

APROVADOS NO EIXO TERAPIAS MENTE E CORPO



Os conceitos emitidos nos manuscritos são de responsabilidade exclusiva do(s) autor(es), não refletindo obrigatoriamente a opinião da revista. Esta é uma obra distribuída sob os termos da Licença de Atribuição Creative Commons 4.0 Internacional, que permite uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o autor e a fonte originais sejam creditados.

HIPNOTERAPIA COMO PRÁTICA INTEGRATIVA E COMPLEMENTAR: REVISÃO DE LITERATURA

PESSOA, Victor Valentim Fernando ¹
NICOLAU, Karine Wlasenko ²

RESUMO

Introdução: A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, lançada em 2006, define que tais práticas devem estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e a recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. No rol das 29 Práticas Integrativas e Complementares atualmente incorporadas ao Sistema Único de Saúde encontra-se a Hipnoterapia, um conjunto de técnicas que, por meio de intenso relaxamento e concentração, induz a pessoa a alcançar um estado de consciência ampliado que pode alterar várias condições ou comportamentos indesejados, como medos, fobias, insônia, depressão, angústia, estresse, dores crônicas. Pode também favorecer o autoconhecimento e se combinar com outras formas terapêuticas. **Objetivo:** Analisar efeitos da Hipnoterapia como Prática Integrativa e Complementar em Saúde. **Método:** Pesquisa qualitativa, na modalidade revisão de literatura, realizada em maio de 2023, utilizando as bases de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), com o termo *hipnoterapia*; e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), pelo motor de busca Lilacs, com os termos *hipnoterapia* e *hipnose*; e *práticas de saúde*. Foram selecionados artigos disponibilizados na íntegra, com acesso aberto, e que abordassem a hipnoterapia como prática em saúde. Considerando que as informações produzidas com dados abertos e de acesso público, o projeto não foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP), conforme a Resolução CNS 466/2012. **Resultados e discussão:** Após a seleção dos artigos e a leitura dos títulos e resumos, foram eleitos sete artigos. Verificou-se que a Hipnoterapia pode contribuir para a melhora do quadro clínico em transtornos depressivos e ansiosos, na dermatite crônica, no manejo da dor (redução da interferência e da intensidade). As pesquisas destacam o desconhecimento sobre o procedimento e a falta de treinamento durante a formação superior, registrando a importância da inclusão deste tema nos currículos da formação profissional em saúde. **Conclusão:** A Hipnose, como recurso terapêutico, pode colaborar com o tratamento de saúde no que se refere à transformação da relação com o adoecimento. Apresenta baixo custo, exige formação adequada e pode coexistir com outras práticas de saúde utilizadas pelo Sistema Único de Saúde, de forma eficaz.

Palavras-chave: Hipnose. Terapias Complementares e Integrativas. Práticas Integrativas e Complementares.

¹ Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT), Cuiabá, Mato Grosso, Brasil. E-mail: victorvalentimfernandopessoa@gmail.com

² Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT), Cuiabá, Mato Grosso, Brasil, E-mail: karine.nicolau@ufmt.br

REVISANDO UM SEMESTRE DE EXTENSÃO COM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: RELATO DE EXPERIÊNCIA

MARTA, Ilda Estefani Ribeiro¹
LIMA, Pedro Guilherme da Silva²
OLIVEIRA, Wíndola Dafny Douglas de³
MOURA, Bruna Bertasso Teixeira⁴
GARCIA, Anna Laura Lima Queiroz⁵

RESUMO

Introdução: As Diretrizes Curriculares Nacionais dos cursos de graduação em medicina e enfermagem apontam a necessidade de uma formação adequada às demandas do Sistema Único de Saúde a partir da articulação com as políticas nacionais de saúde. Dentre essas políticas, no Brasil, em 2006, foi aprovada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde que, atualmente, inclui 29 práticas. A articulação teórica e prática de conteúdos curriculares com essa política permite que os discentes desenvolvam uma visão global do ser humano e vivenciem o cuidado integral. **Objetivo:** Relatar a experiência com o Projeto de Extensão Universitária “Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: ampliando o cuidado na atenção básica”. **Apresentação da experiência profissional:** Trata-se de um relato de experiência, incluindo dados quantitativos e qualitativos de atendimentos individuais, realizados no primeiro semestre de 2023, no contexto de um projeto de extensão que envolve docentes, técnico administrativo e discentes dos cursos de enfermagem e medicina da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul e a Secretaria Municipal de Saúde de Três Lagoas, MS. O objetivo geral do projeto é auxiliar usuários nos seus processos de vida, promovendo aumento da vitalidade. No primeiro contato com os usuários é ressaltado o caráter complementar das terapias propostas e é realizada entrevista individual, enfocando a identificação e caracterização sociocultural do usuário, dados objetivos sobre sua condição clínica, percepções sobre sua vida e seu estado de saúde, hábitos, sinais e sintomas específicos da avaliação da medicina chinesa e esquemas terapêuticos utilizados. São aplicadas escalas de medida da intensidade de dor e outras condições. Estes dados são registrados em impresso próprio, constantes do prontuário do usuário. Os atendimentos são realizados semanalmente nas modalidades individual e grupal. **Discussão:** No primeiro semestre letivo de 2023 os atendimentos individuais aconteceram em três períodos de cinco horas semanais. Cada usuário recebeu, em média, uma sessão semanal durante cinco semanas. Do total de usuários, 73% eram do sexo feminino e 27% masculino, a idade variou de 13 a 71 anos; em relação a religião, 50% se declarou católico, 23,2% evangélico, 17,9% declarou não ter religião e 8,9% espírita. Dentre as queixas iniciais 79,4% foram algias, destas 32,4% lombalgia, 13% gonalgia, 11% epigastralgia, 10% ombralgia, 7,6% dorsalgia, 7,5% sacralgia, 6,5% cervicalgia, 6,5% dor em membros e 5,5% cefaleia. Dentre as demais queixas houve referência à ansiedade, insônia, asma, depressão, tristeza e medo. No total dos atendimentos foram realizadas 200 sessões de ventosaterapia, 30 de moxaterapia, 30 de toque terapêutico, 35 de acupuntura auricular e 50 de massagem utilizando alguns movimentos de tui na. Destaca-se como resultado do cuidado com práticas integrativas a remissão total ou diminuição de mais de 50% da intensidade das dores relatadas, aumento da amplitude de movimentos corporais, relaxamento muscular, diminuição da ansiedade, melhora da qualidade do sono, aumento da alegria, tranquilidade e bem-estar geral. **Considerações finais:** É importante ressaltar que, dentro do paradigma vitalista, que embasa esse projeto de extensão, o foco não é a patologia apresentada pelo usuário e sim as perturbações dos sistemas sutis de energia. Conclui-se que a harmonização dos sistemas sutis de energia resultou em bem-estar físico e emocional. Tendo em vista que a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde ainda não está implementada no município de Três Lagoas, o cuidado oferecido neste projeto contribui para o acesso a cuidados integrativos e para a divulgação de outras racionalidades e formas de cuidar em saúde.

Palavras-chave: Política de saúde. Terapias complementares. Assistência integral à saúde. Promoção da saúde.

¹ Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, Brasil, E-mail: iestefani.ufms@gmail.com

² Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, Brasil, E-mail: p.guilherme@ufms.br

³ Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, Brasil, E-mail: winola.dafny@ufms.br

⁴ Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, Brasil, E-mail: brunabertassoteixeira@gmail.com

⁵ Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, Brasil, E-mail: anna.lima@ufms.br

⁶ Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Três Lagoas, Mato Grosso do Sul, Brasil, E-mail: eduarda.matoso@ufms.br