



ATIVIDADE PRÁTICA

**TERAPIAS ALTERNATIVAS E QUALIDADE
DE VIDA**



OBJETIVOS

A proposta desta atividade prática está amparada nos seguintes objetivos:

- Promover a reflexão sobre o que é qualidade de vida.
- Refletir sobre a atuação das Terapias alternativas da vida e saúde dos indivíduos.
- Aprofundar os conhecimentos sobre as terapias alternativas e qualidade de vida.

RECURSOS

Computador com acesso à internet e ao ambiente virtual.

PROCEDIMENTOS PRÁTICOS

Atividade proposta

Qual o real significado de qualidade de vida e sua importância nos dias atuais.

Procedimentos para a realização da atividade

- 1) “Considerando o indivíduo na sua dimensão global – sem perder de vista a sua singularidade, quando da explicação de seus processos de adoecimento e de saúde –, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) corrobora para a integralidade da atenção à saúde, princípio este que requer também a interação das ações e serviços existentes no SUS. Estudos têm demonstrado que tais abordagens contribuem para a ampliação da corresponsabilidade dos indivíduos pela saúde, aumentando, assim, o exercício da cidadania. De outra parte, a busca pela ampliação da oferta de ações de saúde tem, na implantação ou implementação da PNPIC no SUS, a abertura de possibilidades de acesso a serviços antes restritos à prática de cunho privado. A melhoria dos serviços e o incremento de diferentes abordagens configuram, desse modo, prioridades do Ministério da Saúde, tornando disponíveis opções preventivas e terapêuticas aos usuários do SUS. Esta Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares busca, portanto, concretizar tais prioridades, imprimindo-lhes a necessária segurança, eficácia e qualidade na perspectiva da integralidade da atenção à saúde no Brasil” (Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. 2ªed. Brasília, 2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf).

Ainda, a Organização Mundial de Saúde (OMS) define saúde como “um estado de completo



bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”.

Interpretando o trecho acima e a definição da OMS, descreva, de forma ampla e completa o que significa o termo “Qualidade de Vida”.

- 2)** De acordo com a OMS, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) fazem parte da Medicina Tradicional e Complementar.

Estas práticas têm crescido no mundo todo, incluindo países desenvolvidos onde a medicina convencional ou alopática tem se estabelecido nos sistemas de saúde.

Estes sistemas de cuidado não precisam se confrontar; podem se completar em uma harmonia benéfica, usando os melhores recursos que cada um oferece a fim de oferecer o melhor e mais completo atendimento ao indivíduo.

Além disso, o Brasil é considerado referência mundial na área de práticas integrativas e complementares na atenção básica, pois investe em prevenção e promoção à saúde e não somente na cura. Dessa forma, leva mais saúde e qualidade de vida à população.

Neste momento, você deverá buscar por referências confiáveis a respeito destas práticas para entender as razões que têm levados os indivíduos e buscarem por tais tratamentos. Busque refletir também sobre quais são os pontos em comum nas diferentes técnicas complementares.

Agora responda de forma clara e completa:

- O que tem levado ao grande sucesso das PICS, mundialmente falando?
- Qual o olhar das diferentes práticas possui sobre o indivíduo e sua saúde que faz com que tenham uma taxa de sucesso elevada tanto em tratamentos preventivos quanto em tratamentos curativos?

- 3)** Há quase dois anos atrás, quando a pandemia de Covid-19 surgiu pareceu, por um momento, que seria “agradável” ficar em isolamento social, curtir a vida familiar e passar alguns dias longe do trabalho e estudos. Porém, esta cena que parecia curta e leve, vem se estendendo e deixando sequelas graves, não só naqueles que contrairam a doença.

As PICS são reconhecidas pela OMS e esta orienta a adoção das práticas pelos sistemas nacionais de saúde de diferentes países.

Com a chegada da Covid-19, o Conselho Nacional de Saúde recomenda a divulgação e inclusão das práticas na assistência ao tratamento para combater a doença (Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde, Governo Federal. Covid-19: CNS recomenda divulgação de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (Pics) na assistência ao tratamento. 22/maio/2020).



Complementando, as práticas em questão tiveram grande aumento de procurar após o início da pandemia, para melhorar diversas condições de saúde para melhor enfrentamento da situação em que estamos vivenciando.

Diferentes alterações de saúde estão sendo experienciadas pela população: queda da imunidade, estresse, mudanças nos hábitos de vida (alimentação, prática de atividade física, convívio social, atividades religiosas, novas formas de trabalho e estudo, etc.).

Dessa forma, responda:

- Como as terapias alternativas podem auxiliar os indivíduos durante a pandemia?
- Descreva 3 diferentes exemplos práticos de auxílio proporcionados pelas terapias alternativas neste momento histórico único.

Checklist

Principais etapas para a completude da atividade prática:

- Qual o significado do termo “Qualidade de Vida”.
- Busca pelas PICS e o olhar destas práticas sobre o indivíduo e a sua saúde.
- Terapias alternativas e o auxílio promovido durante a pandemia.

RESULTADO

Entrega de um arquivo word que contemple todas as etapas da atividade prática, conforme apresentado no checklist.

