

# **CUIDADO PRIMÁRIO: IMPLEMENTAÇÃO DE PRÁTICA INTEGRATIVA COMPLEMENTAR NA ATENÇÃO BÁSICA – LIAN GONG**

## **AUTORES**

Andreza Freire Santos;  
Ana Paula Basilio Tavares Rocha;  
Gisele da Rocha Lima;  
Neli Agenora da Silva.

## **EIXO TEMÁTICO**

Saúde do Adulto / Saúde Mental e Humanização

## **INSTITUIÇÃO**

Centro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim (CEJAM),  
AMA/UBS Parque Fernanda e UBS Luar do Sertão, São  
Paulo, Brasil

## **INTRODUÇÃO**

O Lian Gong é uma Prática Integrativa Complementar fundamentada na Medicina Tradicional Chinesa, que consiste em um conjunto de exercícios que visam a prevenção e o tratamento de dores no pescoço, ombros, cintura, pernas e também doenças crônicas. Além disso, auxilia na diminuição das dores no corpo, melhora na qualidade do sono, melhora na mobilidade, redução de medicamentos, redução de demandas pelo atendimento em Centros de Saúde e ampliação da socialização.

## **OBJETIVO**

Promover saúde e acesso à Práticas Integrativas Complementares para usuários do território da AMA/UBS Parque Fernanda e UBS Luar do Sertão, através da implementação de grupo de Lian Gong.

## **MÉTODO**

Em Março de 2024 foi iniciado o grupo de Lian Gong, aberto para usuários da UBS Luar do Sertão e AMA/UBS Parque Fernanda. Ocorre semanalmente, ministrado pela Fonoaudióloga e pela Fisioterapeuta da equipe E-Multi. Atualmente é composto por mais de 50 usuários frequentes.

É realizado um conjunto de 18 exercícios específicos para eliminar a causa fundamental dos desequilíbrios e dores no pescoço, ombros, lombar, glúteos e membros inferiores.

## **CONCLUSÃO**

Dentre os objetivos previamente estipulados permeados por pautas de acesso à Práticas Integrativas Complementares, foi observado o engajamento e participação ativa dos usuários, após implementação do grupo no território.

## **RESULTADOS**

Foram observados avanços significativos em quatro meses de grupo semanal: melhora interação social, aumento da qualidade de vida, redução da dores, prevenção de dores, redução da necessidade de intervenções biomédicas aumentando a autonomia e independência, ampliação de conhecimentos sobre Práticas Integrativas Complementares (PICS), valorização dos profissionais e melhora na participação dos grupos ofertados pela Unidade Básica de Saúde.