar o processo de educação alimentar e nutricional e promoção da saúde, bem como representam uma maneira de ampliar a abordagem multidimensional do exercício da profissão. Ademais, foi considerada uma notável necessidade de regulamentarização dessas práticas a fim de ampliar as formas de cuidado e as possibilidades terapêuticas para os clientes/pacientes/usuários em assistência nutricional (CFN, 2021).

Em um estudo realizado por Santos et al. (2021) foi feita uma revisão da literatura sobre a utilização das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) na prática do nutricionista, onde foi discutido às 22 PICs regulamentadas em janeiro de 2021, pela Resolução nº 679, e as evidências científicas encontradas em estudos em relação ao uso adjunto dessas práticas ao acompanhamento nutricional. A partir

disso, foi observado que ainda não se consegue encontrar, na literatura científica atual, estudos que mostram como se dá o uso de boa parte dessas PICs como parte da assistência nutricional e dietoterápica e da educação alimentar e nutricional, presente na atuação dos nutricionistas, bem como há escassez de resultados sobre o seu uso relacionado a alimentação, nutrição e no comportamento alimentar.

2.3 Serviço Integrado de Saúde (SIS) - UFPE

No que se refere às informações obtidas a respeito das PICs no Recife, destaca-se que a Rede de Saúde do Recife é pioneira na criação dentro do Sistema Único de Saúde em terapias integrativas e complementares. O Serviço de Práticas Integrativas e Complementares foi implantado no Recife em 2004 na Unidade de Cuidados Integrals à Saúde Professor Guilherme Abath, que funciona até hoje (RECIFE, 2012). A Política Municipal de Práticas Integrativas e Complementares à Saúde (PNPIC) foi oficializada através da portaria nº 122, de 6 de julho de 2012, com o objetivo de consolidar práticas de promoção de saúde, recuperação de doenças e prevenção de agravos, baseadas na lógica de um cuidado integral a fim de atender as necessidades sociais de saúde da população do Recife (RECIFE, 2012).

O Serviço Integrado de Saúde (SIS) é um serviço de cuidados integrals em saúde em conjunto ao Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), que foi instituído pela Resolução nº 11/2016 do Conselho Coordenador de Ensino, Pesquisa e Extensão com o objetivo de "consolidar a integração e a articulação academia-serviço-comunidade entre os diversos cursos da Universidade, com base nas atividades de ensino, pesquisa e extensão, em consonância com as diretrizes do Sistema Único de Saúde e da Política Nacional de Atenção Básica".

O SIS-UFPE é um espaço de articulação e diálogo entre a academia-serviço-comunidade, centrado no cuidado integral do ser, estruturado em três pilares: **SIS- UFPE**- promovendo ensino, pesquisa e extensão, envolvendo docentes e discentes da UFPE e de outras Instituições de Ensino Superior (IES); **SIS-UCIS** - Unidade de Cuidados Integrativos - uma unidade de Referência em Práticas Integrativas e Complementares de Saúde – PICs - do SUS, gerenciada pela

Secretaria de Saúde da Prefeitura do Recife; **SIS Comunitário** – regido por um grupo comunitário, constituído pelo Fórum de Usuárias(os), visando o fortalecimento da cidadania, tendo na educação, comunicação e cultura uma interlocução permanente.

Assim, o SIS-UFPE caracteriza-se como um equipamento social voltado para a promoção à Saúde, pautado nos princípios da Atenção Básica, na Integralidade e na Interdisciplinaridade do Sistema Único de Saúde–SUS.

Os serviços oferecidos pelo SIS-UCIS se constituem em: terapias individuais realizadas no Ambulatório de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS); Grupos de Práticas Terapêuticas em PICS; Programas Terapêuticos; Acolhimento e escuta qualificada; cursos em PICS; atividades promotoras de geração de renda – feira de produtos orgânicos e agroecológicos.

No que se refere ao SIS-UFPE, são realizados, no âmbito da formação acadêmica: Estágios Curriculares dos Cursos de Graduação em Nutrição, Psicologia, Fisioterapia e Residências Multiprofissionais; Estágios Extracurriculares em Saúde; Estágios de Residência Multiprofissional do CCS-UFPE, HC-UFPE, IMIP, Prefeitura da Cidade do Recife e Prefeitura da Cidade de Jaboatão; desenvolvimento de projetos didáticos da disciplina Educação alimentar e nutricional 2, envolvendo a Rádio Comunitária Aconchego e o espaço de cultivo de plantas medicinais e permacultura urbana; Visitas didáticas dos estudantes as PICS, pelos Cursos de Nutrição, Psicologia, Odontologia, Medicina Social, Internato em Saúde Coletiva, Pedagogia, Cinema, Audiovisual; aulas da disciplina eletiva, interdepartamental “Integralidade e interdisciplinaridade na Saúde”, oferecida semestralmente aos Cursos de saúde, Serviço Social, Psicologia, Educação Física e Biomedicina.

Na Extensão, há o Núcleo de Educação Integral e Ações Afirmativas (NEAfi) que está desenvolvendo seis projetos de extensão no campo da cultura e educação voltados às comunidades circunvizinhas. Também são desenvolvidos seis projetos de extensão realizados por equipes de docentes, técnicos e estudantes dos Departamentos de Odontologia, Nutrição, Farmácia, Medicina Social e Saúde Coletiva.

O grupo comunitário de Cultura, Comunicação e Saúde agrega atividades realizadas pelos usuários e comunidade de moradores do entorno, tais como; Rádio Comunitária Aconchego, Grupos Comunitários de Educação Popular em Saúde, Capoeira de Angola, Cineclube entre outros.

Na pesquisa, há projetos de Trabalhos de Conclusão de Cursos (TCCs), dissertações e monografias realizadas por estudantes de graduação na área de Saúde, Mestrado em Pol. Públicas (CFCH); Mestrado em Sociologia e Especializações, bem como, pesquisas realizadas por grupos de docentes e técnicos das áreas de Educação e Medicina Social, da Pós-Graduação em Saúde Coletiva e da Fiocruz.

O conjunto de ações do SIS tem significativa representação da presença de cidadãos, seja como usuários do SUS ou como moradores das comunidades do entorno; professores(as); técnicos(as); estudantes; profissionais de saúde.

A construção do SIS é marcada por uma história feita de experiências dinâmicas, com criatividade e interesse de pessoas, grupos e instituições nele envolvidos em torno de um propósito comum: constituir um espaço público participativo. Este espaço tem se caracterizado como um catalisador de uma vontade social coletiva, onde os objetivos institucionais se integram às experiências criativas das pessoas e grupos sociais mobilizados. Isto lhe confere uma força e significado social de grande riqueza, mas também de singular complexidade.

Apesar dos avanços alcançados e alguns desafios presentes nessa configuração, julgamos ser ainda urgente, necessário, pertinente e viável o fortalecimento do SIS, por meio do desenvolvimento de ações e atividades, pautadas na indissociabilidade entre extensão-ensino-pesquisa e que integre Saúde, Educação, Cultura, Ecologia integral e Comunicação, de forma dinâmica, dialógica, participativa, na perspectiva de promoção da cidadania.

O SIS oferece os cursos de alimentação viva e alimentação integral, que são ofertados pelas duas nutricionistas e a técnica de nutrição, no laboratório de nutrição do SIS, toda quarta-feira e quinta-feira pela manhã, respectivamente; e de Uso Racional de Plantas Medicinais (figura 1), ministrado por Evani de Lemos Araújo, médica especialista em fitoterapia, também no laboratório de nutrição nas segundas

e terças-feiras pela manhã. Os cursos são abertos para qualquer usuário do SIS que tenha interesse, basta se inscrever no período de inscrição e as vagas são limitadas. Em relação aos cursos de alimentação viva e alimentação integral, os participantes são avisados com antecedência sobre qual preparação alimentar será realizada, e dividem os ingredientes entre si, para cada pessoa contribuir com algo. Em relação ao de Plantas Medicinais, o próprio SIS possui um canteiro de plantas medicinais.



Figura 1. Uso racional de plantas medicinais no SIS. Oficina de Produção de Shampoo, xarope, pomada e extratos.

2.4 Auriculoterapia no SIS

Dentre as PICS ofertadas no SIS, destaca-se a auriculoterapia que é realizada pelas 2 nutricionistas do serviço.

A auriculoterapia, também chamada de Auriculopuntura ou acupuntura auricular, é uma técnica terapêutica que faz parte dos recursos terapêuticos da medicina tradicional chinesa (MTC), que trata de equilibrar o organismo usando pontos reflexos localizados no pavilhão auricular (ZURITA, 2012).

Segundo o Glossário Temático de PICS, a auriculoterapia funciona por meio de estímulos na orelha, que contém pontos energéticos onde todo o organismo se encontra representado como um microssistema. Os microssistemas, são áreas do corpo que, por meio de pontos reflexos, conectam-se energeticamente e representam o organismo em sua totalidade, e que quando estimulados influenciam

e equilibram a energia vital (Qi) dos órgãos correspondentes. Para a Medicina tradicional chinesa, a Energia vital (Qi) integra tudo o que existe, e além da matéria, compõe elementos como emoções, sentimentos, inteligência e vontade (BRASIL,2018).

Ainda segundo o Glossário Temático de PICS, a acupuntura auricular estimula essas zonas por meio de agulhas, esferas de aço, ouro, prata, plástico, ou sementes de mostarda, previamente preparadas para esse fim. No SIS é utilizado sementes de mostarda, como mostrada na figura 2.



Figura 2. Sementes de mostarda utilizadas na auriculoterapia, SIS-UFPE, 2024.

Essas sementes são colocadas sobre os pontos de acupuntura pré-estabelecidos segundo as necessidades do usuário (figura 3), e fixadas com esparadrapo, permitem a estimulação cutânea do ponto por meio da pressão da semente sobre a pele, e influenciam e equilibram a circulação da energia vital (Qi) (BRASIL, 2018). A estimulação do ponto também pode ocorrer através da ação energética da semente, que contém as propriedades de germinação e formação de uma planta (BRASIL, 2018).

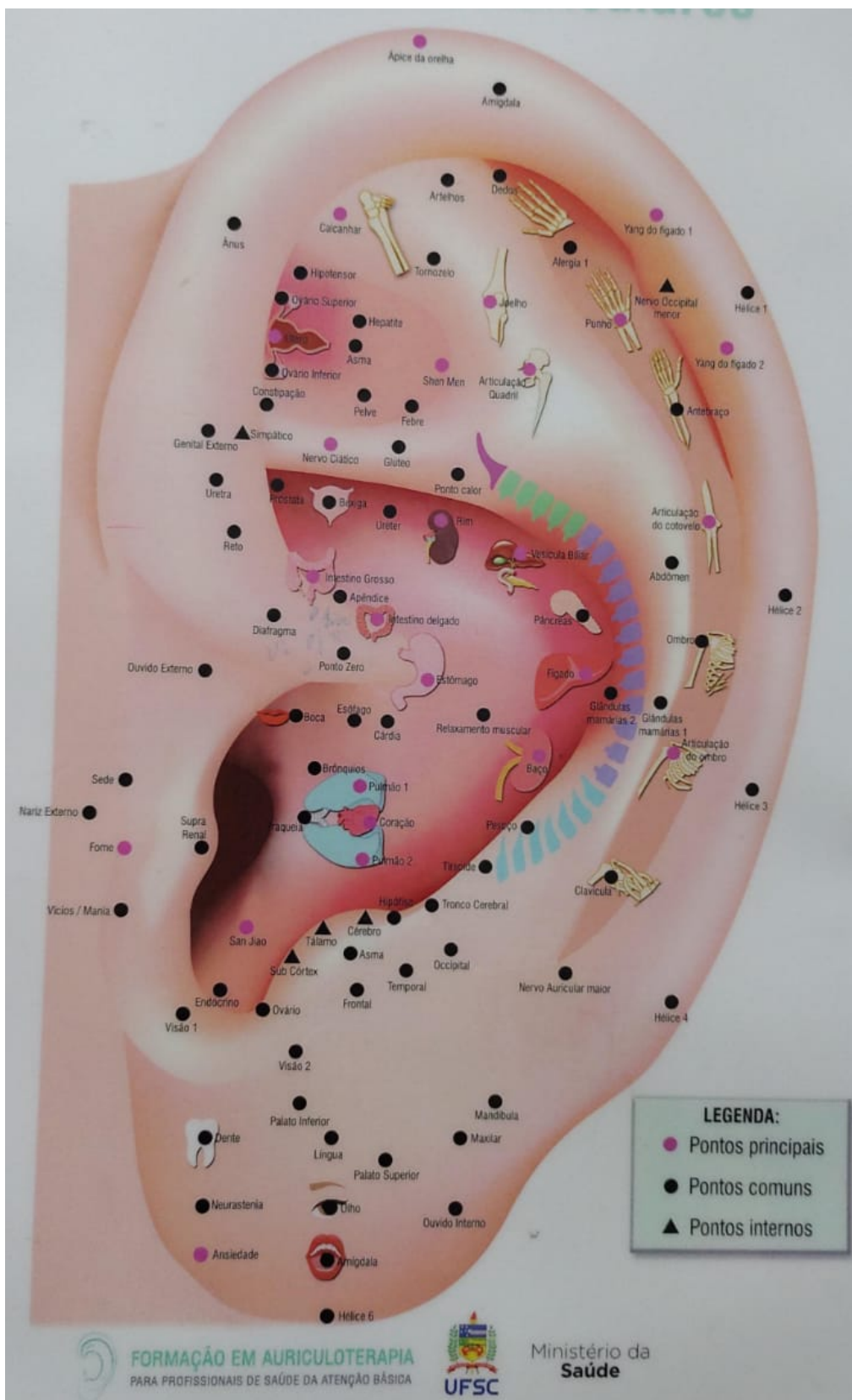


Figura 3. Mapa de pontos auriculares utilizado no SIS.

2.5 Nutrição Complementar Integrada (NCI) no SIS

É importante ressaltar que nem tudo o que é considerado “alternativo” em Nutrição pode ser considerado uma prática integrativa e complementar, mas podem ser consideradas parte da Nutrição Complementar Integrada (NCI). De acordo com Navolar (2010) às práticas de NCI apontam para outras racionalidades nutricionais, já que não fazem parte da visão dominante da Nutrição, ou seja, estão à margem da prática dos profissionais e não estão incorporadas na estrutura curricular da graduação. As práticas complementares e integrativas em Nutrição podem ser divididas em duas categorias, de acordo com sua origem epistemológica :a) os Modelos Alimentares que incluem àquelas vinculadas a práticas tradicionais, entre elas a alimentação ayurvédica, a dietoterapia na MTC, a macrobiótica e a alimentação antroposófica; b) as Correntes Alimentares que abrangem as tendências de alimentação que não apresentam vínculo com religião ou sistema tradicional, como o vegetarianismo, a alimentação viva, a nutrição funcional, a fitoterapia e o aproveitamento integral dos alimentos.

Em relação às práticas de NCI que são ensinadas por cursos no SIS, a alimentação viva é uma corrente alimentar cujo princípio básico é manter a energia vital dos alimentos, é estimulado durante as aulas uma alimentação voltada para alimentos naturais e “vivos”, ou seja, com preparações de refeições, a bases de vegetais crus, sem processamento pelo calor, frio ou refinação, e excluindo da dieta alimentos considerados desvitalizados como produtos de origem animal e industrializados, na figura 4 tem-se exemplo de preparações realizadas na oficina de alimentação viva do SIS.



Figura 4. Preparações culinárias realizadas na oficina de alimentação viva do SIS- UFPE, 2024.

Umas das técnicas utilizadas nessa corrente alimentar é a germinação e o cultivo de brotos, que são ensinadas no SIS e podem ser feitos de forma caseira, pelos próprios usuários, dessa forma, essas práticas visam proporcionar um “despertar” do consumidor para o conhecimento dos alimentos naturais e das sementes e um resgate do contato com a terra, além de serem de baixo custo, tornando-os acessíveis a grande parte da população (NAVOLAR et al., 2012).

Navolar e Andrade (2012) relatam que apesar de mais estudos serem necessários, é encontrado na literatura trabalhos que revelam os benefícios nutricionais da introdução de brotos e sementes germinadas na dieta:

A ampliação do valor nutricional com a germinação, principalmente em relação às vitaminas A e C e minerais, como cálcio, fósforo e magnésio (KULVINSKAS, 1991); aumento da vitalidade do alimento; melhora da digestibilidade devido à presença das enzimas nas sementes germinadas e brotos não expostos ao cozimento e à decomposição das partículas: proteínas complexas em aminoácidos, lipídios em ácidos graxos (GONZALEZ, 2006); eliminação do ácido fítico, presente nos grãos integrais, no processo de germinação, não interferindo na absorção de minerais, como o ferro e cálcio e ampliando a sua biodisponibilidade (SLYWITCH, 2006).

Outra prática de NCI que é ofertada no SIS é a de aproveitamento integral dos alimentos, que consiste no uso das partes comestíveis dos alimentos (como cascas, talos e folhas), utilizando-os integralmente. Não deve ser confundido com

“reaproveitamento” dos alimentos, pois não se está “reutilizando” e sim aproveitando de forma integral (NAVOLAR et al., 2012). Neste curso, são ensinadas técnicas para o aproveitamento integral dos alimentos, sendo realizadas preparações que visam garantir o máximo aproveitamento de seus nutrientes e evitando o desperdício. Essas oficinas estimulam mudanças de hábitos e alimentação mais saudável, aproveitando os nutrientes contidos em partes do alimento que geralmente são descartadas. Sempre sob uma ótica de respeito à cultura alimentar e a safra da estação.

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivo Geral:

Investigar o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no acompanhamento nutricional, a partir da percepção do nutricionista e usuários do SIS.

3.2 Objetivos Específicos:

- Investigar como se dá o uso das PICS a partir da percepção do nutricionista.
- Investigar os resultados do uso das PICS segundo a percepção dos usuários.

4 METODOLOGIA

O estudo se trata de uma pesquisa participativa qualitativa com nutricionistas e usuários do Serviço Integrado de Saúde - SIS UFPE que fazem uso de PICs. O grupo de participantes da pesquisa consistia em duas nutricionistas que trabalham na Unidade de Cuidados Integrativos em Saúde do SIS (UCIS – SIS) no período da pesquisa, e de 8 usuários de PICS também do SIS, totalizando um número de 10 entrevistados.

A pesquisa qualitativa está voltada para a investigação de valores, percepções, atitudes e motivações do público pesquisado, com o intuito de compreendê-los, sem preocupação estatística (MEIRELLES, 2004). Esse método de pesquisa, possibilita que o investigador faça uma imersão na realidade e produza sobre este uma perspectiva interpretativa (MAGALHÃES, 2008). Além disso, a pesquisa qualitativa trabalha com significados, crenças, motivos, aspirações, valores e atitudes, de forma mais aproximada com o objeto de estudo, e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 2001).

A pesquisa participativa é um caminho metodológico que tem como um dos objetivos possibilitar aos sujeitos da pesquisa, os meios para conseguirem responder aos problemas que vivenciam com maior eficiência e com base em uma ação transformadora (THIOLLENT, 2011, apud. PICHETH; CASSANDRE; THIOLLENT, 2016). Sendo assim, Thiollent (2011) define como um tipo de pesquisa social com base empírica concebida e realizada em estreita associação com uma ação, e no qual os pesquisadores e os participantes da situação ou do problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo.

Para realização da pesquisa, foram aceitos participantes de ambos os sexos e maiores de 18 anos, sendo as duas nutricionistas inscritas no Conselho Regional de Nutrição na região 6 (CRN6), consistindo estes os critérios de inclusão. Todos os participantes precisaram assinar o Termo De Consentimento Livre Esclarecido (anexo 1).

A realização da pesquisa ocorreu em dois momentos. O primeiro através de entrevistas guiadas individuais com as nutricionistas e usuárias do SIS, realizadas

com uso de dois formulários próprios, um formulado para os nutricionistas e o outro para as usuárias, ambos elaborados pela pesquisadora, com a possibilidade de flexibilidade nas perguntas para explorar questões emergentes, com a finalidade de obter informações de forma mais sistemática, explorar suas percepções, experiências e conhecimentos relacionados ao tema da pesquisa. Em relação ao formulário aplicado para as nutricionistas, esse foi constituído de questões referentes aos dados pessoais, dados sobre a formação profissional, área de atuação e uso das PICS na prática profissional (ver apêndice b), as nutricionistas entrevistadas foram identificadas como “N1” e “N2”. Em relação ao formulário aplicado para os usuários, consta de questões referentes aos dados pessoais e uso das PICS (ver apêndice c) e as usuárias entrevistadas foram identificadas como “U1”, “U2”, “U3” e “U4”. Para realização das entrevistas, das nutricionistas e usuárias, além de serem utilizados os questionários pré-concebidos, ao longo das entrevistas outras perguntas foram feitas pela pesquisadora no intuito de sondar mais informações.

No segundo momento foi realizada uma roda de conversa, com 4 usuárias do SIS participantes do Curso de Alimentação Viva, as participantes da roda de conversa foram identificadas como “R1”, “R2”, “R3” e “R4”. As nutricionistas e a técnica de nutrição responsáveis pelo curso de Alimentação Viva também estavam presentes no momento da roda de conversa, mas não participaram. Para iniciar a discussão, foi proposto pela pesquisadora que as participantes compartilhassem sobre sua experiência no SIS.

A roda de conversa é uma prática metodológica que promove a discussão e a interação entre os participantes, possibilitando que os participantes da mesma expressem seus sentimentos, impressões, e opiniões acerca do tema proposto, de forma que gere insights adicionais facilitando a identificação de padrões e divergências de opiniões.

As narrativas obtidas durante as entrevistas e a roda de conversa foram gravadas no gravador de som do celular da pesquisadora, e posteriormente transcritas para a realização da análise das mesmas.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1 Entrevista com as Nutricionistas

No primeiro momento foi realizada a entrevista com as nutricionistas. Ambas as nutricionistas são do sexo feminino, de 49 e 59 anos de idade. As duas entrevistadas fizeram a graduação em nutrição na UFPE, e com especialização em auriculoacupuntura e alimentação viva. Uma das nutricionistas também possui graduação em gastronomia; possuem o tempo de atuação profissional de 23 e 30 anos, e ambas começaram a usar PICS quando entraram para a equipe do UCIS-SIS, em 2010.

A porta de entrada para o SIS é chamada de Acolhimento, que é realizada todos os dias por terapeutas, seguindo a escala, de forma presencial. Essa etapa é voltada para um momento de escuta acolhedora e humanizada onde é feito o prontuário do paciente, a partir de perguntas a respeito da vida do usuário, é feita uma anamnese a fim de identificar se o paciente tem queixas de saúde física, mental e/ou emocional, para que no fim desse processo, a partir da avaliação de sinais e sintomas, seja possível direcionar o usuário para as PICs, em grupo e/ou individuais que atenderam melhor suas necessidades. Esse atendimento dura cerca de mais ou menos 1 hora, dependendo das queixas do usuário. Cada indivíduo recebe um cartão do SIS, que contém seu número de prontuário, data de nascimento, número do SUS e nome completo. Durante a entrevista, uma das nutricionista ressaltou a importância do acolhimento:

N1: “...é bom falar sobre o Acolhimento que a gente faz também, que é um acolhimento , uma escuta, pra saber qual que é aquele caso, o que é a vivência dele em casa, a situação financeira, é bem importante ter esse cuidado, pra gente não passar algo fora da realidade dele, então é bem importante...”

A escuta acolhedora é um dos pilares das PICs. A relação de interagência, que é o vínculo de coparticipação entre o terapeuta e o usuário, valorizando o cuidado humanizado e o desenvolvimento do vínculo terapêutico considerando a integralidade do indivíduo (BRASIL, 2018), sendo muito importante para desenvolver a interação do indivíduo com o meio ambiente e a sociedade.

Após o processo de Acolhimento, os usuários podem ser encaminhados para

realização da auriculoterapia, que é realizada pelas nutricionistas.

As condições clínicas mais comuns mencionadas pelas nutricionistas do SIS para realização da auriculoterapia nos usuários são dores crônicas, ansiedade, compulsão alimentar, fome, hipertensão, insônia e depressão.

N1 :“..Utilizo na compulsão alimentar, Hipertensão. Dores. Ansiedade. Insônia. Depressão. O vício lá que a gente tem no encontro que a gente sempre coloca que o vício que é a compulsão alimentar a gente tem um controlezinho na auriculo que a gente faz sobre isso também a fome, né?..”

N2: “ para pessoas com dores crônicas, dores na coluna, ansiedade, questão da fome também.”

Em um estudo realizado por Suen e colaboradores (2019), sobre acupuntura auricular autoadministrada integrada a um aplicativo de smartphone para redução de peso, relatou que os indivíduos tratados com a acupressão auricular mostraram alterações de dois hormônios principais do tecido adiposo, a adiponectina e leptina. Com elevação nos valores de adiponectina, hormônio que controla o peso corporal regulando a ingestão de alimentos e sensibilizando a ação da insulina nos tecidos do corpo, e redução nos valores de leptina, hormônio que é um modulador da sensação de fome, os autores relacionaram a perda de peso obtida pelos indivíduos às alterações observadas nesses hormônios através da auriculoterapia.

Em um estudo sobre o tratamento da obesidade com auriculoterapia, Bonizol e seus colaboradores (2016), afirmam que esse seguimento terapêutico demonstrou efeitos significativos para a redução do peso corporal, da gordura corporal total e na inibição do apetite. Santos e Silva (2019) em um estudo sobre os efeitos da auriculoterapia na compulsão alimentar, concluíram que essa terapia no tratamento da compulsão alimentar se mostra eficaz na redução dos sintomas de ansiedade, consequentemente levando o indivíduo a uma perda de peso corporal.

Já Amaral & Gonçalves (2022) concluíram, após realizarem uma revisão de literatura sobre a utilização da auriculoterapia no tratamento da obesidade, que além da auriculoterapia se mostrar como uma terapia eficaz no tratamento da obesidade, essa terapia também pode contribuir como um importante aliado na

prevenção de cardiopatias, diabetes, patologias respiratórias e articulares uma vez que estas podem surgir como comorbidades relacionadas à obesidade, logo, com o auxílio na redução do peso pode-se afirmar que a auriculoterapia influencia na prevenção dessas patologias.

Santos et al. (2021) constataram em seu estudo que a auriculoterapia se mostrou como um método terapêutico bastante proveitoso e eficaz para tratamento de algias, demonstrando que, nos casos estudados, a utilização dessa terapia conseguiu amenizar e reverter o processo doloroso. Ainda segundo Santos et al. (2021), a auriculoterapia por ser de fácil manipulação, baixo custo, utilizada em várias disfunções e não possuir efeitos colaterais significativos, se mostra ser essencial para a população, já que a mesma para ser realizada dispões de diversos métodos de estimulação tornando-a acessível e servindo tanto para a promoção, prevenção, tratamento e auxílio na reabilitação.

Além da auriculoterapia, uma das nutricionistas entrevistadas também realizava prescrição de plantas medicinais:

N2: "...Plantas medicinais, para questão do sono, que a gente pega muita gente com ansiedade também, chás muito para ansiedade, para ajudar a dormir, para digestão, para constipação, para ajudar a questão dos líquidos na hidratação..."

Já a outra entrevistada não faz prescrição de plantas medicinais, ressaltando a importância de ter domínio no assunto para prescrever fitoterápicos com segurança, e realizando encaminhamento para outros profissionais habilitados caso necessário.

N1: "... Não. Tem que ter um domínio, né? Encaminho pra floral, para outras..."

De fato é necessário domínio para a prescrição de fitoterápicos e plantas medicinais, visto que muitas substâncias encontradas nas plantas podem ser tóxicas e/ou causar efeitos adversos graves. O Conselho Federal de Nutrição, através da resolução 680/2021, que regulamenta a prática da fitoterapia pelo nutricionista, reforça a necessidade de especialização para prescrição de fitoterápicos e a opção pelo uso das plantas in natura:

A prescrição de plantas medicinais in natura e drogas vegetais, na forma de

infusão, decocção e maceração em água, é permitida a todos os nutricionistas, ainda que sem certificado de pós-graduação em fitoterapia ou título de especialista nessa área; a prescrição do que for diferente de infusão, decocção e maceração em água, a partir de plantas medicinais in natura e drogas vegetais, ou seja, de drogas vegetais em formas farmacêuticas, de medicamentos fitoterápicos, de produtos tradicionais fitoterápicos e de preparações magistrais de fitoterápicos é permitida ao nutricionista com habilitação para Fitoterapia.

Segundo Siqueira & Martins (2018), ao estudarem a percepção e adequação à prática da prescrição fitoterápica por nutricionistas, os relatos apontaram uma dificuldade em prescrever fitoterápicos devido à ausência de disciplinas que abordem a fitoterapia durante a graduação, sendo essa uma peculiaridade que desmotiva a prescrição fitoterápica.

Existe uma grande variedade de estudos que corroboram a eficácia da fitoterapia no tratamento complementar de diversos casos clínicos. Em relação às condições clínicas informadas pela entrevistada N2, que a levam a prescrição de plantas medicinais através de chás, o Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, aponta o uso de *Piper methysticum* G. Forst (Kava-kava) como terapia de estágios leves a moderados de ansiedade e insônia, bem como *Valeriana officinalis* L. (Valeriana) tem sido usado como sedativo moderado, no tratamento de distúrbios do sono associados à ansiedade. Em outro estudo, Cierjacks (2023) concluiu que, fitoterápicos ao serem utilizados com cautela e acompanhados de um profissional de saúde, representam uma opção de tratamento para a ansiedade que apresenta poucos efeitos colaterais e baixo risco de dependência.

A fitoterapia colabora para que o ser humano se reconecte com a natureza e dessa forma obtenha ajuda para o organismo em vários sentidos através do meio ambiente, como restaurar a imunidade enfraquecida, normalizar funções fisiológicas prejudicada e até mesmo para rejuvenescer (França et al., 2008). Além disso, o uso de plantas medicinais no meio da saúde pública apresenta vantagens como a valorização da cultura popular; baixo custo; fácil aplicação; promoção da racionalização do uso dos recursos na saúde; aceitabilidade pela população (ANGELIM et al. 2019).

As entrevistadas foram questionadas sobre **“Há quanto tempo fazem o uso**

de PICS e o que lhe motivou?”. A N1 respondeu que sempre se interessou e trabalhou na área da saúde pública, e que começou a fazer uso de PICs quando surgiu a oportunidade profissional. Além disso, a mesma enxerga as PICs como forma “mais natural” de cuidado, e como forma de promoção de uma “vida mais saudável”.

EN1: “Eu sempre trabalhei em saúde pública, né? Sempre gostei muito dessa área. O mais natural, né? Mais orgânico possível, então quando me foi ofertado essa proposta de entrar para PICS (no SIS), eu não pensei duas vezes, né? Para melhorar o consumo dos alimentos orgânicos, ter uma vida mais saudável. Então isso me motiva muito. Essa, essa questão da natureza, do orgânico. Para estar mais próximo das pessoas, eu gosto muito dessa área.”

Nessa narrativa, se destaca uma visão ampliada em relação à saúde e nutrição, bem como a valorização do contato com a natureza para promoção de hábitos alimentares saudáveis e da importância do atendimento humanizado às pessoas.

A N2 disse que já utilizava chás medicinais no atendimento nutricional antes de entrar para a equipe do SIS. Além disso, comentou que faz uso de plantas medicinais desde criança.

N2: Quando eu entrei aqui (SIS), antes na verdade, de entrar aqui eu já comecei a me especializar, mas eu já usava a questão dos chás medicinais, já recomendava no atendimento de nutrição (...) Olha eu acho que desde pequena, minha mãe era muito a favor, eu sempre ouvia...que antigamente era muito alimentação alternativa, produtos alternativos, então eu desde pequena, desde jovem, a questão de chás em casa, nunca fui de tá tomando remédio, sempre foi chás (...) e eu usei muito quando eu era jovem, que eu tive uma alergia muito forte, então minha mãe me levava pra um homeopata... então eu já fazia uso de PICs desde criança”

Esse relato encontra consonância com o estudo realizado por Navolar (2010), que observou que a recomendação das PICS podia decorrer de um uso prévio e com resultados positivos por parte do nutricionista. Segundo a autora, “a experiência individual de uso de alguma PICS foi identificada como algo que influencia a abertura para recomendação de outras práticas na atenção primária e na atuação do

nutricionista, a partir de uma visão positiva de efetividade e eficácia empíricas" (p. 85)".

Ambas as nutricionistas relataram, quando questionadas, a ausência de informação sobre as PICs durante o curso de graduação.

N1: Não. Nem ouvi falar na realidade. Não, nem nunca tinha. Sempre era por pesquisa, algumas coisas que eu mesmo fazia, mas na graduação a gente nunca nem ouviu falar.

N2: Não, nenhum contato.

Na literatura atual é retratado em muitos estudos que existe uma falta de abordagem sobre fitoterapia e PICs no geral nos cursos de nutrição. Segundo Moura et al. (2016) ao realizarem um estudo para analisarem o conhecimento sobre plantas medicinais e fitoterápicos com acadêmicos de nutrição, observaram que dos participantes, apenas 75,68% sinalizam que conhecem o conceito de fitoterapia. Já Moura et al. (2018), em uma revisão da literatura acerca da inserção da Fitoterapia nos cursos de nutrição, obteve resultados que demonstraram que a prática da prescrição fitoterápica por nutricionistas é prejudicada devido esse tema não ser bem abordado nas disciplinas na graduação que subsidiam a prescrição de fitoterápicos.

Silva et al. (2021) relata que as estruturas curriculares dos cursos de saúde limitam a formação em PICs, em decorrência da cultura extremamente biomédica, e por seguirem uma lógica voltada para conteúdos isolados e fragmentados, com foco na atenção individual, dessa forma, os processos de formação dos profissionais de saúde em PICs acabam sendo, majoritariamente, realizados na pós-graduação e no ensino privado. Além disso, foi observado nesse estudo, que a obtenção de conhecimento em torno das PICs muitas vezes se dá de modo informal, através de fontes midiáticas, o que reforça a escassez de iniciativas de educação acerca das PICs para qualificação dos profissionais no SUS (SILVA et al., 2021).

O uso de PICs no contexto de saúde pública estimula a humanização do cuidado e do atendimento (MATOS, 2018). Ainda assim, por ainda ser um tema pouco abordado e evidenciado, existem preconceitos com relação à utilização de

PICs, podendo ser uma alternativa que gera desinteresse, por parte dos diversos profissionais da área saúde (JÚNIOR et al., 2022).

Logo, faz-se necessária uma maior divulgação dos benefícios que estas práticas oferecem para promoção da saúde e melhora da qualidade de vida. Como também é necessária a criação de mais cursos de formação e especialização, e componentes curriculares específicos sobre as práticas dentro dos diversos cursos de saúde, para que se acompanhe o crescimento da demanda (MONTEIRO, 2012), e garantir a possibilidade de qualificação para aqueles que possuam esse interesse. Nas instituições públicas de ensino superior, destaca-se a importância de que o ensino de PICs seja orientado para os diversos cenários do SUS, com ênfase especial para a Atenção Primária à Saúde, conforme preconiza a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares na Saúde (TESSER et al., 2018).

Quando questionadas sobre **“Como você vê o uso de PICS pelo nutricionista?”** Ambas as nutricionistas veem o uso das PICS pelo nutricionista de forma positiva, a N1 ressalta a importância que essas práticas possuem para a visão ampliada e global do usuário, bem como da colaboração com a equipe multidisciplinar.

N1: “ De suma importância essa visão global do usuário, da pessoa, porque você trabalha com uma equipe multidisciplinar, tendo essa opção de estar junto com todas essas questões, tanto a questão emocional como a questão da alimentação, isso é muito importante. O nutricionista tem que abrir esses olhos para essa prática, pra essa forma de trabalho, sempre estar buscando, olhe o que eu tenho de ferramenta que possa encaminhar meu paciente para ajudar ele nesse controle emocional, nessa melhora da alimentação, sempre é de suma importância as PICS na nutrição.”

Navolar, Tesser e Azevedo (2012), ao investigarem a relação de nutricionistas com as PICS, através de entrevistas, mencionam que as PICs parecem trazer contribuições no sentido de repensar a atuação profissional. O reconhecimento do valor do saber tradicional, bem como o questionamento do saber acadêmico hegemônico, colaboram para a construção de um olhar crítico a uma postura autoritária prescritiva, comum na atuação do nutricionista e de outros profissionais da saúde. Ressalta-se que está havendo uma valorização dos méritos das PICs, em

especial no que se refere ao processo saúde-doença e na construção de relações solidárias entre profissional e usuário (NAVOLAR, 2010).

Em relação às resoluções (Nº 679 e 680) que regulamentam o uso de PICS pelo nutricionista, uma das entrevistadas considerou que a vinda das Resoluções contribui para apoiar os profissionais que possuem formação na área mas não eram reconhecidos.

N2 : “É muito importante, é uma vitória pra gente que trabalha com PICS, e pra questão das formações, que muita gente tem e não é reconhecida.”

Os relatos positivos de nutricionistas em relação às PICs, também são observados em outros trabalhos, como no de Menegotte, Anschau e Szinwelski (2021) que, ao entrevistarem os nutricionistas e gestores da Rede de Atenção à Saúde do município de Chapecó-SC, identificaram que todos estes reconhecem que o uso das PICS trouxe melhores resultados, maior adesão e maior motivação para promover mudanças alimentares.

Navolar (2010) ao realizar uma pesquisa com a finalidade de analisar a visão das nutricionistas que atuam na atenção primária à saúde de Florianópolis/SC a respeito do uso e recomendação de PICs por meio de entrevistas, observou que cinco das oito nutricionistas entrevistadas atuam envolvendo de alguma forma o uso de PICs, desde prescrição de fitoterápicos a encaminhamento para acupuntura e homeopatia, e foi observado que, segundo a percepção das nutricionistas com atuação em PICS, as práticas possuem uma boa aceitação pelo os usuários, e que aliadas ao tratamento dietoterápico foram consideradas efetivas para problemas nutricionais como obesidade aliada à compulsão alimentar e ansiedade; diabetes; hipertensão; dores musculares, entre outros. Foi ressaltado por elas a relevância dessas práticas para com uma visão ampliada, holística do indivíduo e seu processo saúde-doença. Além disso, houve um consenso entre os nutricionistas que fazem e não fazem uso de PICs, que essas práticas contribuem para uma ampliação do olhar do profissional (NAVOLAR, 2010).

Em uma pesquisa realizada por Konkel (2021), ao investigar a inserção e a opinião dos nutricionistas que trabalham em Santa Catarina sobre o uso de PICS na prática clínica, obteve resultados que evidenciaram que boa parte dos nutricionistas

se mostraram abertos a acolher as PICS. Com uma amostra de 65 nutricionistas, 75,4% afirmaram conhecer as resoluções do CFN publicadas em 2021; 30,7% eram capacitados em alguma PICS ou tinham capacitação em andamento; e 47,7% utilizavam as PICS na sua prática. Além disso, quando questionados acerca do que as PICS agregaram no seu atendimento nutricional, de modo geral, foram destacados o olhar humanizado na relação nutricionista/paciente; melhora no acolhimento e vínculo com o paciente; adesão ao tratamento; resultados; motivação para mudanças de hábitos e auxílio nos aspectos emocionais; complementar/expandir o atendimento; agregar valor na consulta (KONKEL, 2021).

5.2 Entrevistas com as usuárias

Em relação às usuárias do SIS entrevistadas, no total foram 4 mulheres entre 26 e 60 anos de idade, e que frequentam o SIS num período de 3 meses a 5 anos. Todas as entrevistadas fazem o tratamento de auriculoterapia com as nutricionistas do SIS. Além disso, duas das usuárias já tiveram contato com outras PICs, a “U2” com yoga e Tai chi chuan e “U4” com Yoga e biodança.

Em relação a auriculopuntura, os casos clínicos que levaram as usuárias a procurar ajuda terapêutica foram ansiedade, estresse, dores, depressão e uma das usuárias relatou a vontade de “se encontrar”.

U1: “É porque eu cheguei aqui, eu queria me encontrar. Eu tive um câncer, aí depois meu marido faleceu, aí eu fiquei muito pirada, pirada mesmo. Aí me indicaram aqui, se eu for falar do tempo que eu cheguei aqui, isso eu não quero... Eu cheguei no nada, né? Eu quero me encontrar, eu quero saber quem sou eu, que eu não estava mais sabendo quem eu era então fui primeiro para o Thiago (Acolhimento), eu também pirada né... ainda me acontece uma dor na perna, aí ele já me passou para a doutora Vivian, que faz a acupuntura, nossa senhora do céu, olha para mim só a gratidão do momento que eu cheguei aqui, como eu lhe disse, eu cheguei me procurando, quem era eu, aí me devolveram, estou aqui aí, espero ficar melhor, né, assim, mas, eu só estou falando, quer dizer que eu gosto, eu gosto muito, eu sou meia.. sou da comunicação, eu gosto de abraço pra trocar energia..”

U2: “Rapaz, assim, eu tava tendo muito problema, sabe? Com ansiedade, estresse...

Foi mais voltado pra isso mesmo que eu acabei fazendo. “

U3: “Dor no corpo e dor de cabeça”

U4: “...depressão”

Ao serem questionadas se sentiram benefícios pelos usos da PICS, todas apresentaram respostas positivas, das usuárias que fazem apenas auriculoterapia, foi obtido as respostas:

U2: “Sem dúvida, eu estou até dormindo melhor (...) estou dormindo melhor, estou menos ansiosa, menos estressada também. Foi mais voltado para essas duas coisas, sabe?”

U3: “Senti. Aliviou bastante as dores;”

Como mencionado anteriormente, existem vários estudos que respaldam o uso da auriculoterapia para o tratamento de diversas enfermidades, como ansiedade e algias.

Em relação às duas usuárias que fazem ou já fizeram uso de múltiplas PICS, a usuária U4 que buscou o tratamento com essas terapias devido ao quadro depressivo relata a diminuição da solidão, e reforça a importância do acolhimento que recebeu no SIS.

U1: “Com certeza, minha filha, com certeza.”

U4: “Com certeza. E as pessoas ao meu redor também, costumava chorar muito e me isolar das pessoas, isso passou, parei de querer ficar sozinha...Os benefícios foram ótimos, me ajudou muito, me ajudou bastante, eu tenho problema de depressão e pra mim foi ótimo, eu já participava do SIS há muito tempo, depois eu voltei pro SIS de novo, o SIS me acolheu, com a ajuda do pessoal, o pessoal acolhe a gente muito bem.”

A partir da incorporação e ampliação das PICs, é possível verificar um acolhimento mais humanizado para a população, autonomia e o cuidado coletivo. Na maior parte dos atendimentos destes usuários é possível conversar, escutar e se conectar com os indivíduos, criando um vínculo mais fortalecido com eles, passando

assim, confiança para aqueles que buscam estas práticas integrativas. Ou seja, as práticas vêm trazendo o conhecimento de um sistema mais humanizado de cuidado tanto para os usuários, quanto para os profissionais da saúde (JÚNIOR et al., 2022).

Em estudos realizados com idosos no tardamento do envelhecimento, para compreender a eficácia das práticas integrativas e complementares nessa fase da vida, foi evidenciada a relevância e eficácia dessas práticas, a julgar pela redução do número de entradas nas casas de repouso, diminuição da solidão, aumentos dos sinais de vitalidade, melhoria das condições da saúde mental; aumento significativo nas condições físicas, melhora das dores do corpo e reintegração social (JÚNIOR et al., 2022).

Ao ser perguntado às usuárias se sentiram algum impacto na alimentação desde que começaram a usar as PICs, as respostas foram diversas. Esse tópico emergiu com o decorrer das entrevistas, pois se observou que havia a necessidade de esclarecer um pouco mais sobre a relação direta do uso dessas práticas com a alimentação, sob a perspectiva das usuárias.

U1: Em relação à comida, porque eu sempre fui assim... não sou de comer. A minha refeição, que eu acho legal, é a hora do almoço. Não sou de lanche, não sou de essas massinhas de comer isso, um sanduíche, não. Para mim, não sou de sobremesa. Não sou. “

U3: “Pode, ajuda, e muito, porque ela passa a dieta, aí a gente segue a dieta direitinho, aí junto com a auriculo vai ajudando”

U4: “Isso impactou minha alimentação porque comia muita besteira, como bolo, refrigerante, e hoje me sinto livre dessa vontade.”

Como mencionado anteriormente, no estudo de Konkel (2021), nutricionistas relataram que o uso de PICs podem influenciar positivamente na adesão ao tratamento e na motivação para mudanças de hábitos.

Ao serem questionadas de como veem o uso de PICs pelos nutricionistas, todas as respostas foram favoráveis.

U1: “Para mim, tudo perfeito”.

U2: “ Eu acho super interessante, porque é um benefício para a gente. É importantíssimo”

U3: “... Ajuda bastante pra saúde, pro bem estar, para dieta.”

U4 : “ Eu acho que é uma coisa muito boa pra gente que frequenta (o SIS), pra gente é muito bom, é muito útil, pra gente é ótimo”.

Ao serem questionadas se recomendariam o uso de PICs para outra pessoa, todas apresentaram respostas positivas.

U1: “Com certeza. Com certeza. Recomendaria não, eu recomendo”

U2: “Sim, sem dúvidas”

U3: “sim, claro”

U4: “Com certeza, porque são coisas boas, né?..”

Em relação de como tiveram conhecimento sobre as PICs, a maioria respondeu que não sabia o que eram as terapias antes de frequentar o SIS, e que conheceram através de amizades.

U1: “Eu soube através de uma amiga (...) Ela me comentou que fazia parte daqui.. “

U2: “ Participando aqui (...), daí eu passei a ter o entendimento do que realmente acontece aqui. Antes não tinha acesso. “

U4: “Aqui no SIS, antes eu não tinha ouvido falar, nem tinha noção do que seria isso. (...) Pra mim eu achei que ia ser uma coisa boa, uma coisa útil que ia me fazer muito bem”

Ao perguntar se sentiram algum receio em fazer o uso de PICS, todas as entrevistadas disseram que não.

5.3 Roda de conversa

A realização da roda de conversa ocorreu no final da aula do curso de Alimentação Viva, as cadeiras foram posicionadas em forma de círculo, e foi pedido para as usuárias compartilhassem sobre a sua experiência no SIS, de forma espontânea e informal. Num primeiro momento, as usuárias começaram se apresentando, citando quanto tempo frequentavam o SIS bem como quais PICs e

outras atividades já participaram, além de suas impressões e sentimentos à frente dessa temática.

Todas as quatro participantes compartilharam experiências muito positivas, dentre as falas podem se destacar que logo no início da conversa, a primeira usuária se emociona ao falar de sua vivência no SIS, ressaltando como foi transformador para ela e que foi acolhida pelos terapeutas.

R1: (...) Mas foi muito bom para mim, eu passei por um processo de câncer, tive um processo adoecedor, não tenho uma saúde muito legal, mas eu estou bem, estou firme. Então vou fazendo, meu sobrinho perguntou “titia isso aqui é o que para a senhora?” É o meu refúgio, amo as meninas, de uma forma diferenciada, eu me emociono muito porque eu vim muito ruim, e hoje eu tô me sentindo uma menina! Tenho 62 anos mas eu não me sinto assim, porque aprendi na alimentação, eu já tenho um processo alimentar diferenciado desde menina, mas aqui eu vim aprender coisas melhores, é engrandecedor, coisa que agregou muito. Todos os terapeutas aqui são acolhedores, e isso é muito importante pra gente, e.. é muito bom, eu amo isso aqui, então.. é só isso que eu tenho pra falar...”

R2: “ Tô adorando, to aqui na oficina de alimentação, faço autocura e acupuntura, e eu gosto, eu adoro.”

R3: “(...) Então esse laboratório de nutrição, o SIS em si as PICS que tem aqui pra mim foi maravilhoso, eu faço parte do relaxamento e do corpo ativo, que é os exercícios que a gente faz do movimento do nosso corpo no dia a dia, que muitas vezes a gente deixa de fazer vai ficando travado, e aqui a gente consegue realmente se movimentar, a gente consegue fazer com que o nosso corpo seja realmente um corpo vivo! não um corpo morto, porque tem muita gente por aí “viva” entre aspas, mas morta, não consegue se abaixar, não consegue encostar o queixo.. enfim pra mim é uma grande riqueza ter o SIS, é isso!”

Todas as usuárias tiveram experiências com múltiplas PICs no SIS. A R4 informou que também fez o curso de fitoterapia (Uso Racional de Plantas Medicinais), e que a experiência foi tão boa que o faria novamente, além disso, ressaltou que procura tratamentos “mais naturais” por ser muito alérgica e não poder tomar todo tipo de medicamento.

R4: “ja fiz tambem o curso de fitoterapia (...) gostei muito, se tiver oportunidade faço novamente, e sobre esse negócio de chá alimento natural eu amo essa parte, até porque sou muito alérgica, não posso tomar toda medicação, minhas coisas tem que ser mais natural possível, e eu amo essa parte, enquanto Deus permitir vou estar por aqui, todos terapeutas que passei aqui são ótimos.”

Fala semelhante foi relatada pela R3, que disse que ficou com medo de ter alergia à medicação, sendo esses um dos motivos de ter procurado por terapias integrativas e complementares. É importante ressaltar que os profissionais que trabalham com PICs consideram o indivíduo como um todo (mente/corpo/espírito), priorizando o foco na saúde e não na doença, mesmo assim esses profissionais buscam esclarecer aos usuários que a utilização destes recursos terapêuticos devem estar aliados ao tratamento medicamentoso convencional, de forma complementar, não substituindo o recurso farmacológico (SCHVEITZER et al, 2012).

R3: “ (...) eu também tenho ansiedade generalizada. A médica no posto passou medicação, na época eu tava com muito medo tanto de comer quanto de medicamento, o que passasse eu achava que ia ter alergia, ai eu disse pra ela que ia fazer atividade física, terapia e mudança alimentar, e se não melhorasse eu tomava medicação... Graças a Deus eu não entrei na medicação! Minhas crises de ansiedade passaram e aí eu sei também que é pra sempre, eu sei que se eu parar tudo volta!”

Além disso, é possível notar que em sua fala, a usuária diz ter ciência que é necessário que as mudanças de vida e hábitos sejam “para sempre”. Matos (2018), diz que um dos benefícios das PICs é justamente contribuir para essa maior conscientização sobre a necessidade de um compromisso contínuo do indivíduo em seus próprios cuidados e autocontrole .

Com o objetivo de ampliar a discussão, foi perguntado para as usuárias: **“O que vocês acham do nutricionista fazer uso das PICS no acompanhamento nutricional? Vocês acham que isso influencia na relação com alimentação?”**. Todas as participantes tiveram respostas positivas, com as respostas variando desde de experiências satisfatórias com a auriculoterapia realizada pela nutricionistas, ao aprendizado que adquirem durante o curso de Alimentação Viva.

R1: “ Interfere positivamente, porque às vezes você tá com problemas no estômago, aí você faz a auriculo ela vai direto naquele setor ali, juntando com a alimentação, tem um ganho muito grande, eu acho muito importante, as nutricionistas em atendimento particular, as nutricionistas nesse setor”

R2: “Eu também digo a mesma coisa, porque nem todo mundo tem formação, eu acho que a interferência da nutricionista é muito importante para orientar, cada dia a gente aprende uma coisa, tem gente que tá aberta ao aprendizado (...)”

R3: “(...) então assim... aqui no SIS a gente aprende muitas coisas naturais é voltado até aquela era que as mães faziam a gente preparar a comida, e não essas coisas prontas que a gente tem hoje (...) mas assim... não tem preço você aprender o que você aprende aqui no SIS, de germinar, de plantar, colher, fazer, de ir pro forno mesmo, tá lá mexendo e fazendo... Então é muito importante a gente aprender, é muito importante pra nossa saúde.”

Como observado nas falas das usuárias, o uso de técnicas da alimentação viva podem ser consideradas como uma ferramenta a ser explorada na promoção da educação nutricional. Na medida que essa corrente alimentar pode potencializar diferentes aspectos essenciais da educação alimentar e nutricional, como o resgate do cozinhar como ato terapêutico e afetivo, em conjunto a uma abordagem que incentiva o consumo de alimentos naturais e saudáveis, e que permite a descoberta de novos sabores, através de novas formas de preparo de frutas e verduras, possibilitando uma educação voltada ao consumo consciente, em que a introdução de tais alimentos é feita de forma lúdica e saborosa, e não prescritiva e autoritária (NAVOLAR et al, 2012).

Em relação a influência das terapias sobre a alimentação, a usuária R1 ainda complementou:

R1: “(...) É uma qualidade de vida. Não só foi as terapias, é um conjunto, é troca, é muito importante isso aqui. É uma coisa que é vida. Tem coisas que eu já fazia, mas aqui tem coisas a mais... Eu cheguei aqui com um problema intestinal horrível aí na alimentação eu aprendi como modificar o problema estomacal, e hoje eu já não to mais, mesmo com o período adoeceador que eu passei, hoje eu estou bem (...) Mas foi na alimentação que eu modifiquei meu modo de viver, de me alimentar, até de

beber água, aprendi a degustar água... É diferente, não é não? e a pessoa fala assim “mas você não sabia?” Não, é o automático da vida, a gente faz as coisas no automático, aí é um momento que você aprende, que você para e aprende. A alimentação é tudo, pra mim é tudo!”

Por fim, destaca-se a fala da usuária R1 sobre a importância do SIS e da oferta de PICs, ela ressalta a necessidade de ampliar cada vez mais a oferta para que mais pessoas possam usufruir dessa forma de cuidado, e ter mais qualidade de vida.

R1: “Eu acho que isso aqui é importantíssimo para nós, como seres vivos, é muito importante se pudesse cada vez mais ampliar, não diminuir, ampliar o atendimento, seria maravilhoso, porque tem muita gente por aí precisando, como eu, como nós, porque estamos sempre aqui em busca de uma qualidade de vida. Sei que pra problemática que temos, tem coisas que não há cura, mas há controle! Então não vamos ser 100% sã, mas vamos ter autonomia, viver melhor. Hoje eu me encontro com fibromialgia, são dores muito grandes, mas um sorriso, um olhar, um abraço quando a gente chega aqui é maravilhoso. As vezes eu venho aqui, não tenho nada, mas eu venho só pra abraçar, só pra olhar, pra sentir, aí aquilo ali já ameniza, então é muito importante.”

Além disso, na fala a usuária diz que sabe que “tem coisas que não há cura mas há controle”, e que só o acolhimento e contato com as pessoas que encontra no SIS já é algo que a faz se sentir melhor. De acordo com Queiroz (2000) curar não significa tornar saudável, a cura geralmente leva o indivíduo a um nível de saúde superior àquele que usufruía antes do desafio. Isso sugere que período de saúde precária são estágios naturais na interação contínua entre o indivíduo e o meio ambiente.

Para Telesi-Júnior (2016) não é por necessidade de saúde que gerou o aumento expressivo de pessoas procurando as Práticas Integrativas e Complementares como recurso terapêutico de recuperação da saúde. Afinal, tem-se o que há de mais moderno e avançado na medicina, tanto no SUS como no sistema privado. Não é por falta de procedimentos diagnósticos, profissionais especializados, medicamentos ou outros recursos que está havendo o resgate do valor das

medicinas tradicionais. É pela vontade de afirmar uma identidade de cuidado oposta à prática dominante, que muitas vezes é feita de forma desumana. As PICS expressam o desejo de mostrar que é possível implementar outras práticas e recursos terapêuticos de saúde, que respeita e enxerga o indivíduo de forma integral. O que motiva as pessoas envolvidas nessa área, tanto profissionais de saúde quanto os usuários, antes de tudo, é o impulso de participar ativamente de um processo que mostra que são possíveis outras maneiras de aprender, praticar e cuidar da saúde, de si e dos outros (TELESI-JÚNIOR, 2016).

6 CONCLUSÃO

Evidencia-se nesse estudo que, segundo a percepção das nutricionistas e das usuárias do SIS, as PICs contribuem para ampliar a abordagem do cuidado do nutricionista; houve uma boa aceitação pelo os usuários, e que aliadas ao tratamento dietoterápico foram consideradas efetivas para problemas como compulsão alimentar, fome, ansiedade, depressão, insônia, obesidade, diabetes, hipertensão, dores musculares.

Ambas as nutricionistas entrevistadas relataram benefícios do uso das PICs no acompanhamento nutricional, como a promoção de uma visão ampliada e global do usuário, desde o suporte emocional à melhora da alimentação.

Em relação ao uso auriculoterapia pelas nutricionistas no acompanhamento nutricional, todas as usuárias entrevistadas que fazem esse tratamento relataram que obtiveram benefícios com diminuições dos diversos sintomas, e que recomendam o uso dessa terapia para outras pessoas. Todas as usuárias participantes da pesquisa se mostraram satisfeitas com o uso das diversas PICs e pelo atendimento fornecido pelo SIS, citando benefícios desde a diminuição de sintomas, bem como o acolhimento, autoconhecimento, autonomia no cuidado, aprendizado de práticas alimentares saudáveis e melhora da qualidade de vida. Também foi discutido pelos usuários a importância de ampliar os serviços prestados pelo SIS para que outras pessoas possam ter acesso.

Como observado e discutido neste trabalho, as Práticas Integrativas e Complementares podem trazer diversos benefícios para os usuários bem como ampliar a possibilidade de intervenção do nutricionista, entretanto como não fazem parte da visão dominante da Nutrição e ainda são poucos os profissionais que fazem o uso dessas terapias, a oferta e conhecimento sobre essas práticas ainda são poucos difundidos, tanto pelos profissionais de saúde como pela população.

Diante disso, é necessário que mais estudos sobre essa área sejam realizados a fim de ampliar a compreensão sobre as PICs, bem como a necessária e urgente implantação dessa área do conhecimento, de forma mais ampla e aprofundada, na formação dos Nutricionistas, nos Cursos de Graduação em Nutrição.

Espera-se com esse estudo não apenas produzir conhecimento relevante e significativo sobre alimentação, saúde e cuidado, mas também para promover o empoderamento e participação ativa das nutricionistas e usuários do SIS no processo de pesquisa e tomada de decisão acerca da temática das PICS.

REFERÊNCIAS

Amaral, E. H. B., & Gonçalves, M. F. P. . A auriculoterapia no tratamento da obesidade: uma revisão de literatura. *RBONE - Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento*, 15(99), 1542-1552. 2022.

ANGELIM, Débora Ferreira; AGUIAR, José Junior dos Santos. USO DA FITOTERAPIA NO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA REGIÃO CENTRO-SUL DO CEARÁ. *Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências*, v.2 , n.1, p. 509 - 519. Icó-Ceará , 2019.

AZEVEDO, E. Reflexões sobre riscos e o papel da ciência na construção do conceito de alimentação saudável. *Rev. Nutr.*, v.21, n.6, p.717-23, 2008.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. Brasília: ANVISA, 2016.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**.- 1. ed., 1. reimpr. Brasília, 2013. 84 p. : il.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS** : atitude de ampliação de acesso. 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 96 p. : il.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS, PNPIC, SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 92 p. (Série B. Textos Básicos de Saúde). Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde. **Glossário Temático: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**. Brasília: Secretária Executiva, 2018. 182 p.

BRASIL, Universidade Federal de Pernambuco - UFPE. Conselho Coordenador De Ensino, Pesquisa E Extensão. Resolução nº 11/2016-CCEPE , de 08 de julho de 2016. Disponível em: <<https://www.ufpe.br/documents/398575/434744/Res+2016+11+CCEPE.pdf/1b37192a-09e4-45fa-b84a-b58fa5b20b41>>.

BRUNING, Maria Cecilia Ribeiro; MOSEGUI, Gabriela Bittencourt Gonzalez; VIANNA, Cid Manso de Melo. A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em

unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu - Paraná: a visão dos profissionais de saúde. **Ciencia & Saude Coletiva**, v. 17, n. 10, p. 2675–2685, 1 out. 2012.

Bonizol, W. L.; Salvi, J. O.; Valiatti, T. B.; Dalcin, M. F. Tratamento da obesidade com auriculoterapia: relato de casos. **Revista Amazônia Science & Health**, Vol. 4. Num. 3. 2016. p. 19

CIERJACKS, Giovanne. **Fitoterápicos para tratamento da ansiedade**. Curso de Farmacologia, Centro Universitário Campo Limpo Paulista. São Paulo, 2023.

CFN publica três novas resoluções sobre PICS - CFN, 2021. Disponível em: <<https://www.cfn.org.br/index.php/noticias/cfn-publica-tres-novas-resolucoes-sobre-pics/>>. Acesso em: 21 fev. 2024.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS - CFN. CFN discute as terapias complementares em Nutrição. **Rev. CFN**, v.10, n.3, p.6, 2003.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS - CFN. **Resolução nº 402/2007**. Regulamento a prescrição fitoterápica pelo nutricionista de plantas in natura frescas, ou como droga vegetal nas suas diferentes formas farmacêuticas, e dá outras providências. Diário Oficial da União 2007; 30 jul.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS - CFN. **Resolução CFN nº 556/2015**. Altera as Resoluções nº 416, de 2008, e nº 525, de 2013, e acrescenta disposições à regulamentação da prática da Fitoterapia para o nutricionista como complemento da prescrição dietética. Diário Oficial da União 2015; 14 mai.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS - CFN. **Resolução CFN nº 679/2021**. Regulamenta o exercício das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) pelo nutricionista e dá outras providências. Diário Oficial da União 2021; 19 jan.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS - CFN. **Resolução CFN nº 680/2021**. Regulamenta a prática da fitoterapia pelo nutricionista e dá outras providências.. Diário Oficial da União 2021; 19 jan.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS - CFN. **Resolução CFN nº 681/2021**. Regulamenta a prática de acupuntura pelo nutricionista, e dá outras providências.. Diário Oficial da União 2021; 19 jan.

Constitution of the World Health Organization. Disponível em: <<https://www.who.int/about/accountability/governance/constitution>>. Acesso em: 11 jan. 2024.

Firoozmand LT, Robles CC. **Práticas Integrativas e Complementares com ênfase em acupuntura no âmbito da atenção básica: SUS**. 2011. Trabalho de Conclusão de Curso de Formação de Especialista em Acupuntura. Centro de Estudo.

FRANÇA, I.S.X. et al. Medicina popular: benefícios e malefícios das plantas medicinais. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.61, n.2, p. 201-8, 2008.

GONZALEZ, A. P. **Lugar de médico é na cozinha**. 2.ed.Editora Rio: RJ, 2006. INSTITUTO VIDA UNA.

JÚNIOR, S. et al. PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA PROMOÇÃO DA SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. **Editora Científica Digital eBooks**, p. 161–174, 1 jan. 2022.

KONKEL, L. N. Inserção das Práticas Integrativas e Complementares na atuação dos nutricionistas em Santa Catarina. **Universidade do Sul de Santa Catarina**.Palhoça, 2021.

KULVINSKAS, V. **Nutritional Evaluation of sprouts and grasses**, 21 century publications, Boston, EUA, 1991.

MAGALHÃES, R. et al. ESTUDOS QUALITATIVOS: Enfoques Teóricos e Técnicas de Coleta de Informações. **Edições UVA**. Sobral, 2018.

MATOS, et al. Práticas integrativas complementares na atenção primária à saúde. **Cogit. Enferm. (Online)**, p. e54781–e54781, 2018.

MEIRELLES AM; GONÇALVES CA. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. São Paulo: Atlas, 2004.

MELO SCC, de SANTANA RG, SANTOS DC, ALVIM NAT. Práticas complementares de saúde e os desafios de sua aplicabilidade no hospital: visão de enfermeiros. **Rev. bras. enferm.** [Internet] 2013;66(6) [acesso em 13 dez 2023]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672013000600005>. [Links]

MENEGOTTE, P. C. S.; ANSCHAU, A; SZYNWELSKI, K. N. AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO SUS E A INTERFACE COM O PROFISSIONAL DE NUTRIÇÃO. **Congresso Internacional em Saúde**, n. 8, 2021. Disponível em: <https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/index.php/conintsau/article/view/19034>

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade**. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MONTEIRO, Maria Magnificat Suruagy. **Práticas Integrativas e Complementares no Brasil – Revisão Sistemática**. Monografia (Especialização em Gestão de Sistemas e Serviços em Saúde) - Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz, Recife, 2012. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/iciet/28539/1/189.pdf>

Moura ASC, Araújo LG, Branco ACSC, Carvalho LMF. Conhecimento sobre plantas medicinais e fitoterápicos: um estudo com acadêmicos de nutrição. **Revista Interdisciplinar**, 2016; 9(3): 18-25.

MOURA, G. et al. A FITOTERAPIA NA FORMAÇÃO DO PROFISSIONAL NUTRICIONISTA. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research -BJSCR BJSCR**, v. 25, n. 1, p. 2317–4404, 2018.

NAVOLAR, T. S. **A interface entre a nutrição e as práticas integrativas e complementares no SUS**. 2010. Dissertação (Mestrado) - Departamento de Saúde Pública, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis. 2010.

NAVOLAR, T. S.; TESSER, C. D.; AZEVEDO, E. de;. Contribuições para a construção da Nutrição Complementar Integrada. **Interface**, v. 16, n. 41, p. 515–528, 22 maio 2012.

Navolar, T; Andrade, G. C. L. NUTRIÇÃO COMPLEMENTAR INTEGRADA E A ATENÇÃO BÁSICA DE SAÚDE. Capítulo de livro, pag.147-156, in: MONTEIRO, J.S. (Organizadora). **Educação nutricional e ecologia por uma cultura de paz**. 1. Editora universitária - UFPE. 2012. 183p.

PEDRAZA, DF. Nutrição em Saúde Pública. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 13, n. 3, p. 267–268, 1 set. 2013.

Política de Práticas Integrativas e Complementares é oficializada na Rede de Saúde do Recife | Prefeitura do Recife. Disponível em: <<https://www2.recife.pe.gov.br/noticias/13/09/2012/politica-de-praticas-integrativas-e-complementares-e-oficializada-na-rede-de>>. Acesso em: 07 agosto de 2023.

QUEIROZ, M. S. O itinerário rumo às medicinas alternativas: uma análise em representações sociais de profissionais da saúde. **Cadernos De Saude Publica**, v. 16, n. 2, p. 363–375, 1 jun. 2000.

RECIFE. **Política Municipal de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde de Recife**. Portaria nº 122, de 6 de julho de 2012.

RIBEIRO, Adriana Bouças. VII JORNADA DE ATUALIZAÇÃO TÉCNICA DE FISCAIS DO SISTEMA CFN/CRN “Mesa Redonda: Atuação do Nutricionista em Saúde Coletiva”. São Paulo, 2020. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/01/Sec.Estado.Educ_.pdf>. Acesso em: 11 jan. 2024.

SANTOS et al. A efetividade do tratamento para dor utilizando auriculoterapia: um artigo de revisão. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 12, p. e400101220517-e400101220517, 25 set. 2021.

SANTOS, Ana Flávia Pitombeira dos; BUARQUE, Maria Carolina Nogueira; MENEZES, Isadora Bianco Cardoso de; PRÁTICAS INTEGRATIVAS E

COMPLEMENTARES NA PRÁTICA DO NUTRICIONISTA: UM OLHAR PARA A HUMANIZAÇÃO DO CUIDADO. In: BRASIL, Carla Cristina Bauermann, Org. **Nutrição: qualidade de vida e promoção da saúde**. Ponta Grossa - PR: Atena, 2021. p. 34 - 46.

SANTOS, Lisandra Soares dos; SILVA, Maisa da. EFEITOS DA AURICULOTERAPIA NA COMPULSÃO ALIMENTAR: **Revisão Bibliográfica**. **Revista Saúde em Foco** – Edição nº 11 – Ano: 2019.

Schveitzer MC, Esper MV, da Silva MJP. Práticas integrativas e complementares na atenção primária em saúde: em busca da humanização do cuidado. **Mundo da saúde**. [Internet] 2012; p.36

SILVA, P. H. B. DA et al. Formação profissional em Práticas Integrativas e Complementares: o sentido atribuído por trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 2, p. 399–408, fev. 2021.

SIQUEIRA, Ana Bolena Luna ; MARTINS, René Duarte (2018). Prescrição fitoterápica por nutricionistas: percepção e adequação à prática. **VITTALLE - Revista De Ciências Da Saúde**, 30(1), 72–83, 17 jul. 2018.

SLYWITCH, E. **Alimentação sem carne** – Guia prático. São Paulo: Palavra Impressa, 2006.

SUEN, L. et al. Self-Administered Auricular Acupressure Integrated With a Smartphone App for Weight Reduction: Randomized Feasibility Trial. **Jmir mhealth and uhealth**, v. 7, n. 5, p. e14386–e14386, maio 2019.

TELESI JÚNIOR, E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. **Estudos Avançados**, v. 30, n. 86, p. 99–112, abr. 2016. <https://www.scielo.br/j/ea/a/gRhPHsV58g3RrGgJYHJQVTn/#>

TESSER, C. D.; CARVALHO, M.; CABRAL, M. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. **Saúde em Debate**, v. 42, n. spe1, p. 174–188, 1 set. 2018.

THIOLLENT, Michel. Metodologia da pesquisa-ação, 2011. IN: Sara Fernandes Picheth, Marcio Pascoal Cassandre, Michel Jean Marie Thiollent. Analisando a pesquisa-ação à luz dos princípios intervencionistas: um olhar comparativo. **Educação**, Porto Alegre, v. 39, n. esp. (supl.), s3-s13, dez. 2016.

ZURITA, Eulalia Vargas de; **AURICULOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO**. Trabalho apresentado como requisito parcial para obtenção do certificado de conclusão do curso Acupuntura, EBRAMEC – Escola Brasileira de Medicina Chinesa, São Paulo, 2012.

ANEXO A – Termo de consentimento livre e esclarecido.

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO**

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

(PARA MAIORES DE 18 ANOS OU EMANCIPADOS)

Convidamos o (a) Sr. (a) para participar como voluntário (a) da pesquisa “Uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no acompanhamento nutricional”, que está sob a responsabilidade do (a) pesquisador (a) JAILMA SANTOS MONTEIRO; Endereço: DNut - Departamento de Nutrição - UFPE, Av. da Engenharia s/n, Cidade Universitária, Recife - PE, 52171-011; Telefone: (81)21268470 (81)21268470 (autorizado para ligações a cobrar); E-mail: jailma03@yahoo.com.br.

Todas as suas dúvidas podem ser esclarecidas com o responsável por esta pesquisa. Apenas quando todos os esclarecimentos forem dados e você concorde com a realização do estudo, pedimos que rubrique as folhas e assine ao final deste documento, que está em duas vias

Uma via lhe será entregue e a outra ficará com o pesquisador responsável.

O (a) senhor (a) estará livre para decidir participar ou recusar-se. Caso não aceite participar, não haverá nenhum problema, desistir é um direito seu, bem como será possível retirar o consentimento em qualquer fase da pesquisa, também sem nenhuma penalidade.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

- A presente pesquisa pretende realizar estudo qualitativo com finalidade de entender como ocorre o uso das PICS pelo nutricionista e quais os benefícios do uso dessas práticas segundo a percepção dos usuários. Diante a importância social dessa temática para a saúde pública e coletiva, há escassez de estudos nessa área, sendo assim o desenvolvimento dessa pesquisa relevante para um maior entendimento do tema. Será

realizada uma entrevista com nutricionistas e usuários do Serviço Integrado de Saúde (SIS) da UFPE que fazem uso de PICS, por meio de dois formulários, um formulado para os nutricionistas e o outro para os usuários, contendo perguntas para caracterização dos entrevistados e sobre o uso de PICS. Será também realizada uma roda de conversas com os nutricionistas e usuários do SIS, as falas serão registradas em gravadores e depois transcritas.

- ❑ A pesquisa será realizada no Serviço Integrado de Saúde (SIS) da UFPE.
- ❑ A pesquisa apresenta riscos mínimos, como a possibilidade de causar momentos de constrangimento ao responder as perguntas da entrevista e/ou participar da roda de conversa. Dessa forma, medidas serão tomadas para evitá-los e/ou minimizá-los tal efeito, deixando o entrevistado livre para interromper a entrevista a qualquer momento. O ambiente de pesquisa será planejado para ser acolhedor e respeitoso, garantindo que os participantes se sintam à vontade ao compartilhar seus sentimentos e experiências. Além disso, é deixado explícito aos participantes a opção de interromper a participação a qualquer momento, visando garantir o conforto e a dignidade de todos os envolvidos.
- ❑ O voluntário se beneficiará com a reflexão acerca da temática, de relevância social, e indiretamente contribuirá para a maior produção de estudos acerca do uso de PICS no acompanhamento nutricional.

Esclarecemos que os participantes dessa pesquisa têm plena liberdade de se recusar a participar do estudo e que esta decisão não acarretará penalização por parte dos pesquisadores. Todas as informações desta pesquisa serão confidenciais e serão divulgadas apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre a sua participação. Os dados coletados nesta pesquisa (gravações, entrevistas, fotos), ficarão armazenados em (pastas de arquivo, computador pessoal), sob a responsabilidade do pesquisador, no endereço acima informado, pelo período de mínimo 5 anos após o término da pesquisa.

Nada lhe será pago e nem será cobrado para participar desta pesquisa, pois a aceitação

é voluntária, mas fica também garantida a indenização em casos de danos, comprovadamente decorrentes da participação na pesquisa, conforme decisão judicial ou extra-judicial. Se houver necessidade, as despesas para a sua participação serão assumidas pelos pesquisadores (ressarcimento de transporte e alimentação).

Em caso de dúvidas relacionadas aos aspectos éticos deste estudo, o (a) senhor (a) poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos da UFPE no endereço: **(Avenida da Engenharia s/n – 1º Andar, sala 4 - Cidade Universitária, Recife-PE, CEP: 50740-600, Tel.: (81) 2126.8588 – e-mail: cephumanos.ufpe@ufpe.br).**

(assinatura do pesquisador)

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO VOLUNTÁRIO (A)

Eu, _____, CPF _____, abaixo assinado, após a leitura (ou a escuta da leitura) deste documento e de ter tido a oportunidade de conversar e ter esclarecido as minhas dúvidas com o pesquisador responsável, concordo em participar do estudo “Uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no acompanhamento nutricional”, como voluntário (a).

Fui devidamente informado (a) e esclarecido (a) pelo(a) pesquisador (a) sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade.

Depois de conhecer e entender os objetivos, procedimentos metodológicos, riscos e benefícios da pesquisa, bem como de estar ciente da necessidade do uso de minha imagem e/ou depoimento:

() AUTORIZO, através do presente termo, os pesquisadores JAILMA SANTOS MONTEIRO do projeto de pesquisa intitulado “Uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no acompanhamento nutricional” a realizar as fotos/gravações/filmagens que se façam necessárias e/ou a colher meu depoimento sem quaisquer ônus financeiros a nenhuma das partes. Ao mesmo tempo, libero a utilização destas fotos/imagens (seus respectivos negativos) e/ou depoimentos para fins científicos e de estudos (livros, artigos, slides e transparências), em favor dos pesquisadores da pesquisa, acima especificados,

() AUTORIZO a realização de gravação/filmagem/fotos, mas não a divulgação de minha imagem/voz/ depoimentos;

() NÃO AUTORIZO a gravação/filmagem E/OU divulgação da minha imagem e/ou voz.

Local e data _____

Assinatura do participante: _____

APÊNDICE A- Tabela de PICS, glossário e requisitos para a adoção dessas práticas pelo nutricionistas.

PICS	GLOSSÁRIO	REQUISITOS PARA A ADOÇÃO DA PRÁTICA PELO NUTRICIONISTA
Apiterapia (exceto apitoxina)	Prática terapêutica que consiste em usar produtos derivados de abelhas - como apitoxinas, mel, pólen, geleia real e própolis - para promoção da saúde e fins terapêuticos.	Formação de, no mínimo, 40 horas de apiterapia.
Aromaterapia	Prática terapêutica que utiliza as propriedades dos óleos essenciais para recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo visando à promoção da saúde física e mental.	Formação na área de, no mínimo, 120 horas em aromaterapia. Caso o profissional possua formação em fitoterapia, a formação complementar em aromaterapia deve ser de, pelo menos, 60 horas.
Arteterapia	Prática expressiva artística, visual, que atua como elemento terapêutico na análise do consciente e do inconsciente, favorecendo a saúde física e mental do indivíduo.	Especialização ou formação de, no mínimo, 300 horas em arteterapia.
Ayurveda	Abordagem terapêutica de origem indiana, segundo a qual o corpo humano é composto por cinco elementos - éter, ar, fogo, água e terra -, os quais compõem o organismo, os estados energéticos e emocionais e, em desequilíbrio, podem induzir o surgimento de doenças.	Especialização ou formação de, no mínimo, 300 horas, das quais, pelo menos, 200 horas específicas em dietoterapia e/ou fitoterapia no ayurveda

Biodança	Prática expressiva corporal que promove vivências integradoras por meio da música, do canto, da dança e de atividades em grupo, visando a restabelecer o equilíbrio afetivo e a renovação orgânica, necessários ao desenvolvimento humano.	Formação de, no mínimo, 3 anos em biodança.
Bioenergética	Visão diagnóstica que, aliada a uma compreensão etiológica do sofrimento/adoecimento, adota a psicoterapia corporal e os exercícios terapêuticos em grupos, por exemplo, os movimentos sincronizados com a respiração.	Formação de, no mínimo, 300 horas em bioenergética para atendimento em grupo; e de, no mínimo, 1.069 horas para atendimento individual.
Cromoterapia	Prática terapêutica que utiliza as cores do espectro solar - vermelho, laranja, amarelo, verde, azul, anil e violeta - para restaurar o equilíbrio físico e energético do corpo.	Formação de, no mínimo, 32 horas em cromoterapia
Dança circular	Prática expressiva corporal que utiliza a dança de roda, o canto e o ritmo para promover a integração humana, o auxílio mútuo e a igualdade visando ao bem-estar físico, mental, emocional e social.	Formação de, no mínimo, 60 horas em dança circular.
Fitoterapia	A Fitoterapia é o estudo das plantas medicinais e suas aplicações na promoção, na proteção e na recuperação da saúde. Entende-se a aplicação da fitoterapia pelo	A prescrição de plantas medicinais <i>in natura</i> e drogas vegetais, na forma de infusão, decocção e maceração em água, é permitida a todos os nutricionistas, ainda que

	nutricionista na assistência nutricional e dietoterápica, como o uso de plantas medicinais em suas diferentes preparações, englobados plantas medicinais <i>in natura</i>, drogas vegetais e derivados vegetais, com exceção de substâncias ativas isoladas ou altamente purificadas, administradas exclusivamente pelas vias oral e enteral, incluídas mucosa, sublingual e sondas enterais e excluída a via anorretal.	sem certificado de pós-graduação em fitoterapia ou título de especialista nessa área. A prescrição do que for diferente de infusão, decocção e maceração em água, a partir de plantas medicinais <i>in natura</i> e drogas vegetais, ou seja, de drogas vegetais em formas farmacêuticas, de medicamentos fitoterápicos, de produtos tradicionais fitoterápicos e de preparações magistrais de fitoterápicos é permitida ao nutricionista com especialização em fitoterapia com, no mínimo, 200 horas de disciplinas específicas de fitoterapia; ou título de Especialista em Fitoterapia ou de Especialista em Nutrição e Fitoterapia;
Homeopatia	Abordagem terapêutica de caráter holístico e vitalista que vê a pessoa como um todo, não em partes, e cujo método terapêutico envolve três princípios fundamentais: a Lei dos Semelhantes; a experimentação no homem sadio; e o uso da ultradiluição de medicamentos	Especialização em homeopatia ou formação de, no mínimo, 300 horas em homeopatia.
Medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde	Abordagem terapêutica integral com base na antroposofia, que avalia o ser humano a partir dos conceitos da trimembração,	Especialização ou formação de, no mínimo, 300 horas, das quais, pelo menos, 200 horas específicas em dietoterapia e/ou

		quadrimembração e biografia, oferecendo cuidados e recursos terapêuticos específicos.	fitoterapia na medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde.
Medicina Tradicional Chinesa: Dietoterapia/fitoterapia		A dietoterapia chinesa é uma técnica terapêutica da medicina tradicional chinesa que utiliza os alimentos de acordo com a constituição física do paciente, seu estado de saúde e padrão energético, combinados com outros fatores externos – como o clima e as estações do ano –, objetivando proporcionar equilíbrio, harmonia e saúde integral.	Especialização ou formação de, no mínimo, 300 horas em dietoterapia/fitoterapia da medicina tradicional chinesa, das quais, pelo menos 200 horas específicas em dietoterapia e/ou fitoterapia na Medicina Tradicional Chinesa.
Medicina Tradicional Chinesa: Práticas corporais		Atividades que envolvem movimento ou manipulação corporal, atitude mental e respiração com intuito de equilibrar o Qi, segundo os princípios da medicina tradicional chinesa (MTC).Exemplos: do-in, lian gong, meditação, Qi gong, shiatsu, tai chi chuan, tui na.	Formação de, no mínimo, 48 horas em práticas corporais da Medicina Tradicional Chinesa.
Medicina Tradicional Chinesa: Auriculoterapia		Técnica terapêutica que promove a regulação psíquico-orgânica do indivíduo por meio de estímulos nos pontos energéticos localizados na orelha – onde todo o organismo se encontra representado como um microssistema - por meio de agulhas, esferas de aço, ouro, prata, plástico, ou sementes de mostarda, previamente preparadas para esse fim.	Formação de, no mínimo, 80 horas em auriculoterapia.

Meditação	Prática mental individual que consiste em treinar a focalização da atenção de modo não analítico ou discriminativo, a diminuição do pensamento repetitivo e a reorientação cognitiva, promovendo alterações favoráveis no humor e melhora no desempenho cognitivo, além de proporcionar maior integração entre mente, corpo e mundo exterior.	Formação de, no mínimo, 40 horas em meditação.
Musicoterapia	Prática expressiva que utiliza basicamente a música e/ou seus elementos no seu mais amplo sentido - som, ritmo, melodia e harmonia -, em grupo ou de forma individualizada.	Especialização ou formação de, no mínimo, 300 horas em musicoterapia.
Reflexoterapia	Prática terapêutica que utiliza os microssistemas e pontos reflexos do corpo, existentes nos pés, nas mãos e nas orelhas, para auxiliar na eliminação de toxinas, na sedação da dor e no relaxamento.	Formação de, no mínimo, 20 horas em reflexoterapia.
Reiki	Prática terapêutica que utiliza a imposição das mãos para canalização da energia vital, visando promover o equilíbrio energético, necessário ao bem-estar físico e mental.	Formação de, no mínimo, 30 horas em imposição de mãos/reiki
Shantala	Prática terapêutica que consiste na manipulação (massagem) do corpo do bebê pelos pais, favorecendo o vínculo entre estes e	Formação de, no mínimo, 40 horas em shantala.

	proporcionando benefícios em virtude do alongamento dos membros e da ativação da circulação.	
Terapia comunitária integrativa	Prática terapêutica coletiva que envolve os membros da comunidade numa atividade de construção de redes sociais solidárias para promoção da vida e mobilização dos recursos e competências de indivíduos, famílias e comunidades.	Formação de, no mínimo, 240 horas em terapia comunitária integrativa
Terapia de florais	Prática terapêutica que utiliza essências derivadas de flores para atuar nos estados mentais e emocionais	Formação de, no mínimo, 60 horas em terapia de florais.
Yoga	Prática corporal e mental de origem oriental utilizada como técnica para controlar corpo e mente, associada à meditação	Formação de, no mínimo, 80 horas em yoga.

*Nota:

Os conceitos supracitados foram baseados no Glossário Temático Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, publicado pelo Ministério da Saúde em 2018, e disponível em https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/publicacoes/glossario_pics.pdf/view, e nas Resoluções 679 e 680 do Conselho Federal de Nutricionistas, disponíveis em <http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=680> e <http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=679>.

Especialização: curso de pós-graduação lato sensu, em nível de especialização, com carga horária mínima de 360 horas, emitido por instituição de ensino superior credenciada pelo Ministério da Educação, observados os requisitos legais.

Formação: cursos livres, de extensão, de aperfeiçoamento e/ou módulos em cursos de especialização que devem disponibilizar certificado, declaração, programa, histórico escolar e/ou equivalentes, no que couber, que demonstrem possuir ou somar a carga horária e os conteúdos mínimos exigidos.

APÊNDICE B – Formulário aplicado aos nutricionistas.

- 1) Idade;
- 2) Sexo;
- 3) Titulação;
- 4) Instituição de egresso;
- 5) Tempo de atuação como nutricionista;
- 6) Quais PICS que faz o uso e para quais casos clínicos?
- 7) Há quanto tempo que faz o uso de PICS?
- 8) Teve contato com o ensino de PICS durante a graduação?
- 9) Como vê o uso de PICS pelo nutricionista?

APÊNDICE C – Formulário aplicado aos usuários.

- 1) Idade;
- 2) Sexo;
- 3) Ocupação;
- 4) Quanto tempo frequenta o SIS?
- 5) Qual(is) PICS já teve contato no acompanhamento nutricional e para qual(is) caso(s) clínico(s)?
- 6) Sentiu algum benefício pelo uso de PICS?
- 7) Como vê o uso de PICS pelos nutricionistas?
- 8) Recomendaria o uso de PICS para outra pessoa?
- 9) Como teve conhecimento sobre as PICS? E quando souberam o que motivou?
- 10) Sentiu receio em realizar alguma terapia?