

# Medicina integrativa

Medicina integrativa é uma abordagem orientada para um sentido mais amplo de cura, que visa tratar a pessoa em seu todo: corpo, mente e espírito. Enfatiza as relações entre o paciente e o médico, e combina tratamentos convencionais e terapias complementares cuja segurança e eficácia tenham sido cientificamente provadas. Esta seção visa informar e atualizar o leitor nessa abordagem.

*Marcelo Saad*  
*Paulo de Tarso Lima*  
Editores da seção

## Roteiro para o uso equilibrado de terapias complementares em serviços de saúde

Marcelo Saad<sup>1</sup>, Roberta de Medeiros<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Doutor em Ciências; Membro do Corpo Clínico do Hospital Israelita Albert Einstein – HIAE, São Paulo (SP), Brasil.

<sup>2</sup> Bióloga; Doutora em Fisiologia; Professora Titular de Fisiologia do Centro Universitário São Camilo – São Paulo (SP), Brasil.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) estabelece que “saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade”. Essa definição foi adotada durante a fundação dessa entidade, em 1948, e não foi modificada desde então<sup>(1)</sup>. Por tal definição, o tratamento clínico-cirúrgico convencional, em seu estrito senso, não encerraria tudo aquilo de que o paciente necessita para equilibrar sua saúde. Quando aplicado isoladamente, traz resultados limitados, efeitos adversos pelas intervenções, além do alto custo inerente.

Um tratamento de saúde abrangente deve ir além do tratamento clínico-cirúrgico convencional. Idealmente, ele deve envolver também mudanças de estilo de vida do paciente (nutrição, exercícios, estresse etc.), tratamentos associados multiprofissionais (fisioterapia, psicoterapia etc.) e terapias complementares (TCs).

Uma TC é um produto ou prática terapêutica que não faz parte da abordagem curativa convencional, mas cuja segurança e eficácia já foram cientificamente investigadas. As TCs devem estar integradas ao tratamento convencional, com objetivo de otimizar sintomas e efeitos colaterais do tratamento; sensação de bem-estar; qualidade de vida e emoções; e melhor resposta do organismo.

Há um interesse crescente dos pacientes por TCs<sup>(2)</sup>. Ao mesmo tempo, os médicos e os serviços de saúde vêm tendo atitudes mais positivas com relação às TCs. O que motiva o paciente a buscar uma TC pode variar. Ele pode estar em busca da cura da doença, do controle dos sintomas ou simplesmente de um bem-estar subjetivo. O importante é que as expectativas do paciente quanto aos resultados sejam realistas, à luz do conhecimento atual.

Segurança e eficácia são fatores que devem ser levados em consideração. É importante lembrar que produto natural não é sinônimo de produto seguro. Substâncias herbais podem apresentar efeitos adversos, assim como interações indesejadas (com medicamentos ou com outros suplementos). Há que se considerar também a possibilidade de impurezas e contaminantes.

Quando uma técnica não tem eficácia comprovada, mas pode melhorar a qualidade de vida do paciente, ela não deveria ser imediatamente descartada. Ela poderia ser usada não para finalidade terapêutica, mas sim para promoção do bem-estar. Para isso, é necessário que ela não seja nociva e que esteja alinhada com os valores do paciente. Este é o caso de técnicas como Reiki e florais de Bach.

A legislação vigente também precisa ser observada. Em diferentes países, um mesmo produto pode ser catalogado como suplemento alimentar (à venda em lojas) ou medicamento (à venda em farmácias). No Brasil, os fitoterápicos são regulados pela Instrução Normativa n.º 5 de 2008 da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA).

Os obstáculos ao uso de TCs não devem ser subestimados. Os principais desafios incluem: buscar TCs por modismo; ser vítima de charlatanismo; adiar uma investigação clínica convencional; suspender o tratamento médico em curso; e a criação de falsas expectativas.

Para o uso adequado de uma TC, é necessário que o médico, o paciente e o serviço de saúde desempenhem seus papéis esperados. O quadro 1 traz uma descrição dessas ações.

**Quadro 1.** Descrição dos papéis esperados para o uso adequado de terapias complementares em serviços de saúde.

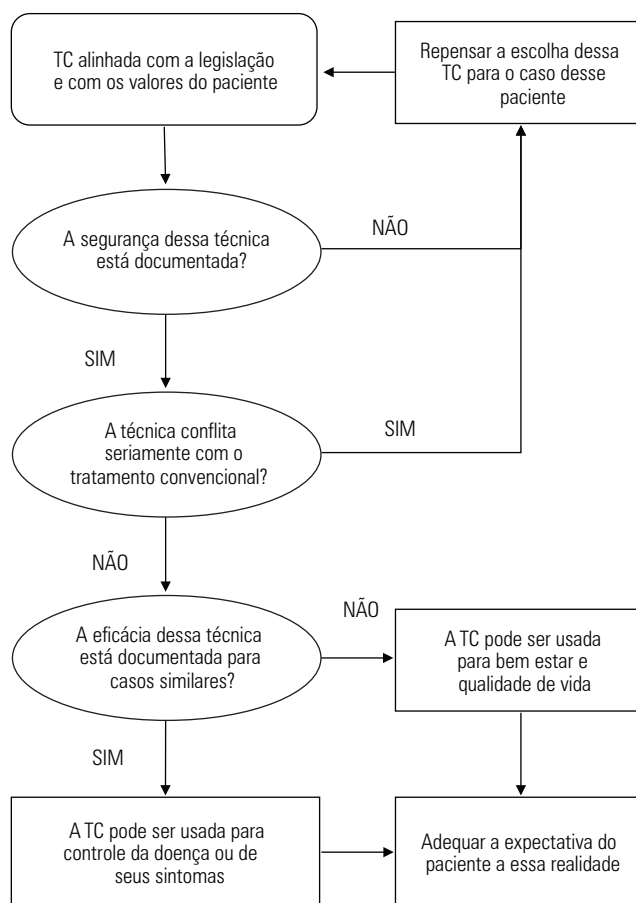
<b>Papel do serviço de saúde</b>	- Focar o interesse do paciente, segundo um atendimento humanizado. - Permitir e incentivar uso de TC. - Difundir orientação sobre benefícios e riscos, limitações e características do tratamento.
<b>Papel do médico</b>	- Perguntar ativamente ao paciente sobre uso de TC. - Educar e incentivar pacientes a usar TC quando indicado. - Ajudar o paciente a interpretar textos encontrados sobre TC. - Respeitar e apoiar os anseios do paciente.
<b>Papel do paciente</b>	- Não parar tratamentos convencionais por conta própria. - Contar aos profissionais que o acompanham que TC está usando. - Buscar informações de fontes confiáveis. - Buscar indicação de um terapeuta de confiança.

TC: terapia complementar.

Um exemplo de uso bem-sucedido de TCs em um hospital geral foi publicado recentemente<sup>(3)</sup>. A adoção de TCs teve impacto significativo na promoção da analgesia, com redução da pontuação de dor em mais de 50%. As técnicas adotadas foram relaxamento, acupuntura, acupressão, massagem, toque terapêutico, musicoterapia, aromaterapia e reflexologia.

A escolha de usar TCs deve ser baseada em conhecimento e despida de preconceitos. A figura 1 propõe um roteiro para o uso equilibrado de TCs em um serviço de saúde. Como conclusão, as TCs podem ser inseridas em serviços de saúde desde que se observe:

- para qual finalidade a TC será usada;
- o respeito à sua indicação, segurança, eficácia e legislação;
- possíveis interações com o tratamento convencional;
- adequação das expectativas quanto aos resultados;
- a capacitação, o treinamento e a experiência do terapeuta.



**Figura 1.** Proposta de um roteiro para o uso equilibrado de terapias complementares em um serviço de saúde.

## REFERÊNCIAS

1. Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, 19-22 June, 1946; signed on 22 July 1946 by the representatives of 61 States (Official Records of the World Health Organization, no. 2, p. 100) and entered into force on 7 April 1948. Preamble.
2. Santa Ana CF. The adoption of complementary and alternative medicine by hospitals: A framework for decision making. *J Healthc Manag.* 2001;46(4):250-60.
3. Dusek JA, Finch M, Plotnikoff G, Knutson L. The impact of integrative medicine on pain management in a tertiary care hospital. *J Pat Safety.* 2010;6(1):48-51.