

AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

COMPLEMENTARY AND INTEGRATIVE PRACTICES IN THE AGEING PROCESS

LE PRATICHE INTEGRATIVE E COMPLEMENTARI NEL PROCESSO DI INVECCHIAMENTO

Lais Denovaro Bacilla¹

INTRODUÇÃO

Esse artigo tem como objetivo trazer a discussão da área da medicina natural aqui no Brasil, tratada como medicina integrativa e suas técnicas as praticas integrativas e complementares, que formam regulamentadas no SUS- Sistema Único de Saúde, Decreto Lei nº 5.813, de 22 de junho de 2006, refere-se a regulamentação dessas práticas nas Unidades Básicas de Saúde no processo do envelhecimento. Desta forma, as Pics realizam cuidados contínuos na criação dos tratamentos e serviços de saúde básica, notadamente de modo preventivo e natural, mas com um processo diferenciado no trato com o paciente e sua doença. *A Portaria do Ministério da Saúde nº 971, de 03 de maio de 2006, que trata da Política Nacional de Práticas integrativas e Complementares; o Decreto Presidencial nº 5.813, de 22 de junho de 2006, que estabelece a Políticas Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos; a Portaria Interministerial nº 2.960, de 09 de dezembro de 2008, que aprova o Programa de Plantas Medicinais e Fitoterápicos e cria o Comitê nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos; PORTARIA Nº 2.761/13, que institui a Política Nacional de Educação Popular em Saúde.*”(Texto do Prosin – cadastro único das práticas integrativas e complementares do Deputado Federal Giovanni Cherin). Foi esse Deputado Federal que hoje é presidente da comissão de saúde da Câmara Federal ano 2025. Aqui no Paraná instituímos a Lei Estadual das Pics em 2022.

Segundo a OMS- Organização Mundial da Saúde, as PICA- Praticas Integrativas e Complementares são: *Práticas Integrativas e Complementares (MTCI/PICS) são abordagens terapêuticas baseadas em conhecimentos tradicionais e culturais, utilizadas para promover*

¹ Mestre em educação e políticas publicas com ênfase em educação ambiental e climática, com pós graduações em: Naturologia Aplicada, Administração e Marketing, entre outras. Formada em Serviço Social pela PUC Pr em 1982, foi funcionária pública, presidente da CONAPIC- Cooperativa Nacional dos Terapeutas Integrativos e Profissionais de Saúde. Estudou Medicina Yurveda, Medicina Chinesa, Medicina Germânica, Introdução a Medicina Antroposófica, formação em 42 técnicas e sistemas florais. Organizou o I Simpósio em 2025:“O envelhecer de Curitiba”

saúde, prevenir doenças e recuperar pacientes. Elas tratam o indivíduo de forma holística (integral), focando na escuta acolhedora, no vínculo terapêutico e na conexão entre corpo, meio ambiente e sociedade (1). Em fevereiro de 2006, foi aprovado pelo Conselho Nacional de Saúde o documento que embasou a criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, publicado em forma de Portaria Ministerial nº 971, em 03 de maio de 2006, e nº 1.600, de 17 de julho de 2006

Após a aprovação da PNPIC, a efetivação das ofertas de PIC no SUS vem ocorrendo de forma gradativa. No ano de 2017, o Ministério da Saúde relata 8.200 estabelecimentos de saúde, distribuídos em 54,2% municípios brasileiros (3.018), ofertando PIC. Atualmente, as PIC estão presentes em 100% das capitais por iniciativa das gestões locais. O Brasil tem 29 PIC habilitadas em sua política nacional, despontando como um dos países com mais práticas aprovadas. Alguns aspectos, como o baixo incentivo financeiro, o pouco investimento em formação, a baixa avaliação e monitoramento, em especial referente à inserção na Atenção Primária à Saúde (APS), têm sido questionados na PNPIC(2).

As Políticas públicas e as PICS:

Apesar de já termos uma Lei Nacional de regulamentação no SUS- Sistema Único de Saúde ao atendimento com as práticas integrativas no Brasil e Estados, sabemos que nas práticas estão presentes em quase 80% dos municípios, porém sem um sistema que atende a somente com as medicinas naturais ou medicinas antigas.

Vejamos último relatório no site do Ministério da Saúde (3), quantas prefeituras de fato estão realizando atendimento segundo dados: **“Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC) que hoje completa 18 anos. Em 2023, essas práticas, conhecidas como PICS, foram ofertadas na rede pública para 7,1 milhões de brasileiros em 4.640 municípios (83% do total). As PICS atuam na prevenção, promoção e recuperação da saúde, fortalecendo os vínculos terapêuticos e com um olhar sensível para o cuidado continuado, integral e humanizado”**, explica o coordenador da PNPIC no Ministério da Saúde, Paulo Rocha. Entre as 29 práticas integrativas presentes na política estão: *yôga, aromaterapia, biodança, arteterapia, plantas medicinais e fitoterapia, medicina tradicional chinesa e acupuntura, reflexoterapia, terapia de florais, musicoterapia e shantala*. O coordenador no texto ainda ressalta 98: *“Elas ainda estimulam importantes reflexões sobre o modelo de cuidado o despertar para o autocuidado e a valorização dos saberes tradicionais, aliados às evidências científicas disponíveis, tanto em usuários quanto nos profissionais da rede”*,

No livro, “Práticas Integrativas e Complementares em Saúde PICS) - suporte ao terapeuta”, a terapeuta e bióloga Antônia Regina” (3): relata em sua prática na Universidade da Bahia como tem trabalhado com mudança de hábitos e atitudes prejudiciais a saúde, durante sua atuação no SUS, enfatiza aos pacientes que o tratamento pode proporcionar uma resposta mais rápida do que os protocolos normais de consulta remédio. A via de tratamento, acompanhado de diálogos com o paciente, a chamada: “escuta afetiva”, em geral atende mais o percurso do tratamento do que simplesmente o convencional. O que se preconiza é o modo efetivo e contínuo, num sistema de tratamento voltado atender e escutar o paciente, principalmente na prevenção de sintomas, observa-se que de fato o tratamento ocorre sem tantos danos colaterais (efeito de medicação) ou mesmo de recuperação mais rápida, quando o paciente está participando e mudando seus hábitos e padrões emocionais, nesse sentido, as práticas integrativas trabalham 3 corpos basicamente: O corpo físico, o corpo mental e o corpo energético.

DIFERENCIAL NAS PRATICAS INTEGRATIVAS

As práticas integrativas, pressupõem seus tratamentos e sua medicação de forma mais natural possível, no qual são baseadas nas medicinas ancestrais como: Medicina YURVEDA (*ayus-vida e veda ciência conhecimento*) Medicina Chinesa, Medicina Antroposófica, Homeopatia e também as Medicinas dos povos tradicionais brasileiros (negros e índios). Essas medicinas antigas, já estudavam os corpos e seus entrelaçamentos, suas consequências e suas doenças. Notadamente a Medicina Chinesa, quando estuda os canais de energia e suas ações e reflexos nas doenças dos órgãos, quando aplicamos a técnica da acupuntura por exemplo, onde ativamos energeticamente o canal correspondente do órgão a ser tratado.

Esses conhecimentos que até hoje são amplamente estudados e pesquisados, têm fomentado um outro importante estudo dentro da atual Medicina Quântica. Esta medicina que se baseia em campos de energia. Um exemplo desses estudos é a pesquisa sobre campos que irradiam energias nocivas, como antenas e celulares, associando nessa era aos números crescentes de doenças degenerativas cerebrais. Segundo o pesquisador Robert Ader renomado médico e professor de fisiologia americano, cofundador da ciência da psiconeuroimunologia – a disciplina que explora as conexões entre a mente, o sistema nervoso e o sistema imunológico: “ Significa que, se quisermos entender a saúde, não podemos compreendê-la compartimentando órgãos e nossos sistemas hormonal, imunológico e nervoso em partes separadas e pensando que entender cada parte nos ajudará na saúde e na cura. Ader, explicou que somos uma rede integrada de comunicação entre nossos diferentes sistemas que busca o equilíbrio – a homeostase. Citação feita

no curso da DRA SUSAN ADREWS, em seu curso biopsicologia métodos de comenta que esses campos de energia podem retardar ou avançar nosso sistema endócrino, produzindo por exemplo, mais cortisol, hormônio do stress. Esse processo, afetará todo o nosso corpo, promovendo um estado de degeneração celular, atingindo principalmente funções cognitivas cerebrais. O processo de stress e cansaço visto em todos os setores da sociedade, está nos esgotando e nos adoecendo, permitindo cada dia que novas doenças se desenvolvam em nosso corpo.

Muitos cientistas estão demonstrando que essa “rede de mecanismos homeostáticos” é, na verdade, composta por BIOCAMPOS – campos de energia e consciência que controlam e regulam nossos corpos físicos. O ser humano é, na verdade, um ser que se comunica e interage com redes sensoriais e naturais carregando um complexo sistema de memórias e suas ligações físicas e mentais.

O sistema de tratamento das Práticas Integrativas, portanto quer dessem vendar as causas, não somente o efeito da doença no ser vivo. Sabendo que muitas vezes a origem dessa doença está muito mais ligado a emoções negativas e como padrões mentais, reforçados por hábitos de vidas nocivas a sua saúde.

UM SISTEMA DIFERENTE DE PARA REJUVENESCIMENTO

Não existe formula mágica para esse processo do envelhecimento do ser humano a não ser a percepção de si mesmo seus hábitos e pensamentos. Existem hoje nas redes sociais diversos profissionais orientando sobre bons hábitos de vida como alimentação, comportamento, porem a vida intensa de compromissos e a perda da qualidade de vida, só serão notados quando já estivermos doentes e em alguns casos os danos se fizerem permanentes na mente e no corpo.

Para medicina Murreda que estuda a ciência do REJUVENESCIMENTO, a chamada: JARA CHIKITSA, onde nos livros da medicina YURVEDA, preconiza uma série de técnicas para aumentar o vigor do corpo e melhorar a resistência orgânica, dando mais vitalidade aos órgãos dos sentidos. Para essa medicina o termo “rejuvenescimento” é um esforço dessas técnicas aliadas a hábitos saudáveis e conduta de vida harmoniosa, sem exageros e com também devoção espiritual. Entende-se que para um corpo saudável, é necessário um espírito forte, alinhado com o propósito da sua vida e planos durante sua jornada na vida. Para o Dr. Carneiro, medico yurveda que trabalha no Hospital Yurveda em Goiânia/Goiás, ele afirma: *“Na verdade, como sistema filosófico e prático, pode-se dizer que o Ayurveda se revela uma completa ciência da vida e não meramente um tratado sobre medicamentoso ou tratamentos de doenças.”* (6)

Para os indianos, desde que nascemos já estamos envelhecendo pois o processo de morte ou desgaste celular é inevitável, porém nesse momento, o que observamos é um número nunca visto de aceleração desse processo. Com isso, o envelhecimento está acontecendo muito mais rápido também!

De fato, mesmo com uma medicina que estudo o rejuvenescimento a séculos na Índia e no mundo, o sistema mundial de saúde não está mais conseguindo atender tantas doenças e processos degenerativos advindos da nossa “pseudo-modernidade”. É preciso voltar aos sistemas mais simples, mais naturais tanto assim, atender o que todos nós desejamos: envelhecer mais tarde e com mais saúde!

REFERÊNCIAS

1-Organização Mundial da Saúde. Estratégia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023 [Internet]. Geneva: OMS; 2013 [acesso em 2017 Jul 17]. Disponível em: <http://apps.who.int/medicinedocs/documents/s21201es/s21201es.pdf>

2-Práticas integrativas e complementares Artigo Original PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES -ANÁLISE DOCUMENTAL E O OLHAR, artigo científico, autoras:*Luciana Elisabete Avaris Universidade Federal do Paraná , Milene Zanini da Silva State University of Ponta Grossa e Beatriz Boger Unimed Curitiba , at: <https://www.researchgate.net/publication/357092361> de Article · December 2021 DOI: 10.5020/18061230.2019.9439*

3-PRATICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAUDE (PICS)- um suporte ao terapeuta-Melo Cruz Regina Antonia , Editora SAPIENS. 2022, Curitiba-Pr.

4-<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/maio/mais-de-80-dos-municipios-oferecem-praticas-integrativas-e-complementares-em-saude-no-sus>

5- *PARQUE VISÃO FUTURO, curso de Biopsicologia, DRA SUSAN ANDREWS, ano de 2006 a 2007, explicação sobre BIOCAMPOS e sua relação com as doenças .*

6-*AYURVEDA- SAUDE E LONGEVIDADE NA TRADIÇÃO MILENAR DA INDIA, doutor Carneiro Danilo Maciel, editora pensamento, 2009- pág. 25 e 26.*