



## DESENVOLVIMENTO DE MATERIAL DIDÁTICO SOBRE AUTOMASSAGEM TUI NÁ PARA CAPACITAÇÃO DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE DA ATENÇÃO PRIMÁRIA – RELATO DE EXPERIÊNCIA

EMERSON PINHEIRO FERREIRA; KAMILA DE FREITAS ALENCAR; MARCELO SPIANDON; RAPHAELA KARLA TOLEDO SOLHA

### RESUMO

**Introdução:** A Medicina Tradicional Chinesa é uma racionalidade em saúde contemplada pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares e traz a automassagem como parte do seu sistema terapêutico. A automassagem Tui Ná é uma prática que se destaca pela eficácia e baixa complexidade, viabilizando o autocuidado. O toque no próprio corpo atua na prevenção de desequilíbrios energéticos, manutenção da saúde e como coadjuvante em diversos tratamentos. **Objetivo:** Descrever todo o processo de desenvolvimento de um material didático para capacitação em automassagem Tui Ná para profissionais de saúde da Atenção Primária à Saúde e residentes do Programa de Residência Multiprofissional em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). **Relato:** O desenvolvimento do material didático ocorreu no período de 1 de Agosto de 2023 à 30 de abril de 2024. Foi elaborado dentro das atividades acadêmicas do Programa de Residência em PICS da Comissão de Residência Multiprofissional em Saúde (COREMU), da Secretaria Municipal Saúde de São Paulo, durante estágio no Centro de Referência de PICS de São Mateus (CRPICS SM) da Coordenadoria Regional de Saúde Leste. A revisão técnica foi realizada por uma equipe multiprofissional, da qual fez parte um dentista, uma enfermeira, um médico, dois nutricionistas e uma psicóloga. Dentre esses revisores, estavam presentes uma residente egressa e um residente especializando em PICS, trabalhadores do CRPICS SM e do CRPICS Sé, além da Coordenadora do Programa de Residência em PICS. **Discussão:** Após a finalização do desenvolvimento do material didático, foram realizadas duas oficinas com usuários do CRPICS SM, utilizando o material como referência e uma formação piloto com profissionais de saúde e usuários interessados na prática, com um total de 100 participantes. Tais atividades obtiveram boa repercussão e aceitação em todo o processo de formação. O material será disponibilizado na biblioteca Virtual de Saúde da Escola Municipal de Saúde da SMS/SP. **Conclusão:** O trabalho foi bem aceito pelas unidades e pelos participantes das atividades realizadas, sendo considerado um bom instrumento para capacitação dos profissionais e uso em oficinas com usuários. Mais testes podem ser realizados para uma possível validação e posterior desenvolvimento de pesquisa para consagrar a efetividade do documento.

**Palavras-chave:** Materiais de Ensino; Práticas Integrativas e Complementares; Medicina Tradicional Chinesa; Integralidade em Saúde; Capacitação de Recursos Humanos em Saúde.

### 1 INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) constituem uma forma de cuidado à saúde centralizada no indivíduo, com a finalidade de compreender o ser humano no processo saúde-doença, trabalhando aspectos físicos, emocionais, mentais e sociais. Tem enfoque na escuta acolhedora, desenvolvimento do vínculo terapêutico e integração do homem com o meio ambiente. Busca integrar corpo, mente e espírito, priorizando a prevenção de doenças, promoção e recuperação da saúde (BRASIL, 2015; BRASIL, s.d.; DALMOLIN e

HEIDEMANN, 2020).

Desde a aprovação do Ministério da Saúde da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) em 2006, as PICS, antes restritas à área privada ou ofertadas de maneira incipiente nos serviços públicos, tiveram uma ampliação da oferta pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Essa oferta ocorre especialmente na Atenção Primária à Saúde (APS), onde há uma maior concentração das PICS, assumindo grande importância para a resolutividade da APS ao expandir as possibilidades de cuidado integral (DINIZ et al., 2022; BRASIL, s.d.).

A automassagem é uma prática que se destaca pela eficácia e por ser tecnologia leve, viabilizando o autocuidado. O toque no próprio corpo é capaz de atuar na prevenção de desequilíbrios energéticos, manutenção da saúde e como coadjuvante em diversos tratamentos. Além disso, oportuniza a inserção dos usuários em grupos terapêuticos, despertando interesse e trocas de experiências, bem como o fortalecimento do vínculo entre profissional e usuário (BRASIL, 2014).

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC), como racionalidade em saúde contemplada pela PNPIC, traz a automassagem como parte do seu sistema terapêutico. A automassagem Tui Ná se baseia nos meridianos energéticos do corpo para atuar estimulando o fluxo de energia (QI - energia vital para os chineses), promovendo o equilíbrio e a harmonia do corpo. Utilizando os mesmos princípios da acupuntura, atinge pontos específicos dos meridianos, mas, no lugar de agulhas, utilizamos os dedos para aplicar pressão e estimular esses pontos (BRASIL, 2015; RAMOS, 2001; OMATI, s.d.).

A massagem Tui Ná originou-se na China Antiga e acredita-se ser o sistema de trabalho corporal mais antigo. As evidências arqueológicas demonstram que os chineses, indubitavelmente, já utilizavam a massagem no tratamento de várias doenças há três mil anos. Baseia-se na teoria de que os desequilíbrios da força vital ou energia vital podem gerar desequilíbrios ou bloqueios em nosso corpo, causando dores e doenças (FONTES e SILVA, 2016).

Essas técnicas foram desenvolvidas gradativamente, mediante longos processos de práticas. É de simples aplicação e tem demonstrado eficácia no tratamento de enfermidades comuns. Considera-se que o tratamento pela massagem tem a capacidade de regular o sistema nervoso, aumentar a resistência corporal às doenças, depurar os tecidos, melhorar a circulação sanguínea e tornar as articulações mais flexíveis (RAMOS, 2001).

A automassagem Tui Ná faz parte do escopo das aulas teórico-práticas do Programa de Residência Multiprofissional em PICS da Secretaria Municipal de Saúde de São Paulo (SMS-SP). Entretanto, percebeu-se a carência de aprofundamento e de materiais didáticos que possibilitassem a reprodutibilidade da prática e a capacitação de profissionais de saúde.

Considerando que é uma prática eficaz, de baixo custo e complexidade, que possibilita o autocuidado dentro e fora dos serviços de saúde, podendo ser aplicada em qualquer local e que poucos profissionais têm utilizado na APS, tornou-se relevante o desenvolvimento de um material didático. Isso possibilitará a divulgação da prática e a capacitação desses profissionais nessa técnica tão importante para a promoção da saúde.

Este relato de experiência tem como objetivo descrever todo o processo de desenvolvimento de um material didático para capacitação em automassagem Tui Ná voltado para profissionais de saúde da Atenção Primária à Saúde e residentes do Programa de Residência Multiprofissional em PICS da SMS-SP.

## **2 RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Com o objetivo de disseminar a automassagem Tui Na, considerando seu potencial, o primeiro modelo de material didático foi desenvolvido na forma de folders, para a aplicação da automassagem em grupos terapêuticos. Esses folders foram desenvolvidos no início do mês de agosto, de 2023, durante o estágio no Centro de Convivência e Cooperativa (CECCO) Pq.

Previdência (Coordenadoria Regional de Saúde Oeste). Nesse período, os documentos foram sendo reajustados e adequados para o melhor entendimento dos usuários.

O desenvolvimento do material didático sobre automassagem Tui Ná em forma de apostila para capacitação de profissionais de saúde e residentes de PICS, ocorreu no período de 1 de fevereiro de 2024 à 30 de abril de 2024. Foi elaborado dentro das atividades acadêmicas do Programa de Residência Multiprofissional em PICS da Comissão de Residência Multiprofissional em Saúde (COREMU), da SMS-SP, durante estágio no Centro de Referência de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde de São Mateus (CRPICS SM) da Coordenadoria Regional de Saúde Leste.

O processo de construção do material consistiu em cinco momentos: preparação da parte teórica e bibliográfica, formulação da parte escrita e posicionamento de imagens instrutivas, revisão ortográfica e gramatical, revisão técnica, adequação da acessibilidade do conteúdo e revisão final.

A preparação da parte teórica e bibliográfica foi realizada por meio de pesquisas em livros sobre automassagem, autocuidado e MTC, sites eletrônicos e videoaulas sobre a temática, além de documentos normativos das PICS.

A parte escrita foi elaborada com o apoio de um profissional do Centro de Referência de Práticas Integrativas e Complementares de Saúde da Sé (CRPICS Sé), que utiliza a prática há anos nos seus atendimentos, por meio de três reuniões presenciais. O mesmo profissional é professor voluntário de MTC da Residência em PICS. As imagens foram retiradas de vídeos produzidos no CRPICS SM exclusivamente para esta finalidade, a partir do conteúdo aprendido nas aulas teóricas da Residência em PICS. A decisão em fazer vídeos para posterior retirada das fotos se deu pelo fato de facilitar a descrição e aprendizado do movimento realizado.

O posicionamento das imagens instrutivas foi realizado considerando a sequência da anatomia humana, bem como a sequência didática de cada prática: 6 sons para a vitalidade, automassagem das mãos, cabeça e pescoço, automassagem abdominal, automassagem dos pés e autopercussão para a vitalidade.

A revisão técnica foi realizada por uma equipe multiprofissional, da qual fez parte um dentista, uma enfermeira, um médico, dois nutricionistas e uma psicóloga. Dentre esses revisores, estavam presentes uma residente egressa e um residente especializando em PICS, trabalhadores do CRPICS SM e do CRPICS Sé, além da Coordenadora do Programa de Residência em PICS.

A adequação da acessibilidade foi realizada pela coordenação do Programa de Residência em PICS, considerando o melhor entendimento do conteúdo do material.

Após a revisão final, realizada por todos os envolvidos, o material didático foi licenciado com uma Licença Creative Commons AtribuiçãoNãoComercial-CompartilhaIgual-CC BY-NC-AS e será posteriormente disponibilizado na Biblioteca Virtual de Saúde da Escola Municipal de Saúde da SMS/SP.

O material foi elaborado de forma a possibilitar o desmembramento da parte com imagens instrutivas, para distribuição em oficinas com os usuários dos serviços de saúde, e da parte teórica com informações mais detalhadas sobre a prática para os profissionais de saúde.

### 3 DISCUSSÃO

Materiais didáticos impressos têm a vantagem de fortalecer a memória das pessoas, especialmente quando há necessidade desse efeito. Usuários dos serviços de saúde frequentemente esquecem muitas das informações fornecidas verbalmente durante atendimentos individuais e grupos, que geralmente são breves. Da mesma forma, entende-se que profissionais de saúde em formação podem esquecer do conteúdo apresentado nas aulas teóricas e práticas, tornando imprescindível o fornecimento de material didático para fortalecimento do aprendizado e consultas rápidas quando necessário (MIALHE e SILVA,

2008).

Após a finalização do desenvolvimento do material didático, foram realizadas duas oficinas com usuários do CRPICS SM, utilizando o material como referência, e uma formação piloto com profissionais de saúde e usuários interessados na prática, com um total de 100 participantes. Tais atividades obtiveram boa repercussão e aceitação em todo o processo didático. O material será utilizado para posteriores formações no CRPICS SM para os profissionais da rede, principalmente na zona leste. Também será utilizado em oficinas com os usuários dos serviços de saúde, conduzidas pelos profissionais já capacitados. Assim como, será utilizado na formação dos próximos residentes de PICS da SMS-SP.

Ao elaborar esses materiais, é crucial considerar o seu propósito, sua adequação ao público-alvo, a disposição dos elementos dentro do material, o estilo de linguagem e gráficos a serem empregados. Além disso, é essencial realizar um teste piloto com o material antes de produzi-lo em grande escala (MIALHE e SILVA, 2008).

Um material bem redigido, de fácil compreensão, não só aprimora o conhecimento e a satisfação do público-alvo, mas também desenvolve atitudes e habilidades, promove a autonomia, incentiva a adesão, capacita na compreensão de como suas ações afetam sua saúde e facilita a tomada de decisões. Além disso, contribui para a redução do uso de serviços médicos e dos custos com a saúde (MIALHE e SILVA, 2008).

**Figura 1.** Capa e índice do material didático desenvolvido



#### 4 CONCLUSÃO

O trabalho foi bem aceito pelas unidades e pelos participantes das oficinas e da formação piloto, sendo visto como um bom instrumento para capacitação dos profissionais de saúde e uso em oficinas com usuários dos serviços de saúde. Mais testes podem ser realizados para uma possível validação e posterior desenvolvimento de pesquisa para consagrar a efetividade do documento.

O desenvolvimento deste trabalho também se apresentou como uma estratégia interessante para o fortalecimento de aprendizado para o profissional residente, pois aprimora os conhecimentos técnico-científicos e suas habilidades para as ações de Educação em Saúde.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da saúde. **Saúde de A a Z: Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**. Brasília, DF: Ministério da Saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics>. Acesso em: 22 abr. 2023.

BRASIL - Distrito Federal. Secretaria de Saúde (SES/DF). **Política Distrital de Práticas Integrativas em Saúde**. Brasília, DF: Secretaria de Saúde do Distrito Federal, 2014. [https://www.fcm.unicamp.br/fcm/sites/default/files/2016/page/pdpic\\_distrito\\_federal.pdf](https://www.fcm.unicamp.br/fcm/sites/default/files/2016/page/pdpic_distrito_federal.pdf)

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015. 96 p. Disponível em: <https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 22 abr. 2023.

DALMOLIN, I. S.; HEIDEMANN, I. T. S. B. Práticas integrativas e complementares na Atenção Primária: desvelando a promoção da saúde. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 28, e3277, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3162.3277>.

DINIZ, F. R. *et al.* Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde. **Revista Ciência, Cuidado e Saúde**, Paraná, v. 21, e60462, 2022. DOI: [10.4025/ciencuidsaude.v21i0.65763](https://doi.org/10.4025/ciencuidsaude.v21i0.65763).

FONTES, J.; SILVA, R. **Tui Na: Manipulações na Massagem Chinesa**. Editora Catarina Sabino, 2016.

MIALHE, F. L.; SILVA, C. M. C. Estratégias para a elaboração de impressos educativos em saúde bucal. **Arquivos em Odontologia**, v. 44, n. 2, 2008.

OMATI, R. S. **Automassagem para a saúde**. Prefeitura do Município de São Paulo.

RAMOS, A. V. **A massagem chinesa: manual de massagem terapêutica: compilado no Hospital da Escola de Medicina Anhui de Pequim**. 7ª edição. Editora Nova Era, 2001.