

4.3 Produto Tecnológico:

PORTFÓLIO INFORMATIVO SOBRE AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES VOLTADOS À PESSOA IDOSA

Diante do exposto até então, com as etapas previamente realizadas, do embasamento teórico obtido com a Revisão Integrativa da Literatura e do estudo acontecido com os idosos, organizou-se um material ilustrativo direcionado à esta clientela, relacionado às Práticas Integrativas e Complementares.

No que se refere à aceitação do público-alvo à totalidade do Portfólio Informativo sobre as Práticas Integrativas e Complementares voltada à pessoa idosa, viu-se que os 71 idosos usuários do Centro de Práticas Integrativas e Complementares – Equilíbrio do Ser, classificaram o material satisfatoriamente como bom, excelente ou ótimo. Sendo assim, foram realizadas algumas modificações após as sugestões dos participantes, para o aprimoramento deste material, antes que chegasse de fato aos idosos.

As modificações e adaptações que foram sugeridas pelos idosos que participaram do estudo, relacionaram-se às letras e às figuras. Lembra-se que foram seguidas as recomendações de Vieira (2011), sobre os aspectos gráficos e imagens todos foram obtidas por meio de duas plataformas de imagens livre de direitos autorais disponíveis online, sendo uma necessária a compra das imagens e outra gratuita, no que concene aos materiais de leitura foram voltados à terceira idade, propondo parâmetros que possam contribuir para facilitar a compreensão sobre a temática abordada e, em conformidade com as modificações necessárias, para que se chegasse de acordo com a compreensão do público-alvo. Nesse sentido, salienta-se que a avaliação dos idosos foi essencial para que se chegasse a uma abrangência maior.

Além disso, ao analisar o presente caso, deve-se ressaltar a atenção dada pelos profissionais e gestores à relevância das atividades de promoção à saúde do idoso. Os agentes envolvidos observaram a importância da utilização de Práticas Integrativas e Complementares no processo saúde/doença do idoso e reconheceram que esses instrumentos influenciam diretamente na promoção da qualidade de vida dessa população.

A utilização das Práticas Integrativas e Complementares foi representada por meio de aspectos relevantes, que apontaram, através de experiências integradoras, a ampliação das formas de cuidado, não centrado no modelo biomédico, mas pautado em uma abordagem holística, centrada na vida e não na doença. Através disso, os idosos apresentaram um posicionamento positivo e relacionado à imagem do idoso socializado, capaz de promover saúde, autonomia e autoconhecimento das suas necessidades.

Portanto, propôs-se a formação de profissionais de saúde aptos a dispensar a realização das práticas integrativas e complementares aos idosos e à população, pois, conforme apresentado no levantamento bibliográfico, demonstrou-se preocupante desconhecimento sobre as práticas, que são ferramentas importantes de cuidado em relação à população, que é carente de cuidados e necessita do atendimento público de qualidade.

Em decorrência disso, tal enfoque proporcionaria uma estruturação e fortalecimento da atenção em Práticas Integrativas e Complementares (PIC) no Sistema Único de Saúde, bem a construção de um processo de mudanças culturais e comportamentais, além da criação de um contexto organizacional favorável à criação, uso e compartilhamento de informações e conhecimentos relativos aos idosos.

Isso posto, apesar da realização da pesquisa ter como limitação o período de tempo necessário para promoção de todas as etapas do estudo, não foram verificadas limitações significativas, pois os idosos participantes foram bastante acessíveis e prontamente disponíveis à realização das entrevistas.

POLÍTICA NACIONAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO SUS

DE ACORDO COM A PORTARIA Nº 849, DE 27 DE MARÇO DE 2017

2

O QUE SÃO PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES?

São tratamentos que utilizam recursos terapêuticos de cuidado baseados em conhecimentos tradicionais, voltados para a prevenção e o tratamento de doenças.

3

QUAL A RELAÇÃO ENTRE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES E IDOSOS?

O estudo das Práticas Integrativas ganhou destaque com o envelhecimento populacional porque contempla a promoção e a prevenção de agravos na saúde, assim como o respectivo tratamento, sobretudo de doenças crônicas não transmissíveis, classe de doenças que figura como a principal causa de mortalidade e incapacidade do mundo.

Além disso, as práticas são uma forma de cuidado que envolve o idoso de modo integral. O campo de atuação das práticas é o corpo inteiro do idoso, incluindo a dimensão física, a mental, a emocional e a espiritual. O aumento do uso das práticas diminui os recursos públicos dos tratamentos, traz melhor atuação dos servidores da saúde, aproxima o idoso ao profissional da saúde, representa uma estratégia de desmedicalização da população, promove uma saúde mais solidária e completa, cuida da qualidade de vida e da autonomia dos idosos, dentre outros grandes benefícios.



6

7

HOMEOPATIA



A Homeopatia é uma prática que trata o indivíduo com substâncias altamente diluídas, principalmente na forma de comprimidos, para desencadear o sistema natural de cura do corpo. Para cada sintoma específico apresentado pelo paciente, há um tipo de medicamento identificado na homeopatia para o seu tratamento.

9

O princípio da Homeopatia é tratar “de igual para igual”. Se uma substância provoca sintomas quando usada em doses muito altas, essa mesma substância pode ser usada em pequenas quantidades para o tratamento dos mesmos sintomas, em altas diluições.

A Homeopatia foca nas pessoas, não na doença, e cabe em quase todos os casos em que o tecido não foi danificado definitivamente.

10



11

A Homeopatia foi reconhecida como especialidade médica pelo Conselho Federal de Medicina, pela Resolução nº 1.000/1980, e como especialidade farmacêutica pelo Conselho Federal de Farmácia, pela Resolução nº 232/1992. Com a criação do SUS, o tratamento com Homeopatia foi ampliado no Brasil. É um importante meio de beneficiar os usuários, já que trata o corpo em sua totalidade. A Homeopatia geralmente pode ser aplicada junto com remédios tradicionais.



12

A MAIORIA DOS RESULTADOS POSITIVOS DA HOMEOPATIA É PARA:

- Alergias
- Bronquite
- Sinusite
- Doenças reumáticas
- Vertigem e dores de cabeça
- Osteoartrite
- Fibromialgia
- Síndrome pré-menstrual
- Ansiedade, angústia, depressão e insônia
- Anemia, fadiga e falta de energia

13

BENEFÍCIOS DA HOMEOPATIA:

- Valoriza a saúde humana em todas as suas dimensões, principalmente a física, psicológica, social e cultural
- Fortalece o corpo humano e previne várias doenças
- Ajuda no tratamento de traumas emocionais antigos ou recentes
- Aproxima o médico e o paciente, promovendo a humanização na atenção e estimulando o autocuidado e a autonomia do indivíduo
- Mantém a pessoa vida e saudável, com alta qualidade de vida
- Promove o rejuvenescimento
- Reduz as intervenções hospitalares e emergenciais
- Preserva o meio ambiente, pelo uso de remédios com baixo custo de produção e sem resíduos químicos
- Evita a dependência de remédios tradicionais

14

15

MEDICINA TRADICIONAL CHINESA / ACUPUNTURA



A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) caracteriza-se por ser um sistema médico originado e desenvolvido há milhares de anos na China. Faz uso das leis da natureza e valoriza a relação harmônica entre as partes.

Tem como fundamento a teoria do yin-yang, que divide o mundo em duas forças fundamentais e interpreta os fenômenos em opostos complementares. Usa a teoria dos 05 elementos para explicar como funciona o corpo: madeira, fogo, terra, metal e água.

O tratamento é individual e a avaliação dos pacientes envolve principalmente a observação da língua, a palpação do pulso e a realização de perguntas específicas.

3

A terapia mais comum da MTC é a Acupuntura.

A Acupuntura é o conjunto de procedimentos que estimulam precisamente locais anatômicos definidos, por meio da inserção de agulhas filiformes metálicas, que favorecem a liberação de neurotransmissores. Ventosaterapia, eletroacupuntura ou moxabustão também são recursos usados na Acupuntura.



4

VÁRIAS DOENÇAS PODEM SER TRATADAS PELA ACUPUNTURA

- Sinusite e rinite alérgica
- Dor no peito, palpitações e asma brônquica
- Alterações menstruais e cólicas
- Úlcera gástrica, lombalgia e artrose
- Sequelas de AVC, dermatites e enxaqueca
- Depressão, mal-estar e insônia
- Dores crônicas, resfriado e tendinites

5

VANTAGENS DA ACUPUNTURA

Rapidez nos resultados

Ausência de efeitos colaterais severos



Diminuição da necessidade de medicamentos

Melhora na postura corporal

6

As substâncias químicas liberadas no organismo têm efeitos analgésicos e anti-inflamatórios, que aliviam a dor e outros sintomas de doenças.

Acupuntura não dói. No máximo, pode haver a sensação discreta de choque elétrico ou um incômodo leve, com efeitos transitórios que são normais.



7

Qualquer pessoa em qualquer idade pode ser tratada com Acupuntura, salvo os indivíduos que possuem infecções generalizadas na pele. A Acupuntura pode ser praticada até durante a gravidez, com o devido acompanhamento. A Acupuntura atua como relaxante corporal, sendo uma importante aliada na diminuição da ansiedade, da depressão e do estresse.



MEDICINA ANTROPOSÓFICA



A Medicina Antroposófica é uma abordagem médico-terapêutica complementar, de base vitalista, cujo modelo de atenção está organizado de maneira transdisciplinar, buscando a integralidade do cuidado em saúde.

Representa uma ampliação da medicina convencional, em que o centro de cuidado é o paciente em sua totalidade, envolvendo tanto a dimensão corpórea quanto as dimensões espirituais, mentais e emocionais.

O surgimento dessa abordagem veio da vontade de se compreender melhor a prestação dos cuidados aos pacientes pelo ponto de vista espiritual.

Os médicos antroposóficos tiveram sua prática reconhecida pelo Parecer nº 21, de 23 de novembro de 1993, do Conselho Federal de Medicina.



O cuidado terapêutico inclui medidas medicamentosas ou não, gerais ou específicas, bem como a indicação de tratamentos complementados por terapias antroposóficas.

Os medicamentos são naturais, obtidos dos três reinos da natureza (animal, vegetal e mineral).

O cuidado médico também pode envolver a combinação dos diversos medicamentos antroposóficos disponíveis, juntamente com medicamentos homeopáticos, fitoterápicos ou convencionais.

ARTETERAPIA

A Arteterapia tem a arte como base do processo terapêutico. Faz uso de diversas técnicas expressivas como pintura, desenho, sons, música, modelagem, colagem, mímica, tecelagem, expressão corporal e escultura. Pode ser realizada de forma individual ou em grupo.

Baseia-se no princípio de que o processo criativo é terapêutico e fomentador da qualidade de vida. A Arteterapia estimula a expressão criativa, auxilia no desenvolvimento motor, no raciocínio e no relacionamento afetivo.

2

3

Através da arte é promovida a ressignificação dos conflitos, promovendo a reorganização das próprias percepções, ampliando a percepção do indivíduo sobre si e do mundo.



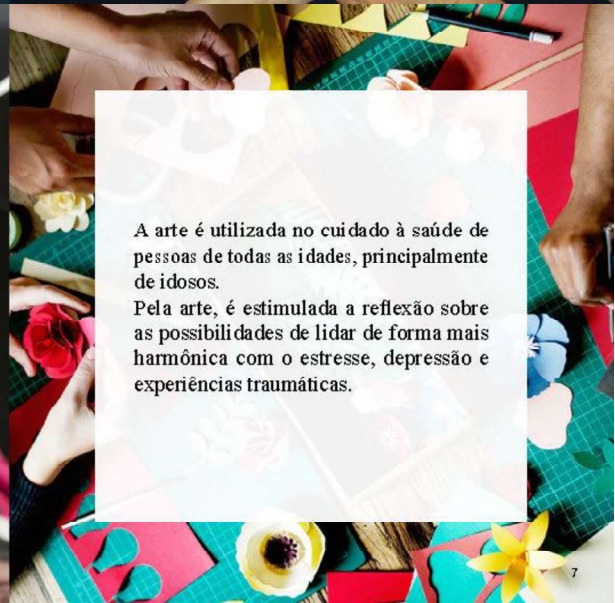
4



5



6



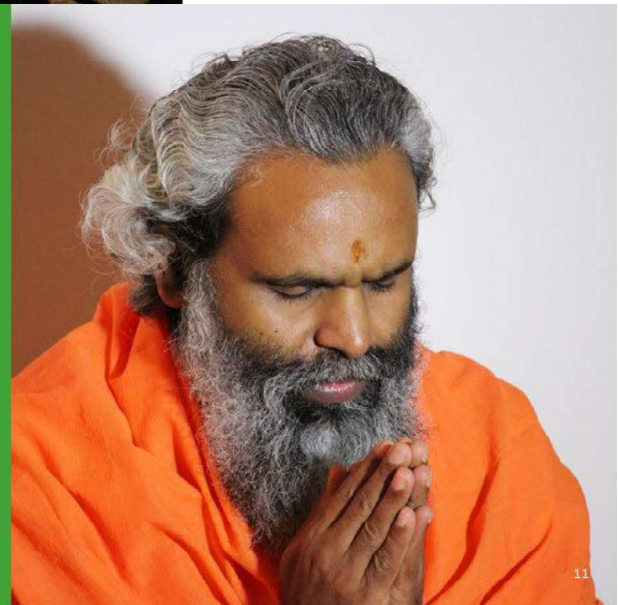
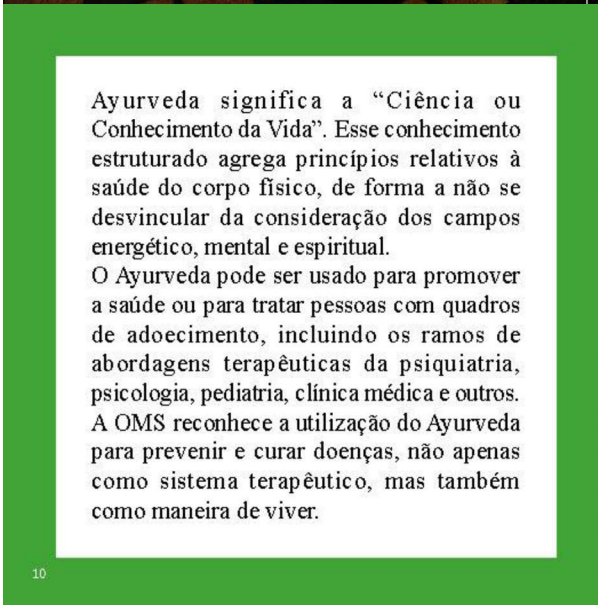
7

A arte é utilizada no cuidado à saúde de pessoas de todas as idades, principalmente de idosos.

Pela arte, é estimulada a reflexão sobre as possibilidades de lidar de forma mais harmônica com o estresse, depressão e experiências traumáticas.



O Ayurveda é considerado uma das mais antigas abordagens de cuidado do mundo. Foi desenvolvido na Índia durante o período de 2000-1000 a.C. Utilizou-se da observação, da experiência dos antepassados e dos recursos naturais disponíveis para desenvolver um sistema único de cuidado.



No Ayurveda, a investigação diagnóstica leva em consideração tecidos corporais afetados, humores, locais em que a doença está localizada, resistência e vitalidade, rotina diária, hábitos alimentares, gravidade das condições clínicas, condição de digestão, detalhes pessoais, sociais, situação econômica e ambiental da pessoa.



12



Considera que a doença inicia-se muito antes de ser percebida no corpo, aumentando o papel preventivo desse sistema terapêutico e tornando possível a tomada de medidas adequadas e eficazes com antecedência.

Os tratamentos no Ayurveda são planejados de forma individual e reconhecem a singularidade de cada pessoa, de acordo com o dosha (humores biológicos) do indivíduo.

13

São utilizadas técnicas de relaxamento, massagens, plantas medicinais, minerais, posturas corporais (ásanas), pranayamas (técnicas respiratórias), mudras (posições e exercícios) e o cuidado dietético.

A teoria dos três doshas (tridosha) é o princípio que rege a intervenção terapêutica no Ayurveda. Cada dosha está relacionado a uma essência sutil: Vata, a energia vital; Pitta o fogo essencial; e Kapha está associado à energia mental. As características dos doshas são uma ponte entre as características emocionais e fisiológicas do indivíduo.

A abordagem terapêutica básica é aquela que pode ser realizada pelo próprio indivíduo através do autocuidado, sendo o principal tratamento.

14



15

BIODANÇA



2

É uma prática de abordagem sistêmica inspirada nas origens mais primitivas da dança, que busca restabelecer as conexões do indivíduo consigo, com o outro e com o meio ambiente, a partir do núcleo afetivo e da prática coletiva.

Configura-se como um sistema de integração humana, de desenvolvimento, de renovação orgânica, de reeducação afetiva e de experiências de crescimento pessoal induzidas pela música, com movimento e emoção.

Sua metodologia vivencial estimula uma dinâmica de ação que atua no organismo, potencializando o protagonismo do indivíduo para sua própria recuperação.

A relação com a natureza, a participação social e a prática em grupo passam a ocupar lugar de destaque nas ações de saúde.



4

Sendo um processo integrativo, sua metodologia consiste em induzir vivências coletivas integradoras, num ambiente enriquecido com estímulos selecionados, como músicas, cantos, exercícios e dinâmicas, capazes de gerar experiências que estimulam a plasticidade neuronal e a criação de novas redes sinápticas.



5

É um sistema de aceleração dos processos integrativos existenciais: Psicológico, Neurológico, Endocrinológico e Imunológico (PNEI), produzindo efeitos na saúde, seja para ativar a totalidade do organismo, seja para gerar processos adaptativos e integrativos, através da otimização da homeostase do organismo.

BENEFÍCIOS

Aumenta a resistência ao estresse

Promove a renovação orgânica

Melhora a comunicação

Auxilia na recuperação de traumas



7

6



DANÇA CIRCULAR

Danças Circulares Sagradas ou Dança dos Povos, ou simplesmente Dança Circular é uma prática de dança em roda, tradicional e contemporânea, originária de diferentes culturas, que favorece a aprendizagem e a interconexão harmoniosa entre os participantes. Os indivíduos dançam juntos, em círculos, e aos poucos começam a internalizar os movimentos, liberar a mente, o coração, o corpo e o espírito.

8

9

Por meio do ritmo, da melodia e dos movimentos delicados e profundos, os integrantes da roda são estimulados a respeitar, aceitar e honrar as diversidades.

O principal enfoque na Dança Circular não é a técnica e sim o sentimento de união de grupo. O espírito comunitário se instala a partir do momento em que todos, de mãos dadas, apoiam e auxiliam os companheiros.

10



11

As Danças Circulares podem criar espaços significativos para o desenvolvimento de estados emocionais positivos, tornando-se um recurso importante no contexto de grupos, uma vez que estimulam a cooperação e despertam o respeito ao outro, a integração, a inclusão e o acolhimento às diversidades.

A prática tem o potencial mobilizador da expressão de afetos e de reflexões que resultam na ampliação da consciência das pessoas.



No círculo, trabalha-se o equilíbrio entre o individual e o coletivo, o sentimento de pertencimento e o prazer pela participação plena dos processos internos de transformação, promovendo o bem-estar, a harmonia entre corpo-mente-espírito, a elevação da autoestima, a consciência corporal, entre outros benefícios.

12

13

BENEFÍCIOS DA DANÇA CIRCULAR:

Harmoniza o emocional



Aprimora a consciência sobre o corpo físico



Melhora a concentração



Promove o bem-estar



Estimula a memória

Eleva a autoestima

14



15



2

3

É uma prática de harmonização dos estados mentais e da consciência, presente em inúmeras culturas e tradições.

Consiste no direcionamento da mente para um profundo estado de concentração, em que os estímulos ofensivos são isolados e eliminados, levando o indivíduo à busca pelas melhores sensações e sentimentos em sua mente.

A prática torna a pessoa atenta, experimentando o que a mente está fazendo no momento presente e desenvolvendo o autoconhecimento e a consciência, com o intuito de observar os pensamentos e reduzir o seu fluxo. Permite ao indivíduo enxergar os próprios padrões de comportamento e a maneira através da qual cria e mantém situações que alimentam constantemente o mesmo modelo de reação psíquica/emocional.

4



5

O conjunto de atitudes e comportamentos, aliado aos mecanismos de enfrentamento escolhidos pelo indivíduo diante das diversas situações da vida, tem impacto sobre sua saúde ou doença.

A meditação constitui um instrumento de fortalecimento físico, emocional, mental, social e cognitivo.



6

BENEFÍCIOS DA MEDITAÇÃO

- Beneficia o sistema cognitivo
- Promove a concentração
- Auxilia na percepção de sensações físicas e emocionais
- Amplia a autodisciplina no cuidado à saúde
- Estimula o bem-estar e o relaxamento
- Reduz o estresse e a hiperatividade
- Alivia ou elimina os sintomas depressivos

7



É a utilização da música e seus elementos (som, ritmo, melodia e harmonia), em grupo ou de forma individualizada, num processo para facilitar e promover a comunicação, relação, aprendizagem,

8

mobilização, expressão, organização e outros objetivos terapêuticos relevantes, no sentido de alcançar necessidades físicas, emocionais, mentais, sociais e cognitivas.

9

A Musicoterapia objetiva desenvolver potenciais e restabelecer funções do indivíduo, para que possa alcançar uma melhor integração intra e interpessoal e, conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida.

É importante destacar que a utilização terapêutica da música se deve à influência que esta exerce sobre o indivíduo, de forma ampla e diversificada.

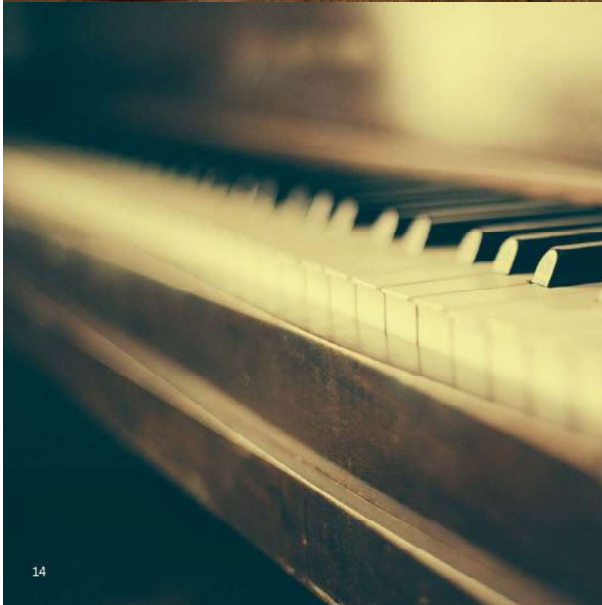
No desenvolvimento humano, a música é parte inerente de sua constituição, pois estimula o afeto, a socialização e o movimento corporal como expressões de processos saudáveis de vida.

10

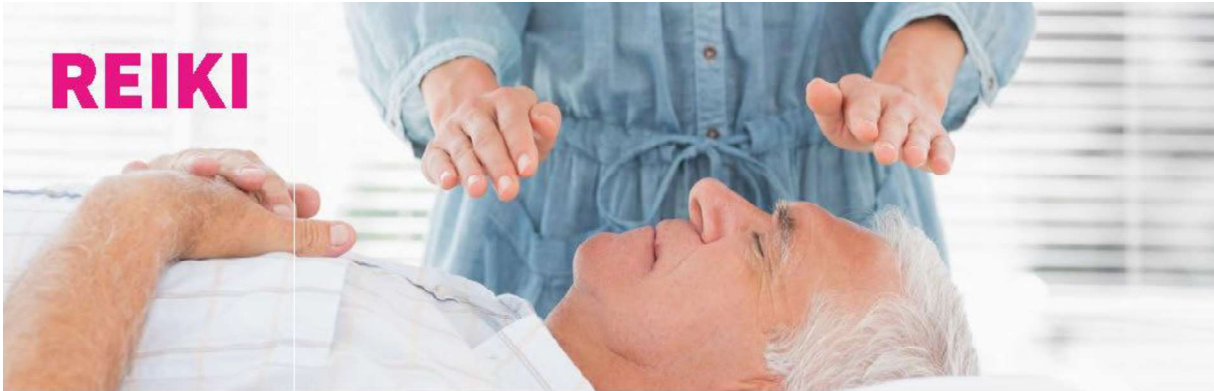


11

A Musicoterapia favorece o desenvolvimento criativo, emocional e afetivo e, fisicamente, ativa o tato e a audição, a respiração, a circulação e os reflexos.



Também contribui para ampliar o conhecimento acerca da utilização da música como um recurso de cuidado junto a outras práticas, facilitando abordagens interdisciplinares, pois promove relaxamento, conforto e prazer no convívio social, facilitando o diálogo entre os indivíduos e profissionais.



É uma prática de imposição de mãos que usa a aproximação ou o toque sobre o corpo da pessoa com a finalidade de estimular os mecanismos naturais de recuperação da saúde. Baseado na concepção vitalista de saúde e doença também

2

presente em outros sistemas terapêuticos, considera a existência de uma energia universal canalizada que atua sobre o equilíbrio da energia vital com o propósito de harmonizar as condições gerais do corpo e da mente de forma integral.

3



A terapêutica objetiva fortalecer os locais onde se encontram bloqueios, chamados "nós energéticos", eliminando as toxinas e equilibrando o pleno funcionamento celular, de forma a restabelecer o fluxo de energia vital.

4

5

O Reiki deve ser exercido por um profissional habilitado e corresponde perfeitamente aos novos paradigmas da atenção à saúde, que incluem dimensões da consciência, do corpo e das emoções.

Os benefícios do Reiki envolvem o auxílio na cura de doenças como o câncer, na rápida recuperação de lesões, na purificação de ambientes, na desintoxicação de órgãos e na redução do estresse.



6



7

A PRÁTICA PROMOVE:

A harmonização entre as dimensões físicas, mentais e espirituais

O estímulo à energização dos órgãos e centros energéticos

A consideração das dimensões da consciência, do corpo e das emoções

A ativação de glândulas, órgãos, sistema nervoso, cardíaco e imunológico

O auxílio no estresse, depressão, ansiedade

O equilíbrio da energia vital de cada indivíduo



8

9



10

SHANTALA

É uma prática de massagem para bebês e crianças, composta por uma série de movimentos pelo corpo, que permite o despertar e a ampliação do vínculo entre o cuidador e o bebê.

Promove a saúde integral e reforça os vínculos afetivos, a cooperação, a confiança, a criatividade, a segurança e o equilíbrio físico e emocional, pois esses atributos se desenvolvem com o toque.

11

Além de promover e fortalecer o vínculo afetivo, harmoniza e equilibra os sistemas imunológico, respiratório, digestivo, circulatório e linfático.

Permite ao bebê e à criança a estimulação das articulações e da musculatura auxiliando significativamente no desenvolvimento motor, facilitando movimentos como rolar, sentar, engatinhar e andar.

12



BENEFÍCIOS DA SHANTALA:

- Alivia as cólicas
- Melhora o sistema imunológico
- Aproxima o bebê e a mãe
- Desenvolve a sensação de segurança no bebê
- Ajuda no crescimento de bebês prematuros
- Restaura a boa respiração
- Traz consciência corporal ao bebê

14



Em março de 2018, a Portaria nº 702, do Ministério da Saúde, incluiu novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, que serão descritas a seguir.

APITERAPIA



A Apiterapia é método integrativo que utiliza os produtos produzidos pelas abelhas em suas colmeias para promoção e manutenção da saúde e auxílio complementar no tratamento de algumas condições alteradas, praticado desde a antiguidade, conforme mencionado por Hipócrates em alguns textos, e em textos chineses e egípcios.

2

3

ESSES PRODUTOS SÃO DENOMINADOS APITERÁPICOS E INCLUEM

- A apitoxina;
- A geleia real;
- O pólen;
- O própolis;
- O mel, dentre outros;

4

A utilização da apitoxina como Prática Integrativa e Complementar recebe a denominação de apipuntura, quando a estimulação ocorre nos pontos estratégicos do corpo similares aos definidos para a Acupuntura. Seja pela introdução do próprio ferrão da abelha, seja por meio de agulhas apropriadas.



5



6

Porém, outros modos consistem em aplicação sublingual, subcutânea com agulhas, injeções ou tópicas, com processamento industrializado de doses de apitoxina, o que torna a toxina menos ativa. A apitoxina age como anestésico na pele, com ação da endorfina muito alta e, apesar da dor inicial, acaba relaxando a área de aplicação.



7

ALGUMAS CONTRIBUIÇÕES DA APITERAPIA COM O SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE

Melhora a saúde dos pacientes

Reduz gastos das instituições públicas



Representa matéria-prima simples e de baixo custo

Possui reduzidos efeitos colaterais na utilização

8



9



AROMATERAPIA

A Aromaterapia é uma prática terapêutica secular que consiste no uso intencional de concentrados voláteis extraídos de vegetais (os óleos essenciais) – para promover ou melhorar a saúde, o bem-estar e a higiene.

Na década de 30, a França e a Inglaterra passaram a adotar e pesquisar o uso terapêutico dos óleos essenciais, sendo considerada prática integrante da aromaterapia - ciência que estuda os óleos essenciais e as matérias aromáticas

10

11



quanto ao seu uso terapêutico em áreas diversas como psicologia, cosmética, perfumaria, veterinária, agronomia, marketing e outros segmentos.

No Brasil, a Aromaterapia é reconhecida como uma Prática Integrativa e Complementar com amplo uso individual ou coletivo, podendo ser associada a outras práticas, sendo considerada uma

possibilidade de intervenção que potencializa os resultados do tratamento adotado.

Como prática multiprofissional, tem sido adotada por diversos profissionais de saúde, como terapeutas, psicólogos, fisioterapeutas e médicos, e empregada nos diferentes setores da área para auxiliar de modo complementar a estabelecer o reequilíbrio físico e emocional do indivíduo.

13



BENEFÍCIOS DA AROMATERAPIA

Reduz a medicalização;

Promove alívio na obstrução de vias aéreas;

Contribui para a diminuição do estresse e da ansiedade;

14

Melhora a memória e a capacidade de associação de conteúdos;

Representa um recurso eficaz e de baixo custo para o SUS;

Auxilia a conexão entre os indivíduos;

15

BIOENERGÉTICA

A Bioenergética é uma visão diagnóstica que, aliada a uma compreensão etiológica do sofrimento ou adoecimento, adota a psicoterapia corporal e os exercícios terapêuticos em grupos, por exemplo, e movimentos sincronizados com a respiração.

2



4

Trabalha o conteúdo emocional por meio da verbalização, da educação corporal e da respiração, utilizando exercícios direcionados a liberar as tensões do corpo e facilitar a expressão dos sentimentos.

Propõe a interação homem-corpo-emoção-razão, sendo conduzida a partir da análise desses componentes por meio de conceitos e técnicas corporais, como respiração e massagem.

A Bioenergética considera que o corpo é capaz de traduzir, em linguagem não verbal, as suas necessidades, por meio de simbolismos ou sintomas, apresentando uma memória celular que registra experiências e reage a estes padrões.

Desta forma, torna-se possível “ler” no corpo, também, as resistências e defesas do indivíduo, uma vez que ele revela expressões emocionais vividas até o momento.

5

CONSTELAÇÃO FAMILIAR



A Constelação Familiar é uma técnica de representação espacial das relações familiares que permite identificar bloqueios emocionais de gerações ou membros da família.

Foi desenvolvida nos anos 80 pelo psicoterapeuta alemão Bert Hellinger, que defende a existência de um inconsciente familiar - além do inconsciente individual e do inconsciente coletivo - atuando em cada membro de uma família.

Hellinger denomina “ordens do amor” as leis básicas do relacionamento humano - a do pertencimento ou vínculo, a da ordem de chegada ou hierarquia, e a do equilíbrio - que atuam ao mesmo tempo, onde houver pessoas convivendo.

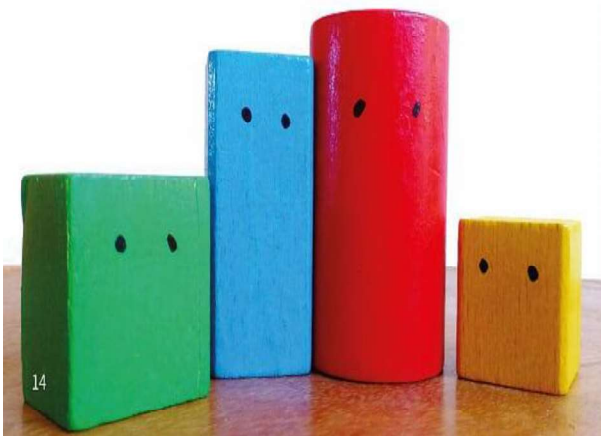
Segundo Hellinger, as ações realizadas em consonância com essas leis favorece que a vida flua de modo equilibrado e harmônico; quando transgredidas, ocasionam perda da saúde, da vitalidade, da realização, dos bons relacionamentos, com decorrente fracasso nos objetivos de vida.

A Constelação Familiar é uma abordagem capaz de mostrar com simplicidade, profundidade e praticidade onde está a raiz, a origem, de um distúrbio de relacionamento, psicológico, psiquiátrico, financeiro e físico, levando o indivíduo a um outro nível de



consciência em relação ao problema e mostrando uma solução prática e amorosa de pertencimento, respeito e equilíbrio.

A Constelação Familiar é indicada para todas as idades, classes sociais, e sem qualquer vínculo ou abordagem religiosa, podendo ser indicada para qualquer pessoa doente, em qualquer nível e qualquer idade.



BENEFÍCIOS DA CONSTELAÇÃO FAMILIAR

- ☒ Melhora na postura física individual;
- ☒ Alívio dos sintomas físicos decorrentes de acometimentos psíquicos;
- ☒ Esclarecimento de sentimentos e sensações;
- ☒ Diminuição da ansiedade e suas repercussões;
- ☒ Maior integração familiar;
- ☒ Superação de traumas e desordens;
- ☒ Auxílio na solução consensual de problemas;

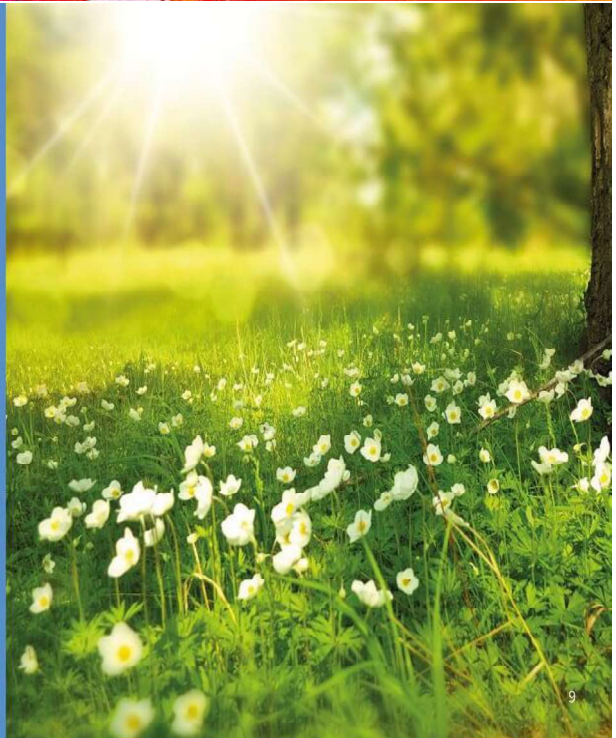


A Cromoterapia, por intermédio das cores, procura estabelecer e restaurar o equilíbrio físico e energético, promovendo a harmonia entre corpo, mente e emoções, pois o desvio da energia vibratória do corpo é responsável por desencadear patologias. Pode ser trabalhada de diferentes formas: por contato, por visualização, com auxílio de instrumentos, com cabines de luz, com luz polarizada, por meditação. A Cromoterapia pode ou não ser associada a outros tipos de tratamentos, dependendo da necessidade do paciente.



BENEFÍCIOS DA CROMOTERAPIA

- Estimula o sistema nervoso e melhora a circulação;
- Aumenta a disposição e promove relaxamento;
- Reduz a ansiedade pelo alívio de emoções;
- Alivia o estresse e o cansaço;
- Ajuda no combate à insônia e demais transtornos do sono;
- Melhora sintomas de algumas doenças;



GEOTERAPIA

A Geoterapia é prática que contribui para ampliação e melhoramento nos sistemas de abordagem integrativa, em intervenções clínicas. Prática milenar e de utilização variada pelos povos antigos, alterna desde embalsamentos, conservação de alimentos, tratamentos, manutenção da saúde, até fins estéticos.

10

11

SÃO EXEMPLOS DE ENFERMIDADES QUE PODEM SER TRATADAS COM ARGILAS

- Doenças osteomusculares;
- Processos inflamatórios;
- Lesões dérmicas;
- Cicatrização de ferimentos;
- Preservação da saúde e prevenção de doenças;



12

A Geoterapia é prática relativamente simples, na qual a argila (cor selecionada de acordo com o objetivo de tratamento) é diluída em água e manipulada até formar um material homogêneo, de textura coloide, para ser aplicada no corpo.

Essa massa de argila é rica em elementos minerais e estruturas cristalográficas que permitem reações bioquímicas e vibracionais nos tratamentos de saúde. As reações bioquímicas são amplamente discutidas e fundamentadas pela presença de elementos minerais que cada tipo de argila compõe, do tipo de água utilizada para diluição, tempo de contato com pele, temperatura e outros. As reações vibracionais são resultantes da carga elétrica gerada pelas estruturas

13



cristalinas que a formam a argila, instituindo a cristalografia como parte integrante da Geoterapia. As possibilidades de aplicação são muitas; pode ser utilizada de modo associado a outras terapias, tendo ampla atuação nos processos terapêuticos e atenção às necessidades dos usuários.

BENEFÍCIOS DA GEOTERAPIA


- Técnica é fundamentada em experiências por toda história da humanidade;
- Método seguro e não invasivo;
- Eficácia comprovada desde os tempos antigos;
- Meio econômico de tratar certas enfermidades;
- Mecanismo de aumento da autoestima das pessoas que a utilizam;
- Forma de alívio da dor e de processos inflamatórios;
- Ferramenta de cicatrização e clareamento de manchas;

HIPNOTERAPIA



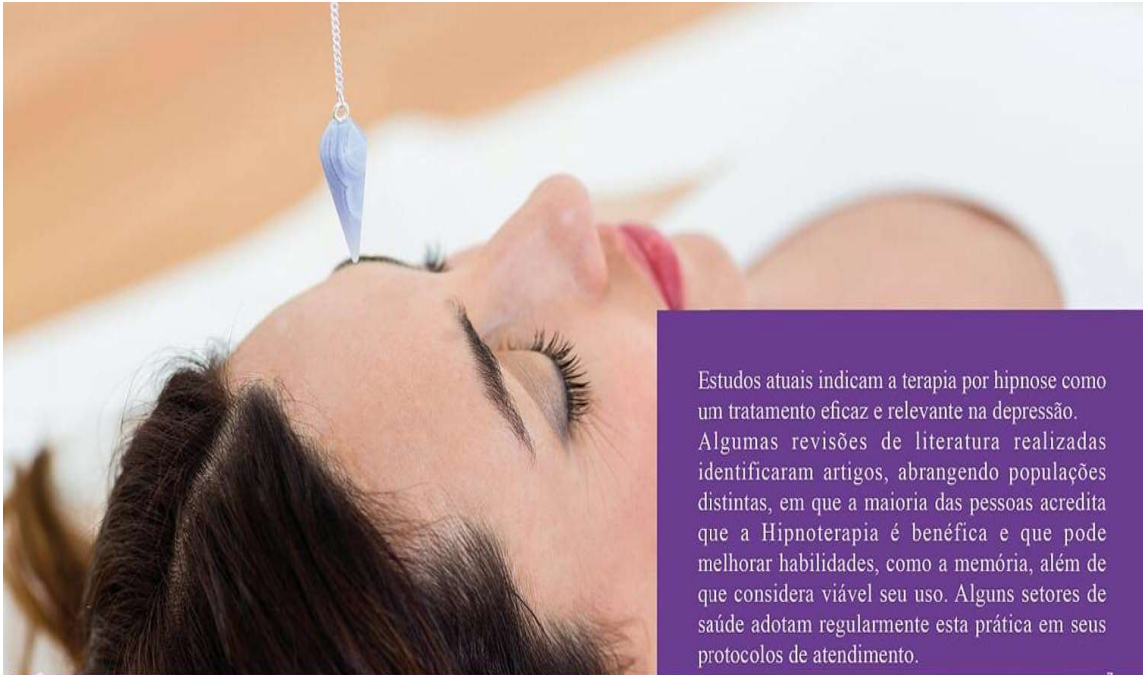
A Hipnoterapia é um conjunto de técnicas que, por meio de intenso relaxamento, concentração ou foco, induz a pessoa a alcançar um estado de consciência aumentado que permita alterar uma ampla gama de condições ou comportamentos indesejados.

A HIPNOTERAPIA ATUA NO ALÍVIO DE

- ⊗ Medos
 - ⊗ Fobias
 - ⊗ Insônia
 - ⊗ Depressão
 - ⊗ Angústia
 - ⊗ Estresse
 - ⊗ Dores crônicas
- 

Pode favorecer o autoconhecimento e, em combinação com outras formas de terapia, auxilia na condução de uma série de problemas.

Em 1993, a Hipnoterapia foi definida pela American Psychological Association (APA) como procedimento através do qual um profissional de saúde conduz o indivíduo a experimentar sensações, mudanças, percepções, pensamentos ou comportamentos, com o seu uso indicado em diversas condições como transtornos depressivos, ansiedade, neurose depressiva, depressão, baseado em estudos anteriores.



Estudos atuais indicam a terapia por hipnose como um tratamento eficaz e relevante na depressão. Algumas revisões de literatura realizadas identificaram artigos, abrangendo populações distintas, em que a maioria das pessoas acredita que a Hipnoterapia é benéfica e que pode melhorar habilidades, como a memória, além de que considera viável seu uso. Alguns setores de saúde adotam regularmente esta prática em seus protocolos de atendimento.

BENEFÍCIOS DA HIPNOTERAPIA

- Favorece o autoconhecimento e o autocontrole;
- Contribui para o alívio de dores físicas e emocionais;
- Ajuda no relaxamento corporal e mental;
- Conta com resultados rápidos e eficientes;
- Possui reduzidos efeitos adversos no tratamento;





IMPOSIÇÃO DE MÃOS

A Imposição de Mãos é prática terapêutica secular que implica um esforço meditativo para a transferência de energia vital (Qi, prana) por meio das mãos com intuito de reestabelecer o equilíbrio do campo energético humano auxiliando no processo saúde-doença.

10

11



Sem envolvimento de outros recursos (remédios, essências, aparelhos) faz uso da capacidade humana de conduzir conscientemente o fluxo de energias curativas multidimensionais para dentro do corpo humano e dos seus sistemas energéticos físicos e espirituais a fim de provocar mudanças terapêuticas. A maioria das formas de cura pela imposição das mãos envolve de fato o posicionamento das mãos sobre ou

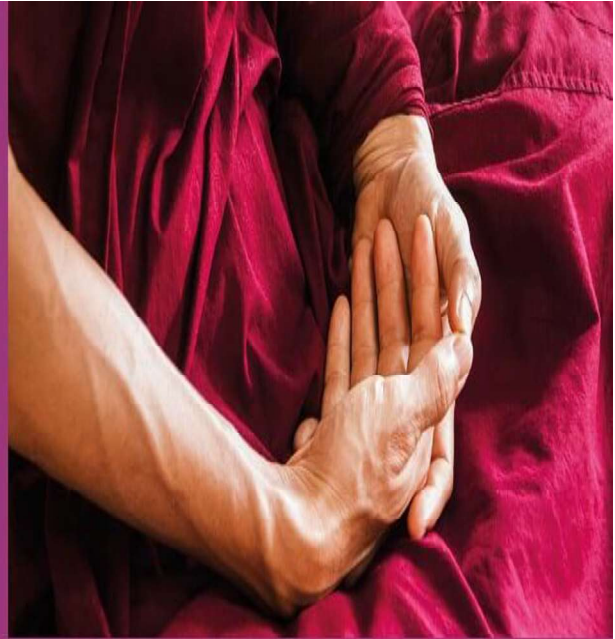
12

próximo ao corpo da pessoa para transferência de energia do agente de cura para o paciente. Essa prática fundamenta-se no princípio de que a energia do campo universal sustenta todos os tipos de organismos vivos e que este campo de energia universal tem a ordem e o equilíbrio como base. No estado de saúde, esta energia universal flui livremente dentro, através e fora do campo de energia humano, promovendo equilíbrio. Na doença, o fluxo de energia pode estar obstruído, desorganizado ou em desequilíbrio, de maneira que a terapia ajuda nessa reorganização.

13

BENEFÍCIOS DA IMPOSIÇÃO DE MÃOS

- › Promoção do bem-estar pessoal;
- › Aplicação do cuidado integral em saúde;
- › Redução do estresse e aumento da autoestima;
- › Colaboração para a harmonização energética;
- › Alívio de sintomas psicossomáticos;
- › Auxílio na circulação sanguínea e na desintoxicação corporal;
- › Favorecimento do controle e do equilíbrio emocional;



Os conceitos da energia essencial da vida receberam vários nomes em diferentes partes do mundo e fazem parte de sistemas médicos milenares: na Índia, a palavra em sânscrito para energia vital é prana; na China, essa energia é chamada de qi ou ch'i; no antigo Egito é denominada ká.

OZONIOTERAPIA

A Ozonioterapia é Prática Integrativa e Complementar de baixo custo, segurança comprovada e reconhecida, que utiliza a aplicação de uma mistura dos gases oxigênio e ozônio, por diversas vias de administração, com finalidade terapêutica, já utilizada em vários países como Itália, Alemanha e Espanha.

2

3

Há algum tempo, o potencial terapêutico do ozônio ganhou muita atenção através da sua forte capacidade de induzir o estresse oxidativo controlado e moderado quando administrado em doses terapêuticas precisas.

4

A OZONIOTERAPIA PODE AJUDAR COM

- Recuperação de funções do corpo humano;
- Melhora ou estímulo da circulação sanguínea;
- Aprimoramento de desempenho de atletas;
- Tratamento de doenças crônicas gastrointestinais;
- Auxílio em queimaduras e cicatrização;
- Ajuda no cuidado do câncer e de inflamações diversas;
- Prevenção de amputação de membros;

5



TERAPIA DE FLORAIS

10

A Terapia de Florais é uma prática complementar e não medicamentosa que, por meio dos vários sistemas de essências florais, modifica certos estados vibratórios auxiliando a equilibrar e harmonizar o indivíduo.

11

O pioneiro das essências florais foi o médico inglês Edward Bach que, na década de 1930, adotou a utilização terapêutica da energia essencial - energia sutil - de algumas flores silvestres que cresciam sem a interferência do ser humano, para o equilíbrio e harmonia da personalidade do indivíduo.

As essências florais são extratos líquidos naturais, inodoros e altamente diluídos de flores que se destinam ao equilíbrio dos problemas emocionais, operando em níveis sutis e

12



harmonizando a pessoa internamente e no meio em que vive.

São preparadas a partir de flores silvestres no auge da floração, nas primeiras horas da manhã, quando as flores ainda se encontram úmidas pelo orvalho, obtidas através da colheita de flores extraídas de lugares da natureza que se encontram intactos.

A essência floral que se origina da planta em floração atua nos arquétipos da alma humana, estimulando transformação positiva na forma de pensamento e propiciando o desenvolvimento interior, equilíbrio emocional que conduz a novos comportamentos. Não é fitoterápico, não é fragrância, não é homeopatia, não é droga.

13

BENEFÍCIOS DA TERAPIA DE FLORAIS

- ▶ Desperta qualidades e habilidades pessoais;
- ▶ Reprime maus sentimentos e más sensações;
- ▶ Afasta padrões obsessivos;
- ▶ Representa um aliado na cura de sintomas físicos;
- ▶ Possui baixo custo e não tem efeitos colaterais;

14



Pode ser adotado em qualquer idade, não interferindo com outros métodos terapêuticos e/ou medicamentos, potencializando-os. Os efeitos podem ser observados de imediato, em indivíduos de maior sensibilidade.

15