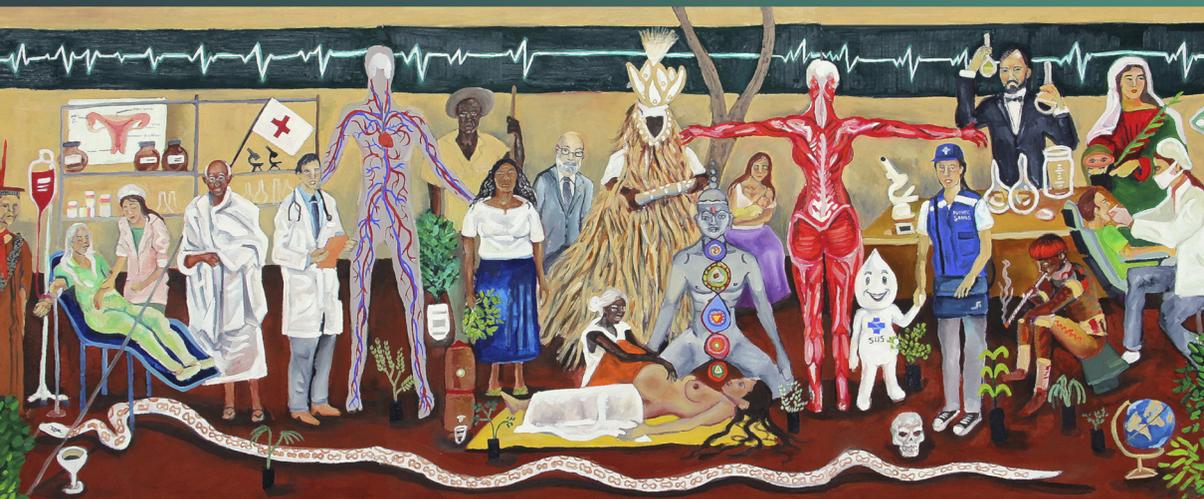


Ana Beatriz Duarte Vieira | Aristein Tai-Shyn Woo
Jaqueline Freitas Ferreira | Verônica Carneiro Ferrer

(ORGANIZADORES)

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE

Semear, cultivar, florescer e partilhar



Atena
Editora
Ano 2023

VOL 2

Ana Beatriz Duarte Vieira | Aristein Tai-Shyn Woo
Jaqueline Freitas Ferreira | Verônica Carneiro Ferrer
(ORGANIZADORES)

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE

Semear, cultivar, florescer e partilhar



Atena
Editora
Ano 2023

VOL 2

Editora chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Editora executiva

Natalia Oliveira

Assistente editorial

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto gráfico

Bruno Oliveira

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Luiza Alves Batista

2023 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do texto © 2023 Os autores

Copyright da edição © 2023 Atena

Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena

Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. 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.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial

Ciências Biológicas e da Saúde

Profª Drª Aline Silva da Fonte Santa Rosa de Oliveira – Hospital Federal de Bonsucesso

Profª Drª Ana Beatriz Duarte Vieira – Universidade de Brasília

Profª Drª Ana Paula Peron – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás

Profª Drª Camila Pereira – Universidade Estadual de Londrina

Prof. Dr. Cirênio de Almeida Barbosa – Universidade Federal de Ouro Preto

Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
 Profª Drª Danyelle Andrade Mota – Universidade Tiradentes
 Prof. Dr. Davi Oliveira Bizerril – Universidade de Fortaleza
 Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
 Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
 Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
 Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
 Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
 Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
 Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
 Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
 Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
 Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
 Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
 Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
 Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
 Prof. Dr. Guillermo Alberto López – Instituto Federal da Bahia
 Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
 Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
 Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
 Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Delta do Parnaíba – UFDP
 Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
 Prof. Dr. José Aderval Aragão – Universidade Federal de Sergipe
 Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
 Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
 Profª Drª Kelly Lopes de Araujo Appel – Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal
 Profª Drª Larissa Maranhão Dias – Instituto Federal do Amapá
 Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
 Profª Drª Luciana Martins Zuliani – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
 Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
 Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
 Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
 Prof. Dr. Maurilio Antonio Varavallo – Universidade Federal do Tocantins
 Prof. Dr. Max da Silva Ferreira – Universidade do Grande Rio
 Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
 Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
 Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
 Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
 Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
 Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
 Profª Drª Sheyla Mara Silva de Oliveira – Universidade do Estado do Pará
 Profª Drª Suely Lopes de Azevedo – Universidade Federal Fluminense
 Profª Drª Taísa Ceratti Treptow – Universidade Federal de Santa Maria
 Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
 Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
 Profª Drª Welma Emídio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

Práticas integrativas e complementares em saúde: semear, cultivar, florescer e partilhar - Volume 2

Diagramação: Natália Sandrini de Azevedo
Correção: Yaiddy Paola Martinez
Indexação: Amanda Kelly da Costa Veiga
Revisão: Os autores
Organizadores: Ana Beatriz Duarte Vieira
 Aristein Woo
 Jaqueline de Freitas Ferreira
 Verônica Carneiro Ferrer

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

P912 Práticas integrativas e complementares em saúde: semear, cultivar, florescer e partilhar - Volume 2 / Organizadoras Ana Beatriz Duarte Vieira, Aristein Woo, Jaqueline de Freitas Ferreira, et al. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2023.

Outra organizadora
 Verônica Carneiro Ferrer

Formato: PDF
 Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
 Modo de acesso: World Wide Web
 Inclui bibliografia
 ISBN 978-65-258-0913-7
 DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.137230102>

1. Saúde. I. Vieira, Ana Beatriz Duarte (Organizadora). II. Woo, Aristein (Organizadora). III. Ferreira, Jaqueline de Freitas (Organizadora). IV. Título.

CDD 613

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora
 Ponta Grossa – Paraná – Brasil
 Telefone: +55 (42) 3323-5493
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, *desta forma* não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

19. Sistema Muscular representando o conhecimento exterior do corpo
20. Microscópio, representando a importância das tecnologias
21. Zé Gotinha, representando as campanhas nacionais, a comunicação em saúde e a Atenção Primária
22. Crânio humano, representando a morte
23. Agente de Saúde e a ação comunitária
24. Louis Pasteur, lembrado por suas notáveis descobertas das causas de prevenção de doenças, uma homenagem a todos os pesquisadores dos campos da Saúde
25. Pajé do Xingu, representando a sabedoria xamânica dos povos originários
26. Mudanças de plantas, representando a ecologia e a auto-gestão
27. Santa Luzia, protetora da visão
28. Saúde da criança
29. Odontologia
30. Globo terrestre, representando a consciência planetária

Forças da Saúde reúne diversas figuras que, juntas, apresentam um panorama ampliado do que venha a ser a promoção do bem-estar coletivo. A ideia nasceu de uma compreensão da Saúde, enquanto fenômeno muito além do simples combate às doenças, ainda que essa esfera também seja contemplada na pintura. Mas é preciso perceber que, em uma era global de acesso à informação, não há razão para considerarmos uma determinada esfera do saber como hegemônica sobre outras até então tidas como minoritárias e mesmo deixadas à margem do processo acadêmico. Dessa forma, o mural se propôs a interligar as tecnologias, as políticas públicas, os saberes ancestrais, a espiritualidade e a ecologia com as principais linhas da formação acadêmica em Saúde: Enfermagem, Nutrição, Farmácia, Odontologia, Saúde Coletiva e Medicina.

Os povos nativos brasileiros estão representados na figura do pajé Xinguano, conhecedor das plantas, do jovem cacique Ashaninka, empenhado em manejar o ecossistema, onde vive, para garantir a preservação da floresta, da raizeira com suas ervas curativas, da parteira com seu conhecimento secular transmitido de geração a geração de doulas. Os aspectos espirituais se fazem presentes na figura de Obaluaê, o orixá da saúde e da doença dentro da cosmologia afro, também de Santa Luzia, a santa protetora dos olhos, Mestre Irineu, um dos pioneiros do uso cerimonial da Ayahuaska no Brasil pós-colonial, e Siriani, a Jiboia Branca - entidade mágica para muitos povos amazonenses - que também pode ser interpretada como a serpente de Asclépio, símbolo mundial da Medicina. Além da figura de Mahatma Gandhi e um Buda em posição meditativa, homenageando as tradições orientais com suas técnicas de yoga, suas noções de centros energéticos (chakras) e a prática da não-violência.

Alternando-se com essas figuras, temos representantes da saúde no contexto da ciência contemporânea O médico, com seu estetoscópio, a enfermeira, ministrando uma transfusão de sangue, uma estante com diversos remédios, o dentista, cuidando da saúde bucal de um adolescente. Há também a figura de Pasteur, homenageando os pesquisadores, e Sérgio Arouca como representante dos sanitaristas dedicados a construir políticas públicas. A Nutrição foi representada pelo filtro de barro – considerado o melhor filtro de água potável do mundo – e as mudas de diversos alimentos, bem como a mãe, amamentando seu bebê.

Assim, **Forças da Saúde** faz jus ao nome na medida em que faz referência a formas distintas de conhecimento unificadas pelo mesmo compromisso de cuidar do próximo, cuidar das crianças, dos adultos, dos idosos, cuidar do planeta e cuidar da vida em suas inúmeras expressões.



Brasília (2015)

Artista plástico

www.tiagobotelho.com.br

PREFÁCIO

Apesar de haver dominado por mais de 50 anos a definição da OMS: *“saúde é não só a ausência de doença, mas um estado de completo bem-estar físico, mental e social”* – com o acréscimo, em 1987, de uma quarta dimensão, o *bem-estar espiritual* –, houve portanto novas estruturas, mais funcionais, para a elaboração de um conceito ampliado de saúde enquanto “um estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade.”

Para dar conta desta nova demanda foi necessário resgatar e atualizar racionalidades, conhecimentos e práticas muitas delas ancestrais, geralmente vistos como subjetivos, semeando novas possibilidades terapêuticas, que ganharam cada vez mais respaldo das ciências da saúde e de seus profissionais, constituindo assim as Práticas Integrativas e Complementares de Saúde – PICS. Neste conceito ampliado de saúde o sujeito deve ser encarado em sua plenitude e integralidade, nos aspectos físico, mental, espiritual, social e ecológico.

Estudos já comprovam que a espiritualidade - não necessariamente ligada a uma religião -, por exemplo, tem efeitos positivos sobre quem passa por algum sofrimento, seja físico, emocional ou mental. A resiliência e compreensão ampliada do processo saúde/doecimento colabora na melhoria dos resultados obtidos.

Embora os mecanismos de como os valores espirituais ajam no organismo, provavelmente a partir da integração dos sistemas psico-neuro-endócrino-imunológico, PNEI, que representam hoje o entendimento mais moderno desta interação, estudos continuados são desejados. No entanto a validade destas PICS é legitimada a partir das observações clínicas dos profissionais da saúde associado a satisfação e partilha dos resultados pelos seus praticantes.

No âmbito da pesquisa, os especialistas são rápidos em esclarecer que não se trabalha com religião. “Isso envolve dogmas, crenças, e religiosidade é quando a pessoa tem uma religião e incorpora isso dentro da vida dela. Espiritualidade é um guarda-chuva mais amplo, que agrega quem tem ou não uma crença, e são as emoções, sentimentos que norteiam nossa vida de relacionamento, conosco e com os outros, em casa e no trabalho”, citando o professor doutor Álvaro Avezum, médico cardiologista e diretor de Promoção e Pesquisa do instituto Dante Pazzanese, em “Definição de Espiritualidade e seus impactos na Saúde”.

Independente da vertente, a espiritualidade aumenta as possibilidades de tratamento para vários sofrimentos humanos. Esta abordagem sistêmica da integralidade na saúde, promovida pelas PICS, ainda reduz os custos de uma medicina mecanizada, com exames, medicamentos e procedimentos que a maioria da população não tem acesso, seja pela

falta de oferta do governo ou pelo alto custo.

O grande desafio na implementação destas práticas teria a ver com uma atitude dos profissionais da saúde caracterizada pela recusa em reduzir o usuário ao aparelho ou sistema biológico que supostamente produz o sofrimento e, portanto, a queixa desse paciente. Desta postura profissional corajosa e inovadora nasce a esperança do acolhimento humanizado da totalidade deste sujeito, garantindo a integralidade e boa prática da atenção à sua saúde. A inserção das PICS na formação acadêmica dos profissionais de saúde urge e deve ser estendida e proporcionada também na pós-graduação, garantindo a atualização e oferta continuada destas abordagens integrativas na atenção a saúde.

O reconhecimento de que o ser humano não pode ser resumido a um certo número de recortes patológicos está na base da noção de integralidade das PICS, as quais procuram preservar a totalidade do sujeito, evitando a sua segmentação e considerando-o na sua singularidade. As entidades formadoras devem incorporar estes conhecimentos na oferta de saberes, formando trabalhadores da saúde com visão ampliada e integral do ser humano.

Duas décadas após a aprovação pelo Conselho Nacional de Saúde da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares de Saúde, muito se conquistou na efetiva implantação destas praticas no SUS. Neste sentido o DF semeou e cultivou estas PICS e hoje observa o florescer da prática nos espaços institucionais da SES-DF, entendendo o desafio da disseminação acadêmica deste conhecimento, encontrando força e estímulo na partilha generosa dos seus frutos pelos seus praticantes.

Finalizando vale relembrar o humanista Sérgio Arouca, 2002, que alertava: “Nós fizemos a reforma sanitária que criou o SUS, mas o núcleo dele, desumanizado, medicalizado, está errado. Temos que entrar no coração deste modelo e mudar”. As PICS representam práticas amorosas “de tocar no coração desse modelo e mudar...”

Obrigado pela deferência de prefaciar este E-book, “As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: semear, cultivar, florescer e partilhar”, que segue na sua missão de estimular o olhar ampliado sobre o sujeito e sua saúde, apresentando instrumentos assertivos e diferenciados na promoção da integralidade da atenção, colaborando, debatendo, discutindo e aperfeiçoando, construindo assim o SUS democrático e participativo que sonhamos, queremos e merecemos ter.

Divaldo Dias Mançano

Homeopata

APRESENTAÇÃO

Este livro é fruto da terra que foi cultivada e semeada por muitas mãos, a partir de uma escrita coletiva cuidadosa, o qual primamos em apresentar o compartilhamento de experiências com as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS).

A ideia central é propiciar aos leitores, aos profissionais promotores da saúde e aos cuidadores do bem viver, a possibilidade de conhecerem algumas reflexões relacionadas as PICS na perspectiva da gestão, ensino e serviço. Ressalta-se a importância do protagonismo na produção de saúde.

Faz parte dessa escrita a coletânea de seis artigos, sendo este o segundo volume do livro na temática das PICS, publicado por esta editora.

No primeiro e segundo capítulos, semeia-se a terra a partir da gestão. Sob a sensibilidade poética, salienta-se o âmbito da institucionalização das PICS para que o cuidado e a qualidade na oferta possam ser mantidos à população de Brasília, Distrito Federal.

No terceiro, quarto e quinto capítulos, as sementes germinadas em terra fértil florescem por meio do conhecimento acadêmico. A partir da descrição sintética pertinentes ao ensino das PICS, traça-se um paralelo com a maneira de como o cuidado deve ser compreendido e estimulado aos profissionais de saúde durante a sua formação. Aponta-se algumas lacunas relacionadas ao ensino, pesquisa e extensão das PICS nas instituições de ensino superior do país.

O sexto capítulo, ousadamente, os autores destacam como o coração dessa obra. Depois da semente germinada e florescida é compartilhada por narrativas tecidas pelas vivências dos protagonistas, que buscam o seu cuidado, à sua forma de ser saudável e o seu bem viver com auxílio das PICS.

O solo fértil das PICS, assim como uma orquestra de refinadas melodias, apresenta um caminho de cuidado com base na sintonia e harmonia e mostra que cada um de nós pode trilhar por este caminho cuidando de si, do outro, da natureza, do planeta para melhor servir a humanidade.

Por onde trilharmos, desejamos espalhar as sementes das PICS!

Os organizadores.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

A GERÊNCIA DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS EM SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL,
PREPARANDO O SOLO PARA SEMEAR

Cristian da Cruz Silva

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1372301021>

CAPÍTULO 2..... 16

CENTRO DE REFERÊNCIA EM PRÁTICAS INTEGRATIVAS EM SAÚDE: O CULTIVO
DAS PICS NO DF

Adelyany Batista dos Santos
Aristein Tai-Shyn Woo
Carlos Alberto Camargo Campos
Cecília de Sousa Pereira
Isabele de Aguiar Bezerra
Jeyverson da Silva Ferreira
Joceilson Alves de Sousa
Marcos de Barros Freire Junior
Maria Luísa Alves da Costa

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1372301022>

CAPÍTULO 3..... 31

INSERÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE NA
FORMAÇÃO ACADÊMICA: FLORESCER O CONHECIMENTO NA GRADUAÇÃO

Ana Beatriz Duarte Vieira
Jaqueline de Freitas Ferreira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1372301023>

CAPÍTULO 4..... 40

A INSERÇÃO DAS PICS NA FORMAÇÃO ACADÊMICA: FLORESCER O CONHECIMENTO
NA EXTENSÃO

Silvia Ribeiro de Souza
Katiuce Dias

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1372301024>

CAPÍTULO 5..... 52

A INSERÇÃO DAS PICS NA FORMAÇÃO ACADÊMICA: FLORESCER O CONHECIMENTO
NA PÓS-GRADUAÇÃO

Mariana André Honorato Franzoi

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1372301025>

CAPÍTULO 6..... 62

ECO...ANDO – A PARTILHA DOS FRUTOS NAS TESSITURAS NARRATIVAS DOS

PROTAGONISTAS DAS PICS NO DF

Ana Beatriz Duarte Vieira

Aristein Woo

Jaqueline de Freitas Ferreira

Verônica Carneiro Ferrer

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1372301026>

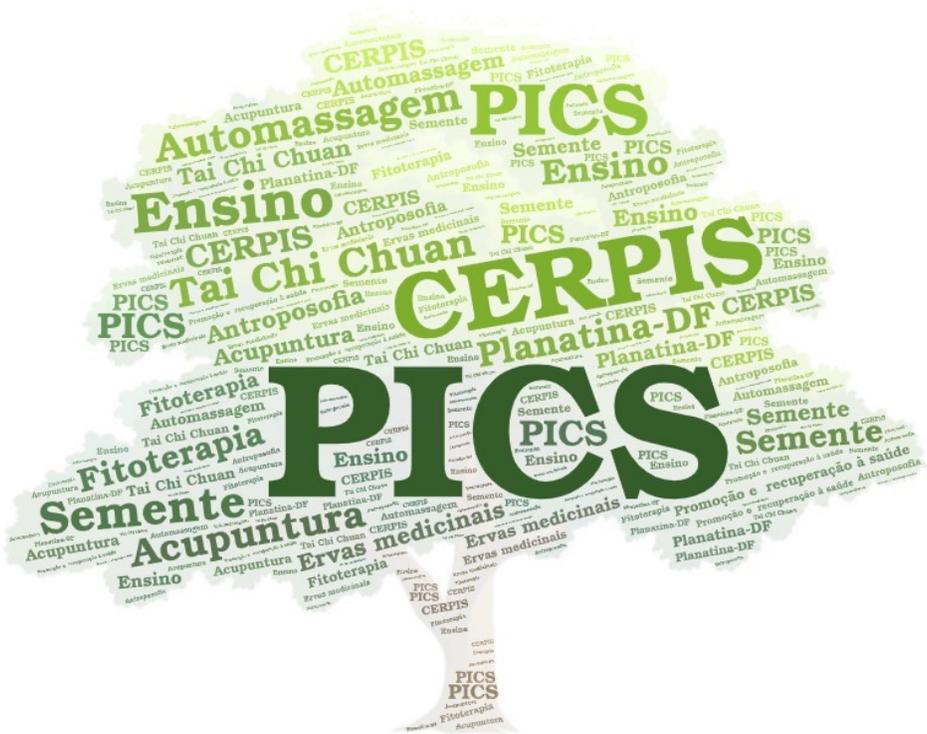
POSFÁCIO 76

ÍNDICE REMISSIVO..... 77

SOBRE OS AUTORES 79

PREPARANDO A TERRA E CULTIVANDO AS SEMENTES

Os artigos do capítulo 1 e capítulo 2 abordam o contexto da gestão das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no Distrito Federal.



ECO...ANDO – A PARTILHA DOS FRUTOS NAS TESSITURAS NARRATIVAS DOS PROTAGONISTAS DAS PICS NO DF

Data de aceite: 25/10/2022

Data da submissão: 05/08/2022

Ana Beatriz Duarte Vieira

Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília - Brasília, DF

E-mail institucional: bibiana@unb.br

E-mail alternativo: abd.vieira@gmail.com

CV: <http://lattes.cnpq.br/5624241625578485>

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0147-5641>

Aristein Woo

Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal. Brasília, DF

E-mail institucional: taichichuan.ses.gdf@gmail.com

CV: <http://lattes.cnpq.br/4887093953112608>

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-5957-2762>

Jaqueline de Freitas Ferreira

Hospital Santa Lúcia. Brasília, DF

e-mail pessoal: jaquefreitas.14@gmail.com

CV: <http://lattes.cnpq.br/8851727902941157>

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-0780-1818>

Verônica Carneiro Ferrer

Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal. Brasília, DF

E-mail pessoal: vf.reiki@gmail.com

CV: <http://lattes.cnpq.br/3582642452979147>

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-5753-2348>

RESUMO: Este artigo de natureza qualitativa e reflexiva tem como objetivo apresentar as narrativas dos protagonistas das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), do Centro de Referência em Práticas Integrativas em Saúde, da Secretaria de Estado da Saúde do Distrito Federal (CERPIS/SES-DF). A efetivação do processo de escrita compartilhada embasou-se na metodologia colaborativa, que se estrutura a partir de espaços abertos à escuta acolhedora e ao diálogo. Na produção dessa abordagem, seguiram-se etapas estruturantes e critérios para a tecitura da escrita colaborativa em torno do tema gerador do livro. Saliencia-se o protagonismo dos autores das cartas a partir de suas vivências, percepções, ensinamentos e aprendizagens da comunidade de PICS no CERPIS. Os frutos acolhedores ofertados pelas pessoas que compartilham ideias de estarem junto como opção preventiva e terapêutica na construção de uma vida saudável para o bem viver, simbolizam a relevância das PICS enquanto cuidado integral e suas relações com o espaço sócio-emocional-existencial dos saberes populares vivenciados no CERPIS. Espera-se que essa teia de narrativas subjetivas, emocionantes e referenciadas ao bem estar e qualidade de vida, construídos coletivamente com a escrita compartilhada de cartas, ecoem amorosamente nos territórios inter, intra e transpessoal dos que praticam as PICS como forma de autocuidado, cuidado com os outros e de bem viver.

PALAVRAS-CHAVE: Terapias Complementares. Narrativa Pessoal. Ambientes Apoiadores de Saúde. Autocuidado.

ECHO...ING – THE SHARING OF FRUITS IN THE NARRATIVE TEXTURES OF DF PICS’ PROTAGONISTS

ABSTRACT: This qualitative and reflective article aims to present the narratives of the Integrative and Complementary Practices in Health (ICPH) protagonists from the Reference Center for Integrative Practices in Health, of the Federal District Health State Department (CERPIS/SES-DF, in Portuguese). We based the effectiveness of the shared writing process on the collaborative methodology, structured by open spaces of welcomed listening and dialogue. With this approach, we followed structures and steps for weaving collaborative writing around the book theme. The letters authors’ protagonism shows their experiences, perceptions, teachings, and learnings, through the ICPH community at CERPIS. The welcoming fruits offered by people who share ideas of being together as a preventive and therapeutic option in the construction of a healthy life for living well symbolize the relevance of ICPH as comprehensive care and its relations with the socio-emotional-existential space of peoples’ knowledge experienced at CERPIS. We expect that this web of subjective, emotional narratives, referring to well-being and quality of life, collectively constructed with the shared writing of letters, will lovingly echo in the inter, intra, and transpersonal territories of those who practice ICPH as a form of self-care, care with others, and living well.

KEYWORDS: Complementary Therapies. Personal Narrative. Supportive Health Environments. Self-care.

1 | INTRODUÇÃO

“No final nosso propósito é
a harmonia e o bem estar social e comunal.

Ubuntu significa:
sou humano porque eu pertenço,
eu participo,
eu compartilho.
Eu sou, porque você é”
Desmond Tutu

Este capítulo se propõe apresentar a escrita compartilhada elaborada pelos praticantes das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), realizadas no Centro de Referência em Práticas Integrativas, vinculado à Secretaria de Estado da Saúde do Distrito Federal (CERPIS/SES-DF).

Apoiada na metodologia colaborativa - que se estrutura a partir de espaços abertos à escuta acolhedora e ao diálogo - traz registros de vivências narradas pelos praticantes de PICS no território, localizado na Região Administrativa de Planaltina, cidade mais antiga do DF (BOJER et al., 2010).

Este processo surgiu por meio de etapas acordadas com os **autores das cartas** – grifo nosso – que envolvem alguns princípios essenciais ao atendimento à proposta metodológica. O grupo de organizadores deste livro, teve como propósito apresentar as narrativas dos protagonistas de PICS por meio das histórias vivas tecidas no processo singular, embora experienciada na dimensão concreta da coletividade. Para produção deste enredo, etapas estruturantes foram seguidas a fim de ocasionar a materialização deste capítulo em torno do tema gerador do livro.

Por tal, foram extraídas as percepções, ensinamentos e aprendizagens codificadas pelo coração das pessoas que fazem parte da comunidade de PICS no CERPIS. Pessoas que compartilham ideias de estarem junto como opção preventiva e terapêutica na construção de uma vida saudável para o bem viver.

É no registro das memórias inspiradoras que os **autores das cartas** serão eternizados em breves apontamentos acerca da importância das PICS e do CERPIS como trajetórias à saúde e ao cuidado partilhado por frutos acolhedores que reverberam vozes por onde andarem, ECO...ANDO...

2 | TECITURAS DE NARRATIVAS DOS PROTAGONISTAS DAS PICS NO DF



Anita **Antônio Pedroso**, natural de Cristalina GO, nascida dia 26/12/1970, moradora de Planaltina DF desde os 2 anos de idade. Realizo as práticas há aproximadamente uns 20 anos. Sempre busquei praticar alguma atividade que unisse corpo e mente e no CERPIS encontrei automassagem, momentos de interação entre as pessoas e busca da saúde. Em alguns momentos fui mesmo sentindo-me cansada, desanimada, mas ao receber um “Bom Dia”, ao iniciar a prática, ao ver o sorriso dos participantes e do Dr Marcos, sentia uma energia que sempre me motivava a querer participar e aprender cada vez mais a cuidar da minha saúde sem recorrer às farmácias, tomando xarope de ervas para fortalecer a imunidade. Um momento que me marcou muito e que tenho uma doce lembrança foi a Semana de Saúde Integral, momento de muito aprendizado e integração. Quando saboreie pela primeira vez o chá, achei tão estranho, sem açúcar, acostumada a tomar chá com açúcar, aos poucos fui aprendendo a sentir o cheiro e saborear o gosto do chá, prática que passei a fazer em casa. Quando criança aprendemos a saborear o gosto dos alimentos, mas, aos poucos, isso vai se perdendo ao acrescentarmos muito sal e açúcar aos mesmos. Estou aprendendo a sentir o sabor natural dos alimentos e o CERPIS me ajudou nessa prática natural. O Tai Chi Chuan que praticava com a Fátima e Graça e agora com o Dr. Aristein, que parece flutuar em tamanha perfeição em seus movimentos, me ajuda a me concentrar mais. Lian Gong, com Dr. Marcos, prática que aprendi a respirar mais, me concentrar e trazer para o dia a

dia, essa concentração e observação do que estou fazendo, tem me ajudado muito nesses tempos de correria, medos, pandemia, o caminho que nosso país está atravessando... tudo o que está acontecendo. São nas práticas que renovo minhas energias para seguir em frente com sorriso nos lábios, mesmo de máscara, e com o brilho no olhar. Sou uma divulgadora das práticas, sempre estimei novas pessoas a participar, praticar e descobrir os benefícios que traz para nossa saúde. Meu muito obrigada ao CERPIS por sempre incentivar e estimular as pessoas a ter melhor qualidade de vida!!!!



Maria Celma Antonio Pedroso, natural de Formosa/GO, nascida em 08/10/1952, moradora de Planaltina/DF desde os 9 anos de idade. Em meados de 1982, comecei a participar da palhoça onde fazia acupuntura com Dr. Marcos. Tive muitos benefícios, tinha muita insônia e dor de cabeça, que foram amenizando com a acupuntura. Participava da automassagem na roda, onde repetíamos os movimentos e massageávamos as costas uns dos outros. Momento de alegria e busca de saúde. Aprendi, através da automassagem, a fazer os exercícios e repeti-los em casa para aliviar as dores e tensões. Me lembro dos chás e xaropes feitos para distribuir para as pessoas. Sempre colaborei com açúcar e trazia o xarope para casa, para mim e minha família. Laya Yoga, momento de relaxamento, gostei muito da prática. Tai Chi Chuan e Lian Gong, práticas da medicina chinesa que me ajudaram na concentração e respiração. Sempre participei e gostei muito das práticas, me proporcionando mais saúde e novas amizades.



Meu nome é **Maria da Conceição Silva Santana**. Sou natural de Barreiras (BA). E desde 1973 moro em Planaltina-DF. Há dois anos realizo as PICS... No ano de 2020, eu passei por um surto de ansiedade, pois minha filha caçula estava grávida, passando por uma gestação de alto risco. O medo era constante de perdê-la e de perder o bebê. Nesse período doloroso, procurei o PICS, no qual pude encontrar apoio psicológico e orientações. Desde então venho praticando as atividades propostas, que se apresentam com bons resultados para o meu caso, inclusive me ajudando muito no aumento de qualidade de Vida. Superei o trauma, minha filha está bem, vindo somar-se a minha família um lindo netinho. Sou grata e agradecida ao PICS pelo apoio e orientações recebidos naquele momento de angústia. Se há uma planta que me representa, esta seria o girassol, ele sempre procura a luz, assim como eu.



Maria das Graças Araujo, Natural de: Paraíba PB DN: 14/09/65
Quanto tempo realiza PICS: 20 anos. Sou enfermeira da SES/DF, aposentada há 02 anos. Conheci a fitoterapia do CERPIS há mais de 20 anos, desde então passei a utilizá-la no meu trabalho e na minha família. Observei que esses medicamentos tinham uma ótima aceitação pela comunidade e apresentavam excelentes resultados. Alguns anos depois fiz um curso de Shantala pela SES/DF e comecei a praticar no Centro de Saúde onde trabalhava, meus filhos

também puderam usufruir dessa maravilhosa massagem terapêutica. A cada dia eu me interessava mais pelas PICS. Em 2007 conheci o Mestre Moo Shong Woo numa vivência em Tai Chi Chuan, resolvi então fazer um curso de formação para conhecer mais dessa arte milenar pela qual estava, posso dizer, encantada. Em 2010, buscando compartilhar esse conhecimento fui trabalhar no CERPIS, lá encontrei um ambiente e uma equipe ideal que me possibilitou dividir com outras pessoas esse presente que o Universo havia me concedido. As PICS são ferramentas surpreendentes, à medida que eu ensinava, eu ia apreendendo, adquirindo autoconhecimento e evoluindo no autocuidado. A experiência de trabalho em grupo com as PICS é muito enriquecedor e tem grande poder curativo e de promoção da saúde. Como diz o meu querido Mestre Woo: Tem que cultivar o corpo, a mente e o espírito! Estou me recuperando da Covid 19, faço um pouco de Tai Chi Chuan para melhorar a respiração. Meu corpo já conhece o caminho, quando entro na postura sinto alegria e gratidão! Tudo isso me faz crer que as PICS são grandes aliadas na busca pela saúde e qualidade de vida.



Marise Jardim. Apesar de sempre ouvir falar do CERPIS, desde o antigo CEMA, foi somente em 2006 ou 2007 que, junto com os Amigos do Centro Histórico, tive a oportunidade de compartilhar atividades conjuntas num evento na Pracinha do Museu, denominado “Viva à Praça, Viva! Para chamar a atenção da cidade para a praça, os casarões do lugar e a necessidade de integração entre instituições afins para a realização de eventos e divulgação dos mesmos. Nesse dia eu organizei uma mostra de cinema num dos casarões da praça.

A partir dessa atividade surgiu uma parceria produtiva. Realizamos então, por 4 anos a mostra dos filmes premiados do Festival Internacional de Cinema e vídeos ambientais de Goiás, juntando todas as instituições ligadas diretamente a questão do meio ambiente: CERPIS, Amigos do Centro Histórico, UnB, IFB, Estação Ecológica de Águas Emendadas, Ação Esperança e Rádio Utopia. Participei como voluntária no CERPIS na realização do painel de mosaico com os objetivos do milênio, na parede do prédio do CERPIS. Uma atividade coletiva, envolvendo outros voluntários e alguns pacientes em tratamento na

unidade. Pessoalmente, conhecendo mais o centro participei muitas vezes das sessões de automassagens, fiz tratamento fitoterápico, algumas aulas de Tai Chi, Laya Yoga e, ultimamente, fiz tratamento com acupuntura. Minha filha também se beneficiou com sessões de terapia com a psicóloga durante todo esse tempo. As ervas medicinais e a arborização do espaço precisam receber maior atenção, visto que foi a origem e que tudo isso faz parte de um grande laboratório de futuro. É uma grande riqueza ter e poder contar sobre essa atividade do HRP - Hospital Regional de Planaltina. Muita Gratidão por todos que resistiram e contribuíram para que essas práticas acontecessem e tivessem ao alcance de todos, principalmente da população tão carente da cidade.



Meu nome é **Rejane Araújo de Oliveira**, sou natural de Santa Rita – PB. Moradora do Setor Residencial Leste de Planaltina – DF. Aos quatro anos, descobri a magia do alfabeto. Minha mãe tinha umas caixas de papelão com letreiros, eu perguntava o nome das letras, e quanto mais ela respondia, mas aguçava a minha curiosidade. Tomei gosto pelas palavras — através da leitura e depois da escrita. A primeira vez que estive no CERPIS, há 25 anos, em consulta com a Dra. Maria Luiza, fiquei grata com o atendimento e com a descoberta dos Florais de Bach. Eles tiveram um papel importante no tratamento de toda minha família ao longo dos anos. Recentemente, fiz dois cursos na área de terapia floral. Em 2014, retornei ao CERPIS, a convite da enfermeira Maria das Graças que ensinava Tai Chi Chuan. Lá conheci a terapeuta Regina Ester e a Terapia Artística ligada à Antroposofia. Nessa época, tomava antidepressivo e fazia tratamento para fibromialgia. Eu trabalhava na Secretaria de Educação como arte-educadora. Estava prestes a aposentar e vivia um estresse crônico que se refletia principalmente no corpo. No CERPIS percebi a dimensão das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) na promoção e recuperação da saúde. Descobri que era prazeroso fazer exercícios ao ar livre, em convívio com a natureza. Na Terapia Artística, entrei em contato com meus sentimentos. Aprendi a me expressar através da arte e a desenvolver cada vez mais a criatividade. A cada trabalho realizado, vislumbrava um pouco dos meus processos internos, observava padrões de comportamentos. As linhas, as cores, as formas, os volumes me faziam enxergar para além das obrigações cotidianas — despertavam um olhar para dentro. Depois dos trabalhos executados, o grupo conversava, avaliava e surgia novos insights. Foi um caminho de muitas descobertas. A partir da sugestão de Regina fiz especialização em Arteterapia e Expressões Criativas no Instituto Junguiano de Ensino e Pesquisa (IJEPE). Aprofundi-me no estudo da psicologia analítica, da arte como ferramenta terapêutica, dos sonhos e dos contos da cultura popular. Além disso, passei a escrever de forma regular. Canalizei a dificuldade de expressão dos sentimentos para a arte e a poesia. Aprendi, nos encontros com Regina, às sextas-feiras, a

não engolir sapos, estabelecer limites e preservar meu espaço emocional. Em decorrência, tomei decisões importantes para preservar minha saúde mental. No segundo ano de Terapia Artística, parei de tomar antidepressivos e melhorei consideravelmente da fibromialgia. A partir do conhecimento dos gatilhos que agravavam a doença, aprendi a conviver com ela de uma forma bem menos dolorosa. Paralelo ao grupo de terapia, fiz Tai Chi Chuan, Lian Gong, Reiki, acupuntura, massagem rítmica e Auriculoterapia. Participei de diversas oficinas, dentre elas, a de confecção da boneca Abayomi. Olhando esse percurso, percebo o quanto são importantes o CERPIS e as PICS na minha vida. A população de Planaltina tem um espaço privilegiado de cuidados de saúde, com profissionais comprometidos. Um lugar de respeito à diversidade, às práticas ancestrais, à natureza e seus ritmos. E para concluir: A vida é um rio no qual navego meu coração brincante. Em cada curva, encontro-me com o mistério dos que se lançam à aventura de pisar nesse solo sagrado, dos que com olhos de criança descortinam a poesia do viver!



*Eu sou **Valmira - raízes**. Meu nome completo é: **Valmira Bernardina de Paula**, sou natural de Inhumas - Goiás. Moro atualmente em Planaltina-DF.*



Minha mãe, a minha fonte de ensinamentos sobre chás que curam, e as rezas e benzeções.

Carta ao CERPIS, VALMIRA-raízes. Conheci as Práticas Integrativas em 1995. Desde então ela faz parte do meu cotidiano. Aqui no CERPIS em Planaltina-DF, encontrei minha identidade cultural e apoio nos momentos em que minha saúde estava bastante abalada. Fiz tratamento terapêutico com as psicólogas, usei medicamentos fabricados com plantas medicinais cultivadas aqui na horta do CERPIS. É reconfortante encontrar os coordenadores e os frequentadores das atividades. Reconheço como uma riqueza poder contar com esse espaço cheio de carinho e com as pessoas às quais admiro e respeito.



Eu **Adolfo Moreira dos Santos** estou escrevendo esta carta para contar como tem sido minha experiência com o CERPIS. Conheço o projeto desde 2018 quando dei início as atividades que eram diferentes das atuais, logo de início percebi uma grande diferença em minha saúde física e mental. Hoje contamos com atividade diferenciadas, profissionais qualificados e praticantes excelentes. Sou grato pela oportunidade de poder fazer parte desse projeto que tem ajudado dia após dia através da mudança da minha saúde, circulação, disposição e entretenimento. Os profissionais junto com a turma formam mais oportunidade de aliar o convívio social com as práticas essenciais a qualquer ser humano. Como um idoso com 86 anos sempre fui muito bem atendido e tive a oportunidade de melhorar consideravelmente minha saúde física do CERPIS, esse projeto é essencial para as comunidades como forma de conscientizar e tornar as pessoas praticantes de atividade físicas. Agradeço ao projeto cujos profissionais estão sempre movidos a nos deixar a vontade e saudáveis. Eu como pioneiro reafirmo meu apoio para o centro que tem mudado consideravelmente meu bem-estar diário. Obrigado. Adolfo Moreira dos Santos



Sou **Mariloni Maldoner Bolensiefer**, nascida no dia 14/09/54 em Selbach-RS. Moro atualmente na Quadra 5, Conj. D - casa 19, Vila Buritis, Planaltina-DF. Meus pais tiveram 15 filhos e precisei trabalhar cedo para ajudá-los. Casada com Pedro Erni Bolensiefer desde 1981, quando viemos morar no Goiás e tivemos 2 filhos. Quando chegou a época de eles irem para o colégio, passamos a morar de aluguel em Planaltina-DF, porque Goiás ficava muito longe de onde compramos nossa chácara no Núcleo Rural Pipiripau II, Planaltina-DF. Continuei meus estudos na enfermagem para morar com meus filhos e não os deixar sozinhos. Completei o curso de auxiliar de enfermagem no Sena Aires de Formosa por 1 ano e meio e posteriormente, complementar o Técnico de Enfermagem onde consegui ser chamado no contrato para trabalhar no HRP por 8 anos. Em seguida trabalhei no Lar do Idoso (Crevim) em Planaltina por 6 anos. Nesta época, fiz a inscrição para outro contrato no HBDF por 2 anos e trabalhei na UTI do 4º andar até meus 62 anos e consegui me aposentar. Um dia encontrei com a Rosane, que hoje trabalha no CERPIS e me convidou para participar da automassagem com o Dr. Marcos e Dr. Estênio, onde fui muito bem recebida. Depois chegou a pandemia. Tudo se estabilizou por 2 anos e quando foi em fevereiro novamente a Rosane me avisou, que as atividades físicas haviam retornado nas terças e quintas-feiras com o Dr. Marcos e Dr. Estênio, para poder continuar na automassagem onde estou muito grata e me sinto muito feliz em participar de grupos sobre os chás e outros assuntos interessantes e fazer muitos amigos.



Eu, **Raimunda Ledes**, com grande sentimento de gratidão, escrevo estas poucas linhas, para demonstrar todo o meu carinho para com os idealizadores, executores e toda a comunidade participante das atividades do Centro de Referência em Práticas Interativas em Saúde. Em 2007, em consulta com a Dra. Maria Luiza, onde passava por um processo de readaptação profissional, fui apresentada às atividades e desde então faço Tai Chi, com o Dr. Aristen e outras atividades com Dr. Marcos e outros profissionais. Durante a pandemia, senti muita falta dos exercícios ao ar livre e sempre que podia repetia aqueles que aprendi. Os exercícios melhoram a respiração, dá disposição para as atividades diárias, auxilia no controle emocional e interação com os grupos, entre tantos outros benefícios. Minha mãe está passando por processos depressivos e de ansiedade; foi convidada a acompanhar as atividades e com sua aceitação, tem comparecido às atividades e tenho observado que apresenta boa resposta às propostas. Nossa família passou por momentos difíceis, durante a pandemia. O irmão Ronivon foi submetido à cirurgia de nefrotomia e foi retirado um rim, passou cinco meses na UTI e ficou surdo por ototoxicidade. Depois deste período teve diagnóstico de que não iria se locomover. Mas com a graça de Deus, recebeu alta, chegou em casa, com balão de oxigênio, com uso de fraldas e uso de cadeiras de rodas. Após uma frase usada por ele: “me sinto num deserto, não escuto som nenhum”; aos poucos foi se recuperando e também tenho levado para as práticas e ele declara que sente uma paz muito grande quando está lá na roda interagindo com a natureza e com as pessoas, mesmo sem poder escutar. É um momento muito prazeroso para toda a família participar das atividades. Estas conquistas são de grande valia. Só tenho a agradecer ao esforço e dedicação de todos envolvidos no CERPIS.



Sou **Celia Pinto**, natural de Santo Ângelo-RS, moradora de Planaltina-DF, há 7 anos pratico as PICS. Sou professora, alfabetizadora, artista plástica e artesã. É agradável e salutar ter acesso a tão importantes Práticas de Saúde, neste Centro de Referência, em Planaltina-DF. Na minha longa trajetória tive experiências boas e sofridas: passei por três cirurgias de coluna com enxerto, estive em cadeira de rodas, fratura da escápula, ruptura de tendão – ombro direito e algumas quedas sérias. O lado bom é que sempre contei com bons médicos e ótimos tratamentos e superei... Melhor ainda, agora nos meus 85 anos, tenho o privilégio de rejuvenescer nesta Academia tão solidárias e humanizada, que me acolhe e a todos, com gentileza, sorrisos e dedicação oferecendo múltiplas oportunidades como: Acupuntura – equilíbrio e cura; Laya Yoga – meditação e relaxamento; As Benzedoiras – com seus saberes e ancestralidade; As oficinas – somando

conhecimento e ideias; as plantas medicinais – descoberta e aprendizado tão simples e benéfico. O chá abençoado e natural. O atendimento psicológico – o respeito e alegria. A competência dos Administradores, Instrutores, Coordenadores e Servidores, que com sabedoria dão brilho ao CERPIS. Sou gratíssima pelo aprendizado e proveito pessoal nesta ditosa Academia da Saúde, que abrange plenamente, o Ser Humano que é Biológico, Psicossocial e Espiritual!



Me chamo **Regina**, sou uma das admiradoras e usuária das práticas integrativas, que são ofertadas pela academia de saúde conhecido como Cerpis. Particpei de quase todas as atividades aqui ofertadas, tanto eu como toda minha família. Acupuntura, com Doutor Aristen; Auriculoterapia e Layoga com Rosane; TRE com Jeyverson; Automassagem com Aristen e Marcos; Psicóloga Doutora Maria Luiza; Constelação Familiar com Elaine e Joaquim; Benzeduras com o grupo de Benzedoras de Brasília. Sou usuária dos medicamentos fitoterápicos, feitos pela equipe de técnicas e Doutora Isabelle. Sinto muitas saudades de algumas práticas que ainda não podem ser praticadas. Tem sido muito gratificante participar de todas essas práticas para meu equilíbrio mental e físico. Por fim, mas não menos importante gostaria de agradecer o empenho de toda equipe pelas decisões. Meus profundos agradecimentos.



D. Mariinha. Falar do CERPIS é um prazer enorme. Sou beneficiada com a automassagem, acupuntura, palestras e festas comemorativas. Tudo em um ambiente gentil e acolhedor. Com Dr. Claudio Menezes e Dr^a Maria Luiza, implantamos o bordado terapia para pessoas que estavam em tratamento depressivo onde fui instrutora do bordado. Foi gratificante ensinar essas pessoas que tiveram tanta vontade em aprender. Foi um sucesso! Gratidão CERPIS por ter me permitido ajudar. Com carinho e respeito, Mariinha.



Meu nome completo é **Macilenia** Francisca de Lima, nasci em Morzalândia – GO em 14 de setembro de 1965, moro na Quadra 05, Conj. A Casa 52 – SRL (Vila Buritis) – Planaltina -DF. Conheci as práticas integrativas há 28 anos e as pratico há 8 (oito) meses. Não tenho habilidades manuais. Sou muito organizada e prática. Prezados colaboradores do CERPIS. Há cerca de 20 anos atrás minha mãe

frequentava o “postinho”, tinha automassagem, acupuntura e atividades ocupacionais como bordado, crochê e muito mais. Quem cuidava da parte da acupuntura era o Lúcio Lino fisioterapeuta e Dr^a Ana Lucia que buscava o bem estar dos idosos. Minha mãe até chegou a viajar para Caldas Novas numa excursão organizada pela Dr^a Ana Lucia. Era Deus no céu e a Dr^a na Terra, era muito atenciosa, ajudou muito a melhorar a qualidade de vida por meio da medicina geriátrica e integração ocupacional. Pois bem, há 3 anos minha mãe se foi aos 82 anos de idade. Em setembro de 2021 comecei a ficar em casa e me lembrei das atividades do “postinho” que minha mãe tanto falava e gostava. Resolvi fazer uma visita e saber se ainda existiam as atividades. Para minha surpresa ainda aconteciam a automassagem e acupuntura, agora com novos colaboradores. Pois bem, comecei a participar. E gostei muito. Agora com um nome mais técnico-científico CERPIS (Centro de Referência de Práticas Integrativas à Saúde). Dr. Marcos Freire, além de um ser humano caridoso é um excelente profissional e tem muita paciência com seus “idosos”. É o chefe do CERPIS e responsável pela automassagem e práticas orientais. Temos acupuntura com Dr. Aristen. Auriculoterapia com a Rosane, TRE com o Jeyverson. Psicologia e palestras de autoconhecimento com a Dr^a Ana Luiza, ainda temos a farmácia de plantas medicinais, além dos profissionais que recepciona a todos com muita atenção e carinho (Zilma, Cecília e Edileuza). Realmente temos uma Academia da Saúde. Tenho lombalgia, hérnia de disco na lombar e na cervical com fortes dores. Depois que comecei a fazer todas as atividades de forma integrada, o conjunto da automassagem, exercícios orientais, acupuntura, auriculoterapia além da medicina natural, minhas dores reduziram muito. E mesmo ainda sentindo algumas dores, agora a intensidade é bem leve e não deixo de fazer minhas atividades domésticas. Antes das práticas as dores eram tão intensas que ficava até sem caminhar, de cama. Hoje estou bem melhor, participei durante 5 meses ininterruptos e como voltei a trabalhar estou ausente, mas faço as atividades que aprendi em casa e tem dado resultados. Antes eu tomava alguns remédios como arcoxia, celebra e muitos outros, todos para dores na coluna e já tem uns 8 meses que não tomo remédio pra dor. E hoje, pratico o que já ouvi: “Remédio quanto menos, melhor e exercícios-atividades físicas, quanto MAIS, melhor”. Agradeço a todos pela oportunidade e tudo que aprendi. Às vezes eu comparecia ao CERPIS, só pra conversar, pois sempre encontrei pessoas amigas. Além de fazer bem para o corpo, faz muito bem para a alma. Obrigada. Abraços a todos (Dr Marcos, Aristen, Ana Luiza, Rosane, Zilma, Cecília, Edileuza e Jeyverson) e todos os demais que não me lembro o nome.



Necy e a Mirra – O Centro de Práticas Integrativas de Saúde CERPIS foi (im) plantado em Planaltina em 1983, pelas mãos do Dr. Carlos Alberto Camargo Campos. Pequenas mudas de plantas medicinais deram origem a um horto que foi sutilmente chamando a atenção das pessoas que passavam pelo local. Tais pessoas, comentavam sobre a eficácia das ervas no tratamento de várias patologias. A partir de então, iniciou-se uma troca de experiências sobre plantio, conservação e uso das ervas. Decorridos dois anos, veio para o CERPIS – Planaltina, o

senhor Reinaldo Lordelo, conhecedor profundo dos benefícios das ervas; juntamente com ele começa a trabalhar também o Dr. Jean Cleber (K) cultivando e distribuindo ervas para a comunidade que buscava no CERPIS, recursos saudáveis para o tratamento e manutenção da saúde. Em 1986 a Dra. Leonita Guimarães iniciou o atendimento homeopático no ambulatório e a Dra. Jacira atendia na Zona Rural de Planaltina, antes, porém, fazia a prática da Unibiótica. Foi no ano de 1989 que a Acupuntura veio para o CERPIS – Planaltina através do Dr. Marcos Freire e tornou-se a “prata da casa”. No ano seguinte, ele começou a prática da Automassagem “ouro da casa”, que até hoje traz grandes benefícios para a saúde da comunidade. Em 1999, o Dr. Marcos Freire afastou-se do CERPIS e retornou em 2008, período em que o pediatra Dr. Cláudio Verneck assumiu a gerência do CERPIS – Planaltina. Os atendimentos ambulatoriais oferecidos à comunidade eram: psicologia com a Dra. Maria Luiza, pediatria com a Dra. Verônica e psiquiatria com Dr. Flávio. Posteriormente a Dra. Alaíde veio para o CERPIS – Planaltina com atendimento homeopático. Entre 1995 e 1998 houve atendimento ambulatorial com a Dra. Denise Franco, que atuou com base na Medicina Antroposófica, deixando um legado que se materializou no CERPIS durante alguns anos com as Oficinas Comemorativas de Época: Verão – Natal, Outono – Páscoa, Inverno – São João, Primavera – Micael. Essas comemorações aconteceram com especial apoio dos antropósofos: Alba Lucy, Denise Franco, Eunice Leal, Leonardo Figueiredo, Marisa Manccini, Regina Esther e outros. Atualmente o Laboratório funciona precariamente no CERPIS, onde são manipulados xaropes, tinturas, pomadas e soluções. Nesse laboratório, uma equipe de profissionais prepara as ervas para serem entregues secas à comunidade, assim como são distribuídas também ervas frescas. Em 1997, o CERPIS Planaltina recebeu a visita do Mestre chinês Liu Pai Linz que pessoalmente conduziu a automassagem e logo após partilhou sua sabedoria, proferindo uma palestra sobre “Preservação da Saúde”. Durante vários anos consecutivos, aconteceram no mês de junho os Encontros de Saúde Integral. Em um desses encontros, estava presente a professora do Instituto de Saúde Mental do Riacho Fundo, Soraya Terra Coury que gentilmente realizou com os participantes do Encontro, uma Dança Circular com a canção Menousis. A partir de então o Dr. Marcos Freire encerra as sessões de Automassagem com uma Dança Circular. Em 2011, o Dr. Aristen Woo chegou para reforçar e garantir as Terapias Alternativas com Automassagem e Acupuntura. O horto medicinal, a estufa, a tenda, a pista, os canteiros,

as árvores enfim, todo o ambiente do CERPIS emana saúde e bem estar. A comunidade sente-se grata ao Dr. Marcos, Dr. Aristen, à Dra. Maria Luiza e aos demais funcionários do CERPIS – Planaltina que com dedicada profissionalidade disponibilizaram tempo e paciência para com as dificuldades e equívocos que são amenizados e até superados, devido ao tratamento grandemente humano recebido do CERPIS – Planaltina. Outra atividade de relevante importância, que acontece periodicamente no CERPIS – Planaltina fica a cargo das benzedeadas. O BEM(DI)ZER renova as esperanças, amplia a confiança e conseqüentemente a qualidade de vida. Ao final de cada encontro ou prática no CERPIS – Planaltina é servido um delicioso chá, preparado com as ervas cultivadas no horto medicinal. O CERPIS – Planaltina, frequentemente recebe visitas de estudantes de medicina, enfermagem e também do Ensino Médio e demonstram interesse pelas práticas oferecidas. Que muito em breve o espaço do CERPIS possa ser restaurado e oferecer todos os serviços terapêuticos de forma a contemplar servidores e usuários! Atualmente o CERPIS – Planaltina oferece as seguintes terapias à comunidade: Acupuntura, Arte Sã (trabalhos manuais de bordado, crochê, tricô, costura, tinturaria e outras habilidades manuais), Constelação Familiar, Fitoterapia, Hatha Yoga, Laya Yoga, Mutirão de cuidados com o Horto Medicinal, Práticas da Medicina Chinesa (Automassagem, Lian Gong e Tai Chi Chuan), Psicologia individual, Técnica de Redução de Estresse, Terapia Floral (grupo de autoconhecimento. Saúde e longevidade aos servidores e usuários do CERPIS – Planaltina!

3 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

As sementes das PICS no DF foram lançadas em território fértil. Seus frutos acolhedores e perenes, simbolizam a relevância das PICS enquanto cuidado integral nas relações com o espaço sócio-emocional-existencial dos saberes populares vivenciados no CERPIS. O protagonismo dos **autores das cartas** na construção dessa teia de narrativas subjetivas, emocionantes e referenciadas ao bem estar e qualidade de vida, ecoam amorosa-mente nos territórios inter, intra e transpessoal dos que praticam as PICS como forma de autocuidado, cuidado com os outros e de bem viver.

Essa singular tecitura de narrativas apresentada neste capítulo, aponta a importância das PICS e do CERPIS como trajetórias à saúde e ao cuidado partilhado e dá voz ao saber-fazer-cuidar da comunidade de Planaltina-DF.

Nesse resgate de memórias afetivas e protagonismo social, resgata-se o arar de terra fértil, o plantio e a colheita de frutos salutares em todos os âmbitos da saúde e educação popular, construídos a partir de tecidos vivos que no DF continuam ECO...ANDO.

REFERÊNCIAS

BOJER, M. M. *et al.* **Mapeando diálogos**: ferramentas essenciais para a mudança social. Rio de Janeiro: Instituto Noos, 2010.

POSFÁCIO

Estimados leitores,

Essa obra é uma coletânea de seis artigos de autores de distintas áreas da saúde que atuam com as PICS no sistema de saúde do Distrito Federal e em instituição de ensino superior. Os textos apontam reflexões acerca das PICS nas relações da gestão, ensino e assistência sob diferentes possibilidades na busca pela promoção da saúde, do cuidado e da melhoria da qualidade de vida das pessoas que as praticam.

Escutar as vozes dos praticantes das PICS, por meio das suas maravilhosas narrativas, tem um enorme brilho e um grande valor nessa obra!

Autores

ÍNDICE REMISSIVO

C

CERPIS 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 37, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73

E

Estratégias metodológicas 37

Extensão 31, 37, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 55

F

Formação 5, 6, 11, 15, 18, 20, 29, 31, 32, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 42, 43, 44, 45, 47, 48, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 65

Formação acadêmica 31, 32, 35, 38, 52

Frutos acolhedores 61, 63, 73

G

GERPIS 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 37

Graduação 31, 34, 35, 36, 37, 44, 46, 49, 52, 54, 55, 56, 57, 59

H

Histórias de vida 17, 18, 19, 20, 29

I

Identidade Visual 13, 14

Inserção 31, 34, 36, 38, 39, 40, 43, 44, 47, 49, 52

Interinstitucional 1, 9, 37

Intersetorialidade 1, 8, 9

M

Matrizes curriculares 36

Metodologia colaborativa 61, 63

Modelo de atenção à saúde 32, 35

P

Patogênese 32, 35

PICS 1, 10, 14, 15, 16, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 41, 42, 44, 45, 46, 47, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 69, 73

Plantas Medicinais 16, 18, 27, 40, 41, 45, 46, 47, 50, 54, 67, 70, 71, 72

PNPIC 14, 31, 33, 41, 48, 53, 54, 56, 58, 59

Pós-Graduação 35, 36, 37, 52, 54, 55, 56, 57, 59

Práticas Integrativas 1, 2, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 26, 30, 31, 33, 34, 37, 38, 39, 40, 41, 45, 46, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 56, 58, 59, 60, 61, 62, 66, 67, 70, 71, 72

Práticas Integrativas e Complementares em Saúde 31

Práticas integrativas em saúde 1, 9, 16, 26, 45, 50, 53

S

Salutogênese 11, 33, 39

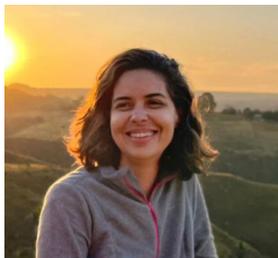
Saúde Integrativa 1, 5, 8, 9, 11, 12, 36

SUS 7, 12, 14, 15, 18, 30, 33, 35, 36, 38, 40, 41, 42, 48, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59

T

Tessituras Narrativas 61

SOBRE OS AUTORES



ADELYANY BATISTA DOS SANTOS - Assistente social, servidora da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal. Especialista em Administração de Projetos. Especialista em Educação e Saúde. Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade de Brasília. Facilitadora de Práticas Integrativas em Saúde. Facilitadora de Metodologias Colaborativas na abordagem da Art of Hosting. E-mail pessoal: adelyany@hotmail.com CV: <http://lattes.cnpq.br/2653236614729567> ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-6554-1471>



ANA BEATRIZ DUARTE VIEIRA – Enfermeira. Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília. Doutora em Bioética pela Cátedra Unesco de Bioética da Universidade de Brasília. Foi Coordenadora Técnica da Meditação na Gerência de Práticas Integrativas em Saúde da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal. E-mail institucional: bibiana@unb.br CV: <http://lattes.cnpq.br/5624241625578485> ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0147-5641>



ARISTEIN WOO - Graduado em medicina pela Universidade de Brasília, com especialização em acupuntura por essa instituição, formado em Atividade Física Terapêutica Instituto Latinoamericano de Actividad Física Terapêutica. É médico acupunturista da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal, onde também exerce a função de Referência Técnica Distrital de Tai Chi Chuan. E-mail institucional: aristein.tay@saude.df.gov.br ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-5957-2762> CV: <http://lattes.cnpq.br/4887093953112608>



CARLOS ALBERTO CAMARGO CAMPOS - Nascimento 17 de agosto de 1952, Jundiaí, São Paulo. Graduação em Medicina, Universidade de Brasília, ano de obtenção 1978. Atuação Profissional: Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal, início 1977, aposentadoria 2014; Secretaria de Estado da Saúde do Distrito Federal, início 1980, aposentadoria 2011. E-mail pessoal: campcs@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7082-9883> CV: <http://lattes.cnpq.br/0890961462646081>



CECÍLIA DE SOUSA PEREIRA - Servidora Pública do Ministério da Saúde, desde 1982. Cedida para a Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal, na função de Apoio administrativo, desde 2004. Formação em Letras. E-mail pessoal: ceciliadesousa@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7562-6831> CV: <http://lattes.cnpq.br/4048164421721758>



CRISTIAN DA CRUZ SILVA é bacharel em Serviço Social, pelo centro Universitário Newton Paiva, Belo Horizonte - MG. Especialização em Arteterapia, facilitador de Tai Chi Chuan e Lian Gong em 18 Terapias. Como servidor público da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal atuou em unidades de Oncohematologia Pediátrica, Cuidados Paliativos, Reabilitação e no Programa de Triagem Neonatal. Com experiência em Gestão de Voluntariado, atualmente trabalha como Gerente de Práticas Integrativas em Saúde. E-mail pessoal: cristianssocial@gmail.com CV: <http://lattes.cnpq.br/4499150523503903> ORCID <https://orcid.org/0000-0002-7509-3956>



ISABELE DE AGUIAR BEZERRA - Farmacêutica-Bioquímica, servidora da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal. Fitoterapeuta. Especialista em Farmácia Magistral e Farmácia Hospitalar. Chefe do Núcleo de Farmácia de Manipulação em Planaltina - Farmácia Viva do CERPIS. E-mail pessoal: isabele_aguiar@hotmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7518-8739> CV: <http://lattes.cnpq.br/5415671178280919>



JAQUELINE DE FREITAS FERREIRA – Enfermeira. Graduada no Curso de Enfermagem pela Universidade de Brasília. Professora do Grupo SETTE Educacional. Enfermeira da Educação Continuada Grupo Santa. Foi técnica em homecare durante a pandemia. Teve contato com as Práticas Integrativas em Saúde durante o curso de graduação e em cursos básicos com práticas de Reiki e Terapias Corporais, como massagem. E-mail pessoal: jaquefreitas.14@gmail.com CV: <http://lattes.cnpq.br/8851727902941157> ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-0780-1818>



JEYVERSON DA SILVA FERREIRA - Graduado em Enfermagem, com Especialização em Enfermagem do Trabalho. É Servidor Público na Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal, onde exerce o cargo de Enfermeiro e facilitador da Técnica de Redução do Estresse. E-mail pessoal: jeyversonservidor@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-2568-8839> CV: <http://lattes.cnpq.br/3728722174237067>



JOCEILSON ALVES DE SOUSA - Servidor público na Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal. Técnico em Enfermagem e Técnico em agropecuária, especialista em turismo rural, Pedagogo e administrador de empresas, facilitador de Tai chi Chuan, automassagem e TRE, onde atua na promoção da saúde no CERPIS. E-mail pessoal: joceilson43@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-7631-1257> CV: <http://lattes.cnpq.br/7078927182059926>



KATIUCE DIAS - Química. Técnica Administrativa da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília (UnB). Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade de Brasília. E-mail institucional: katiuce@unb.br CV: <http://lattes.cnpq.br/7194379440473123> ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-1968-3572>



MARCOS DE BARROS FREIRE JUNIOR - medico-generalista da SES-DF, gerente do CERPIS, acupunturista, terapeuta corporal e educador popular em saúde. E-mail institucional: automassagem@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-2545-6402> CV: <http://lattes.cnpq.br/8522146288994785>



MARIA LUÍSA ALVES DA COSTA - Psicóloga, servidora da Secretaria de Estado da Saúde do Distrito Federal, facilitadora de Práticas Integrativas em Saúde. E-mail pessoal: malu.acosta53@gmail.com ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0910-1812?lang=pt> CV: <http://lattes.cnpq.br/6554197256234025>



MARIANA ANDRÉ HONORATO FRANZOI - Enfermeira. Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília. Mestre e Doutora em Enfermagem pela Universidade de Brasília. Especialista em Musicoterapia. Especialista em Linhas de Cuidado em Enfermagem, área de Atenção Psicossocial, e em Pediatria e Neonatologia. E-mail institucional: marianafranzoi@unb.br CV: <http://lattes.cnpq.br/1504847820182466> ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6877-4753>



SILVIA RIBEIRO DE SOUZA - Farmacêutica. Professora Associada do Departamento de Farmácia da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade de Brasília (UnB). Doutora em Ciências – Química Orgânica pela Universidade Federal de Minas Gerais. Coordenadora da Coordenação Estratégica de Formação e Articulação Social na Diretoria de Desenvolvimento e Integração Social – Decanato de Extensão/ UnB. E-mail institucional: silviaribeiro@unb.br CV: <http://lattes.cnpq.br/4001895961408654> ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-8189-199X>



VERÔNICA CARNEIRO FERRER - Terapeuta Ocupacional Paliativista da Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal (SES-DF). Mestranda no Programa de Mestrado Profissional em Ciências da Saúde (MPCS), da Escola Superior de Ciências da Saúde (ESCS). Especialista em Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas pela Universidade de Brasília. Integrante da Câmara Técnica de Cuidados Paliativos (CTCP) – SES/DF. E-mail pessoal: veronicaferrer.to@gmail.com CV: <http://lattes.cnpq.br/3582642452979147> ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5753-2348>

Este livro é importante para todxs gestorxs e trabalhadorxs de saúde, bem como para pesquisadorxs, professorxs e estudantes do campo da saúde. Trata-se de uma leitura imprescindível, não apenas porque alcança um largo espectro de experiências de gestão, assistência e ensino, mas porque discute e problematiza eventos contemporâneos do projeto pioneiro do Distrito Federal de ampliar a cultura de cuidado com Práticas Integrativas e Complementares.

Nelson Filice de Barros



Este livro é importante para todos os gestores e trabalhadores de saúde, bem como para pesquisadores, professores e estudantes do campo da saúde. Trata-se de uma leitura imprescindível, não apenas porque alcança um largo espectro de experiências de gestão, assistência e ensino, mas porque discute e problematiza eventos contemporâneos do projeto pioneiro do Distrito Federal de ampliar a cultura de cuidado com Práticas Integrativas e Complementares.

Nelson Filice de Barros

