

Minas Gerais completa oito anos da implantação de terapias alternativas pelo SUS

Qui 11 maio

No mês de maio é celebrada a instituição das Políticas Nacional e Estadual das Práticas Integrativas e Complementares (PEPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS), com 11 e 8 anos respectivamente de existência.

Implantada no estado em 2009, a Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares (PEPIC) é um conjunto de normativas, diretrizes, competências e estratégias para implantação, ampliação e fortalecimento da integração de sistemas médicos e recursos terapêuticos.

As Práticas Integrativas e Complementares (PIC) buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de doenças e da recuperação da saúde por meio de terapias e práticas eficazes e seguras, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e sociedade.

Para a superintendente estadual de Atenção Primária à Saúde, Ana Paula Medrado, a disponibilização dessas práticas, em associação à medicina tradicional, possibilita uma melhora do estado geral de saúde dos pacientes.

“As PICs auxiliam de diversas formas o tratamento convencional, principalmente por levar o indivíduo a desenvolver o hábito do autocuidado, com atitudes saudáveis. Há diversos estudos demonstrando a diminuição do uso de medicamentos, principalmente nos casos de dores crônicas, depressão, obesidade e outras condições, onde os pacientes referem melhoria na qualidade de vida”, explicou.

Segundo o coordenador estadual de Práticas Integrativas e Complementares, José Geraldo Martins, a implantação da PEPIC é contínua, até que todas as Unidades de Saúde no Estado possam oferecer grande variedade das práticas ofertadas.

“Em Minas Gerais, as atividades estão disponíveis em mais de 150 municípios e a população pode ter acesso por meio das equipes da Atenção Básica, seja pelo encaminhamento dos profissionais ou pela adesão aos grupos que praticam algumas das Terapias previstas, em Unidades Básicas de Saúde”, relatou.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a Terapia Alternativa é utilizada em substituição às práticas da medicina convencional e a Terapia Complementar é utilizada em associação com a medicina convencional, e não para substituí-la. O termo Integrativa é usado quando há associação da terapia médica convencional aos métodos complementares ou alternativos a partir de evidências científicas.

Terapias alternativas e complementares ofertadas pelo SUS

As atividades ofertadas à população do estado são: plantas medicinais/fitoterapia, homeopatia, acupuntura, práticas corporais da medicina tradicional chinesa, medicina antroposófica, termalismo social/crenoterapia, auriculoterapia, auriculopuntura, shantala, ioga, terapia comunitária integrativa, dança circular/biodança, oficina de massagem/ auto-massagem, massoterapia, arteterapia, meditação, musicoterapia, tratamento naturopático, osteopático, quiropraxia, reiki, Ayurveda, reflexoterapia.

Em 2016, foram realizados 778.286 atendimentos em todo o estado. E em 2015 foram 194.087 atendimentos em PIC, considerando todas as modalidades em todos os municípios.

PIC na CAMG

Durante todas as quartas-feiras do mês de maio, a [Secretaria de Estado de Saúde de Minas Gerais \(SES-MG\)](#) irá promover diversas atividades voltadas para as trabalhadoras e trabalhadores da Cidade Administrativa de Minas Gerais.

Algumas são: reiki, yoga, tai chi, acupuntura, auriculoterapia, biodança, ventosa, lian gong e fitoterapia. As atividades fazem parte das ações que buscam divulgar e valorizar as terapias alternativas ofertadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e comemorar os 11 anos da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC).

Saiba mais sobre as práticas disponíveis em Minas Gerais:

Acupuntura – a técnica permite o estímulo preciso de locais anatômicos na pele por meio da inserção de finas agulhas metálicas para proteção, restauração e promoção de saúde.

Arteterapia - faz uso da arte como parte do processo terapêutico.

Auriculoterapia/Auriculopuntura - é um método terapêutico em que se usa o pavilhão auricular para efetuar estímulos com sementes de mostarda e agulhas, em determinados pontos reflexos, que correspondem a cada um dos órgãos e funções do corpo, produzindo um reequilíbrio energético.

Ayurveda - busca a cura para os males do corpo e da mente na natureza.

Dança circular/biodança - 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.

Homeopatia – método terapêutico baseado no princípio da similitude, com finalidade preventiva e terapêutica, obtida pelo método de diluições seguidas de succussões e/ou triturações sucessivas.

Ioga - é uma prática que combina posturas físicas, técnicas de respiração, meditação e relaxamento.

Medicina antroposófica - o processo terapêutico da medicina antroposófica baseia-se no equilíbrio entre quatro princípios organizacionais: o plano físico, o plano das forças vitais (vitalidade), o plano mental (esfera psicológica/emocional), e o plano individual (ego). O objetivo da terapia é restaurar o equilíbrio quando esses quatro princípios estiverem desequilibrados.

Massoterapia - tratamento terapêutico à base de massagens.

Meditação - Trata-se da prática de concentração mental com o objetivo de harmonizar o estado de saúde.

Musicoterapia - Usa a música e seus elementos como terapia, o som, ritmo, melodia e harmonia.

Osteopático - É uma terapia manual para problemas articulares e de tecidos. Essa técnica é indicada para alterações dolorosas no sistema musculoesquelético, como é o caso das lombalgias, cervicalgias, hérnias de disco, dores de cabeça e nas articulações, alterações de sensibilidade e limitações articulares.

Plantas medicinais/fitoterapia - terapêutica caracterizada pela utilização de plantas medicinais em suas diferentes formas farmacêuticas, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, ainda que de origem vegetal.

Quiropraxia - É a prática de diagnóstico e terapia manipulativa contra problemas do sistema neuro-músculo-esquelético. Em vez de prescrever medicação, o profissional de quiroprática busca o funcionamento correto da mecânica do corpo e a nutrição adequada. O objetivo é corrigir a causa do problema, e não os sintomas.

Reiki - A técnica japonesa se baseia na prática de imposição das mãos por meio de toque ou aproximação para estimular mecanismos naturais de recuperação da saúde. É um método de redução de estresse, captando, modificando e potencializando energia.

Reflexoterapia - terapêutica que consiste em provocar reflexos em uma parte do corpo afastada da lesão.

Shantala - massagem usada para aliviar dores e acalmar os bebês e crianças.

Terapia comunitária integrativa - é desenvolvida em formato de roda, visando trabalhar a horizontalidade e a circularidade.

Termalismo social/crenoterapia - tratamento pelas águas minerais e acesso a estabelecimentos termais para fins preventivos, terapêuticos e de manutenção da saúde.

Tratamento naturopático - O método valoriza a integração das áreas da saúde, as terapias naturais, como também a inata "sabedoria" do corpo humano, determinada pelos genes e a evolução da espécie, para auxiliar no restabelecimento da saúde.

Oficina de massagem/ auto-massagem - prática do autocuidado com subsídios e conhecimento para a aquisição e fortalecimento do hábito pessoal da automassagem, como recurso para uma melhor qualidade de vida.