



Princípios e Fundamentos das Ciências da Saúde 2

VANESSA LIMA GONÇALVES TORRES
(Organizadora)



Atena
Editora

Ano 2018

Vanessa Lima Gonçalves Torres
(Organizadora)

Princípios e Fundamentos das Ciências da Saúde 2

Atena Editora
2018

2018 by Atena Editora

Copyright © da Atena Editora

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação e Edição de Arte: Geraldo Alves e Natália Sandrini

Revisão: Os autores

Conselho Editorial

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

P957 Princípios e fundamentos das ciências da saúde 2 [recurso eletrônico] / Organizadora Vanessa Lima Gonçalves Torres. – Ponta Grossa (PR): Atena Editora, 2018. – (Princípios e fundamentos das ciências da saúde; v. 2)

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-85-85107-43-7

DOI 10.22533/at.ed.437180110

1. Ciências da saúde. 2. Medicina. 3. Saúde. I. Torres, Vanessa Lima Gonçalves.

CDD 610

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

O conteúdo do livro e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

2018

Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

www.atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A Organização mundial da Saúde define que saúde é um estado do completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças. Atualmente, diversas Campanhas Nacionais estão direcionadas ao atendimento integral deste conceito. Para isto, muitos profissionais são envolvidos: médicos, farmacêuticos, dentistas, psicólogos, fisioterapeutas, enfermeiros, biólogos, biomédicos, educadores físicos. Com uma dinâmica muito grande, a área da saúde exige destes profissionais uma constante atualização de conhecimentos pois a cada ano surgem novas formas de diagnóstico, tratamentos, medicamentos, identificação de estruturas microscópicas e químicas entre outros elementos.

A obra “Princípios e Fundamentos das Ciências da Saúde” aborda uma série de livros de publicação da Atena Editora, dividido em II volumes, com o objetivo de apresentar os novos conhecimentos, estudos e relatos nas áreas da Ciência e da Saúde, para os estudiosos e estudantes. Entre os capítulos a abrangência da área fica evidente quando sobre o mesmo assunto temos olhares diferentes por profissionais especializados, a interdisciplinariedade, a tecnologia e o desenvolvimento de técnicas. Os trabalhos apresentados conduzem o leitor a diferentes caminhos de conhecimentos, reflexões e atualização. Boa leitura e muitos conhecimentos!

Vanessa Lima Gonçalves Torres

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
ANÁLISE DE PONTENCIAL DE RISCO GENOTÓXICO DAS NANOPARTICULAS DE PRATA PVA ATRAVÉS DO BIOENSAIO TRAD-MCN	
Andrea Karine de Araújo Santiago Francisca Bruna Arruda Aragão Rôlmerson Robson Filho Dyego Mondego Moraes Erick Rodrigues e Silva Guilherme Bruzarca Tavares Bento Berilo Lima Rodrigues Segundo Sandra Léa Lima Fontinele Deuzuita dos Santos Oliveira	
CAPÍTULO 2	9
INDICADORES DE PRESCRIÇÃO COMO FERRAMENTA DE GESTÃO DA ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA NO MUNICÍPIO DE CRUZ ALTA - RS	
Eliane de Carvalho Martins, Viviane Cecília Kessler Nunes Deuschle, Régis Augusto Norbert Deuschle, Roberta Cattaneo Horn Josiane Woutheres Bortolotto Gabriela Bonfanti Azzolin,	
CAPÍTULO 3	23
ANÁLISE MICROBIOLÓGICA PARA AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DO AÇAÍ VENDIDO NAS BATEDEIRAS DO CENTRO COMERCIAL DE MACAPÁ-AMAPÁ	
Mayara Cristina do Nascimento Dias Rayra Lorraine Gomes dos Santos Claude Porcy Benedito Pantoja Sacramento Maurício José Cordeiro Souza Rubens Alex de Oliveira Menezes	
CAPÍTULO 4	33
AVALIAÇÃO PARASITOLÓGICA E MICROBIOLÓGICA DE ALFACES (LACTUTA SATIVA) COMERCIALIZADAS NO MUNICÍPIO DE MACAPÁ - AMAPÁ, AMAZÔNIA BRASILEIRA	
Aliny Cristiny de Jesus Sousa Joyce da Silva Oliveira Claude Porcy Maurício José Cordeiro Souza Rubens Alex de Oliveira Menezes	
CAPÍTULO 5	44
VALIDAÇÃO DE MATERIAL EDUCATIVO SOBRE DESCARTE DE MEDICAMENTOS	
Émily dos Santos Panosso Débora Marques de Oliveira Valéria Maria Limberger Bayer Liziane Maahs Flores Verginia Margareth Possatti Rocha	

CAPÍTULO 6	61
DESCARTE DE MEDICAMENTOS: CONTEXTUALIZAÇÃO E DESENVOLVIMENTO DE MATERIAL EDUCATIVO	
Patricia Romualdo de Jesus Bernardo dos Santos Zucco Débora Marques de Oliveira Valéria Maria Limberger Bayer Verginia Margareth Possatti Rocha Edi Franciele Ries	
CAPÍTULO 7	77
CLAREAMENTO DENTAL DE CONSULTÓRIO – RELATO DE CASO	
Brenda Carvalho Pinto Alcântara Seda Carmem dos Santos Reis Geraldo Carlos Teixeira Martins Camila Ricci Rivoli Priscila Regis Pedreira Josué Junior Araújo Pierote	
CAPÍTULO 8	85
CÁRIE E NECESSIDADE DE TRATAMENTO EM IDOSOS ATENDIDOS EM SERVIÇO DE NEUROLOGIA	
Gabrielly Terra Freire Josué Junior Araújo Pierote Glauber Campos Vale	
CAPÍTULO 9	92
CONDIÇÕES DE SAÚDE BUCAL DE PACIENTES COM PARALISIA CEREBRAL	
Cristiana Pereira Malta Gabriele Groehs Guerreiro Juliana Saibt Martins Letícia Westphalen Bento	
CAPÍTULO 10	104
EFEITOS ADVERSO DE MEDICAMENTOS PEDIÁTRICOS UTILIZADOS NO TRATAMENTO DE DOENÇAS RESPIRATÓRIAS NA ESTRUTURA DENTAL	
Raimundo Nonato Silva Gomes Vânia Thais Silva Gomes Maria Silva Gomes Francileine Rodrigues da Conceição Larissa Vanessa Machado Viana	
CAPÍTULO 11	116
FAMILIOGRAMA: ESTUDO DE CASO NA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA DA CARMELÂNDIA, BELÉM, PARÁ, AMAZÔNIA	
Benedito Pantoja Sacramento Kelly Assunção e Silva Ercielem de Lima Barreto Mauro Marcelo Furtado Real	

CAPÍTULO 12 130

EXAMES COMPLEMENTARES NA PRÁTICA DO ENFERMEIRO DA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA – ESF

Rúbia Luana Baldissera
Gianfábio Pimentel Franco
Andressa Andrade
Cássio Adriano Zatti
Priscila Rodrigues
Angela Maria Blanke Sangiovo

CAPÍTULO 13 144

FERRAMENTAS DE ABORDAGEM FAMILIAR: INTERVENÇÃO A UMA FAMÍLIA QUILOMBOLA ACOMPANHADA PELA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA EM UM MUNICÍPIO DA REGIÃO DA BAIXADA MARANHENSE

Joelmara Furtado dos Santos Pereira,
Francisca Bruna Arruda Aragão,
Ana Patrícia Fonseca Coelho Galvão,
Gerusinete Rodrigues Bastos dos Santos,
Franco Celso da Silva Gomes,
Lívia Cristina Sousa
Ana Hélia de Lima Sardinha,

CAPÍTULO 14 156

EXPERIÊNCIA DE UMA EQUIPE DE SAÚDE DA FAMÍLIA NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL

Tavana Liege Nagel Lorenzon
Lucia Regina Barros
Mônica Ludwig Weber
Carise Fernanda Schneider
Ingrid Pujol Hanzen
Ana Paula Lopes da Rosa
Alana Camila Schneider.
Carine Vendruscolo

CAPÍTULO 15 168

VIVÊNCIAS DA EQUIPE DE ENFERMAGEM EM CURSOS DE GESTANTES

Lucia Regina Barros
Tavana Liege Nagel Lorenzon
Saionara Vitória Barimacker
Vanesa Nalin Vanassi
Cheila Karei Siega
Adriane Karal
Elisangela Argenta Zanatt

CAPÍTULO 16 175

A ABORDAGEM ECOSSISTÊMICA EM SAÚDE NO CONTEXTO DE ATINGIDOS POR BARRAGENS

Teresinha Rita Boufleuer
Maria Assunta Busato

CAPÍTULO 17	184
UTILIZAÇÃO DA MICROGALVANOPUNTURA EM ESTRIAS ALBAS – ESTUDO DE CASO Bárbara Bittencourt Cavallini	
CAPÍTULO 18	189
SAÚDE E AMBIENTE NO CONTEXTO DA VISÃO ECOSSISTÊMICA Luana Zanella Maria Eduarda de Carli Rodrigues Rodrigo Kohler Maria Assunta Busato Junir Antonio Lutinski	
CAPÍTULO 19	201
PROMOÇÃO DA SAÚDE POR MEIO DA TERAPIA DO ABRAÇO: COMPARTILHANDO AFETOS, SENTIMENTOS E EMOÇÕES Vera Lucia Freitag Indiara Sartori Dalmolin Ivonete Teresinha Schülter Buss Heidemann Viviane Marten Milbrath	
CAPÍTULO 20	210
THE LEGAL SIDE OF HIV/AIDS Rodrigo Tonel Aldemir Berwig André Gagliardi	
CAPÍTULO 21	222
EDUCAÇÃO PARA O EMPODERAMENTO DE PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS Janaina Kunzler Kochhann Camila Mumbach de Melo Zaléia Prado de Brum Narciso Vieira Soares Sandra Maria de Mello Cardoso	
CAPÍTULO 22	230
PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA NO MEIO RURAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA NUMA ESTRATÉGIA EM SAÚDE DA FAMÍLIA. Lucia Regina Barros Tavana Liege Nagel Lorenzon Taís Trombetta Dalla Nora Rejane Ceolin Adriane Karal Lucimare Ferraz	
SOBRE A ORGANIZADORA	241

PROMOÇÃO DA SAÚDE POR MEIO DA TERAPIA DO ABRAÇO: COMPARTILHANDO AFETOS, SENTIMENTOS E EMOÇÕES

Vera Lucia Freitag

Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Departamento de Enfermagem. Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil.

Indiara Sartori Dalmolin

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Departamento de Enfermagem. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

Ivonete Teresinha Schülter Buss Heidemann

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Departamento de Enfermagem. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

Viviane Marten Milbrath

Universidade Federal de Pelotas (UFPel). Departamento de Enfermagem. Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.

RESUMO: A terapia do abraço é uma forma de toque terapêutico inserida no universo das Práticas Integrativas e Complementares (PIC). O ato de abraçar é uma maneira de promover a saúde, demonstrar carinho e afeto, é carregar alguém nos braços, entrelaçar com os braços, mantendo-se próximo. Neste sentido, objetivou-se descrever e refletir sobre a realização de grupos utilizando a terapia do abraço para o cuidado e promoção da saúde de usuários da Estratégia Saúde da Família (ESF). Relato da experiência de abordagem qualitativa, construído a partir da perspectiva da profissional

enfermeira mediadora dos grupos de promoção da saúde, em um município do norte do Rio Grande do Sul – Brasil, em 2016. A partir das vivências coletivas da terapia do abraço desvelou-se alguns resultados: Liberação de sentimentos, emoções e alegrias; Superação do medo de tocar o/no outro; Relaxamento e equilíbrio físico e mental; Construção de vínculos afetivos entre os participantes; e Doação de amor a si e ao universo. Concluiu-se que os grupos de promoção da saúde são espaços de aproximação dialógica entre profissionais e usuários. A inserção das PIC no processo de trabalho, especialmente na ESF possibilita a manutenção dos princípios doutrinários do Sistema Único de Saúde. Diante disso, recomenda-se a realização de outras experiências com a terapia do abraço, em diferentes grupos e instituições, para que paulatinamente, seja possível espalhar amor, afetos e sentimentos à sociedade, tornando os serviços de saúde mais humanizados.

PALAVRAS-CHAVE: Terapias complementares; Toque terapêutico; Terapia do abraço; Promoção da saúde; Enfermagem.

ABSTRACT: Hug therapy is a therapeutic touch way inserted in the universe of Integratives and Complementary Practices (ICP). The hugging act is a way of health promoting, to show affection

and care, is to carry someone in the arms, to intertwine in the arms, keeping close. In this way, the aim of this study was to describe and to reflect about the realization of group utilizing the hug therapy for the health care and promotion of the Family Health Strategy (FHS) users. Reporting the qualitative approach experience, built from the perspective of a professional nurse mediator of health promotion groups in a municipality in the north of Rio Grande do Sul - Brazil, in 2016. Some results were revealed from the hug therapy collective experiences: Release of feelings, emotions and joys; Overcoming the fear of touching others; Relaxation and physical and mental balance; Construction of affective bonds between participants; Love donation between you and the universe. It was concluded that the health promotion groups are spaces of dialog approximation between professionals and users, ICP insertion on the work's process, especially on FHS possibility the manutencion of Unified Health System's doctrinal principles. Faced with this, it is recommend to realize others hug theory experiences, in diferentes groups and institutions, so that gradually, it is possible to spread love, affections and feelings to society, making health services more humanized.

KEYWORDS: Complementary therapies; Therapeutic touch; Hug therapy; Health promotion; Nursing.

1 | INTRODUÇÃO

O universo das Práticas Integrativas e Complementares (PIC) é abrangente, heterogêneo e compreende abordagens milenares, a destacar: acupuntura, antroposofia, aromaterapia, auriculoterapia, fitoterapia, iridologia, massagem, meditação, musicoterapia, reflexologia, reiki, terapia floral e toque terapêutico (SALLES; SILVA, 2011). Na filosofia das PIC há o incentivo aos meios naturais de promoção e prevenção de agravos, bem como recuperação da saúde, utilizando-se de recursos eficazes e seguros, com centralidade na pessoa, escuta acolhedora e qualificada, vínculo terapêutico e integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. Compreendem o processo saúde-doença de forma ampliada, priorizando o despertar da consciência e o autocuidado (BRASIL, 2015).

O toque terapêutico (TT) constitui uma das mais antigas terapias vibracionais ainda em uso. Foi desenvolvido por Dolores Krieger e Dora Kunz, na década de 1970, consideradas as precursoras da aplicação dessa PIC na enfermagem. A aplicabilidade do TT sustenta-se na capacidade humana de reequilíbrio, repadronização do campoenergético, com a finalidade de harmonizar e equilibrar, amplamente consolidada na cultura oriental. O TT é uma ressignificação contemporânea da prática de imposição de mãos, não havendo relação com crenças religiosas, foi comprovado por diferentes abordagens de pesquisa. Dentre os efeitos do TT, salienta-se: relaxamento, redução de dores, aceleração do processo de cura e alívio de doenças psicossomáticas (RAMALHO; SALLES, 2011). O TT expressa-se pelo contato e pelo afeto, como uma necessidade primordial humana. Neste cenário, o abraço, a terapia do abraço, é considerada uma forma de TT (PEREIRA; LAPA, 2010).

O abraço é uma forma universal de contato físico e afetivo, também utilizado como instrumento de terapia. O ato de abraçar é carregar alguém nos braços; entrelaçar com os braços; manter-se próximo. Abraço é o ato de abraçar; uma demonstração de carinho e aconchego. A terapia busca o tratamento de doenças/desequilíbrios. Logo, a terapia do abraço é a prática de dar abraços, utilizar abraços, como forma de tratamento e cura de doenças, ou ainda para a manutenção da saúde por meio dos múltiplos significados, sentimentos e comunicação pelo abraço (PEREIRA; LAPA, 2010).

O contato físico não é somente agradável, como fundamental ao ser humano. Pesquisa expressa que o estímulo provocado pelo ato de tocar proporciona bem estar físico e emocional, amenizando dores, depressão e ansiedade. Além de, provoca um equilíbrio do ser humano com ele mesmo, com as outras pessoas e com o ambiente ao seu redor, desencadeando alterações fisiológicas em quem toca e em quem é tocado (PEREIRA; LAPA, 2010).

No livro “A Terapia do Abraço” a autora afirma que a sociedade está sofrendo de solidão. Mesmo em meio a vasta gama de tecnologias de comunicação virtual, toda pessoa necessita de contato pele a pele, de carinho físico (KEATING, 2002). É essencial que o ser humano comece a trocar afagos, possibilitando prazer, fazendo com e para o outro, coisas boas, que muitas vezes não são feitas porque há uma distorção social de que não fica bem deixar transparecer os bons sentimentos. Na sociedade contemporânea, permeada por negócios, capitais e conseqüentemente competição, expressar amor não é visto naturalmente. Logo, identifica-se uma lacuna nas relações, sendo necessário dar fim ao mercado de negócios de sentimentos e sensações (SHINYASHIKI, 2005).

Como subsídio à necessidade do toque, da socialização de afetos, do contato pele a pele, destaca-se à promoção da saúde, compreendida como uma promissora estratégia para o enfrentamento de problemas de saúde que afetam as comunidades. A concepção de promoção da saúde resultou da Primeira Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde, realizada em Ottawa, Canadá, em novembro de 1986, sendo definida como o processo de capacitação da comunidade e indivíduos para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde. Para alcançar o patamar integral de bem-estar físico, mental e social é preciso reconhecer os anseios, suprir as necessidades e alterar o meio ambiente. Para tanto, a saúde deve ser vista de forma ampliada, como um elemento para a vida, e não como o objetivo de viver, concretizando-se como uma percepção positiva (WHO, 1986; HEIDEMANN, 2006; HEIDEMANN; WOSNY; BOEHS, 2014).

No que se refere às práticas de promoção da saúde, entende-se como a inclusão das cinco estratégias da Carta de Ottawa: implantação de políticas públicas saudáveis, criação de ambientes favoráveis, reorientação dos serviços de saúde, apoio à ação comunitária e desenvolvimento de habilidades pessoais, no processo de trabalho das equipes de saúde da família, oportunizando novas formas de produção do cuidado

(HEIDEMANN; WOSNY; BOEHS, 2014). Agregando à ação clínica de cura de doenças e ampliando a capacidade de autonomia dos indivíduos, famílias e coletividades para o alcance de objetivos pessoais de serem saudáveis (LOPES et al., 2013). Ainda, as estratégias de promoção da saúde são as que possibilitam desenvolver a autonomia e fortalecer processos políticos e sociais que permitem a transformação dos condicionantes estruturais, reafirmando os princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), especialmente o da integralidade na atenção à saúde (DURAND; HEIDEMANN, 2013).

Neste enfoque de discussão, o trabalho educativo em grupos consiste numa valiosa alternativa para a promoção da saúde que permite o aprofundamento de discussões e a ampliação de conhecimentos, de modo que as pessoas superem suas dificuldades e obtenham maior autonomia, melhores condições de saúde e qualidade de vida (SANTOS; LIMA, 2008).

As práticas educativas de caráter coletivo podem impulsionar mudanças sendo fundamental ocorrer aprendizagem, a qual permite aquisição de conhecimentos e informações. O aprender em grupo é o resultado do movimento constante da convivência de seus membros e da habilidade de seus mediadores, porquanto que, os grupos surgem como verdadeiras estratégias do cuidado em saúde. Ademais, as práticas educativas em grupo esperam aumentar o grau de reflexão e conscientização de seus integrantes (TEIXEIRA, 2007).

Na enfermagem, área estreitamente relacionada ao cuidado, é possível e necessário trabalhar com as PIC. Para os profissionais significa um diferencial na assistência prestada e para os indivíduos e famílias é uma possibilidade para conhecer e apropriar-se de diferentes formas terapêuticas para a promoção da saúde, prevenção de doenças e recuperação dos processos patológicos (PIVETTA; MARTINS; SALBEGO; NIETSCHE, 2016).

A partir da fundamentação delineada, este capítulo tem o objetivo de descrever e refletir sobre a realização de grupos utilizando a terapia do abraço para o cuidado e promoção da saúde de usuários da Estratégia Saúde da Família (ESF).

2 | METODOLOGIA

Relato de experiência de abordagem qualitativa, construído a partir da perspectiva da profissional enfermeira mediadora dos grupos de promoção da saúde. Esta atividade foi desenvolvida em um município da região norte do Estado do Rio Grande do Sul - Brasil durante o ano de 2016, com usuários da ESF local.

O grupo em estudo reúne-se quinzenalmente, nos diferentes bairros entre as zonas urbana e rural, contando com um número variável de participantes, entre 10 a 50 pessoas. Os profissionais de saúde da ESF organizam e mediam as discussões, especialmente os Agentes Comunitários de Saúde (ACS), a enfermeira e a médica da

equipe.

Os encontros tem duração de 60 a 90 minutos e estruturam-se em três momentos dialógicos: 1) Reconhecimento e apresentação dos profissionais e usuários com o objetivo de acolher e aproximar os envolvidos; 2) Discussão de alguma questão/situação de saúde-doença (patologias, medicamentos, cuidados) levantada pelos participantes, de forma a integrar as concepções, saberes e práticas populares das explicações e orientações científicas; e 3) Promoção da saúde por meio da vivência da terapia do abraço e do compartilhamento de sentimentos e emoções. Ressalta-se que todos os encontros foram planejados com base na demanda das ACS, que questionavam os demais profissionais da equipe da ESF quanto à mudança de metodologia de trabalho em grupo, visando a participação mais assídua dos usuários. Assim, os encontros desenvolviam-se de forma dialogada e em roda de conversa, propiciando um espaço agradável de descontração, relaxamento, risos, troca de saberes e promoção da saúde.

Neste capítulo, destaca-se o terceiro momento dos grupos, ou seja, a terapia do abraço. Compreendida como um espaço de socialização de sentimentos e emoções, bem como expressões e relatos de relaxamento físico, mental e alegria mediante as vivências coletivas dessa modalidade de TT.

A terapia do abraço neste grupo de promoção da saúde, é conduzida pela enfermeira da ESF. Inicialmente é realizada uma reflexão coletiva sobre a importância e os benefícios do abraço, os diferentes tipos de abraço, assim como suas representações históricas, sociais e culturais na sociedade pós-moderna. Em seguida prepara-se o ambiente com música relaxante, convidando os participantes para fazer um círculo em pé. No círculo ocorre a vivência prática do abraço, preservando sua essência de respeito, toque, afeto, tempo prolongada e energia. Todos os participantes abraçam-se em duplas e após é realizado um abraço coletivo. Em seguida, espontaneamente as pessoas compartilham o que sentiram, quais foram as sensações do abraço e de que modo a terapia contribuiu ou não para a promoção da saúde, além de comprometer-se em quebrar os paradigmas que os distanciavam do ato de abraçar, e, fazer esse exercício diariamente com sua família e amigos.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir das vivências coletivas da terapia do abraço, identificou-se alguns resultados: Liberação de sentimentos, emoções e alegrias; Superação do medo de tocar o/no outro; Relaxamento e equilíbrio físico e mental; Construção de vínculos afetivos entre os participantes; e Doação de amor a si e ao universo.

3.1 Liberação de sentimentos, emoções e alegrias

O abraço, o ato de abraçar e ser abraçado são necessidades humanas de proteção, força, alívio e afeto, que acalmam o coração e a mente, permitindo viver com

harmonia e equilíbrio. Abraçar é uma manifestação de amor, identifica os diferentes grupos onde as pessoas estão inseridas, seja a família, os amigos, as entidades sociais e culturais.

Neste sentido, as expressões não poderiam ser diferentes neste grupo de promoção da saúde, a medida que, percebeu-se a forte repercussão da realização da terapia do abraço, inicialmente manifestada por um certo estranhamento, mas com o envolvimento, pode-se observar a alegria e leveza nos olhares. Dentre os efeitos identificou-se a liberação de sentimentos, emoções e alegrias, a partir das linhas marcantes dos sorrisos e dos espantos verbais e não verbais sobre as sensações daquele momento. Algumas vezes, o grupo surpreendia-se com os sentimentos e emoções que perpassaram a vivência.

Corroborando, pesquisadoras afirmam que no decurso de um abraço, o cortisol (hormônio do estresse) desaparece do organismo, dessa maneira, são liberadas substâncias que geram conforto e alegria (PEREIRA; LAPA, 2010).

3.2 Superação do medo de tocar o/no outro

Ao desenvolver a terapia do abraço com os grupos, observou-se um pouco de resistência gerada pelo fato de tocar o outro, de ficar próximo, de abraçar, como se fosse um ato estranho e pouco presente na vida das pessoas. A mediadora dialogou sobre os fatores culturais e paradigmáticos referente ao abraço, bem como os efeitos psicológicos, observou-se que aos poucos as pessoas foram reagindo de maneira acolhedora. Analisando-se a reação dos participantes percebe-se características marcantes da pós-modernidade, momento esse, que não temos tempo para gastar com afetos, pois segundo Bauman (2009), vive-se um mundo líquido, uma vida líquida, na qual o tempo passa rapidamente.

Todavia, houve a superação do medo inicial de estar junto do outro, conforme a terapia do abraço foi sendo realizada, permitindo um conforto maior entre as pessoas, leveza e respeito nos olhares, satisfação em abraçar e ser abraçado, assim como, despreocupação com o tempo e a intensidade do toque.

Ressalta-se que sentimentos e sintomas como as tensões físicas, mentais, emocionais, a insônia, a solidão e o medo são amenizados por meio da troca de calor e energia entre duas ou mais pessoas (PEREIRA; LAPA, 2010).

3.3 Relaxamento e equilíbrio físico e mental

O ato de abraçar possui evidências científicas relacionadas a alterações na fisiologia humana, tais como a diminuição da pressão arterial, dos batimentos cardíacos e dos hormônios relacionados ao estresse (cortisol e norepinefrina), logo, abraçar é um gesto que promove a saúde. Além disso, pesquisas revelam que os vínculos afetivos e o toque entre as pessoas aumentam a longevidade e reduzem os riscos de doenças cardiovasculares. Por sua vez, a falta de abraços, de TT, aumenta a incidência de sobrepeso e obesidade, pois quem está emocionalmente abalado, triste e sozinho,

tende a ter uma ingestão maior de alimentos (PEREIRA; LAPA, 2010).

Nos grupos, a terapia do abraço provocou mudanças físicas e mentais, como relaxamento e maior equilíbrio após a prática. Desta maneira, ressalta-se a importância de inserir as PIC na atenção e cuidado em saúde, para que seja possível criar espaços de afetos e acolhimento, dando visibilidade às expressões culturais e modos de viver dos indivíduos e comunidades, permitindo maior interação da ESF com o seu território de abrangência, e conseqüentemente maior resolutividade.

3.4 Construção de vínculos afetivos entre os participantes

A terapia do abraço com os grupos objetivou criar um momento de relaxamento e descontração, todavia, após as vivências observou-se que este TT promoveu inúmeros benefícios ao grupo, evoluindo do patamar individual para os ganhos coletivos e sociais, como a construção de vínculos afetivos.

Keating (2002), afirma que o abraço é uma forma muito especial de toque, contribuindo decisivamente para a cura e a saúde. Além de fazer as pessoas sentirem-se bem, superando o medo, abrindo passagem para os sentimentos e a auto-estima, a estimulação provocada pelo toque é absolutamente necessária para o bem-estar, tanto físico quanto mental das pessoas e grupos.

A presença humana, o estar-com-o-outro acontece na solicitude, na disponibilidade, no toque, no carinho, no respeito e no saber escutar, é um cuidado em que o *eu* e o *tu* transcendem a barreira que os separa e se constrói um *nós*. Neste cuidado, a linguagem não verbal ocupa um papel central (ROSELLÓ, 2009).

Assim, ao refletir sobre a linguagem não verbal, observou-se que a terapia do abraço em grupo propicia ganhos, pois as pessoas participaram intensamente do momento. E a partir de suas expressões e relatos antes e após os abraços, concluiu-se que foram espaços de promoção da saúde, de muito cuidado e entrecuidado, de respeito pelo outro, de exposição de sentimentos, que para além do momento, foram carregados e nutridos nos compartilhamentos da vida dos participantes.

3.5 Doação de amor a si e ao universo

Abraçar é uma estratégia simples de demonstração de apoio, cuidado, recuperação da saúde e evolução espiritual. É um reflexo da manifestação de sentimentos, emoções e alegrias. Essa terapia promove seres humanos saudáveis, felizes e em uma vida plena (PEREIRA; LAPA, 2010).

Destaca-se o último eixo de resultados da experiência, denominado doação de amor a si e ao universo. Esse foi apreendido dos momentos mais nobres da terapia do abraço, quando a libertação das tensões e preocupações cotidianas passou despercebida e o grupo sentiu-se livre para dar e receber amor por meio dos abraços vivenciados. Foram minutos de profunda leveza, libertação, sorrisos afetuosos, reflexões e gratidão.

Neste caminho, perceberam-se os benefícios por meio da terapia do abraço e a

relevância da utilização de metodologias participativas, ativas e dialógicas no processo de trabalho em saúde, em especial na enfermagem, que na visão de Roselló (2009), poderá refletir teoricamente, aprofundando e assim contribuindo para a totalidade do ser.

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os profissionais de saúde atuantes na ESF estão em contato direto com a vida e os modos de viver da população, desempenham um importante papel de promotores de saúde, de promotores de seres saudáveis. Para tanto, é imprescindível apostar em diferentes estratégias de atenção e cuidado, priorizando a humanização, o acolhimento e o respeito pela diversidade humana presente nos territórios de atuação.

Os grupos de promoção da saúde são preciosas ferramentas de aproximação e vínculo entre profissionais e usuários, com a finalidade de resgatar os saberes populares e discutí-los com os saberes científicos, mantendo a dialogicidade das rodas de conversa.

Neste contexto, inovação e criatividade em saúde são fundamentais aos profissionais, além do comprometimento com as pessoas e seus contextos familiares, sociais, culturais, históricos. A inserção das PIC no processo de trabalho em saúde, especialmente na ESF é a garantia da preservação dos princípios orientadores do Sistema Único de Saúde.

Em se tratando do TT, manifestado por meio da terapia do abraço, são inúmeros os benefícios identificados com as vivências coletivas, desde os aspectos físicos até os mentais, emocionais e comunitários. Diante disso, recomenda-se a realização de outras experiências com a terapia do abraço, com diferentes grupos e organizações, para que aos poucos, seja possível espalhar amor, afetos e sentimentos à sociedade, rompendo as barreiras impostas culturalmente.

REFERÊNCIAS

BAUMAN, Z. **Vida líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde**. 2ª ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em 22 de maio de 2018.

DURAND, M. K.; HEIDEMANN, I. T. S. B. **Promoção da autonomia da mulher na consulta de enfermagem em saúde da família**. Revista da Escola de Enfermagem da USP. v. 47, n. 2, p. 288-295, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v47n2/03.pdf>. Acesso em: 23 de maio de 2018.

HEIDEMANN, I. T. S. B. **A promoção da saúde e a concepção dialógica de Freire: possibilidades de sua inserção e limites no processo de trabalho das equipes de Saúde da Família**, 296f. [tese]. Ribeirão Preto (SP): Universidade de São Paulo - USP, 2006. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22133/tde-15012007-170858/pt-br.php>. Acesso em: 22 de maio de 2018.

HEIDEMANN, I. T. S. B.; WOSNY, A. D. M.; BOEHS, A. E. **Promoção da Saúde na Atenção Básica: estudo baseado no método de Paulo Freire**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 19, n. 8, p. 3553-3559, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v19n8/1413-8123-csc-19-08-03553.pdf>. Acesso em: 20 de maio de 2018.

KEATING, K. A. **Terapia do Abraço**. São Paulo. Editora Pensamento – Cultrix, 2002.

LOPES, M. S. V.; MACHADO, M. F. A. S.; BARROSO, L. M. M.; MACÊDO, E. M. T.; COSTA, R. P.; FURTADO, L. C. S. **Promoção da Saúde na Percepção de Profissionais da Estratégia Saúde da Família**. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*, v. 1, n. 14, p.60-70, 2013. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/3327/2565>. Acesso em 20 de maio de 2018.

PEREIRA, A. L.; LAPA, E. M. **A importância de um abraço!** *International Journal of Developmental and Educational Psychology, Revista de Psicologia*, n.1, p. 143-148, 2010. Disponível em: http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/3171/0214-9877_2010_1_1_143.pdf?sequence=4&isAllowed=y. Acesso em: 20 de maio de 2018.

PIVETTA, A.; MARTINS, F. S.; SALBEGO, C.; NIETSCHE, E. A. **Medicina Tradicional Chinesa e técnicas de acupressão como possibilidade de cuidado em saúde**. *Revista Brasileira de Iniciação Científica, Itapetininga*, v. 3, n. 6, 2016. Disponível em: <http://itp.ifsp.edu.br/ojs/index.php/IC/article/view/467/466>. Acesso em 23 de maio de 2018.

RAMALHO, T. D. S. A.; SALLES, L. F. **Toque terapêutico e enfermagem**. In: SALLES, L. F.; SILVA, M. J. P. D. *Enfermagem e as Práticas Complementares em Saúde*. São Caetano do Sul: Yendis Editora, 2011.

ROSELLÓ, F. T. **Antropologia do cuidar**. Petrópolis: Vozes, 2009.

SALLES, L. F.; SILVA, M. J. P. D. **Enfermagem e as Práticas Complementares em Saúde**. São Caetano do Sul: Yendis Editora, 2011.

SANTOS, S.M.R.; JESUS, M. C. P.; AMARAL, A. M. M.; COSTA, D. M. N.; ARCANJO, R. A. **Consulta de Enfermagem no Contexto da Atenção Básica de Saúde, Juiz de Fora, MG**. *Revista Texto e Contexto da Enfermagem, Florianópolis*, v. 17, n. 1, p. 124-30. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n1/14.pdf>. Acesso em: 22 de maio de 2018.

SHINYASHIKI, R. **A carícia essencial: Uma psicologia do afeto**. Editora Gente, 2005.

TEIXEIRA, E. **Práticas educativas em grupo com uma tecnologia sócio-educativa: vivências na ilha de carateua, Belém**. *Revista Anna Nery*, v. 11 n. 1, p. 155 – 9, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v11n1/v11n1a23.pdf>. Acesso em: 22 de maio de 2018.

WHO. World Health Organization. **The Ottawa Charter For Health Promotion**. Ottawa: WHO, 1986. Disponível em: <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>. Acesso em: 21 de maio de 2018

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-85107-43-7

