



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*

## **PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO MANEJO DA DOR CRÔNICA NA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA**

Ferla Maria Simas Bastos Cirino, Rafael Gusmão Domingues, Roberto Seiichi Higa, Anderson Codonho, Fabiana Banci Ferreira, Marilécia Dárc de Souza Guimarães, Claudia Fegadolli, Maria Ondina Paganelli

1 Prefeitura Do Município De Diadema - Prefeitura Do Município De Diadema  
Diadema

### **INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA**

Modelos contra-hegemônicos de produzir saúde vêm ganhando espaço há algumas décadas. As terapias médicas alternativas têm atraído cada vez mais a atenção da mídia, da comunidade médica, dos órgãos governamentais e do público em geral. O aumento da popularidade da medicina alternativa reflete mudanças nas necessidades e valores da sociedade moderna atual<sup>1</sup>. Ao mesmo tempo, os modelos tradicionais têm sido alvo de críticas por não responder a uma grande parcela de agravos da sociedade moderna, abrindo amplo espaço de discussão e de construção de práticas alternativas que vão na contramão da lógica medicalizante. O crescente avanço tecnológico da medicina, muitas vezes associado à desumanização das práticas médicas, desperta um movimento no sentido de valorizar a “qualidade de vida” como um conceito mais amplo de saúde, muito além do controle de sintomas. Sob essa ótica, tem havido mudança das práticas no sentido de acrescentar não somente “anos à vida” às pessoas, mas também “vida aos anos”<sup>2</sup>. As práticas alternativas são dissociadas da hegemonia hospitalar e, em sua maioria não causam grande parte dos efeitos colaterais da medicina tradicional. A elas associam-se também maior afetividade no cuidado, distinguindo-as da frieza da relação médico-paciente existente nas instituições ambulatoriais e hospitalares, o que se tornaram grandes atrativos destas práticas<sup>1</sup>. Apesar de já consolidadas, são normatizadas pelo setor público apenas em 2006, com a aprovação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)<sup>3</sup>. A portaria no. 971/2006 ofertava cinco procedimentos, aumentados em 2017 para quatorze práticas e, em 12 de março de 2018 outras dez foram incorporadas, totalizando 29 procedimentos. Embasa-se em uma concepção ampla do processo saúde-doença e de seus determinantes, e propõe a articulação de saberes técnicos e populares para ampliação de acesso e qualificação da atenção à saúde da população<sup>4</sup>. Dentro dessa ótica, a dor, principal sintoma de grande parte das enfermidades, assume um caráter subjetivo e complexo, nem sempre compreendido e explicado por um fenômeno biológico de ativação de receptores e transmissão dos impulsos nervosos<sup>9</sup>. Ela é subjetiva, e cada pessoa constrói o significado que tem para si, a partir de suas próprias experiências dolorosas<sup>5</sup>. A dor crônica é mais que um sintoma. Ela incapacita e aflige mais pessoas que qualquer quadro patológico, e talvez seja a razão mais comum a qual uma pessoa procura o médico<sup>5</sup>. Está relacionada ao absenteísmo no trabalho, licenças médicas, aposentadoria por doença, indenizações trabalhistas e baixa produtividade. É um problema de saúde pública, pela prevalência, alto custo e impacto negativo que pode causar na qualidade de vida. Desta forma, entende-se ser importante a busca por alternativas para o alívio da dor, colocando em prática a PNPIC na Estratégia Saúde da Família (ESF).



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!"

## OBJETIVOS

Aplicar Práticas Integrativas e Complementares (PIC) como alternativa de tratamento da dor crônica na ESF.

## METODOLOGIA

Tratou-se de um projeto com a proposta de aplicar PIC como alternativa para o tratamento da dor crônica na UBS Jardim ABC, Diadema (SP) e fez parte do PAREPS 2017 (Plano de Ação Regional de Educação Permanente em Saúde). Iniciou-se em janeiro/2018 e tem duração de oito semanas. Aqui serão apresentados dados preliminares. Os 17 participantes estão desenvolvendo atividades como: práticas corporais, grupos terapêuticos e agulhamento a seco. O agulhamento a seco é uma técnica em que agulhas muito finas (as mesmas da acupuntura) são utilizadas para desativar pontos-gatilho, ou pontos dolorosos com o objetivo de promover relaxamento muscular. Foi aplicado instrumento para avaliação da qualidade de vida (SF-36) no início do projeto e será aplicado no final para avaliar a eficácia das PICs.

## RESULTADOS

A população do projeto foi constituída por 17 pessoas, todas do sexo feminino, com idade entre 32 e 68 anos. A maioria casada (47%), com ensino fundamental incompleto (59%), inseridas no mercado de trabalho (53%), com renda igual ou inferior a um salário mínimo (47%) e que realizavam esforço físico nas tarefas laborais (35%). A maioria (70,6%) referiu sentir dor há mais de cinco anos; 88% sentem dores constantes; 82% pioram com o movimento; e 88% referiram dor no momento da entrevista. Mais de três quartos (76%) referiram alívio da dor com medicamentos. No momento da entrevista 88% referiram estar em uso de alguma medicação: 73% faziam uso de antidepressivos, 53% de analgésicos e 47% de anti-inflamatórios. Destas, 47% estavam em uso de alguma medicação sem prescrição médica. A qualidade de vida percebida pelas 17 pacientes foi medida nos oito domínios do instrumento SF-36. Os domínios "limitação por aspecto emocional" e "limitação por aspecto físico" foram os mais afetados. Todos os valores encontrados nos oito domínios estão muito abaixo da média da população sadia<sup>10</sup> e também da média encontrada em pacientes com diagnóstico de Síndrome Fibromiálgica<sup>11</sup>. Trata-se de dados preliminares da fase pré-teste. Não passaram por nenhum tratamento estatístico.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No tocante à qualidade de vida, os resultados preliminares desse projeto evidenciaram comprometimento nas diferentes dimensões analisadas. Ainda não é possível avaliar a eficácia deste projeto no manejo da dor crônica, como estratégia de uso racional de medicamentos por ainda estar em andamento. Este projeto apresenta limitações metodológicas e, por este motivo, não cabe generalizações. Apesar disto foi possível fazer duas observações: que a dor crônica influenciou negativamente na qualidade de vida dessas pessoas e que a população deste projeto apresenta qualidade de vida inferior a de pacientes fibromiálgicas apresentadas em outro estudo<sup>11</sup>. Há grande expectativa de que as PICs tragam efeitos benéficos na qualidade de vida das pacientes para poder subsidiar a implantação da PNPIC na ESF.