COORDENAÇÃO **LUIS COSTA** | EMAIL sracores@ordemenfermeiros.pt
MANUELA DIAS | EMAIL mdias@ordemenfermeiros.pt

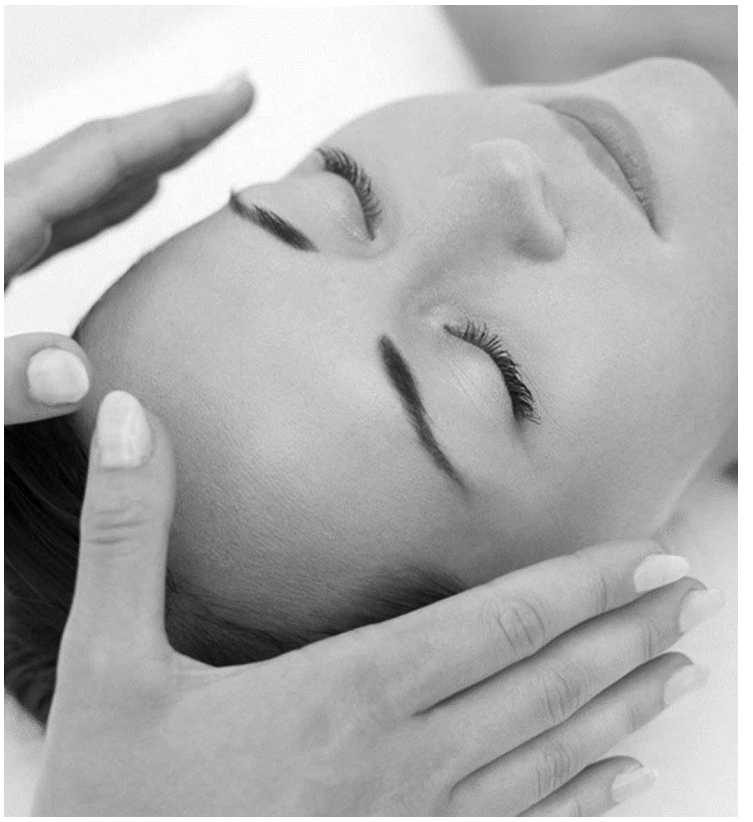
ordem dos enfermeiros AÇORES

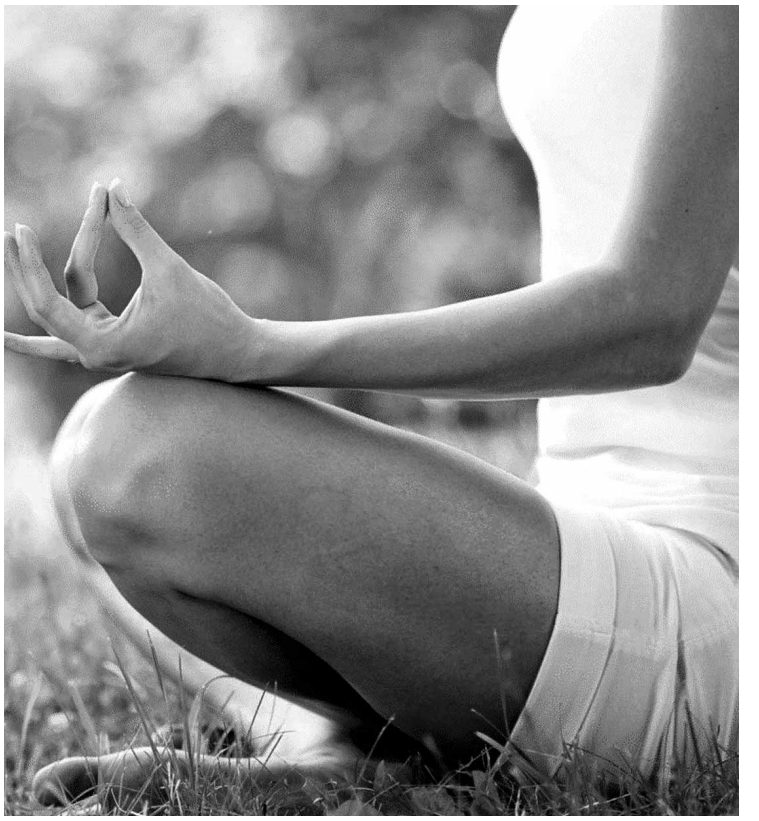
As Terapias Naturais Complementares (TNC)

"As terapias naturais na saúde dos açorianos"

Os conceitos integrativos, alternativos e complementares são utilizados por vezes erroneamente e indiscriminadamente

ANA MÉCIA SALERO DOS SANTOS
(HDES)





Considera-se Terapias Naturais Complementares ou Terapêuticas Não Convencionais (TNC), as práticas que partem de uma base filosófica diferente da medicina convencional e aplicam processos específicos de diagnóstico e terapêuticas próprias.

Em 2002 a Organização Mundial de Saúde (OMS) delineou uma "Estratégia Medicina Tradicional 2002-2005" que preconiza o desenvolvimento de políticas observando os requisitos de segurança, eficácia, qualidade, uso racional e acesso.

Os conceitos integrativos, alternativos e complementares são utilizados por vezes erroneamente e indiscriminadamente. Práticas alternativas, referem-se a todas as práticas utilizadas em substituição das práticas médicas ocidentais e convencionais. Por outro lado, práticas complementares e integrativas, são práticas que se utilizam concomitantemente, em complemento e de forma integrada com as práticas médicas convencionais.

As práticas que estão incluídas nesta legislação portuguesa são: Acupuntura; Fitoterapia; Homeopatia; Medicina tradicional chinesa; Naturopatia; Osteopatia; Quiropráxia.

No entanto, existem outras Terapias Naturais (mente-corpo-energia), que derivam destas áreas de conhecimento, tais como: terapia Reiki, EFT (Emotional Freedom Techniques) massagem terapêutica, meditação orientada, cromoterapia, aromaterapia, entre outras.

O conhecimento destas novas terapias desafia os profissionais de saúde a estar mais despertos para novas filosofias e novos procedimentos nas suas práticas.



O futuro dos cuidados de saúde combina os procedimentos convencionais com as abordagens complementares

O futuro dos cuidados de saúde combina os procedimentos convencionais com as abordagens complementares (Malta et al, 2003).

Atendendo a este fato, em 2015, foi constituído um grupo na comunidade, intitulado Só Esperança, com vista a dar apoio emocional e espiritual a pessoas com cancro e suas famílias, pela partilha de experiencias e pelas terapias naturais complementares.

Em Maio de 2016, foi aprovado no Hospital do Divino Espirito Santo uma Comissão Hospitalar de Práticas Naturais e Integrativas com objetivo de promover e divulgar as diferentes práticas, para utilidade dos colaboradores e utentes internados. As terapias naturais são disponibilizadas recorrendo a voluntários do grupo acima citado e basta para o efeito enviar a solicitação para comissaohospitalarpni@azores.gov.pt

Destaco, sobretudo, os benefícios reais das TNC na promoção de conforto e bem-estar, o relaxamento, a redução da ansiedade, redução dos níveis de dor, indução de sono e uma maior auto estima.

Estas constituem um recurso exequível, sustentável e económico. Devemos ter presente que todas estas terapêuticas têm como princípio essencial a promoção e manutenção de saúde e não constituem "terapêuticas milagre" para tratar a doença, devendo sempre ser integradas ao tratamento convencional. ◆