

# PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: TRAJETÓRIAS, EXPERIÊNCIAS E SABERES DE UNIVERSIDADES BRASILEIRAS NO PROCESSO DE FORMAÇÃO EM SAÚDE

*Data de aceite: 01/03/2023*

**Aline Macedo de Queiroz**

**Ana Cecília Jones da Silva Machado**

**Beatriz de Freitas Salles**

**Ana Edith Farias Lima, Ceanny Cristina Pinho Costa**

**Eleine Aparecida Penha Martins**

**Erika Romeria Formiga de Sousa**

**Lívia Carla de Melo Rodrigues**

**Magda Ribeiro de Castro**

**Marcio RossatoBadke**

**Margani Cadore Weis Maia**

**Marta Maria da Silva Lira Batista**

**Silvia Ribeiro de Souza**

**Simone Maria Leite Batista (*in memoriam*)**

**Tereza Raquel Ribeiro de Sena**

**RESUMO:** A pandemia da Covid-19, iniciada em 2020, exigiu medidas sanitárias que impactaram a sociedade bem como as atividades desenvolvidas pelas

universidades brasileiras. A necessidade de distanciamento social e o aumento da demanda por atenção e cuidado em saúde entre a comunidade acadêmica e a população de um modo geral, impulsionou inovações no processo de formação e nas modalidades de atendimento à comunidade. Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) tomaram força como uma ferramenta do cuidado de si, bem como no processo de formação e no atendimento a servidores, acadêmicos, profissionais de saúde e população, sendo uma prática cada vez mais presente nas rotinas assistenciais. Objetivos: Compartilhar experiências exitosas por meio de algumas ações desenvolvidas por universidades brasileiras que se utilizam das PCIS, na assistência, no ensino, na pesquisa e na extensão, durante a pandemia. Aspectos centrais das experiências relatadas: Evidenciou-se a riqueza de possibilidades na integração dos saberes coletivos, educativos, culturais e científicos estimulando a relação dialógica e transformadora entre Universidade e Sociedade. Conclui-se que as PICS se constituem em recursos promotores para saúde, potencializando a autonomia dos indivíduos e impactando favoravelmente

na qualidade de vida da população, devendo, portanto, ser estimulada nos ambientes de formação acadêmica bem como nos territórios vivos junto à comunidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Terapias Complementares. Saúde. Ensino. Pandemias.

**ABSTRACT:** The Covid-19 pandemic, which started in 2020, required sanitary measures that impacted society as well as the activities developed by Brazilian universities. The need for social distancing and the increased demand for health care and attention between the academic community and the population in general, boosted innovations in the training process and in the modalities of assistance to the community. In this context, Integrative and Complementary Practices in Health (PICS) gained strength as a self-care tool, as well as in the training process and in the care of servers, academics, health professionals and the population, being an increasingly present practice in care routines. Objectives: To share successful experiences through some actions developed by Brazilian universities that use PICS, in assistance, teaching, research and extension, during the pandemic. Central aspects of the experiences reported: The wealth of possibilities in the integration of collective, educational, cultural and scientific knowledge was evidenced, stimulating the dialogical and transforming relationship between University and Society. It is concluded that the PICS are resources that promote health, enhancing the autonomy of individuals and favorably impacting the quality of life of the population, and should therefore be encouraged in academic training environments as well as in territories living in the community.

**KEYWORDS:** Complementary Therapies. Health. Teaching. Pandemics.

**Ao final deste capítulo o leitor deverá ser capaz de:**

- 1) Reconhecer as estratégias de incorporação das PICS no processo de formação e no fazer profissional.

## 1 | CONSIDERAÇÕES INICIAIS

### 1.1 As práticas Integrativas e Complementares e a Formação em Saúde no Contexto da Pandemia de Covid-19

Desde a publicação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS (BRASIL, 2006), as universidades têm apresentado crescimento na oferta de disciplinas sobre PICS nas diferentes graduações da área da saúde (NASCIMENTO *et al.*, 2018; TESSER, *et al.*, 2018). Em consequência disso, observa-se a ampliação na formação desses profissionais, para além do modelo biomédico, passando agora a abranger o indivíduo na sua dimensão global com a perspectiva vitalista do processo saúde-doença (BRASIL, 2015).

O reconhecimento das 29 modalidades de cuidado no SUS, em 2018 (BRASIL, 2018), tensionou a demanda crescente pela qualificação de suas equipes e a inclusão de profissionais habilitados a lidarem com essas novas perspectivas de integralidade em saúde. De maneira geral, a formação de recursos humanos, para o exercício de PICS no Brasil, é considerada insuficiente e difusa, com limitações tanto na oferta

quanto na qualidade do ensino profissional (NASCIMENTO et 2018). Nesse sentido, as Instituições de Ensino Superior (IES), têm papel fundamental na transformação da realidade para a inserção das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no espaço acadêmico, com experiências em diferentes regiões do país. O contexto da pandemia mobilizou a sociedade a reinventar e reconstruir modos de viver, produzir saúde, difundir conhecimento e se relacionar. Permitiu ressignificar esse contexto, que muito contribuiu para troca de ideias e experiências, destacando a potência do trabalho coletivo no mundo virtual, onde essa construção de saberes, processos e práticas se dão mediados pela tecnologia. Com esta perspectiva, as Universidades inovaram no processo de formação, diante de todos os protocolos sanitários impostos para o controle da transmissibilidade do novo coronavírus que suspendeu as atividades presenciais. A compreensão de que o distanciamento dos corpos, imprescindíveis para o controle da pandemia e os impactos na saúde mental das pessoas, potencializou ações de afeto e cuidados remotos.

Nesta reflexão, apresentamos algumas experiências vivenciadas no contexto das universidades no período da pandemia, pois seria difícil o engajamento de todos os atores sociais envolvidos nessa construção. Assim, ressaltam-se as experiências desenvolvidas tanto na pesquisa, como no ensino e nos projetos e programas de extensão universitária, que surgiram em função da pandemia ou que continuaram vigentes durante a mesma.

Todas estas iniciativas têm por objetivo também alcançar por meio da realização das práticas, a consolidação da aprendizagem, centrada nos estudantes, vivenciadas em sua grande maioria dos projetos extensionistas desenvolvidos nas distintas instituições brasileiras. Este capítulo surge por meio da interlocução originada dos movimentos sociais articulados com a academia e do trabalho no território vivo com o “SUS nas Ruas”<sup>1</sup>.

Para continuidade do trabalho, que representa um recorte destas atividades desenvolvidas no Brasil em tempo de pandemia, optou-se por apresentar cada região, a partir das narrativas dos autores e do material compartilhado que relatam as experiências relacionadas às disciplinas, projetos de ensino, pesquisa, assistência e extensão das cinco regiões brasileiras. É sabido que outras ações permeiam as universidades brasileiras, porém, ressalta-se que nem todas foram contempladas neste relato. O intuito não é esgotar a discussão, e sim, abrir espaço de divulgação para ações em PICS e propiciar a constituição de uma rede de compartilhamento e trocas.

Assim, neste capítulo, apresentamos algumas das ações desenvolvidas por Universidades Brasileiras que utilizam as PICS na formação em Saúde, bem como sua aplicabilidade no contexto da pandemia. A diversidade dos costumes tradicionais e do conhecimento construído e transmitido por meio da arte, saúde e cultura, nos leva à valorização da sensibilidade, do olhar atento com respeito ao outro, e, à percepção das

<sup>1</sup> O movimento “O SUS nas Ruas” fortalece o SUS e reforça a importância da atuação dos Trabalhadores da Saúde, principalmente da atenção primária, e das práticas de cuidados em saúde no enfrentamento à Covid-19.

oportunidades de exercer a cidadania, através do cuidado e promoção da saúde, em sintonia com a singularidade cultural de cada lugar ou região.

## 2 | I SABERES E FAZERES INTEGRADOS NAS PICS DO NORDESTE

**Sergipe** é o menor estado do Brasil em extensão territorial, mas tem um trabalho enorme, frutífero e integrado da Universidade Federal de Sergipe (UFS) com o Movimento Popular de Saúde (MOPS). Conheça um pouco dessa história:

Os ofícios tradicionais se amparam no conhecimento ancestral, transmitido ao longo das gerações, que incorporam diversidade e pluralidade de saberes difundidos para o bem viver harmonioso dos seres (BANIWA, 2020; GUIMARÃES, 2020). A prática e o repasse de tais conhecimentos são fundamentais para a vida em comunidade, e, o MOPS possui uma parceria de longa data com a UFS. A integração com a academia teve reconhecimento formal com a concessão do Grau de Mérito Universitário Especial de Mestre em Saberes e Fazeres para as rezadeiras sergipanas Josefa Maria da Silva Santos, Dona Zefa da Guia, que atua na comunidade Quilombola na Serra da Guia no município de Poço Redondo, Maria de Fátima Souza, Fatinha, integrante fundadora do MOPS (UFS, 2020; ARAÚJO e MOURA; 2018).

Inúmeras atividades de pesquisa e extensão universitária estão sendo desenvolvidas por atores envolvidos em PICS nos diversos campus da UFS, como estratégia para disseminá-las no contexto acadêmico e social tais como:

- Liga Acadêmica de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (LAPICS) que oferece oficinas, atendimentos, estudos e eventos científicos em PICS para comunidade acadêmica em geral na Cidade Universitária, no município de São Cristóvão;
- Grupo transdisciplinar Mente e Consciência que desenvolve pesquisas científicas em PICS, com ênfase em Meditação Mindfulness;
- Projeto Viver Zen, parceria com MOPS e Associação de Docentes da UFS (ADUFS), que oferece aos servidores da UFS Auriculoterapia, Reiki, Meditação, e outras<sup>2</sup>;
- Serviço de Psicologia da Assistência Estudantil da UFS que disponibiliza suporte com PICS, meditação, em parceria com a LAPICS para estudantes assistidos;
- Projeto “Saúde, Equilíbrio e Autoconhecimento: Yoga no Alto Sertão Sergipano”;
- Projeto XiqueXique, desenvolvido pelo grupo de pesquisa sobre gênero e sexualidade UFS/CNPQ, que disponibiliza aulas de Yoga para comunidade no Campus do Sertão, no município de Nossa Senhora da Glória;-Projetos de Extensão Farmácia Viva e Promoção do Uso de Plantas Medicinais e Fitoterapia na Rede de Atenção à Saúde nos municípios de Aracaju e São Cristóvão;

<sup>2</sup> A palavra “Outras” refere-se às práticas que ainda não estão nominadas na PNPIIC.

- Estudo que analisou sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de saúde no campus de Lagarto e que ofereceu atendimento em PICS: Auriculoterapia, Reiki e outras aos participantes;
- Atividades de extensão em parceria com o MOPS que capacitaram a comunidade em PICS e ofereceram assistência em Auriculoterapia, Reiki, Fitoterapia e outras na “Sala de Cuidados” do campus de Lagarto, possibilitando mudanças em estruturas curriculares e oferta de PICS em alguns cursos de graduação;
- O Núcleo de Ensino e Pesquisa em Saúde Integrativa (NEPSIN), o Grupo de Estudos PlenaMENTE: Abordagens em Saúde Mental (GEPASM) e a Liga Acadêmica de Terapias Manuais e Alternativas (LATMA) desenvolvem atividades no Ambulatório de Saúde Integrativa, vinculado ao Departamento de Farmácia em Lagarto;
- Projeto “Acolhendo Quem Cuida” (AQC-UFS) dos departamentos de Educação em Saúde, Enfermagem, Farmácia e Fisioterapia que oferece Reiki, Terapia Floral, Auriculoterapia, entre outras, no campus de Lagarto.
- Programas Institucionais, Projetos, Cursos, Eventos e Ações de Extensão da UFS incentivam e oferecem suporte com bolsas, materiais, transportes e divulgação das atividades em PICS, em todo o estado de Sergipe, e podem ser acessados diretamente em <https://www.sigaa.ufs.br/sigaa/public/home.jsf>.

O **Ceará** apresenta sua trajetória com as ações educativas utilizando uma *web* Rádio comunitária, como instrumento transformador e informativo, dentro de um território vivo.

A experiência da Equipe de Saúde da Família do Grangeiro 2, para o enfrentamento da pandemia de Covid-19 por profissionais de saúde, é aqui relatada em um projeto articulado com informações, em constante prática educativa, utilizando os meios de comunicação existentes, com destaque para a *web* rádio.

Como ferramenta de diálogo em saúde coletiva com o objetivo de fortalecer as ações educativas e permanentes durante a pandemia, utilizou-se o recurso da *web* rádio por meio de um programa semanal que teve enfoque nas informações de combate ao Covid-19 e demais temas em saúde junto às comunidades da Vila Carrapato, Vila Pedroza, Vila Gregório, Vila Nova e Vila Nova Belo Horizonte, no estado do Ceará. Também foram desenvolvidos programas formativos com outros temas de interesse da comunidade e momentos culturais como citações de crônicas, poesias, recital de textos de livros. Muitos convidados integram esta equipe multidisciplinar envolvida, bem como o bloco “Alô doutor”, onde os ouvintes, por meio do *Whatsapp*®, podem fazer suas perguntas que são respondidas nos programas seguintes.

Tais ações favoreceram a democracia comunicacional (PERUZZO, 2007) ao longo dos meses de difusão, a avaliação da audiência foi monitorada através do controle de acesso ao link e/ou uso do *Whatsapp*® da rádio. Foi observado um aumento da audiência que culminou na ampliação da duração do programa, que passou de 1h para 2h com a

inclusão de momentos musicais entre os blocos como forma de descontrair e fidelizar a audiência, além de despertar o interesse por assuntos tão importantes para a educação em saúde.

A *web rádio*, nesse contexto, pode ser valorizada, pois ampliou e diversificou a divulgação do conhecimento, para além do seu território. Contudo, ganha cada vez mais audiência, por dar voz aos seus sujeitos. Portanto, é uma comunicação que se compromete, acima de tudo, com os interesses de suas “comunidades” contribuindo para ampliação dos direitos e deveres de cidadania (PERUZZO, 2007). A ação favoreceu a troca de informações e a *web rádio* pode transcender o localismo, quebrando o isolamento das comunidades assistidas.

No **Piauí** foi instituído em um Hospital Universitário um plano de cuidados com ações de promoção da saúde física e mental voltados para todos os seus profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia por Covid-19. De março a dezembro de 2020 foram realizados 680 atendimentos, sendo ofertados diariamente atendimentos em Reiki, Yoga, Aromaterapia, Terapia com Florais de Bach e Auriculoterapia, entre outras. A segurança sanitária foi respeitada em todos os atendimentos, realizados em salas individuais, sendo variável a quantidade e a duração da sessão de acordo com a demanda. Segundo pesquisa de satisfação, todos os atendidos relataram resultados positivos.

O **Maranhão** mostra as experiências dos educandos e educadores do curso de aperfeiçoamento em educação popular em saúde (EPSJV/FIOCRUZ, 2016) nas comunidades quilombolas e de assentamentos. O curso foi conduzido pelo Departamento de Educação em Saúde e posteriormente incorporado à Escola de Saúde Pública do estado do Maranhão, instituída pela lei número nº 11.114/2019. A escola criou o programa Inova Saúde e o programa estadual de bolsas de estudo, pesquisa e extensão o qual tem por finalidade promover a formação, o desenvolvimento pessoal e a pesquisa básica ou aplicada de caráter científico e tecnológico.

O Maranhão apresenta as percepções e aprendizagem dos participantes do Curso de Educação Popular em Saúde, desenvolvido nos municípios de Açaílândia, Coroatá, Governador Newton Bello, Igarapé do Meio, Imperatriz, Itapecuru, Nina Rodrigues, Santo Amaro, São Luís, São José de Ribamar e São João dos Patos.

As dinâmicas desenvolvidas promoveram o processo de aprendizagem acerca da Educação Popular e das práticas nas comunidades e territórios, pois quando se abre espaço para a população de forma dialógica e amorosa, esta se torna mais consciente das suas condições de vida e saúde e isto se reflete, consequentemente, em um maior controle social, em uma gestão mais participativa e em uma maior integralidade das ações.

Neste sentido, apresenta-se a experiência narrada de forma poética construída a partir do Curso de Aperfeiçoamento em Educação Popular em Saúde de Imperatriz, a segunda maior cidade do estado do Maranhão, onde tivemos a oportunidade de vivenciar a experiência das PICS:

## DIVERSIDADE CULTURAL

*“Minha terra tem diversidades, indígenas, camponeses, agricultores Quilombolas e sem acesso à equidade estão à margem, rio afora.*

*População negra, exilação colonial, descendentes africanos escravizados  
Eta, preço grande cultural!*

*População do campo, das florestas, das águas, da rua, indígenas e LGBT Invisíveis aos olhos dos gestores da política pública venho lhes dizer  
Vulneráveis a esse direito, é difícil romper o preconceito.*

*Equidade, princípio mui difícil de garantir.*

*Concentração de riquezas e capital a refletir.*

*Iniquidade, pobreza, exclusão reduzir.*

*Povos e comunidades, tradição sem igual, mais saúde é preciso investir.*

*Pela minoria o mundo é dominado, que vive do lucro do povo explorado e tem na sua vida a falta de, com luxo e mordomia. O pobre passa fome e não tem moradia.*

*Uma coisa podemos a Jesus, universalidade, integralidade, igualdade e que sejam cumpridos os princípios do SUS, como direito à diversidade”.*

(Autor desconhecido, Turma 1, São Luís, 2018)

**O Rio Grande do Norte** retrata a importância da Educação Popular em Saúde para fortalecimento da cidadania, da formação de profissionais da saúde com mais bagagem, garantia da democracia, principal instrumento de transformação da conjuntura sociocultural.

Na ANEPS-RN, em parceria com o Centro Nordestino de Medicina Popular, vem sendo realizadas ações para formação de doula, agentes de PICS no processo de trabalho com mulheres tentantes, gestantes e puérperas. Desse modo, a ANEPS também tem atuado no processo de mudança em relação à percepção e relação de profissionais e usuários sobre o gestar, o parir e o nascer, exemplificado na Lei nº 10611/2019, que dispõe sobre garantia da participação de doula no acompanhamento das gestantes em maternidades públicas e privadas, em todo o território do Rio Grande do Norte, acerca do processo de humanização do parto.

Após um ano do primeiro decreto de calamidade pública, em virtude da crise sanitária provocada pela Covid-19, foram observadas as consequências da passividade de um povo diante das iniquidades praticadas, e a resistência daqueles que protagonizam o Controle Social, a Educação Popular em Saúde e a Comunidade Acadêmica para transformação da atual conjuntura sociopolítica, com impactos, avanços e melhorias à sociedade. Nesse contexto, é digno de destaque, que a Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) introduziu na grade curricular dos cursos da saúde os componentes “Saúde e Cidadania”, e “Corporeidade e Gestão do Estresse” com carga horária de 60 horas cada, e “Práticas Integrativas e Complementares em Saúde” com 45 horas. Além do trabalho ininterrupto do Laboratório de Práticas Integrativas e Complementares (LAPICS) durante a pandemia. A

disciplina “Saúde e Cidadania” tem instigado nos discentes a reflexão sobre a atuação em equipe e favoreceu uma visão ampliada da saúde e da importância das PICS. Aproximou a Atenção Primária e a Rede de Atenção à Saúde, promoveu a percepção acerca da conjuntura da desigualdade do Brasil e abordou a importância e relevância da Educação Popular em Saúde.

Além disso, sem se deter exclusivamente ao conceito teórico, envolveu os discentes para a construção de uma proposta de intervenção para transformação qualificada de uma situação-problema em determinada comunidade. Do mesmo modo, o componente “Corporeidade e Gestão do Estresse” atuou como PICS de forma convergente e ensinou formas integradas de utilização das técnicas de promoção da saúde, qualidade de vida e bem-estar, com ênfase no ambiente laboral, e com foco nos profissionais dos serviços de saúde, com uma abordagem de aplicabilidade mais ampla voltado ao usuário.

## **2.2 NORTEando com as PICS: as redes lançadas no processo de formação**

A região Norte carrega em si uma proximidade natural com as PICS, no sentido de sua diversidade cultural, da ligação com a natureza e das práticas ancestrais vivenciadas pelos povos originários. Contudo, a formalização das práticas nos municípios da região ainda não é uma realidade e, consequentemente, nos espaços formadores temos poucas experiências. As IES estão em processo de ajustes dos projetos político-pedagógicos para incorporação das PICS na matriz curricular dos cursos de saúde (LUNA SIQUEIRA; MARTINS, 2018).

No **Pará**, algumas iniciativas foram lançadas numa rede de afetos em direção ao processo formativo de profissionais de saúde como a experiência do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade Estadual do Pará (UEPA), que criou o Laboratório de Experimentação e Manejo de Práticas Integrativas<sup>3</sup> para o cuidado e formação dos discentes do curso. Professores e discentes envolvidos, conduzem práticas de Acupuntura, prescrição de fitoterápicos e fitoterapia. Muitos cursos ainda não têm componentes obrigatórios no projeto político pedagógico que utilizem as PICS como conteúdo.

Para o professor coordenador do laboratório<sup>4</sup>, ter encontrado e participado das práticas, desde a graduação ao doutorado, junto aos indígenas da etnia Caiapó, há mais de 15 anos, na comunidade Kaprankrere (Pau D’arco - Redenção) e na comunidade Apexti (São Félix do Xingu), localizadas na confluência do rio Fresco e do rio Xingu, no sul do Pará, o fez compreender que a prática ritual é importante como prática de pertença, de identidade de um povo, mas também é potente como prática de saúde e de cuidado e que mobiliza seus estudos sobre o Trânsito entre a Arte e a Medicina, Cultura e Sociedade na Amazônia

<sup>3</sup> O Laboratório foi idealizado e coordenado pelo Professor Mestre Rafael Ribeiro e Ane Dias - Professora do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade Estadual do Pará.

<sup>4</sup> Professor Mestre Rafael Ribeiro, Farmacêutico e Artista Cênico. Coordenador da referência técnica em Práticas Integrativas e Complementares do Núcleo de Atenção à Saúde.

Paraense. Essa experiência foi fundamental para construção de seu ser profissional e seu agir no mundo.

Para Gundim (2021), o impacto do isolamento social e o afastamento do ambiente universitário, vem promovendo ansiedade e pânico em acadêmicos devido às inúmeras implicações para o curso, tarefas, seminários e defesas de Trabalhos de Conclusão de Curso (TCCs) adiados. A utilização das PICS proporciona o equilíbrio energético nos planos físico, emocional e mental para os discentes, como forma de promover saúde (DACAL; SILVA, 2018).

Com o intuito de atender essa demanda, o curso de Enfermagem da UEPA, há onze anos, implantou disciplina optativa de 40h denominada Terapias Alternativas<sup>5</sup>, como estratégia para o enfrentamento e quebra de paradigmas do tradicional ensino biomédico. Mesmo sofrendo retaliações, a partir de evidências de melhora no desempenho acadêmico, a docente responsável conseguiu, com o apoio da coordenação pedagógica e da coordenação do curso, a efetivação da disciplina como obrigatória para o curso de Enfermagem que passou a ser denominada Unidade Temática de Práticas Integrativas e Complementares.

Com a experiência exitosa e a ampliação do interesse de docentes, foi criado o Espaço Ambulatorial e Terapêutico de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (Espaço de PIC's/UEPA), para assistir aos docentes, discentes, corpo técnico e comunidade em geral, de forma a proporcionar um cuidado integrativo. As atividades desenvolvidas no Espaço Terapêutico são: Musicoterapia, Reiki, Bioenergética, Imposição das Mão, Auriculoterapia, Aromaterapia, Cromoterapia, Meditação e outras com o propósito de auxiliar no estilo de vida e na melhoria da qualidade de saúde da comunidade universitária. A Universidade Federal do Pará (UFPA), em 2020 aprovou o novo Projeto Pedagógico para o Curso de Enfermagem, cuja matriz traz a Atividade Curricular Práticas Integrativas e Complementares em Saúde com 60 horas de carga horária com a ementa: estudo dos procedimentos das PICS à população no SUS e sua interface entre os cuidados de Enfermagem e os recursos terapêuticos baseados em conhecimento tradicional. O curso já havia protagonizado as práticas em seu Projeto Programa de Apoio terapêutico Universitário (PROGATU)<sup>6</sup> que tem as PICS como eixo central do acolhimento.

Em 2014 foram publicadas as atuais Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) da graduação em Medicina, que incluem as áreas obrigatórias do internato, a ser implementada até 2018 (BRASIL, 2014). Nas trilhas por entre os rios, que são as marcas de ligação da região Norte e alimentam as florestas e vice-versa, uma outra experiência universitária da

<sup>5</sup> A Professora. Doutorra Andrezza Ozela é idealizadora e coordenadora da Unidade Temática de Práticas Integrativas e Complementares e Espaço de PIC's / UEPA com o apoio da Professora Mestre Camilla Souza Ferreira Rubim de Assis, Pedagoga, UEPA, coordenadora pedagógica e da Professora Doutora Margarete Carréra Bittencourt, coordenadora Campus IV- UEPA.

<sup>6</sup> O Projeto PROGATU foi idealizado e coordenado pelos professores Doutores Aline Macêdo de Queiroz, Telma Garcia e Evanildo Monteiro.

UFPA acontece no curso de Medicina denominado: o “Externato”<sup>7</sup>. Esse nome foi escolhido como resistência e crítica ao internato médico que está fortemente vinculado ao ambiente hospitalar.

Segundo o Ministério da Educação e Cultura (2014), o internato ou estágio curricular é o “último ciclo do curso de graduação em Medicina, livre de disciplinas acadêmicas, durante o qual o estudante deve receber treinamento intensivo, contínuo, sob supervisão docente, em instituição de saúde vinculada, ou não, à escola médica”.

O “Externato” acontece no modelo multidisciplinar onde é discutido, na vivência prática, o conceito ampliado de saúde e a exploração da cidade como espaço de produção de cuidado. As atividades desenvolvidas integramas PICS e a Palhaçaria, as quais promovem a intersecção entre saúde e arte, especialmente junto às populações em situação de vulnerabilidade.

No **Tocantins**, a disciplina obrigatória Internato Rural (IR) do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Tocantins começou em 2013 tendo como objetivo a interiorização da universidade nos municípios conveniados. Em 2017, o IR passou a atuar também nas periferias de Palmas nos Centros de Saúde da Comunidade, parceiras da Universidade, em que os enfermeiros da unidade são preceptores e desenvolve com os acadêmicos atividades práticas de educação em saúde e trabalho setorial com vários atores da comunidade. Participam desse processo, a própria comunidade através dos grupos atendidos diretamente nos centros, outros grupos religiosos, Centro de Referência e Assistência Social (CRAS), estudantes de graduação em enfermagem e o preceptor.

Com o advento da pandemia de Covid-19 e o impedimento da prática do internato *in loco*, foi implementado o teleatendimento à comunidade com orientação dos preceptores. O projeto IRIS - Internato Rural Integrado da Saúde engloba, além dos cursos da saúde, outros cursos como educação física, teatro, psicologia e serviço social e desenvolve ações sugeridas pela própria comunidade que incluem rodas, fitoterapia, com possibilidades de ampliação de outras PICS. No momento as atividades são *online* nas plataformas digitais em teleatendimento.

### **Uma Viagem ao Centro do País: relatos de ações que envolvem PICS nas Faculdades da Região Centro Oeste**

As Universidades Federais dos estados de **Mato Grosso**, de **Goiás** e de **Brasília**, seguiram o movimento nacional de inclusão das PICS nos seus currículos e projetos. Em Mato Grosso, na Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Mato Grosso (UFMT), em 2009, houve a inserção das PICS por meio das disciplinas Acupuntura, Homeopatia e Plantas Medicinais/Fitoterapia, com atividades teórico-práticas e ações na Rede Municipal de Saúde, na Unidade de Referência de PICS (URPICS) e no Ambulatório de Homeopatia<sup>8</sup>.

<sup>7</sup> O Externato foi idealizado pelo Professor Mestre Vitor Nina de Lima.

<sup>8</sup> Atividade supervisionada pelo Médico Homeopata e Professor Mestre Reinaldo Gaspar da Mota (FCM/UFMT).

A Faculdade de Enfermagem (FAEN) oferta a disciplina teórico-prática de PICS, com vivências em Reiki; Aromaterapia; Cromoterapia; Musicoterapia; Medicina Tradicional Chinesa (MTC), entre outras. Participam como convidados, terapeutas da ANEPS e integrantes da URPICS.

A Liga de PICS (LAPIC/UFMT), criada em 2019 a partir de iniciativas discentes, realiza seminários, cursos de capacitação, projetos de ensino, pesquisa e extensão. Destaca-se, entre eles, o ambulatório de Homeopatia, que atende a comunidade acadêmica; e o Núcleo de Yoga<sup>9</sup>, que oferta atividades de Hatha Yoga. Durante a pandemia, a LAPIC colaborou em congressos *online*, como o ConAPICS, com os projetos: “Pesquisar para desmistificar”;

“Efeito de medicamentos homeopáticos em síndromes gripais” e com a Fundação da Associação Brasileira de Ligas Acadêmicas de Saúde Integrativa e Complementar.

A FAEN ofertou, de agosto a dezembro de 2020, por meio de um projeto de extensão e pesquisa<sup>10</sup>, atendimentos em Reiki, Aromaterapia, Auriculoterapia e Musicoterapia a profissionais da linha de frente, do Hospital Universitário da UFMT e de Unidades de Saúde da Família. As ações foram realizadas presencialmente pelas docentes, e os resultados apontaram queixas psicoemocionais, como ansiedade e insônia, e melhora significativa destas, após os atendimentos. Ademais, *lives* pelo *Facebook*, com temática de PICS e saúde mental; cartilhas e informativos<sup>11</sup> com uso de PICS para o enfrentamento do luto e ansiedade, foram distribuídos de forma *online* (<https://linktr.ee/nesmufmt>) para a população geral, acadêmicos e profissionais de saúde.

Na mesma lógica do cuidado a profissionais de saúde, o projeto Cuidando do cuidador<sup>12</sup>, propiciou atendimentos *online*, com Reiki, Yoga, Florais de Bach, TCI e Fitoterapia, para trabalhadores do SUS/MT, por 24 semanas, atingindo 600 atendimentos. Foi disponibilizado também, o curso de Fitoterapia, com foco na melhora do sistema imunológico, com 650 inscritos e 2000 acessos.

Para a comunidade em geral, foram ofertadas ações como o Seminário *online* de PICS e espiritualidade (PICE/UFMT)<sup>13</sup>, que discutiu a PNPIC/SUS, Reiki, Meditação, Ayurveda, Yoga, Homeopatia, entre outras. Os participantes relataram satisfação em se aproximar de discussões científicas e vivências sobre o uso das PICS, durante o período de isolamento social. Outras edições estão sendo organizadas para o ano de 2021.

O projeto extensionista, “Conexão FAEN”<sup>14</sup>, promoveu ações de saúde mental, com práticas de Hatha yoga *online*, de setembro a dezembro de 2020, com relatos dos

<sup>9</sup> Parceria do Núcleo de Estudos em Saúde Mental (NESM/FAEN) e Enfermeira doutoranda Vanessa Ferraz Leite.

<sup>10</sup> Coordenados pela Professora Mestre Margani Cadore Weis Maia com colaboração da Professora Doutora Larissa de Almeida Rézio.

<sup>11</sup> Parceria entre Hospital Universitário Júlio Muller (HUJM), PET-Saúde Mental, NESM/FAEN.

<sup>12</sup> Desenvolvido pela Secretaria de Estado de Saúde de Mato Grosso (SES/MT), Escola de Saúde Pública de Mato Grosso (ESP/MT), FAEN, URPICS e terapeutas voluntários.

<sup>13</sup> Organizado pelo Educador Físico Especialista Geovane Tolazzi, Instituto Golden Prana; Liga Acadêmica de Saúde e Espiritualidade (LIASE), LAPIC, Grupo de Meditação, Faculdades de Educação Física e Enfermagem.

<sup>14</sup> Promovido por alunas de graduação da FAEN/UFMT, Pró Reitoria de Assistência Estudantil (PRAE), enfermeira/instrutora de Yoga, Drª Vanessa Ferraz Leite e grupo NESM/FAEN.

participantes de melhora na flexibilidade, concentração, artralgia, no padrão no sono e na sensação de bem-estar e alegria.

Em **Goiás**, desde 2019, a Faculdade de Medicina (FCM) da Universidade Federal de Goiás, aborda na disciplina de PICS, conteúdos como a PNPI, MTC, Acupuntura, Homeopatia, Ayurveda, Fitoterapia, Aromaterapia, Constelação Familiar, Meditação, Reiki e Práticas Corporais, além do estágio observacional realizados pelos preceptores da equipe multiprofissional<sup>15</sup>.

Na UFG, a Faculdade de Enfermagem (FEN) e a Associação Brasileira de Enfermeiros Acupunturistas e Enfermeiros de Práticas Integrativas (ABENAH), desenvolvem desde agosto de 2018, o ambulatório de PICS como porta de entrada aberta de cuidado. Experiência inovadora e interdisciplinar, para prestação de cuidado integral à saúde, formação profissional em PICS (Auriculoterapia) e disponibilização destas na rede de atenção à saúde.

O Instituto Confúcio (UFG), criado a partir da experiência supracitada, tem como objetivo, o ensino de MTC e a promoção da saúde pelas PICS e oferta as práticas: Acupuntura, Aromaterapia, Auriculoterapia, Automassagem, Constelação Familiar, Cromoterapia, Dança Circular, Florais de Bach, entre outras. Participam da experiência, docentes, estudantes, técnicos administrativos e profissionais especializados, da rede pública e privada de saúde municipal. Destaca-se a contribuição das ações para a formação profissional, ampliação e melhoria do acesso aos serviços de saúde.

Em **Brasília**, na Universidade de Brasília (UnB), as PICS estão inseridas nos eixos ensino, pesquisa, extensão e gestão. Nos cursos de graduação encontram-se presentes nas grades curriculares por meio das disciplinas: Saúde, Cuidado e Reconhecimento; Racionalidades Médicas; Práticas Integradas em Saúde Homeopatia; Saúde e Sociedade; Plantas Medicinais; Práticas Integrativas em Saúde: fundamentos da Homeopatia na Medicina; Práticas Integrativas e Terapia Comunitária, esta última ministrada por vários departamentos<sup>16</sup> e profissionais<sup>17</sup>. Na pós-graduação, os mestrados Profissional e Acadêmico em Saúde Coletiva oferecem a disciplina Tópicos em Saúde Coletiva com foco nas PICS; já nas Ciências Farmacêuticas é oferecida a disciplina Fitoterapia baseada em evidências que aborda a prática fitoterápica. As disciplinas colaboram para a ampliação e discussão do uso de diferentes modelos terapêuticos e paradigmas em saúde na formação dos egressos.

A Diretoria de Atenção à Saúde da Comunidade Universitária (DASU) oferece ações voltadas à assistência<sup>18</sup> e promoção da saúde mental, além de projeto de extensão que envolve Rodas de Terapia Comunitária Integrativa (TCI) *online*. Realiza ainda pesquisa

<sup>15</sup> Promovidas pelo Departamento de Saúde Coletiva do Instituto de Patologia Tropical e Saúde Pública (IPTSP/UFG), Centro Estadual de Referência em Medicina Integrativa e Complementar (CREMIC) e Escola de Saúde Pública de GO.

<sup>16</sup> Departamentos de Psicologia, Terapia Ocupacional e DASU.

<sup>17</sup> Terapeutas Comunitários da Secretaria de Saúde do Distrito Federal (SES/DF).

<sup>18</sup> Disponibilizadas em: <http://dac.unb.br/atividades-dasu/promocao-da-saude>.

interinstitucional em parcerias<sup>19</sup> sobre os efeitos da TCI como estratégia de promoção à saúde mental na UnB e na Itália.

O Hospital Universitário (HUB) desenvolve o projeto de extensão “Serviço Cuidar”<sup>20</sup>, voltado aos profissionais do HUB/Ebserh, que atuam diretamente no serviço de atenção a pacientes com Covid-19, em articulação com a Psiquiatria, Psicologia e as PICS. De junho a dezembro de 2020, 369 atendimentos com o foco em sintomas, quadros clínicos e doenças foram realizados em Acupuntura, Auriculoterapia, Terapia Floral e Constelação Sistêmica.

No projeto “Cuidando do Cuidador do HUB”<sup>21</sup>, Meditação entre outras práticas também foram ofertadas. Os participantes relatam melhora do sono, das aflições emocionais, da sensação de angústia e de desamparo, entre outros benefícios. Outras ações extensionistas, envolvendo as PICS e promovidas pelo Decanato de Extensão da UnB foram realizadas durante a Semana Universitária (SEMUNI 2020)<sup>22</sup>.

Diferentes faculdades da UnB ofertam projetos de extensão com foco nas práticas: “PICS no Cuidado da Saúde Física e Mental: uma iniciativa acolhedora que começa em casa” e “Quintal da Saúde: plantas medicinais na promoção do cuidado”<sup>23</sup>. O primeiro oferece vivências em PICS através de *lives* e vídeos<sup>24</sup> sobre Meditação, Yoga, Aromaterapia, entre outras práticas, com mais de 3000 visualizações. O segundo, une e difunde os saberes científico e populares sobre as plantas medicinais e outras PICS que promovam saúde.

Implantado nos jardins internos da Faculdade de Ciências da Saúde (FS), suas ações educativas atualmente ocorrem de forma digital, com 60 publicações (@qshorta) e postagens semanais diversas, com intuito de superar os obstáculos e continuar com as conexões entre os saberes e as experiências da academia e da comunidade.

A Arteterapia é trabalhada em dois projetos de extensão: “A Arteterapia como dispositivo terapêutico nas toxicomanias e Arteterapia no câncer infanto-juvenil”<sup>25</sup> como recurso terapêutico para melhorar a qualidade de vida dos pacientes. As plantas medicinais são utilizadas como ferramenta de educação em saúde no projeto “Horto de Plantas Medicinais, Aromáticas e Condimentares”<sup>26</sup> (@projetohortofce), cuja coordenadora conduz também pesquisas para avaliação das preparações Ayurvédicas em relação às preparações oficiais.

Outras pesquisas em PICS, buscam identificar plantas antivirais dirigidas ao SARS-CoV-2<sup>27</sup> e avaliar o uso do medicamento homeopático *Cinchona officinalis* dinamizada,

<sup>19</sup> Associação Brasileira de Terapia Comunitária, Terapeutas Comunitários da SES/DF e docentes dos cursos de Psicologia e Saúde Coletiva.

<sup>20</sup> Coordenado pela Doutora Sílvia Furtado de Barros, psicóloga.

<sup>21</sup> Coordenado pela Professora Doutora Priscila Almeida.

<sup>22</sup> Disponibilizados em: [https://www.youtube.com/c/Extens%C3%A3oUnB/channels?view=49&shelf\\_id=4](https://www.youtube.com/c/Extens%C3%A3oUnB/channels?view=49&shelf_id=4)

<sup>23</sup> Coordenado pela Professora Doutora Sílvia Ribeiro de Souza da Faculdade de Ciências da Saúde.

<sup>24</sup> Disponibilizados em: <https://www.youtube.com/channel/UChAFNa9TEGZYxjHS2BNAF3A>

<sup>25</sup> Coordenados pela Professora Doutora Ana Cláudia Afonso Valladares Torres da Faculdade de Ceilândia.

<sup>26</sup> Coordenado pela Professora Doutora Paula Melo Martins da Faculdade de Ceilândia.

<sup>27</sup> Coordenado pelo Professor Doutor Luiz Isamu Barros Kanzaki.

para a promoção da saúde em profissionais que atuam diretamente no enfrentamento a Covid-19 no HUB<sup>28</sup>.

Cabe ainda ressaltar as iniciativas dos discentes ao criarem a Liga para a Transformação de Acesso ao Curso (LUTAC)<sup>29</sup> com ações que envolvem PICS (Hipnoterapia) como auxiliar no autocontrole e diminuição da ansiedade dos alunos; e da Liga de Saúde da Família e Comunidade (LASFAC)<sup>30</sup>, que promoveu a Roda de conversa e práticas vivenciais em PICS.

### **2.3 Sudeste: promovendo saúde, tecendo saberes com a comunidade e SUStentando as PICS na academia**

As universidades do sudeste também vêm utilizando amplamente as plataformas digitais desde o início da pandemia visando dar continuidade aos seus projetos, aumentando a difusão de conhecimentos sobre as PICS e sua aplicabilidade na promoção da saúde, fortalecendo o binômio universidade-sociedade por meio de atividades online. Compartilharemos algumas experiências exitosas desenvolvidas no período pandêmico por universidades do ES, MG, RJ e SP, respectivamente.

No **Espírito Santo**, o grupo de pesquisa PICsUFES®<sup>31</sup>, desde 2017, promove articulação entre universidade-sociedade-serviço contribuindo para a promoção da saúde em tempos de pandemia, disponibilizando vídeos sobre PICS, tornando públicas as reuniões científicas virtuais, utilizando o *blog* <https://www.picsufes.com> e, outras mídias (Instagram @pics.ufes, canal no youtube, spotify e facebook) com publicações periódicas sobre PICS.

O grupo possui caráter interprofissional sendo constituído por professores da UFES e de outras IES, pesquisadores, acadêmicos, pós-graduandos e trabalhadores da saúde com distintas formações acadêmicas e variadas formações e atuações na área das PICS. Os membros do grupo que trabalham com as PICS no sistema único de saúde (SUS) bem como os usuários dos serviços de saúde que participam das reuniões abertas, completam essa rede de atores que contribuem para o fortalecimento das PICS no SUS na universidade por meio de atividades de ensino, pesquisa, extensão, e, formação, consolidando o vínculo e articulação entre universidade-sociedade-serviço.

O PICs UFES® no período pandêmico também protagonizou a realização do “I Simpósio Capixaba de Práticas Integrativas e Complementares: a saúde em tempos de pandemia”, com a participação de muitas instituições de ensino, serviço e assistência<sup>32</sup>.

No contexto pandêmico, reforçamos a importância de avançar para além dos muros da universidade e dialogar com as pessoas que estão fora da academia, ofertando práticas

<sup>28</sup> Coordenado pela Professora Doutora Danielle da Silva Barbas.

<sup>29</sup> Professora facilitadora Doutora Érica Negrini Lia.

<sup>30</sup> Farmacêutico facilitador da atividade Doutor Leonardo Sisinno de Abreu.

<sup>31</sup> Coordenado pela Professora Doutora Magda Castro.

<sup>32</sup> UNICAMP, FIOCRUZ, UFF, ABRASCO, UFPE, UFRGS, UFES, EMESCAM, IBRA, PMV, SESA, UERJ, UFRJ, CNS, entre outras, além da ampla participação de trabalhadores de saúde, estudantes, docentes, pesquisadores, e, usuários dos serviços de saúde, de distintas regiões do território nacional.

de Yoga, pois as evidências reforçam que o Yoga atua como prática física e respiratória, considerada uma terapia complementar para problemas neuropsiquiátricos com potencial para promoção da saúde mental e física, contribuindo favoravelmente para a promoção da saúde, bem-estar e qualidade de vida de quem a pratica (BRASIL,2017).

Partindo dessa premissa, realizamos oficinas de Yoga com um grupo de 30 homens, com idade média de 30 anos, residentes em uma casa de recuperação para dependentes químicos, no Espírito Santo. As oficinas foram realizadas semanalmente ocorreram através de sessões presenciais, respeitando todos os protocolos sanitários, com cerca de 50 minutos de exercícios respiratórios, posturas psicofísicas e meditação, desde julho de 2020 até os dias atuais, possibilitando evidenciar que a prática regular do yoga tem contribuído de modo satisfatório na promoção da saúde física e mental e prevenção do adoecimento psíquico desses indivíduos, conforme relato dos mesmos, bem como percepção daqueles que interagem cotidianamente com esse grupo de assistidos.

Cabe ressaltar que na UFES existem ainda outros projetos envolvendo as PICS tais como: Projeto de extensão Práticas Integrativas e Complementares em Saúde<sup>33</sup>, criado em 2019, Grupo de extensão MeditaUfes que passou a atuar no primeiro semestre de 2019 disponibilizando práticas para o enfrentamento da quarentena<sup>34</sup>, e, o iPICS<sup>35</sup> criado em 2020, todos vinculados ao CCS/UFES.

No Centro Universitário Norte do Espírito Santo, ofertam-se disciplinas envolvendo Fitoterapia, Introdução à Acupuntura e Medicina Tradicional Chinesa e Floralterapia, bem como desenvolve projetos de extensão em PICS com públicos diversos<sup>36</sup>.

Em **Minas Gerais**, o Kaipora<sup>37</sup> - Laboratório de Estudos Bioculturais, sediado na Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG) desenvolve práticas de pesquisa/extensão/ensino voltadas à promoção da saúde popular mestres e mestras dos saberes tradicionais biodiversidade em diálogo com a região Metropolitana de Belo Horizonte (RMBH). O grupo procura, a partir de um diálogo entre os campos da biologia e antropologia, aprender e destacar saberes e práticas que cultivam relações de cuidado com o ambiente, com os humanos e com outros seres não humanos que habitam os territórios.

No intuito de promover a valorização da vida e do cuidado, o grupo tem desenvolvido em parceria com organizações e movimentos populares, tais como a Articulação Embaúba da RMBH; Fórum Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional dos Povos Tradicionais de Matriz Africana; Raizeiras, Parteiras e Benzedeiras cursos, oficinas e rodas de conversas (dentro e fora da universidade), sobre o cultivo, uso e manejo de plantas, animais, minerais e demais elementos do ambiente, importantes para o autocuidado e ao cuidado de uns com os outros.

<sup>33</sup> Coordenado pela Profª Drª Grace Kelly Filgueiras Freitas.

<sup>34</sup> Coordenado pela Profª Dra Magda Castro.

<sup>35</sup> Coordenado pela Profª Dra Lívia Carla Rodrigues.

<sup>36</sup> Coordenados pelo Dr. Jefferson Hemmerly.

<sup>37</sup> Coordenado pelos professores Drª Mariana Oliveira e Souza e Dr. Emmanuel Duarte Almada.

O “Projeto Música Para Quem Cuida” (MPQC)<sup>38</sup>, do Curso de Musicoterapia da UFMG constitui-se em uma extensão remota desenvolvida por professores e estudantes que consiste em uma campanha de dedicatórias musicais nas redes sociais, voltada para profissionais da saúde e da assistência social que estão enfrentando a Covid-19 para cuidar de outras pessoas.

Esses profissionais fazem pedidos de canções de sua escolha, para si, para colegas de profissão e/ou para instituições em que trabalham. As músicas são gravadas pela equipe MPQC com uma dedicatória individualizada e divulgadas no perfil “Musicoterapia UFMG”, com objetivo de homenagear esses profissionais; incentivar o autocuidado e propiciar alento, ânimo, conexão e encontro por meio da música, o que adquiriu notável importância em tempos de distanciamento e isolamento sociais. Por ser aberta nas redes, a campanha lida com contextos socioculturais múltiplos, buscando sempre acolher e conectar as escolhas musicais feitas pelos profissionais atendidos com as histórias que acompanham os pedidos.

Depois da implantação do MPQC, a equipe passou a refletir mais sobre as possibilidades da Musicoterapia Comunitária, que vão além das sessões convencionais, levando os potenciais benéficos da música, por musicoterapeutas, pelas redes sociais.

No **Rio de Janeiro**, docentes da UNIRIO desenvolvem projetos envolvendo as PICS na perspectiva da promoção de saúde por intermédio das extensões universitárias: “Depressão em Idosos: Desenvolvendo ações de saúde mental em um Centro Municipal de Saúde”<sup>39</sup>, voltada para o cuidado de saúde mental de mulheres longevas através de oficinas expressivas, utilizando os referenciais teóricos da Arteterapia. As oficinas que têm o intuito de promover autoestima, autocuidado, memória, coordenação motora, duram 120 minutos por semana, estimulam a expressão de 10 longevas participantes, possibilitando a construção de espaço terapêutico de confiança mútua e ampliação de redes de apoio.

O projeto de extensão “Movimento Vital Expressivo / Rio Aberto como prática de promoção da saúde”<sup>40</sup> desenvolve atividades como produção de materiais digitais, cartilha para a população sobre as PICS, realização de oficinas e a roda de Movimento Vital Expressivo denominada ‘O corpo expressa’, onde por meio de encontros semanais, com uma hora de duração com a participação de membros internos e externos à Universidade, contribui para a integração entre comunidade acadêmica e da população.

A “Liga Acadêmica de Práticas Integrativas e Complementares”<sup>41</sup>, que desenvolve várias atividades e conta com a participação de 36 estudantes da área da saúde e o “Projeto de Extensão ComSAÚDE: atividades lúdicas e integrativas como estratégia facilitadora do processo de comunicação em saúde”<sup>42</sup> com perfis no *Instagram* e no *Facebook* e conta com

<sup>38</sup> Coordenado pela Professora Marina Freire.

<sup>39</sup> Coordenada pela Professora Doutora Rosane Mello.

<sup>40</sup> Coordenado pela Professora Doutora Andressa Teoli Nunciaroni.

<sup>41</sup> Coordenada pela Professora Doutora Natália Chantal Magalhães da Silva.

<sup>42</sup> Coordenado pela Professora Doutora Natália Chantal Magalhães da Silva.

60 postagens para instigar a reflexão da comunidade e promover a comunicação em saúde em prol do bem-estar físico, mental e social.

O projeto “Blog Fábrica de Cuidados: o uso das mídias sociais para divulgação da prática do Do-in em tempos de pandemia do Covid-19”<sup>43</sup>, realizou palestras online e postagens nas mídias sociais com orientações e demonstrações sobre a prática do DO-IN para o alívio das questões emocionais em tempos de distanciamento social, constatando que as mídias viabilizaram uma interação mais próxima com a comunidade.

Na Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) estão em desenvolvimento os seguintes Projetos: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde e a Saúde do Trabalhador (desenvolvido desde 2017, e, em 2020 focou em oferecer Reiki à distância com 5.900 atendimentos por mês) e Práticas Integrativas e Complementares em Saúde como suporte aos profissionais de Saúde em tempos de pandemia da Covid-19<sup>44</sup>. Há também a oferta da disciplina eletiva Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, desde 2019, para acadêmicos das áreas de saúde, humanas e tecnológica<sup>45</sup>.

Em **São Paulo**, o “Projeto Escuta Humanizada-Cuidados Integrativos para Profissionais da Saúde, da Educação e do Administrativo da SPDM em tempos de pandemia”<sup>46</sup>, integra pesquisa, ensino e extensão e visa acolher a equipe de saúde, de educação e administrativa de serviços públicos de saúde, voltadas para o atendimento de casos de casos de Covid-19, e tem como foco questões urgentes de saúde pública relacionadas à promoção da saúde mental, em especial àqueles com maior risco de contágio.

As estratégias incluem acolhimento preferencialmente em grupo, com escuta das demandas da referida equipe, e método psicoterapêutico humanista, com abordagem centrada na pessoa, princípios de Psicoterapia Breve e, definição de reflexões temáticas, norteadas pela epistemologia dos cuidados integrativos para promoção e educação em saúde. O atendimento ocorre por meios online e conforme disponibilidade da equipe (nove psicólogas e seis monitores do curso de Psicologia).

O projeto foi elaborado por profissionais voluntários, com especialização em Cuidados Integrativos, professores colaboradores da Associação Brasileira de Cuidados Integrativos (ABRACI) e docentes da UNIFESP, como prática da ação solidária em situações de emergência em saúde e estado de calamidade pública. Também recebe a parceria do Núcleo de Cuidados Integrativos (NUCI) do Departamento de Neurologia e Neurocirurgia da UNIFESP. O projeto-piloto foi desenvolvido ao longo de 2020, atendendo 10 profissionais do Hospital São Paulo.

A temática das PICS também motivou discentes de Psicologia da UNIFESP<sup>47</sup> a desenvolverem seu trabalho de conclusão do curso objetivando identificar o significado que o cuidado por meio das PICS representa para o indivíduo que o recebe.

<sup>43</sup> Coordenado pela Professora Doutora Priscila de Castro Handem

<sup>44</sup> Coordenados pela Professora Doutora Fátima Sueli Neto Ribeiro.

<sup>45</sup> Coordenados pela Professora Doutora Fátima Sueli Neto Ribeiro.

<sup>46</sup> Coordenado pelo Professor Doutor Fernando de Almeida Silveira e Professora Doutora Sissy Veloso Fontes.

<sup>47</sup> Acadêmica Carolina Claudio Bisi.

Cabe ressaltar que na UNICAMP, o Laboratório de Práticas Alternativas, Complementares e Integrativas em Saúde (LAPACIS)<sup>48</sup>, desenvolve muitas atividades de ensino, extensão e pesquisa envolvendo as PICS. O projeto “Yogaterapia para estudantes universitários: uma estratégia de cuidado”<sup>49</sup> desenvolveu intervenção com Yoga e Meditação voltado para os desequilíbrios emocionais dos estudantes (graduação e pós-graduação) da área da saúde, durante a pandemia (Covid-19), no ano de 2020. Os praticantes do programa mencionaram que ao utilizarem as ferramentas da prática de yoga e meditação no cotidiano, ampliaram a capacidade de se auto-observar e de fazer melhores escolhas para o dia a dia.

## 2.4 A caminhada de integração na Região Sul: campos, serviços e universidades

No Paraná há 165 municípios que ofertam as práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde em levantamento ocorrido em 2018, que se utilizam das 29 práticas aprovadas pela Política Nacional de Práticas Integrativas.

A Universidade Estadual de Londrina (UEL) participa ativamente em várias frentes de atuação com as PICS. Destaca-se o Departamento de Enfermagem lotado no Centro de Ciências da Saúde (CCS). Em 2017 houve a criação e consolidação do grupo de pesquisa multiprofissional, denominado Núcleo de Estudos em Espiritualidade, Práticas Integrativas e Complementares e Conscienciologia (NEEPICS), cadastrado no CNPQ<sup>50</sup>.

Desde 2020 o programa de pós-graduação *stricto sensu* oferta as disciplinas optativas denominadas: “Práticas integrativas e complementares em saúde e conscienciologia aplicada ao cuidado integral centrado na pessoa”<sup>51</sup> e de arteterapia<sup>52</sup>. Na reforma curricular do curso de Enfermagem houve a aprovação da disciplina “Cuidados paliativos e práticas integrativas e complementares”, prevista para iniciar em 2022. O programa de Residência em Medicina de Família e Comunidade também integra as atividades das PICS na atenção primária com ações de fitoterapia<sup>53</sup> e homeopatia.

Atuamos também por meio do projeto de pesquisa: “O uso das práticas integrativas e complementares no município de Londrina” aprovado em Parceria com a Prefeitura de Londrina, Hospital Universitário e Hospital Anísio Figueiredo (HZN), e pelos projetos de extensão: “UEL pela vida e contra o coronavírus”<sup>54</sup>, que desde 2020, em uma das frentes de trabalho, faz atendimento itinerante com as PICS para os servidores lotados no nível de

<sup>48</sup> Coordenado pelo Professor Doutor Nelson Filice de Barros.

<sup>49</sup> Projeto realizado pela pesquisadora Doutora Veridiana Noronha Vaccarelli, sob orientação do Professor Doutor Nelson Filice de Barros do Lapacis/FCM (UNICAMP).

<sup>50</sup> Grupo de Pesquisa coordenado pelos docentes da enfermagem Enfermeira Doutora Eleine Martins e do Departamento de Saúde Coletiva, médico Doutor Carlos Takeo Okamura.

<sup>51</sup> Disciplina ministrada pelos docentes Enfermeira Doutora Eleine Martins e médico Doutor Carlos Takeo Okamura.

<sup>52</sup> Disciplina ministrada pelo docente do departamento de enfermagem Enfermeiro Doutor Marcos Hirata.

<sup>53</sup> Médica da Atenção Primária médica Doutoranda Beatriz Zampar.

<sup>54</sup> Projeto coordenado pela Doutora Mara Solange Dellarozza, enfermeira e docente do departamento de enfermagem.

atenção primário, secundário e terciário, e permite a participação de estudantes e docentes junto aos enfermeiros da prefeitura de Londrina nos atendimentos às populações de moradores de rua e pelo projeto “Terapias Complementares em Saúde: nova perspectiva no cuidado de Enfermagem”<sup>55</sup>, desde 2018, e atua disponibilizando o escalda pés e a aromaterapia na maternidade de Londrina.

Durante a pandemia houve a intensificação do trabalho de atendimento, independente da adesão à pesquisa. Atendemos ao CCS com meditação online quando nos solicitado. Também estamos firmando parceria com a Labesi região sul.

No âmbito da assistência, o CCS cedia o ambulatório de atendimento das PICS em parceria com o Programa de assistência a docentes e discentes (PADD)<sup>56</sup>, que possui participação ativa no colegiado do curso. Há a oferta das práticas de Auriculoterapia, Acupuntura, Reiki, Meditação e Constelação Familiar para estudantes e professores do CCS em horários previamente agendados. Os docentes envolvidos no atendimento possuem carga horária destinada ao programa e aos projetos de pesquisa e extensão. Durante a pandemia houve aumento da demanda de atendimento.

As Universidades Federal do Paraná (UTFPR) e a Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE) ofertam atividades com as PICS, em formato de disciplina optativa na graduação e também em ambulatório de atendimento para estudantes e comunidade geral, respectivamente. Porém no período de pandemia houve suspensão das atividades.

Em **Santa Catarina** o movimento das práticas integrativas germinou das práticas populares dentro dos movimentos sociais vários, somente após a aprovação da política nacional, quando as universidades voltaram seu olhar para as mesmas, predominando em seu braço de extensionistas. Destaco aqui os três últimos movimentos: político, práticas na atenção à saúde e práticas no ensino.

Como movimento político destaco o papel do deputado estadual Padre Pedro e a instituição da lei 17.706 de 22 de janeiro de 2019, que dispõe sobre as Práticas Integrativas no âmbito do SUS em Santa Catarina. Estabelece as 29 práticas possíveis de serem ofertadas de forma integral e gratuita por meio do SUS.

Como movimento de atenção em saúde tivemos a implantação de coordenadorias de PICS na estrutura das secretarias municipais de saúde. Destaco aqui a pioneira Florianópolis, seguida das demais regiões, Chapecó, Blumenau e Videira, entre as demais. Todas comportam atualmente 504 registros de serviços de PICS em nosso estado.

Em Blumenau (SC), a secretaria de saúde por anos sediou as práticas de tai chi chuan e meditação<sup>57</sup>. Na Universidade Regional de Blumenau (FURB) atuam-se com suas plantas medicinais e uso popular<sup>58</sup>, somando com o projeto de educação popular

<sup>55</sup> Coordenado pela Doutora Catia Campaner Ferrari Bernardy, enfermeira e docente do departamento de enfermagem.

<sup>56</sup> Projeto coordenado pelos docentes de Enfermagem Doutor Adriano Farinasso e Doutora Regina Célia Bueno Rezende Machado.

<sup>57</sup> Coordenadas pela Doutora Ethna T. Umbehaum, psicóloga e mestre.

<sup>58</sup> Tem como responsável o Professor Mestre Alessandro Guedes.

em saúde. Há parcerias com a Liga de Saúde Coletiva, e com a Escola Técnica de Saúde do município, onde foi firmada a primeira formação em PICS e a realização do I curso introdutório de PICS para o serviço de Blumenau, formando 23 profissionais que continuam atuando na assistência e formação de acordo com os princípios de educação permanente e educação popular em saúde, criando um coletivo.

Como movimento de ensinagem, em Blumenau possui o Núcleo de Estudos e Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (NEPICS), programa de extensão da FURB em integração com o serviço e a comunidade, inserindo outros cursos como da área de humanas e tecnológicas em nosso fazer diário. Ofertamos as práticas de fitoterapia, acupuntura, uso terapêutico da arte, yoga, meditação e musicoterapia. Também buscamos integração com outras instituições de ensino, citamos aqui a UFSC com ampla experiência em acupuntura, a Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL) e a Universidade da Região de Joinville (UNIVILLE) com suas graduações em Naturopatia.

A Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC) oferta auriculoterapia, terapia de florais e Reiki para a comunidade acadêmica do centro de ensino superior do Oeste, com cursos em Chapecó e Pinhalzinho (SC). Em ambas as cidades há uma sala com toda infraestrutura para atendimento de alunos, professores, técnicos e terceirizados, mediante encaminhamento de psicólogos/professores e demanda espontânea. Durante a pandemia, em virtude do teletrabalho, há o atendimento online para Terapia com Florais e Reiki à distância.

Atualmente estamos em uma busca de concretizar a rede de PICS de SC, consideramos que mesmo frente ao Covid teremos a chance de aproximar estas experiências e práticas e melhorarmos a rede estadual visando a continuidade e fortalecimento da Política de PICS nas 3 esferas, municipal, estadual e nacional.

No **Rio Grande do Sul**, há uma trajetória marcada pela utilização das práticas populares, integrativas e complementares nos diversos espaços e territórios. O uso de Plantas Medicinais é um marco importante que mobiliza milhares de pessoas todos os anos em diferentes estratégias, desde o Fórum pela Vida (articulação de entidades, movimentos, grupos, gestores, pesquisadores e parlamentares), a construção da Política Intersecretarial de Plantas Medicinais (no ano de 1999) e a inserção no SUS em seguida; além de Seminários, eventos e o uso de plantas nos serviços de saúde, em grupos de movimentos populares, em escolas e em universidades. Essas ações se mantiveram durante a pandemia a partir dos espaços virtuais ou com as medidas sanitárias, nas ações presenciais.

A Universidade Federal da Fronteira do Sul (UFFS) se integrou num dos Projetos construídos e coordenados pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) em parceria com outras instituições, secretarias estadual e municipal de Saúde no Projeto “Rede Colaborativa PIC”, integrado numa campanha do Conselho Nacional de Saúde de proteção e cuidado aos trabalhadores (as) da saúde através dos teleatendimentos com

o uso das PICS. Também está articulada com movimentos sociais populares, ANEPS, GT Educação Popular e Saúde da Associação brasileira de Saúde Coletiva (ABRASCO) e serviços de saúde, e, desenvolve ações de cuidado em Reiki à distância, meditação guiada, orientações sobre o uso de plantas medicinais e alimentos saudáveis, dentre outras iniciativas coletivas de cuidado, de forma telepresencial, com o uso de ferramentas como *Whatsapp®*, facebook com grupos específicos junto à atenção básica e/ ou comunidades, ou vinculados a movimentos populares, comunitários e de mulheres e integrado ao Programa de Residência Multiprofissional em Saúde na Atenção Básica.

Também realiza atividades formativas e de comunicação popular em saúde, por meio de materiais educativos e de promoção de saúde, envolvendo lideranças sociais e populares, com estudantes de medicina, residentes em saúde, profissionais, educadores e conselheiros de saúde para a proteção à saúde da população.

Na cidade de Santa Maria destaca-se o Laboratório de Práticas Integrativas e Complementares de Saúde da Universidade Federal de Santa Maria (LAPICS/UFSC) que atua como parceiro no projeto intitulado: “Cuidar de quem cuida dos pacientes e do hospital” do Hospital Universitário de Santa Maria (HUSM).

O projeto foi criado após o decreto do estado de emergência em saúde pública de importância internacional decorrente do surgimento da Síndrome Respiratória Aguda Grave pelo Coronavírus 2 (SARS-CoV-2); doença denominada Covid-19. Este projeto objetiva auxiliar no enfrentamento ao estresse, ansiedade e medo em período de pandemia, por meio da apresentação de tratamentos convencionais e Práticas Integrativas Complementares em Saúde (PICS), além de aliar a capacitação dos trabalhadores do hospital em temáticas voltadas à saúde e desenvolvimento das competências interpessoais no autocuidado.

Tem como visão promover a saúde, potencialidades, forças, virtudes e o autoconhecimento, orientando o aperfeiçoamento de hábitos alimentares, prática de atividade física e gestão do estresse, bem como fortalecer o autocuidado. Muitos destes conhecimentos em PICS estão embasados no nosso livro “Práticas integrativas e complementares no SUS: por (re)conhecimento de técnicas milenares no cuidado à saúde contemporânea” (FREITAG, BADKE, 2019). Os dados são utilizados para o cadastro no Núcleo de Educação Permanente em Saúde (NEPS).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS:**

No mapeamento das ações que utilizam as PICS nas Universidades do Brasil, constatou-se muitas experiências exitosas consolidadas que se adequam ao modo remoto bem como outras que emergiram no contexto da pandemia de Covid-19.

As PICS se opõem ao cuidado mecânico e mercantil, e direcionam o sujeito para sua emancipação e o cuidar de si. Constituem recursos terapêuticos com uma visão ampliada do processo saúde-doença e da promoção integral do cuidado humano. A pandemia por

Covid-19 desencadeou diversos processos de adoecimento, sendo o profissional de saúde atuante no enfrentamento da mesma, o mais vulnerável. Em vários serviços e regiões do Brasil, as PICS foram utilizadas como uma ferramenta auxiliar para mitigar o sofrimento diante de tantas intempéries vivenciadas nas diversas dimensões do cuidado, bem como nos âmbitos sanitário, social, econômico e ambiental.

A partir do mapeamento realizado alguns aspectos devem ser considerados no que concerne às possibilidades de protagonismo das PICS no âmbito da formação dos profissionais para o SUS. Neste contexto existem práticas ainda com dificuldade de serem reconhecidas e contempladas como atividades profissionais na PNPI. Por outro lado, apesar do processo de formação dos profissionais de saúde ser uma etapa importante para consolidação das PICS no SUS, há a limitação da oferta das mesmas nas grades curriculares dos diversos cursos, onde as PICS poderiam ser inseridas para suprir as demandas sociais.

Em contrapartida, constatou-se que as universidades ofertam vários projetos de extensão e de pesquisa que se utilizam das PICS para várias populações, especialmente durante a pandemia da Covid-19, com ações que promovem a saúde na comunidade, para servidores, estudantes e populações específicas.

Desta forma, a união dos quatro pilares caracterizados pela assistência, ensino, pesquisa e extensão fortalece este movimento de ampliação das PICS no processo de formação ao integrar a construção de saberes coletivos, educativos, culturais e científicos a fim de possibilitar a relação dialógica e transformadora entre Universidade e Sociedade.

Considerando que esta interação dialógica entre a universidade e a comunidade é exercida com o protagonismo discente - atores sociais indispensáveis na construção das ações extensionistas - e que trazem suas contribuições e saberes que fortalecem as práticas de saúde no território, percebemos que os objetivos da aprendizagem, centrada no estudante são plenamente alcançados com tais vivências.

Sendo assim, faz-se necessário reafirmar o direito à saúde como pressuposto constitucional básico, bem como o fortalecimento do controle social visando garantir a ampliação do acesso às PICS em seus diferentes contextos e territórios. Para isso é imprescindível aumentar possibilidades de diálogo e divulgação sobre as PICS e práticas populares de cuidado à saúde, fortalecendo, portanto, o uso e a ocupação dos vários espaços, neste momento em especial, os virtuais, que estimulem o cuidado de si, do outro e do ecossistema.

## **EXERCÍCIOS PARA FIXAÇÃO DA APRENDIZAGEM:**

1. Tendo como referência as experiências da formação, que caminhos você pode trilhar para incorporar as PICS em sua prática profissional?

2. Na sua percepção, quais as facilidades e dificuldades na implementação das PICS no cenário nacional?
3. No seu processo de formação quais estratégias podem ser utilizadas para integração dos diferentes cenários e regiões nacionais na formação das PICS?
4. Como as PICS são capazes de impulsionar inovações nas modalidades de atendimento à comunidade e lançar novas redes no processo de formação?
5. Como as PICS se inserem nas estruturas de ensino, pesquisa e extensão e ressignificam o debate nas grades curriculares e nos serviços durante e após a pandemia de Covid-19?

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

ARAÚJO, D.; MOURA, J. Zefa da Guia: parteira do Sertão. Documentário, Sergipe, 2018.

BANIWA, B. J. Saberes Tradicionais, Espiritualidade e Saúde. Revista Saúde em Redes, v. 6, Supl. 2 (2020):92. ISSN 2446-4813.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Superior. Resolução CNE/CES n. 3, de Junho de 2014. Institui diretrizes curriculares nacionais do curso de graduação em Medicina. Diário Oficial da União. 23 Jun 2014; Sec. 1, p. 8-11.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 96 p. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_praticas\\_integrativas\\_complementares\\_2ed.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf). Acesso em 15 Mar. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n. 702, de 21 de março de 2018. Inclui novas práticas Saúde na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares – PNPI. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 22 mar. 2018. Acesso em 14 Mar 2021. Disponível em <[https://www.in.gov.br/web/guest/materia/-/asset\\_publisher/Kujrw0TzC2Mb/content/id/7526450/do1-2018-03-22-portaria-n-702-de-21-de-marco-de-2018-7526446](https://www.in.gov.br/web/guest/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TzC2Mb/content/id/7526450/do1-2018-03-22-portaria-n-702-de-21-de-marco-de-2018-7526446)>.

BRASIL. Portaria número 849, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Ministério da Saúde, DF, 2017.

BRASIL. Portaria número 971 de 3/05/2006 e número 1.600 de 17 de julho de 2006. Institui a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Ministério da Saúde, DF, 2006.

FIOCRUZ. CURSO de Aperfeiçoamento em Educação Popular em Saúde: textos de apoio / Organização de Vera Joana Bornstein. [et al.]. Rio de Janeiro: PSJV/FIOCRUZ, 2016.

DACAL, M. P. O.; SILVA, I. S. Impactos das práticas integrativas e complementares na saúde de pacientes crônicos. Saúde debate, Rio de Janeiro, v. 42, n. 118, p. 724-735, 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104201811815>.

FREITAG, V. L.; BADKE, M. R. (Orgs). Práticas integrativas e complementares no SUS: o (re)conhecimento de técnicas milenares no cuidado à saúde contemporânea. Curitiba: Nova Práxis Editorial; 2019, 810 p.

GUIMARÃES, M. B. *et al.* As práticas integrativas e complementares no campo da saúde: para uma descolonização dos saberes e práticas. *Saúde e Sociedade*, v. 29, n. 1, 2020. <https://doi.org/10.1590/s0104-12902020190297>.

GUNDIM, V. A. *et al.* Saúde Mental de Estudantes Universitários durante a Pandemia de Covid-19. *Rev baiana enferm* (2021); 35:e37293.

LUNA SIQUEIRA, A. B., MARTINS, R. D. Prescrição fitoterápica por nutricionistas: percepção e adequação à prática. *VITTALLE - Revista de Ciências da Saúde*, 30(1), 72–83, 2018. <https://doi.org/10.14295/vittalle.v30i1.7744>.

NASCIMENTO, M. C. do *et al* . Formação em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: Desafios para as Universidades Públicas. *Trab. educ. saúde*, Rio de Janeiro , v. 16, n. 2, p. 751-772, Aug. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sol00130>

TESSER, C. D.; SOUSA, I. M. C. de; NASCIMENTO, M. C. do. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. *Saúde de debate*, Rio Janeiro, v. 42, n. spe1, p. 174-188, set. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/0103-11042018s112>

UFS - Universidade Federal de Sergipe. Pró-reitoria de Extensão. Edital PROEX RAEX nº05/2020 de 26 de maio de 2020. Concessão do Grau de Mérito Universitário Especial: em Saberes e Fazeres e em Artes e Culturas Populares. Maio, 2020.