



BOM PRINCÍPIO - RS

## Bem-estar ao alcance de todos

---

Secretarias: Saúde e Assistência Social  
Data de Publicação: 19 de abril de 2022  
Crédito da Matéria: Claudia comunicAtiva  
Fotos: Claudia ComunicAtiva

As Práticas Integrativas Complementares em Saúde (PICs) já são realidade em Bom Princípio. Desde semana passada, o Ponto de Vacinação também vem sendo o local de atendimento da médica Liany Romero Navarro, que aplica várias terapias complementares pelo SUS.

Mestre em Medicina Bioenergética e Natural, a médica cubana atua há 28 anos na área e agora aplica seu conhecimento nos pacientes do município, já que a Secretaria Municipal de Saúde e Assistência Social aderiu ao programa do PICs.

“As práticas integrativas são um resgate de uma cultura dos nossos ancestrais. Em Cuba, há muitos anos elas vinham sendo utilizadas principalmente por indígenas, camponeses e pessoas de baixa renda, trazendo muitos benefícios para estas pessoas. As práticas são formas baratas e naturais de ajudar a manter a saúde, prevenir doenças e promover a reabilitação dos pacientes. Desde que a Organização Mundial da Saúde reconheceu seus benefícios, ela vem conquistando mais e mais adeptos pelo mundo”, observa a médica, que atende os pacientes encaminhados pelos médicos dos postos de saúde do município.

### Terapias para diferentes necessidades

Em Bom Princípio, os pacientes são encaminhados para a médica Liany, que na consulta define qual a melhor terapia para cada um. Na sala da antiga academia, a médica trabalha com as seguintes práticas:

- Florais: a especialista prescreve os florais mais apropriados para cada caso (de Minas ou Bach) e a Farmácia Municipal providencia o fitoterápico gratuitamente.
  - Auriculoterapia: inspirada na terapia milenar chinesa, a auriculoterapia aplica sementinhas em lugares específicos da orelha para aliviar dores do corpo e combater a ansiedade, hipertensão e outras doenças ou problemas
-



## BOM PRINCIPIO - RS

emocionais.

---

- Dietoterapia: consiste em passar orientações nutricionais e restrições alimentares para promover o bom funcionamento do organismo.

- Ventosaterapia e massagem: também de origem da medicina chinesa, as ventosas são uma espécie de sucção aplicada em determinado ponto do corpo para estimular a circulação e diminuir as dores.

- Plantas medicinais: indica e prescreve chás e uso de plantas medicinais, conforme as necessidades de cada paciente.

- Meditação: a médica coordena dois grupos de meditação na sala onde também é o Ponto de Vacinação: um nas segundas-feiras de tarde, às 15h30, e outro nas sextas-feiras, às 9h30.