



## **Práticas Integrativas e Complementares para o Tratamento da Dependência Química**

### **Resumo**

Localizada no interior Paulista, contando com população de 46.442 pessoas (IBGE, 2022) Santa Cruz do Rio Pardo esbarra nas recomendações do Ministério da Saúde para implantação de um Centro de Atenção Psicossocial - Álcool e Drogas, pois segundo a Portaria MS 3088/2011, sua implantação e habilitação estão pactuadas para municípios com população maior que 70 mil habitantes. Cientes, porém preocupados em atender efetivamente a população com Dependência Química, a gestão municipal optou por formular uma equipe multiprofissional que seguisse os princípios da Rede de Atenção Psicossocial - RAPS e assim em agosto/2023 iniciou-se o Projeto: “CAPS AD Municipal - CASULO”. Ampliando o olhar para oferta de tratamentos complementares e buscando retirar o foco da medicalização como única estratégia, elaboramos uma Oficina de Práticas Integrativas e Complementares, que conta com atividades de Meditação guiada, Auriculoterapia, Aromaterapia e Acupuntura

Sistêmica. As Oficinas demonstraram boa aceitação e os usuários relataram melhora significativa, principalmente em relação aos sintomas ansiosos, apesar das considerações positivas, algumas dificuldades devem ser expostas como a não disponibilização de materiais que acabam sendo custeados pelos próprios profissionais e o desconhecimento da rede quanto os serviços ofertados.



## Descritivo

O Projeto de Práticas Integrativas e Complementares (PICs) no Centro de Atenção Psicossocial - CAPS Álcool e Drogas de Santa Cruz do Rio Pardo é uma iniciativa da equipe do equipamento com apoio da gestão, que visa oferecer um tratamento mais humanizado e abrangente para as pessoas em tratamento da dependência química. Esse projeto integra diversas terapias que buscam promover o equilíbrio físico, mental e emocional dos pacientes, complementando as abordagens convencionais de tratamento e promovendo uma recuperação mais humanizada e eficaz.

Ao apostar na diversificação das abordagens terapêuticas, o projeto contribui para a humanização do atendimento e para o fortalecimento do vínculo entre pacientes e profissionais de saúde. Ele promove também a educação para a saúde, incentivando os pacientes a adotarem hábitos e práticas que favoreçam o

autocuidado e a manutenção da saúde mental e emocional ao longo da vida.

O Projeto de Práticas Integrativas e Complementares se insere como um marco importante na busca pela ampliação das alternativas de tratamento, reafirmando o compromisso da cidade com a promoção de uma saúde integral e com a construção de uma rede de apoio eficaz e acolhedora para todos os indivíduos que enfrentam os Transtornos Mentais decorrentes do uso de álcool e outras drogas.

A equipe multidisciplinar do CAPS AD tem um papel fundamental. Psicólogo, assistente social, enfermeiro e outros profissionais trabalham de forma integrada para garantir que o tratamento seja eficaz e abrangente, abordando as múltiplas facetas da dependência. A colaboração entre os membros da equipe permite que cada paciente receba o acompanhamento mais adequado às suas necessidades específicas, criando um plano terapêutico individualizado.

Um aspecto fundamental do projeto é a importância de pautar o tratamento em um olhar amplo, que vai além do tratamento exclusivamente medicamentoso ou centrado no profissional médico. Ao integrar as práticas terapêuticas e complementares, o projeto reconhece que a dependência química é uma condição complexa que envolve não apenas a dimensão física, mas também a emocional, mental e social.

Essas práticas são cuidadosamente selecionadas para serem integradas ao tratamento de forma complementar, ampliando o horizonte terapêutico e proporcionando um atendimento mais personalizado, que respeita as necessidades e ritmos de cada paciente.

As oficinas terapêuticas que compõem o projeto incluem práticas como auriculoterapia, aromaterapia, meditação guiada, mindfulness e acupuntura sistêmica, cada uma delas com um foco específico no

apoio ao processo de recuperação. Essas práticas têm como objetivo auxiliar na redução dos sintomas de abstinência, melhorar o controle emocional, diminuir a ansiedade e o estresse, e, principalmente, proporcionar uma experiência de acolhimento e reconexão consigo mesmo, essencial para quem está lidando com a dependência química.

As Oficinas são mediadas pela enfermeira e pela psicóloga autoras deste trabalho, devidamente capacitadas e certificadas para aplicação das técnicas que ocorrem uma vez por semana, não havendo a necessidade de agendamento prévio, sendo a meditação guiada e a auriculoterapia as práticas com maior aceitação dos usuários.

Apesar de contar com o apoio da gestão Municipal o Projeto ainda não é custeado pelo Município, sendo então uma dificuldade encontrada na execução do mesmo, a Gestão justifica que o Projeto não estava incluso no Planejamento Anual e, portanto, espera-se que ao inclui-lo no Planejamento do ano subsequente essa dificuldade seja findada.

Outra dificuldade que cabe ressaltar é o preconceito e desconhecimento do equipamento por toda rede de atendimento o que a equipe vem trabalhando para minimizar nas reuniões macros que ocorrem entre todos os setores mensalmente, popularmente designada como reunião da “Redona”.

Quanto aos benefícios relatados pelos usuários o mais recorrente é o controle da ansiedade, melhora do sono e conseqüentemente melhora na qualidade de vida e diminuição de consumo, porém ainda não existem tabulações dos efeitos descritos.

O Projeto em conjunto com as outras abordagens, como psicoterapia, acompanhamento psiquiátrico e grupos de apoio, oferece uma alternativa terapêutica que pode ser utilizada para: Reduzir o uso de medicamentos psicoativos (como ansiolíticos ou antidepressivos) durante o tratamento da dependência,

minimizando efeitos colaterais; Facilitar a adesão ao tratamento, pois muitas pessoas se sentem mais motivadas e confiantes ao perceberem que há uma abordagem mais integrada e personalizada para o cuidado de sua saúde e Apoiar a reintegração social e a melhoria da autoestima, elementos fundamentais para o sucesso do tratamento e da reabilitação de pacientes.

