



32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

IMPLANTAÇÃO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS EM SAÚDE NO MUNICÍPIO DE FRANCO DA ROCHA

Alessandra Maria Rocha de Miranda, Leonardo Bertoldo de Laia

1 Secretária Municipal De Saúde De Franco Da Rocha - Secretária Municipal De Saúde De Franco Da Rocha

Franco da Rocha

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Franco da Rocha é um município do estado de São Paulo, localizado na Região Metropolitana de São Paulo na microrregião de Franco da Rocha. Pertence a sub-região norte da grande São Paulo, em conformidade com a lei estadual nº 1.139, de 16 de junho de 2011 e, conseqüentemente, com o Plano de Desenvolvimento Urbano Integrado da Região Metropolitana de São Paulo. A população estimada em 2015 era de 145 750 habitantes e a área é de 133,9 km², o que resulta numa densidade demográfica de 931,9 hab/km². Os equipamentos de saúde na Atenção Básica são 12 Unidades Básicas da Saúde (UBS) com 26 ESF (estratégia saúde familiar), 01 Nasf. (núcleo de apoio a saúde família), 01 Sad (Serviço de Atenção Domiciliar) Por meio da Portaria N° 849, de 27 de março de 2017, o Ministério da Saúde incluiu Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, reflexoterapia, Reike, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Tal medida atende ao que preconiza a Organização Mundial de Saúde: reconhecimento e incorporação das Medicinas Tradicionais e Complementares nos sistemas nacionais de saúde. Diante de tal cenário o projeto surgiu a partir de iniciativa da Secretaria Municipal da Saúde em parceria com a Secretaria Adjunta Municipal de esporte de Franco da Rocha e com o Complexo Hospitalar do Juquery (CHJ) do Governo do Estado de São Paulo, o programa teve início das atividades dia 02/08/2017, tendo como piloto as atividades desenvolvidas para os servidores da saúde e a partir do piloto abrimos para os Grupos de Gestante, Idosos, Ansiedade, dores crônicas e Obesidade. Utilizando os recursos que o Município já dispõe e otimizando a utilização das Academias de Saúde e Parque Linear. Oferecemos para os grupos os Treinos funcionais, Caminhadas monitoradas, Yôga, Pilates, Reiki e Acupuntura.

OBJETIVOS

As atividades do programa tem como objetivo melhorar as patologias de cada indivíduo tais como o médico correspondente faz a indicação.

METODOLOGIA

As atividades do programa tem como objetivo melhorar as patologias de cada indivíduo tais como o médico correspondente faz a indicação. Treino funcional: desenvolve o corpo de uma maneira mais eficiente, pois, trabalha e movimentada todas as regiões de forma integrada, ao contrário dos treinos convencionais que trabalham exercícios localizados. Com apenas um exercício é possível trabalhar e treinar várias capacidades físicas. Caminhada: É um dos



32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"

exercícios mais recomendados, os benefícios são, diminui ansiedade, stress potencializa a sensação de tranquilidade e bem estar, A caminhada emagrece, controla a pressão, diabetes, protege contra demência, a mesma pode se praticada em qualquer idade e com poucos recursos, somente um tênis e roupas confortáveis. Acupuntura: é uma terapia que estimula o próprio organismo a melhorar seu funcionamento e o leva ao equilíbrio (homeostase) através de aplicação de agulhas em pontos específicos no corpo (meridianos). Na Medicina Oriental, quando ficamos doentes, é um sinal de que nosso organismo está em desequilíbrio. Reiki: é uma técnica japonesa para redução do stress e relaxamento que promove a cura. A técnica é transmitido através de imposição de mãos e baseia-se na ideia de que uma energia vital invisível flui através de nós, e o que nos faz estarmos vivos. O reiki é uma técnica de harmonização, uma energia, uma terapia. É difícil de entender dela racionalmente, reiki não é para se explicar e para se vivenciado. Pilates: Que o Pilates é uma das melhores opções de exercício físico você já sabe, e que ele tem diversos benefícios, você já sabe também. No entanto, selecionamos tantos benefícios que até os instrutores vão ficar surpresos com o tamanho da nossa lista de todos os benefícios do Pilates. O método que surgiu no início do século passado tem como principal objetivo unir o corpo e a mente. Foi a partir desse pensamento e de várias observações que seu idealizador, Joseph Pilates, criou a Contrologia. Mas não se engane, este processo não foi rápido e foi preciso vários anos de estudo assim como uma metodologia projetada a partir do público que estudava. Como Joseph afirmava, a Contrologia tem por resultado o controle consciente de todos os movimentos musculares do corpo, assim aplicando todos os princípios do método que tem bases em fundamentos anatômicos, fisiológicos e cinesiológicos, que são: Concentração, Controle, Precisão, Centrante, Respiração e Movimento fluido. Yôga: A filosofia do Yoga tradicional requer que os estudantes formem uma união com a disciplina por meio do comportamento, da dieta e da meditação. O yôga também ajuda a diminuir a frequência cardíaca e a pressão arterial. O yôga serve para: Diminuir o stress, Melhorar a flexibilidade, Evitar e/ou combater doenças e Perder peso.

RESULTADOS

Resultados: O programa teve grande aprovação entre os municípios, tivemos muitos atendimentos no ano de 2017. Ano Treino funcional Acupuntura Reiki Yôga Pilates 2017 1. 905 471 288 334 452

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerações finais: Por meio da Portaria Nº 849, de 27 de março de 2017, o Ministério da Saúde incluiu Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Tal medida atende ao que preconiza a Organização Mundial de Saúde: reconhecimento e incorporação das Medicinas Tradicionais e Complementares nos sistemas nacionais de saúde. As Práticas Integrativas e Complementares, conhecidas popularmente como "ramos da medicina alternativa", precisam ser reconhecidas, valorizadas e incorporadas ao cotidiano do nosso Sistema Único de Saúde (SUS). Tal necessidade se dá porque tais práticas tem o objetivo de garantir a prevenção de agravos, a promoção e a recuperação da saúde, com ênfase na



**32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO**

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

“30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!”

atenção básica, além de propor o cuidado continuado, humanizado e integrado em saúde, contribuindo com a resolubilidade do sistema de saúde com qualidade, eficácia, eficiência, segurança e participação social no uso. Ademais, não somente o médico, como também toda a equipe que trabalha pelo bom funcionamento do SUS, precisa valorizar as vivências e as experiências pessoais dos cidadãos. Ao exigir que o paciente abandone determinado tratamento alternativo, os profissionais da saúde podem estar comprometendo o tratamento e, conseqüentemente, a melhora do estado de saúde do paciente. Além disso, as Práticas Integrativas e Complementares estão fundamentadas em pesquisas científicas. A acupuntura, por exemplo, é uma tecnologia de intervenção em saúde que aborda de modo integral e dinâmico o processo saúde-doença. As Práticas Integrativas e Complementares, portanto, existem para aumentar a quantidade de recursos que podem ser utilizadas pelos cidadãos. Além disso, tais práticas colaboram para que a medicina se torne cada vez mais humanizada. Ademais, as Práticas Integrativas e Complementares fazem com que o cidadão se sinta mais à vontade e integrado ao Sistema Único de Saúde. Isso porque ele passa a se sentir mais respeitado, valorizado e, principalmente, bem acolhido. Concluimos então que devido a grande importância das atividades integrativas na vida do seres humanos conseguimos reduzir a utilização de medicamentos, melhoram os sistemas: respiratório, cardio vascular , estruturação muscular e bem estar entre outras , o projeto foi implantado e ocorre com exito no municipio, permitindo o acesso a população