

RELATO DE EXPERIÊNCIA ALEGRIA COMO FORMA DE CUIDAR: TERAPIA COMPLEMENTAR DENTRO DA MEDICINA TRADICIONAL

Ivana Antunes ^{1*}; Nicole Rodrigues Cardoso ¹; Letícia Flores Nunes ¹; Ingrid Johana Rojas Medina ²

1. Faculdade de Medicina Santa Marcelina, Acadêmicos de Medicina. 2. Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein, Pós-graduação em Bases de Saúde Integrativa e Bem-Estar Estudos Avançados, Professora associada.

* ivana.antunesq@gmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: Os ensinamentos de Hipócrates, pai da Medicina Ocidental, são conhecimentos medicalizantes do cuidado e promoção da saúde. Assim, visando complementar os seus ensinamentos, esse trabalho tem como objetivo relatar os conhecimentos adquiridos por meio do evento “Alegria como forma de cuidado”, no qual foram mostradas cinco diferentes formas de cuidado: a terapia assistida por animais, palhaçoterapia, arteterapia, contoterapia e terapia do som, sendo elas pautadas na Medicina Integrativa e nos benefícios das múltiplas práticas centradas no paciente, com enfoque na escuta acolhedora e desenvolvimento de vínculo terapêutico. **RELATO:** O conteúdo do evento, cinco palestras ministradas por diversos profissionais, se baseou na necessidade de complementação de terapias presentes na grade curricular de medicina, pautada majoritariamente na medicina ocidental, e teve como principal público-alvo estudantes de medicina. Quanto à inscrição, foi promovida a partir de um formulário e divulgada nas redes sociais. Sua realização deu-se a partir da parceria estabelecida entre os estudantes da Faculdade Santa Marcelina associados a International Federation of Medical Students Association of Brazil (IFMSA) e a Liga Acadêmica de Medicina Integrativa (LAMI) dessa mesma faculdade. **DISCUSSÃO:** A Medicina Integrativa cresce no ocidente ainda que o modelo médico tradicional não abranja outras formas de cuidado e a visão integral do paciente, que vai além da doença em si. Nesse sentido, e com respaldo médico-científico, a Medicina Integrativa apresenta destaque positivo em pesquisas, principalmente por conta dos benefícios de tais práticas, sendo utilizada atualmente no Sistema Único de Saúde (SUS), onde essas condutas são oferecidas gratuitamente devido a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC). **CONCLUSÃO:** O evento foi capaz tanto de informar adequadamente aos participantes que, apesar das limitações enfrentadas por ser um evento online, mostraram-se interessados no assunto, como de destacar a necessidade de utilizar os inúmeros benefícios das diversas terapias existentes na Medicina Integrativa.

PALAVRAS-CHAVE: Medicina Integrativa; Promoção da Saúde; Política Nacional de Saúde; Qualidade de vida.

ABSTRACT

INTRODUCTION: The lessons of Hippocrates, father of Western Medicine, are medicalizing knowledge of care and health promotion. Hence, aiming to complement his teachings, this work aspires to report the knowledge acquired through the event "Joy as a form of care", where were shown five different forms of care: animal-assisted therapy, clowning therapy, art therapy, storytelling therapy and sound therapy, being all the aforementioned therapies based on Integrative Medicine and the benefits of multiple patient-centered practices, focusing on empathic listening and development of therapeutic bond. **REPORT:** The content of the event, lectures given by professionals, was based on the need to complement therapies present in the medical curriculum framework, mostly based on Western medicine, and had as its target audience medical students. As for the

registration, it was carried out through a form and publicized on social networks. Its realization was based on the partnership established between the Faculdade Santa Marcelina students associated with the International Federation of Medical Students Association of Brazil (IFMSA) and the Liga Acadêmica de Medicina Integrativa (LAMI) of the same faculty. **DISCUSSION:** Integrative Medicine advances in the West in spite of traditional medical model not including other forms of care and lacking the integral vision of the patient, which goes beyond the disease itself. In this sense and with medical-scientific support, Integrative Medicine has a positive research highlight, mainly because of the benefits of such practices, being currently used in the “Sistema Único de Saúde”, the Brazilian unified health System, in which these practices are offered free of charge due to the National Policy of Integrative and Complementary Practices in Health (NPICPH). **CONCLUSION:** The event was able to adequately inform the participants, who showed interest in the subject, despite the limitations faced considering it was an online event, as well as to highlight the need to use the numerous benefits of the various therapies existing in Integrative Medicine.

KEYWORDS: *Integrative Medicine; Health promotion; National health policy; health quality.*

INTRODUÇÃO

A arte do cuidar transcende os ensinamentos de Hipócrates e se molda para atender as necessidades da sociedade. Assim, nota-se o movimento de criação de novas estratégias no padrão biologizante e medicalizante do cuidado e promoção da saúde¹. Nesse cenário, tem-se o fortalecimento de práticas que reconhecem a alegria como uma das formas de cuidado e o seu potencial para complementar o tratamento medicamentoso ao que o paciente está submetido. Visto isso, o presente relato de experiência abordará cinco diferentes formas de cuidado apresentadas na palestra “Alegria como Forma de Cuidado”: terapia assistida por animais, palhaçoterapia, arteterapia, contoterapia e terapia do som.

A terapia assistida por animais consiste na interação entre uma população alvo e um animal, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida do paciente. A terapia é direcionada a critérios específicos e é desenvolvida entre o paciente, o profissional de saúde, o animal e seu treinador². A palhaçoterapia faz do hospital um lugar mais humanizado e propício para a recuperação da saúde. Os benefícios são múltiplos, como a redução do medo e da ansiedade diante de procedimentos médicos, mudanças na perspectiva dos profissionais de saúde e ressignificação do ambiente hospitalar³.

A arteterapia visa a exploração do processo de livre criação dos pacientes, elevando sua autoestima e equilíbrio emocional, estimulando a coordenação motora e estabelecendo relações interpessoais com as produções em equipe⁴. A contoterapia é um braço da arteterapia. Ela leva ao hospital a magia da exploração da mente, empodera os pacientes ligando os sonhos com a vida real, estimula a memória e a capacidade de guardar informações de forma organizada⁵. A terapia do som utiliza diferentes sinais e vibrações para melhorar a saúde física e emocional dos indivíduos que se submetem a ela. Essa prática utiliza a vibração do som para obter alterações fisiológicas no organismo do paciente⁶.

Assim, tais práticas evidenciam como a alegria é uma das formas de promover o cuidado e seus resultados positivos mostram que ela veio para substituir o sistema curativo, focado apenas na doença, por um mais integralizado, que identifica o indivíduo como um ser que necessita de múltiplos cuidados. Dessa forma, esse tema se mostra relevante na atualidade e ganha destaque neste trabalho.

Nesse sentido, o presente relato de experiência tem por objetivo difundir os conhecimentos sobre os assuntos abordados no evento “Alegria como Forma de Cuidado” e, assim, mostrar os benefícios das múltiplas práticas centradas no paciente, com enfoque na escuta acolhedora e desenvolvimento de vínculo terapêutico.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

No dia 06/11/2021, foram realizadas pelo comitê local, composto por estudantes de medicina filiados a International Federation of Medical Students Associations of Brazil (IFMSA Brazil), em parceria com a Liga Acadêmica de Medicina Integrativa da Faculdade Santa Marcelina, palestras sobre as diferentes formas de cuidado baseadas na alegria, seja por meio do contato com animais, do uso da imaginação, da fantasia, de habilidades artísticas e atividade motora, de brincadeiras e também do uso das vibrações sonoras.

Tais palestras foram pensadas com o objetivo de informar e sensibilizar nosso público-alvo - estudantes de medicina - sobre técnicas de medicina integrativa, amplamente benéficas para os pacientes, tanto que algumas são utilizadas no Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS⁷. Contudo, essas metodologias permanecem pouco exploradas no meio médico devido à medicina ocidental ser focada na doença e não no cuidado integral do paciente, que prioriza não só o corpo, mas também a mente e o espiritual do indivíduo.

Para atingir tal objetivo, a médica Ingrid Rojas Medina foi convidada a apresentar a Terapia com Som; a Terapia com brincadeiras ficou a cargo dos Universitários do Abraço, projeto local da nossa faculdade; Terapia com animais, com o instrutor Ricardo Henrique Pinto Varela; Terapia por meio com de histórias, com a contadora Anna Rossetto e Arteterapia, com a enfermeira Valéria Santana. Além da exposição do funcionamento de cada tipo de terapia, também foram expostos relatos

de experiência de cada profissional e como eles observaram mudanças de comportamento nos pacientes, na qualidade de vida e saúde após o início de tais terapias integrativas. Ademais, na apresentação da arteterapia, foi evidenciado também o relato de mudança de vida de dois pacientes de Valéria Santana, o que engrandeceu a experiência do público-alvo.

TABELA 1. Palestras Ministradas no evento “Alegria como forma de Cuidado”

Palestra	Palestrante
Terapia do Som	Ingrid Rojas Medina, Médica especialista em Medicina Integrativa.
Contoterapia	Anna Rossetto, Contoterapeuta e Facilitadora de Comunicação Não Violenta.
Terapia com animais	Ricardo Henrique Pinto Varela, adestrador e especialista em adestramento comportamental.
Terapia com Brincadeiras ou Palhaçoterapia	Universitários do Abraço, com sua representante Vitória Darli Bertelli Bueno
Arteterapia	Valéria Maria Santana Nakabayashi, enfermeira especialista em gerontologia.

Temas abordados nas 5 palestras que compuseram o evento “Alegria como forma de Cuidado” e seus respectivos palestrantes. Fonte: autor.

Os participantes precisaram preencher um formulário do Google com perguntas para a avaliação do impacto causado, com um questionário que abordou questões de como cada um acreditava que deveria ser a abordagem de um profissional da saúde frente ao seu paciente e às terapias alternativas. Após a realização da atividade, os participantes preencheram um segundo formulário do mesmo modelo que questionou se a atividade ajudou de alguma forma a entender a importância de se sugerir essas terapias integrativas. Portanto, os resultados esperados com tal atividade foram atingidos, uma vez que foi possível observar que os alunos estavam mais abertos a possíveis terapias integrativas ao cuidado e a um atendimento mais humanizado, de forma a terem melhores condições para o tratamento dos pacientes.

No geral, foi observado que o evento estimulou novas visões de tratamentos e melhorias da qualidade de vida dos pacientes, visando seu bem-estar geral e não só na dualidade saúde-doença. Sendo assim, o evento, no geral, mostrou a necessidade de se abordar a Medicina Integrativa nas faculdades da

área da saúde, utilizando métodos científicos sólidos e artigos científicos robustos como foram expostos pelos palestrantes.

DISCUSSÃO

É possível observar, por meio de análises históricas, que diferentes civilizações adotaram várias formas de medicina. Sendo assim, cada civilização possuía práticas diferentes de cuidado e tratamento da saúde⁸. Atualmente, no Brasil e em várias regiões do mundo, o principal modelo de cuidado adotado é aquele conhecido como medicina ocidental, essa derivada da medicina Hipocrática, originada na Grécia Antiga⁹.

Apesar da medicina ocidental ter uma origem milenar, ela sofreu diversas modificações para acompanhar as necessidades da sociedade, sendo que, após a Segunda Guerra e a Revolução Industrial, ocorreu uma grande evolução tecnológica em diversas áreas, incluindo na medicina⁹. Dessa forma, esses avanços contribuíram para que o processo de cuidado se tornasse focado apenas no processo saúde-doença, com foco

apenas no caráter biológico do ser humano, e não em suas características individuais, sociais e emocionais^{8,9}.

Porém, nas últimas décadas, houve um descontentamento por parte da população com esse modelo biomédico. Esses indivíduos acreditam que a saúde vai além do corpo e o processo de cura não deve ser focado puramente nos componentes biológicos do seu ser, mas que os fatores psicológicos são tão importantes quanto. Além disso, o aumento de doenças crônico-degenerativas nas últimas décadas, as quais ainda não possuem cura pela medicina ocidental, se mostrou um agravante dessa situação. Nesse sentido, a Medicina Integrativa se mostrou alvo de interesse desse grupo⁸.

Sendo assim, a Medicina Integrativa tem ganhado cada vez mais destaque no cenário atual da Saúde, principalmente pelo seu caráter integral, que cuida de todos os aspectos do indivíduo, indo além da doença em si⁸. Entre elas, se encontra aquela que se denomina cuidado por meio da Alegria, como dito anteriormente, que foi o foco do evento mencionado, o qual abordou a terapia do som, contoterapia, palhaçoterapia e arteterapia. Sendo que, vale ressaltar que todas essas formas de Medicina Integrativa apresentam destaque positivo em pesquisas científicas, tendo destaque para seus benefícios [1,2,3,4,5,6](#).

Além disso, reconhecendo os benefícios proporcionados, em 2006, foi criada pelo Ministério da Saúde em concordância com as diretrizes da OMS, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC). Devido a isso, o Brasil é referência mundial em Práticas Integrativas e Complementares atualmente, e o Sistema Único de Saúde (SUS) oferece gratuitamente essas práticas para complementar o tratamento tradicional oferecido para os pacientes¹⁰.

Portanto, levando em consideração as informações acima citadas, o evento “Alegria como forma de cuidado” é bastante relevante para os dias atuais, principalmente para os futuros profissionais da saúde, visto que a Medicina Integrativa deve ser usada com sabedoria por esses profissionais. Essas práticas podem complementar a medicina tradicional, cumprindo as demandas que essa última não consegue suprir completa e adequadamente, sejam elas emocionais, psicológicas, sociais e físicas. É preciso compreender que práticas integrativas e complementares na medicina podem ser uma grande ferramenta que, além de auxiliar no processo de cura, contribui para o bem estar e qualidade de vida do paciente.

As palestras foram ministradas de forma online e gratuita, proporcionando que pessoas de diferentes regiões, classes sociais e interesses pudessem participar. Mesmo assim, algumas limitações foram observadas, sendo elas a falta de proximidade e interação entre os palestrantes e o público. Quanto à divulgação, essa foi feita por meio de redes sociais, um elemento facilitador para alcançar um maior número de pessoas e garantir uma comunicação efetiva entre os organizadores,

palestrantes e participantes. Apesar de todos os esforços de fazer uma ampla divulgação, o grupo de participantes foi composto majoritariamente por acadêmicos do curso de medicina e profissionais da saúde, não atingindo a diversidade de público desejada pelos organizadores. Por fim, o evento ocorreu da forma esperada, sem maiores surpresas, sendo muito elogiado por todos.

CONCLUSÃO

As informações disponibilizadas no evento, ministradas por profissionais capacitados, se mostram de importantes para a atualidade, principalmente para os futuros profissionais da saúde. Devido a isso, todo o evento teve uma resposta positiva do público e um grande número de inscritos. Apesar das limitações enfrentadas, como a falta de proximidade e intimidade entre os palestrantes e os participantes e a concentração do público participante pertencerem a um só grupo (acadêmicos de medicina), o evento transcorreu de forma organizada, conforme o planejado.

Por meio do evento, foi possível levar informações seguras sobre as práticas de Terapia com som, Contoterapia, Terapia com animais, Palhaçoterapia e Arteterapia, mostrando como essas e outras práticas integrativas podem contribuir, em conjunto com a medicina ocidental (tradicional), para a saúde e tratamento dos pacientes.

CONFLITOS DE INTERESSE

Não houve conflito de interesse de nenhuma das partes em nenhum aspecto.

FINANCIAMENTO

Não ocorreu nenhum tipo de financiamento.

REFERÊNCIAS

1. Azevedo E de, Pelicioni MCF. Práticas integrativas e complementares de desafios para a educação. Trabalho, Educação e Saúde [Internet]. 2011 Nov 1. [Citado: 25 jan.2022]; 9: 361–78. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/WWDNxSksVRpy75V6PN66R8B/abstract/?lang=pt>
2. Mandrá PP, Moretti TC da F, Avezum LA, Kuroishi RCS. Terapia assistida por animais: revisão sistemática da literatura. CoDAS [Internet]. 2019;31(3). [Citado: 25 jan.2022]. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2317-17822019000300601&lng=en&tlng=en
3. Ribeiro DC, Gomes LB, Falbo A, Vieira CM. Palhaçoterapia como prática de cuidado no ambiente hospitalar: revisão de literatura. TCCfpsedubr [Internet]. [Citado: 25 jan.2022]. Disponível em <https://tcc.fps.edu.br/handle/fpsrepo/1141>

4. Coqueiro NF, Vieira FRR, Freitas MMC. Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental. *Acta Paulista de Enfermagem* [Internet]. 2010 [Citado: 25 jan.2022];23(6):859–62. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/9LVK4BKMMB5mrwXwjDbWgfh/?format=pdf&lang=pt>
5. Da Silva Germann. D. A contação de histórias para crianças hospitalizadas do hospital da criança conceição (HCC) [Internet]. 2015 [citado em 3 de fevereiro de 2022]. Disponível em: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/colecionasus/2015/33312/33312-816.pdf>
6. Pulido D. Sound Healing. Capstone Projects and Master's Theses [Internet]. 2021 May 1 [Citado: 01 fev.2022]; Disponível em: https://digitalcommons.csumb.edu/caps_thes_all/1079/
7. Brasil. Ministério Da Saúde. Secretaria De Atenção Básica. Política Nacional de práticas integrativas e complementares no SUS - PNPIC-SUS. Brasília, Df: Embrapa Informação Tecnológica; 2006.
8. Otani MAP, Barros NF de. A Medicina Integrativa e a construção de um novo modelo na saúde. *Ciência & Saúde Coletiva* [Internet]. 2011 Mar 1 [Citado: 01 fev.2022];16:1801–11. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/9QPwFdccDdPTSb633rbJVBq/?lang=pt>
9. Queiroz M de S. O paradigma mecanicista da medicina ocidental moderna: uma perspectiva antropológica. *Revista de Saúde Pública* [Internet]. 1986 Aug 1 [Citado: 01 fev.2022]; 20:309–17. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/YvDPzbcHNkHGQz3wMWCKcZn/?lang=pt>
10. Práticas Integrativas e Complementares (PICS) [Internet]. Ministério da Saúde. Available from: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/praticas-integrativas-e-complementares-pics>