



**A UTILIZAÇÃO DA TÉCNICA CORPORAL CHINESA *LIAN GONG*
NO ESTÁGIO SUPERVISIONADO I E II DO CURSO DE NATUROLOGIA APLICADA
DA UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA – UNISUL**

Lia Mara da Silva Santos¹

Daniel Mauricio de Oliveira Rodrigues²

Cintia Vieira Caron³

RESUMO

O *Lian Gong* fundamenta-se na Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e faz parte das Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), implantadas pelo Ministério da Saúde no Brasil no Sistema Único de Saúde (SUS). O Curso de Naturologia Aplicada – UNISUL – faz uso de técnicas corporais das Medicinas Tradicionais, dentre elas, o *Lian Gong*. Este estudo de caráter exploratório, descritivo e de natureza qualitativa envolveu entrevista semi-estruturada com dez alunos da 8ª e 9ª fases do curso. Teve como objetivo entender como é a utilização do *Lian Gong* nos estágios supervisionados I e II – 2/2010 – do curso. Por meio dos resultados obtidos, foi possível observar que a prática do *Lian Gong* é pouco utilizada como orientação aos interagentes. A maioria dos pesquisados corrobora com a literatura específica sobre o tema, entendendo o *Lian Gong* como uma prática natural, eficaz na recuperação e manutenção da saúde tanto no âmbito individual quanto coletivo, ao promover saúde e qualidade de vida. Em vista dos resultados, sugere-se a utilização do *Lian Gong* como prática supervisionada do estágio regular em Naturologia Aplicada.

Palavras-chaves: *Lian Gong*. Medicina tradicional chinesa. Naturologia aplicada.

¹ Bacharel em Naturologia Aplicada pela Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL –2010. Av. Pedra Branca, 25 – Cidade Universitária Pedra Branca – 88137-270 – Palhoça, SC. E-mail: liamarass@yahoo.com.br.

² Daniel Maurício de Oliveira Rodrigues: Naturólogo. Especialista em Medicina Tradicional Chinesa. Pós-graduando em Estética Facial e Corporal pela Univali. Mestrando em Epidemiologia- Saúde Coletiva pela UFSC. Docente do curso de Naturologia Aplicada e Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina.

³ Cíntia Vieira Caron: Fisioterapeuta. Especialista em Fisioterapia Cardio-Pulmonar e Terapêutica Tradicional Chinesa. Professora do Curso de Naturologia Aplicada e Fisioterapia da Universidade do Sul de Santa Catarina.

1 INTRODUÇÃO

O *Lian Gong* fundamenta-se na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), que vê o indivíduo no relacionamento com o meio externo, utiliza linguagem simbólica das leis da natureza e valoriza a interrelação harmônica do indivíduo com o meio circundante. O *Lian Gong* surgiu a partir dos trabalhos corporais e das artes marciais chinesas, criado e desenvolvido pelo Dr. Zhuang Yuen Ming, médico chinês da MTC, na década de 60 (século XX). Os exercícios conjugam movimentos lentos, contínuos e equilibrados; servem, também, para tratar doenças, proteger a saúde; e possuem, ainda, caráter científico, terapêutico e preventivo.

A prática do *Lian Gong* promove um estímulo à autonomia do interagente⁴, consequentemente sendo responsável pela melhora da sua saúde; e conscientiza-o para a participação em uma sociedade de vida plena, de qualidade, de bem-estar, integrada à natureza. (BRASIL, 2006; OLIVER, 2008; MING, 2000; IBA; AMARANTE, 2009; BETTARELLO; SAUT, 2006; OLIVEIRA et al., 2005; YAMAKAWA et al., 2006); TESSER, 2009; TESSER; BARROS, 2008; DINIZ; SCHOR, 2006). Foi introduzida no Brasil, em 1984, pela professora Maria Lucia Lee, que, desde 1978, pesquisa o ensino da filosofia das artes corporais chinesas na Universidade de Campinas, no estado de São Paulo (UNICAMP). Atualmente, estima-se que o número de praticantes no mundo todo esteja em torno de um milhão, validando a sua importância na qualidade de vida das pessoas. No Brasil, se tem notícias de que o número de praticantes do *Lian Gong* vem aumentando nas Unidades da Secretaria da Saúde. (MING, 2000; IBA; AMARANTE, 2009; MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008; BASSI et al., 2009; AGRESTA et al., 2009).

A Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2002, reconheceu as terapias manuais e físicas como uma forma de tratamento que não faz uso de medicalização (OMS, 2002). Anos mais tarde, mais precisamente em 2006, o Ministério da Saúde brasileiro aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares – PNPIC – no Sistema Único de Saúde (SUS), através do qual recomenda a implementação de ações e serviços relativos às Práticas Integrativas e

⁴Utiliza-se, nas práticas terapêuticas naturopáticas, a relação de interagência, em que o interagente (o mesmo que paciente na biomedicina) é a pessoa cuidada, enquanto que o naturólogo é a pessoa que cuida. (HELLMANN, 2009; HELLMANN; WEDEKIN, 2008; UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA, 2008; 2010; RODRIGUES, 2008; GOULART; DELLAGIUSTINA, 2008).

Complementares, dentre elas, o *Lian Gong*, que se insere como uma terapêutica que visa à prevenção de doenças e agravos e à recuperação e promoção da saúde. (OLIVEIRA et al., 2005; TESSER, 2008; BRASIL, 2006; THIAGO, 2009; YAMAKAWA et al., 2006; BUSATO et al., 2009; RODRIGUES, 2008).

Os resultados da utilização do *Lian Gong* na promoção de saúde e melhora da qualidade de vida do indivíduo foram observados em vários estudos. De Simoni (2005) observou os resultados positivos obtidos por grupos usuários do SUS que praticaram *Lian Gong* nos centros de saúde de Campinas, São Paulo, em razão de ser um recurso eficaz, de baixo custo, de aspecto preventivo e com benefícios no cuidado terapêutico. Esses efeitos positivos também são citados nos estudos de Oliveira e colaboradores (2005), Busato e colaboradores (2009), Tesser (2008) e Bettarello e Saut (2006).

Ainda em Suzano, no estado de São Paulo, uma lei municipal regulamentou o *Lian Gong* como terapia complementar aos tratamentos oferecidos para casos de diabetes, hipertensão e reumatismo. Isso se deveu aos bons resultados obtidos com o programa de *Lian Gong*, implantado na cidade há seis anos, com mais de 15 mil pessoas, que o praticam pelo menos uma vez por semana (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008). Já em Brasília, pelo Decreto nº 21.477, de 31/08/2000, foi criado o Núcleo de Medicina Natural e Terapêuticas da Integração – NUMENATI – da Diretoria de Promoção e Assistência à Saúde/SAS do Governo Federal. O programa desenvolve pesquisas em Educação em Saúde, Medicinas Naturais e Práticas Integrativas na promoção do bem-estar geral, dentre as quais encontra-se o *Lian Gong*. (OLIVEIRA et al., 2005).

O *Lian Gong*, aliado a outras intervenções terapêuticas, favorece a recuperação no tratamento das dores ou disfunções dos órgãos e fortalece o sistema imunológico do organismo como um todo. A característica básica dos exercícios é a fusão de movimentos de alongamentos com tração controlada pelo praticante dentro de seus próprios limites, agindo de forma suave sobre os sistemas como um todo (MING, 2000; SIVIERO, 2009; IBA; AMARANTE, 2009). Esses tipos de exercícios suaves podem reduzir desequilíbrios causados pelas emoções através da diminuição da ansiedade, da redução dos sintomas do estresse, da melhora das funções cognitivas, do aumento da eficácia da função cardiovascular e da melhora nos hábitos de sono.

(SIVIERO, 2009; MING, 2000; YAMAKAWA, 2006; IBA; AMARANTE, 2009; OLIVEIRA et al., 2005; BUSATO et al., 2009; RABAÇAL et al., 2009).

Para conhecer mais profundamente o *Lian Gong*, é importante ter-se plena compreensão das características próprias da prática e de suas posturas de mãos e pés, que formam a base de movimentos corretos e eficazes. Ainda é necessário ter noções sobre a estrutura de cada série dos grupos musculares e das articulações em que os exercícios atuam, já que o corpo humano usa os ossos e as articulações, ligando-os como alavancas e bases de apoio, nos quais os músculos exercem força direcionada ao movimento. (CALAIS-GERMAIM, 1991).

Assim, a partir da Cinesiologia, que estuda o movimento do homem, podem ser analisados e harmonizados os diferentes distúrbios energéticos corporais e descrita qualquer forma de avaliação anatômica, mecânica ou fisiológica do movimento humano, envolvendo estruturas como ossos, ligamentos e músculos. (DOBLER, 2003; HAMILL; KNUTZEN, 1999). Por considerar esses benefícios, o Curso de Naturologia Aplicada da UNISUL criou, em seu currículo de ensino, as disciplinas Cinesiologia Aplicada e Técnicas Corporais I e II; e incluiu, dentre os métodos e as práticas de técnicas corporais naturológicas adotadas, o *Lian Gong*.

O profissional de Naturologia Aplicada participa, durante sua formação acadêmica, de disciplinas da área de ciências humanas, sempre levando em conta os seus aspectos multi, inter e transdisciplinares. Assim, ao utilizar técnicas corporais, busca, primeiro, a tomada de consciência interna para, depois, e a partir dela, agir visando o seu reflexo na ação social, sem perder de vista que as atitudes corporais e o movimento sempre se direcionam ao bem-estar pessoal e, a partir dessa condição, ao coletivo. (BRUHNS, 2003, p. 83). Assim, o naturólogo, ao desenvolver o conhecimento sobre o ser humano, utiliza os fundamentos das medicinas tradicionais e as práticas integrativas e complementares, interagindo também no meio social ao desenvolver, além do cuidado com a saúde do outro e dele próprio, também a relação que sustenta a sua prática profissional. (UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA, 2008; 2010).

Este estudo objetivou observar para melhor compreender a atuação dos alunos da 8ª e 9ª fases do Estágio Regular I do Centro de Práticas Naturais da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL – em relação à utilização da técnica corporal *Lian Gong*. Registrar os

relatos do estagiário sobre a aplicação da técnica do *Lian Gong*, analisar e discutir, à luz dos referenciais teóricos, o discurso desse estagiário sobre a utilização da técnica do *Lian Gong* foram os objetivos específicos do presente trabalho, assim como a comparação dos resultados da análise aos referenciais teóricos que fundamentam esta pesquisa.

Espera-se, com isso, contribuir para o estudo e a aplicação dos instrumentos naturológicos com vistas à atenção da saúde individual e coletiva da população, já que o *Lian Gong*, essa técnica corporal chinesa, faz parte das PNPIC com inserção no SUS. Entende-se, contudo, que, ainda, há necessidade de ampliar estudos e apresentar sugestões de melhorias na promoção da saúde e do bem-estar geral da população. Por conseguinte, uma consciência crítica é necessária para avaliação e definição do papel do naturólogo, bem como da saúde no Brasil, levando em consideração o caráter social e político de suas ações terapêuticas. Esta pesquisa reveste-se, também, de uma forma de crescimento pessoal com o intuito de melhor compreender as interações humanas.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo, de caráter exploratório descritivo e de natureza qualitativa, utiliza a entrevista semiestruturada para coleta de dados e busca entender como a prática corporal do *Lian Gong* é aplicada durante o Estágio Supervisionado I e II – 2/2010, do curso de Naturologia Aplicada da UNISUL. Uma das principais razões deste estudo qualitativo e exploratório é o fato de a técnica *Lian Gong* ainda não ter sido explorada como tema junto aos alunos da 8ª e 9ª fases do Estágio Supervisionado I e II do CPN – UNISUL. Esse tipo de pesquisa objetiva, também, proporcionar uma maior familiaridade com o assunto. Tem planejamento flexível, de modo a possibilitar a consideração dos mais variados aspectos relativos ao estudo. Sendo assim, envolve revisão de literatura e entrevista com pessoas envolvidas com o tema pesquisado (MARCONI; LAKATOS, 2003; APPOLINÁRIO, 2006; CRESWELL, 2007; SELTZ et al., 1967, apud GIL, 2002).

A população alvo para este trabalho foi constituída pelos estagiários da 8ª e 9ª fases do curso de Naturologia Aplicada da UNISUL, convidados em classe pelo pesquisador. A seleção dos entrevistados obedeceu a três critérios de inclusão: 1) ser aluno da 8ª ou 9ª fases, independente de sexo e idade; 2) concordar em participar da pesquisa voluntariamente; 3) estar entre os dez estagiários sorteados para participação efetiva.

O instrumento utilizado para a de coleta de dados foi entrevista semiestruturada, registrada em gravador de voz e anotações manuscritas, com duração de 15 a 20 minutos, em média. A entrevista abordou dois tópicos, formados por três questões cada um, sejam eles: Tópico 1- Como é a utilização do *Lian Gong* no estágio regular I do CPN?; Subtópicos: A – Você utiliza o *Lian Gong* na prática de consultório durante o estágio regular I do CPN?; B – Em caso de resposta afirmativa à primeira questão, **como** você utiliza a prática do *Lian Gong* no atendimento naturológico?; C– Em caso de negativa, mesmo que você não utilize a prática do *Lian Gong*, como essa prática poderia auxiliar no seu atendimento naturológico?; Tópico 2: Como o naturólogo pode estar atuando com o *Lian Gong* em sua profissão?; Subtópicos: A – Como o *Lian Gong* pode influenciar na saúde do interagente?; B – Conhece alguma experiência em relação ao *Lian Gong* que gostaria de citar?; C – Existe algo mais que gostaria de falar?

Vinte e cinco estagiários se inscreveram. Após o sorteio e a seleção pelos critérios de inclusão, dez participariam efetivamente do projeto. De posse do resultado, a pesquisadora entrou em contato com os estagiários e fez o agendamento individual para as entrevistas, o que transcorreu conforme o programado, sendo concluída a coleta de dados no dia 01 de novembro de 2010.

As entrevistas aconteceram no Centro de Práticas Naturais – UNISUL, localizado à Avenida Pedra Branca, 25, Bairro Cidade Universitária Pedra Branca – Palhoça/SC, entre os dias 21 de setembro e 01 de outubro, sendo, então, transcritas as falas e procedida a análise do conteúdo e a descrição dos resultados durante o mês de outubro de 2010.

Buscou-se extrair os significados em que figuram as experiências dos pesquisados e do pesquisador. O produto final da análise é a interpretação teórica das categorias que emergiram do material pesquisado, muito embora as categorias possam já ter sido definidas *a priori*, segundo alguma preferência da pesquisadora. Assim, foi conduzido o processo de

redução do material original até que as categorias estivessem claramente visíveis. (APPOLINARIO, 2006; BARDIN, 2004; RODRIGUES; LEOPARDI, 1999).

Para o seu desenvolvimento, este projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da UNISUL e aprovado pelo Parecer nº 10446.4.06 III. Foram adotadas as recomendações da Resolução 196/1996 da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. (CONSELHO NACIONAL DE ÉTICA EM PESQUISA, 1998).

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram entrevistados dez alunos do Estágio Supervisionado I e II, sete do sexo feminino e três do sexo masculino, em atuação no CPN – UNISUL, conforme sua disponibilidade, buscando respeitar os critérios já estabelecidos. Não houve dificuldades na entrevista que, desse modo, transcorreu conforme o previsto no projeto.

Depois de realizada a entrevista, procedeu-se à transcrição fidedigna das falas dos entrevistados para posterior análise do conteúdo. As falas dos entrevistados encontram-se no texto em itálico e identificadas por nomes fictícios e aleatórios, garantindo, assim, o anonimato dos participantes. Para sistematização dos resultados, destacou-se e enumerou-se cada fala – discurso oral gravado – dos sujeitos em unidades de registro; e, de acordo com o conteúdo obtido, as falas foram analisadas e classificadas em unidades de contexto para codificação.

Na terceira etapa realizou-se a categorização das unidades de registro encontradas. Após a análise semântica, em que se mapearam as interrelações entre as categorias encontradas, realizou-se a articulação com a discussão teórica do material, comparando essa análise à literatura atual sobre o tema. (DELGADO; GUTIERREZ, 1994 apud APPOLINÁRIO, 2006).

Foram identificadas cinco categorias surgidas nas entrevistas, as quais se relacionam aos objetivos desta pesquisa.

1ª Categoria: **Utilização do *Lian Gong* na Naturologia Aplicada**

O Estágio Supervisionado consiste na aplicação dos conhecimentos teóricos em práticas naturais, com o objetivo de o/a estudante apropriar-se das competências e habilidades desenvolvidas durante o curso em atendimento aos interagentes, quando, então, é proporcionado ao acadêmico a autonomia de atuação com vistas à promoção da saúde integral da pessoa atendida. (UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA, 2008).

Quanto à utilização do *Lian Gong* no estágio, oito entre dez dos entrevistados acreditam ser pouco utilizado; sendo que a síntese do que disseram está representada na seguinte fala:

[...] acredito que ele é pouco utilizado; ele é utilizado pela minoria, mas assim, como forma de terapia mantenedora, pelo menos eu utilizo desta forma, como se fizesse o papel dos florais e da Auriculoterapia. Como os atendimentos são semanais, o Lian Gong e essas terapias servem como forma de uma ligação entre um atendimento e o outro [...]. (CARLOS).

Embora o curso adote práticas naturais básicas na formação como Hidroterapia, Massoterapia, Reflexoterapia, Geoterapia e Cromoterapia, outros conhecimentos aplicáveis à terapêutica são incluídos às práticas supervisionadas, tais como a Terapia Floral, Arteterapia, Iridologia e Musicoterapia, além da prática do o *Lian Gong*. Mas, pelas respostas dos entrevistados, é comum considerarem que há falta de incentivo na prática, assim como afirmam Lorena, Carmela e Marina quando dizem que o *Lian Gong*,

[...] como uma prática, como a Terapia Floral, Musicoterapia ou Arteterapia, que podem complementar o atendimento, não é incentivada [...]. (LORENA).

É muito pouco utilizada [...] divulgá-la, [...] fazer algum resgate, a gente tem essas práticas em técnicas corporais, [...], que, no estágio, você vai estar utilizando e, futuramente, para você estar utilizando na sua vida profissional. (CARMELA).

[...] pouco utilizada, e penso que o Lian Gong deveria ser uma prática do estágio [...] acredito que seria uma atenção individual, mas entra na questão da saúde coletiva porque, uma vez que estou fazendo educação em saúde dentro do consultório, a pessoa que aprende também pode transmitir os conhecimentos e pode ensinar isso como uma forma de promover e proporcionar melhoria da saúde e da qualidade de vida do indivíduo. (MARINA).

Pelo menos nove_dos entrevistados concordam com Lorena e acreditam que as técnicas corporais chinesas ficam esquecidas e não são incentivadas. Para Carmela, deveria haver maior divulgação e, para Marina, deveriam fazer parte das práticas supervisionadas.

Embora o *Lian Gong*, segundo o seu criador (MING, 2004), seja uma prática simples, de fácil aprendizado e execução, observa-se um comprometimento do naturólogo com os objetivos da Naturologia, ao pensar na utilização do *Lian Gong*:

Nunca utilizei, mas tenho vontade de utilizar; tenho vontade de estudar mais a fundo para ver que tipo de associação dá para fazer, acho importante o movimento corporal [...]". (ALBERTO).

Dois estagiários mostraram-se inseguros quanto à utilização e acreditam que haveria necessidade de aprofundamento na Academia, o que foi observado pela fala de Antônia:

[...] ter mais segurança para poder hoje montar um grupo, eu não tenho segurança para isso, terei que me aprofundar, mas, acho uma proposta muito importante para o curso, tanto para o naturólogo utilizar este exercício para si próprio, ter o autocuidado, quanto para promover a saúde.

Apenas um entrevistado tem dúvida se o naturólogo está apto para a utilização desta técnica e se o *Lian Gong* pertence a outra profissão:

[...] acho que a possibilidade de aplicar o Lian Gong no consultório, será que ele tá apto? [...] de repente seria de buscar uma especialização, necessidade de cada um, não acho que deva se aprofundar na faculdade, será que é de alguma profissão? (CARMELA).

Não foram encontradas na literatura informações com relação à detenção dessa técnica corporal por parte de alguma profissão específica; sabe-se que faz parte de ações de saúde das quais participam profissionais de várias áreas.

Dentre os entrevistados, um utilizou e está utilizando o *Lian Gong* na terapêutica. Para ele, os benefícios são claros e partem de sua experiência pessoal. Acredita na possibilidade da utilização nos mais variados locais:

Não só na clínica, pode ser ali no lagunho, na sua casa, não tem limite físico que vá te prender, o espaço físico é relativo na prática. [...] e no consultório tive bastante resultados com os exercícios. Foi observado que a pessoa apresentava não só melhora na qualidade vida, como também houve a amplitude de movimento. Orientei exercícios que trabalhavam a região de pescoço. Teve bastante rotação, exercício um e dois da

sequência. Foi observado, assim, um aumento significativo na amplitude de movimentos da pessoa. Foi bem marcante [...] pode trabalhar tanto em grupos, individual, como a gente faz no estágio, na terapia. Você pode praticar o Lian Gong e, com certeza, isso vai fazer diferença no seu atendimento [...]. (CARLOS)

Embora os resultados da pesquisa mostrem que o aluno encontra algumas dificuldades e, às vezes, insegurança, em utilizar o *Lian Gong* no estágio supervisionado, foi observado pela fala de nove deles clareza quanto ao *Lian Gong* adequar-se às propostas do curso, conforme as respostas a seguir:

[...] Lian Gong , ela se aproxima da proposta do curso de Naturologia de proporcionar, de promover a saúde e acho importante que ela seja estimulada. (ANTÔNIA).

[...] ele auxilia a reestabelecer energia, influenciando no físico, no mental, no espiritual; acho que esse é um dos objetivos do Lian Gong e também é um dos objetivos da Naturologia, tanto na individualidade quanto no grupo. (SILVANA).

Cerca de sete dos entrevistados comentaram sua experiência pessoal com a utilização na prática:

[...] foi no período que eu estava grávida, foi interessante, ajudou bastante, um momento de estar percebendo meu corpo estar me percebendo [...], é positivo. (LÚCIA).

[...] ao praticar o Lian Gong , tive vários benefícios com relação à insônia que eu tinha, muitos problemas que tinha comigo mesmo, assim de pensamentos, ansiedade, foram aspectos que eu estava trabalhando enquanto estava praticando o Lian Gong [...]. (CARLOS).

Marina relata conviver com um grupo de pessoas que praticam o *Lian Gong* :

[...] eu vejo na prática o resultado para a vida das pessoas, até na questão da melhoria do humor e estresse, melhora até questão da convivência grupal [...] o alívio de dor até a diminuição na questão dos medicamentos, analgésicos, antidepressivos, ansiolíticos, problemas pulmonares, mais fisiológicos, mas que também refletiu de certa forma nas emoções e nos sentimentos. Uma coisa que elas falam é que hoje elas são 'gratas pela vida' e que o Lian Gong ajudou nisto.

2ª Categoria: **Técnica Corporal da MTC**

Segundo Luz (2005), há um grupo de novas terapias e/ou medicinas designadas como “alternativas”, “paralelas” ou “complementares” à Biomedicina, introduzidas na cultura

dos países latino-americanos nos últimos anos, as quais, com grande crescimento, fazem parte do projeto “Racionalidades Médicas”. O termo “Racionalidades Médicas” designa o título de um determinado Grupo de Pesquisas do CNPq, desenvolvido no Instituto de Medicina Social da Universidade Estadual do Rio de Janeiro. Pode-se até pensar em Naturologia a partir das Racionalidades Médicas, embora essa não se constitua uma racionalidade médica específica, mas pauta-se em racionalidades tradicionais orientais, como a Medicina Tradicional Chinesa (MTC). (HELLMANN, 2009; TESSER, 2009; TESSER; BARROS, 2008).

[...] quando a gente fala na universidade na Terapêutica Chinesa, a gente não pode esquecer que essas práticas estão ligadas nessa Terapêutica [...] vão atuar dentro da visão dessa cosmologia. (JOÃO).

Os entrevistados são unânimes: lembram que a MTC tem por base as doutrinas do *Yin/Yang* e o conceito de energia do *Qi* (MING, 2000; IBA; AMARANTE, 2009; BETTATELO; SAUT, 2006, OLIVEIRA et al., 2005, YAMAKAWA et al., 2006; THIAGO, 2009; MARQUES et al., 2008). Assim, ao aprenderem técnicas, manobras ou movimentos que ajudam a harmonizar essa energia, as técnicas corporais passam a ser tão eficientes quanto as outras práticas naturais, para o benefício do interagente:

Favorecendo a circulação do Qi, circulação da energia; fortalecendo todo o organismo; proporcionando esse equilíbrio entre Yin e Yang promove todo o fortalecimento do organismo e a integração do organismo, de mente e corpo. (ANTONIA).

Assim também observou-se, na pesquisa feita por Marques (2008), que a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), ao ocupar o 3º lugar no grupo das Práticas Alternativas de Saúde, é um conhecimento da mente, espírito e corpo voltado para a totalidade do ser humano e do universo, que visa à promoção de saúde. (OLIVEIRA et al., 2005; TESSER, 2008; BRASIL, 2006, THIAGO, 2009; YAMAKAWA et al., 2006; BUSATO et al., 2009).

3ª Categoria: **Benefícios da Prática do *Lian Gong* para a saúde**

O conhecimento do estagiário sobre o *Lian Gong* e a influência da sua aplicação para a saúde do seu interagente são corroborados pelos autores pesquisados.

Dentre os entrevistados, oito destacaram os aspectos fisiológicos:

[...] dos objetivos específicos do Lian Gong , ele vai estar auxiliando nessas questões, como a circulação, todos os processos que desencadeiam quando começa a mexer com a circulação, para melhorar oxigenação do cérebro, melhorar a circulação, melhorar a nutrição de todos os órgãos, enfim, são reações em cadeia que favorecem a saúde do interagente. (LÚCIA).

Realmente, o *Lian Gong* tem como função prevenir e tratar as dores do pescoço, dos ombros, das costas, da região lombar e dos membros inferiores; mobiliza o tônus muscular e suaviza enrijecimentos; trata as articulações, os tendões e as disfunções dos órgãos internos; atua nos distúrbios das vias respiratórias e cardiovasculares (MING, 2000; YAMAKAWA, 2006, IBA; AMARANTE, 2009; OLIVEIRA et al., 2005; SIVIERO, 2009; BUSATO et al.; 2009; RABAÇAL et al., 2009;):

[...]aí, na questão fisiológica que falei, na questão de articulação dos movimentos, movimentos musculares e prolongar o tipo de alongamento numa situação mais saudável com relação aos alongamentos [...]. (ALBERTO).

Já 90% dos entrevistados estão entre os que conhecem bem seus efeitos energéticos: assim como afirma Marina:

Além de o Lian Gong trabalhar grupos específicos de músculos que vão ajudar no alívio de tensão, no alívio de dor, nós sabemos que quando há um bloqueio muscular, quando há uma tensão muscular, sabemos que há falta de circulação de energia, há um bloqueio energético; então, com esta atividade ocorre o desbloqueio dessa energia que vai fluir corretamente no organismo da pessoa, maior equilíbrio orgânico e psíquico, como diz o ditado, 'água parada apodrece'; se a energia flui, conseqüentemente, ela vai ter uma melhor circulação sanguínea, linfática; os órgãos vão funcionar melhor e assim melhorar a qualidade vida.

De acordo com Alter (1999), toda tensão muscular depende energia e os músculos tracionados tendem a cortar a própria circulação e o aporte sanguíneo, resultando em falta de oxigênio e de nutrientes essenciais, originando produtos de resíduos tóxicos que se acumulam nas células, predispondo a fadiga e dores, o que pode ser melhorado pelo movimento corporal:

Falando em termos energéticos [...], no desbloqueio de tensões, nas couraças, deixar o fluxo energético melhor pela medicina chinesa, deixar fluir melhor o Qi, por exemplo, que o próprio sangue e os órgãos podem fluir melhor. (ALBERTO).

Quando há um desconforto produzido por estímulos externos, o corpo fornece a oportunidade de se tornar consciente da causa, fazendo com que músculos de que, até então,

não se tinha conhecimento, trabalhem a favor do organismo. Assim, o movimento é usado para interagir com o ambiente; quando se tem saúde, o corpo reage ao ambiente externo de modo natural e positivo. (BERTHERAT, 1997; HAMIL; KUTZEN, 1999; MASUNAGA; OHASHI, 2008; BRUHNS, 2003).

O corpo é o contexto mais concreto, é a estrutura agindo, onde outros corpos sutis se abrigam (CREMA, 1989). Sendo assim, tomar consciência do próprio corpo é ter acesso ao ser inteiro, físico, mental, emocional e espiritual, em que a força e a fraqueza representam não a dualidade do ser, mas sua unidade. (BERTHERAT, 1997; LELOUP, 2009; BRUHNS, 2003).

Cerca de oito dos entrevistados falam da utilização prática do *Lian Gong* em benefício do equilíbrio total do ser, o que é representado nas falas de Beatriz e Lorena:

Para Beatriz, o *Lian Gong*

[...] é uma prática muito natural, além de a própria pessoa e a expressão dela através da movimentação trazer muita percepção, muita consciência, trabalha com memórias; experiências que a gente vive e ficam registradas em nossa musculatura, então, é muito importante trabalhar também pela movimentação [...] por via mais sinestésica [...].(BEATRIZ).

Ainda pelo *Lian Gong*, podem-se despertar os cinco sentidos, aguçar as percepções e projetar uma imagem de si próprio, pois é com base em suas experiências sensoriais que o indivíduo constrói uma estrutura cognitiva que avalia cada estímulo recebido. Nesse sentido, qualquer mudança no modelo postural do corpo se relaciona automaticamente aos modelos posturais prévios, entrando na consciência já carregada com os eventos anteriores correspondentes. (PENNA, 1990; BRUHNS, 2003; KELEMAN, 1992; YWANOWICZ, 2003; BERTHERAT, 1997):

[...] há o retorno de um equilíbrio [...], estando você em contato com seu corpo, você consegue se perceber, o que é bom pra você ver em que estado seu corpo se encontra, se está debilitado em alguma parte, se tem fraqueza em outras, [...] a atenção voltada para si auxilia para resgatar esse equilíbrio, para a percepção do que pode ser melhorado e do que está bom". (LORENA).

A imagem corporal, conforme Penna (1990), seria o fenômeno do conhecimento que o ser humano possui acerca do seu próprio corpo; uma vez que o controle do ato motor passa, inevitavelmente, pela percepção. Superpostos aos movimentos posturais, estão os movimentos do corpo todo ou de partes desse em relação ao ambiente; e, em uma ação

realizada de movimentos, rompe-se a postura ereta, exigindo novo movimento de busca do equilíbrio. (BRUHNS, 2003; KELEMAN, 1992; MAUS, 1974; YWANOWICZ, 2003; HAMILL; KNUTZEN, 1999; BEHNKE, 2004; KENDALL; MACCREARY, 1987; DOBLER, 2003).

4ª Categoria: **Educação em saúde: exercício de autocuidado e autonomia**

Observou-se, nas falas de nove dos entrevistados, que o *Lian Gong* é uma terapêutica que utiliza o movimento ativo na sua prática:

Acredito, com certeza, que não só com o Lian Gong, mas com todas as técnicas corporais, movimentar o corpo é mobilizar o interagente no ativo, não só no passivo, pois que a interagência é isso, em que a pessoa está ali se movimentando para melhorar [...]” (BEATRIZ).

Assim, a relação de interagência preconiza a participação ativa do interagente na busca do próprio equilíbrio (HELLMANN; WEDEKIN; DELLAGIUSTINA, 2008; GOULART: DELLAGIUSTINA, 2008):

[...] então, qual seria a diferença de uma Massoterapia, por exemplo, com Lian Gong? A Massoterapia traz certo grau de passividade mesmo que seja uma interagência com uma troca. Naquele momento específico, a pessoa está recebendo a intervenção, seja uma Abhyanga [Massoterapia indiana] ou uma Massoterapia chinesa. Ela está ali pra receber. Quando a gente fala em uma técnica corporal, como o Lian Gong ou Tai Chi ou outra, a gente está ensinando a pessoa a realizar o movimento, trazendo um grau de participação, de autonomia que é importante ela perceber, o limite dela até onde ela pode ir, como ela pode fazer para ela revisar o corpo, para ela executar o movimento de maneira mais precis;, então, o grau de atividade de participação do indivíduo seria mais ativo. (JOÃO).

Segundo os estudos, o impacto das práticas corporais sobre o desenvolvimento de habilidades e atitudes pessoais é favorável à saúde. Dentre essas habilidades, está a autonomia por parte do indivíduo; e, conforme consta da Carta de Ottawa, é através dessas práticas que o indivíduo exerce a capacidade de decidir o que deseja para si. (BUSS, 2000; SELLI, 2003; COSTA, 2008; CONSELHO NACIONAL DE ETICA EM PESQUISA, 1998; GUILHEM; GRECO, 2008; RABAÇAL et al., 2009).

Lúcia fala sobre a educação em saúde, orientando o interagente no autocuidado e na autonomia, por meio do *Lian Gong* :

[...] mostrando pra ele os benefícios desse exercício, eu vejo muita a questão da educação em saúde e a questão da promoção. Fazendo junto, ele leva o exercício para fazer em casa, uma vez que a interagência, que todo processo de “cura” não acontece só no consultório, uma parte é a gente fazendo, a outra é o interagente fazendo, [...], como na questão da alimentação, ela está com problema de saúde, faz uma reeducação alimentar. Todo dia ela tem que lidar, ela tem de saber que está cuidando, se alimentando, enfim, que a própria educação alimentar mesmo. Eu vejo assim, vejo como educação em saúde.

Os avanços na qualidade de vida sempre passam pela educação, e a educação em saúde é eficiente na medida em que ajuda as pessoas a conseguirem um maior controle sobre sua própria saúde e sua vida; isto é autonomia. (WERNER, 1984; NERI, 2001).

Lorena lembra o autocuidado, que deve partir dos próprios profissionais da Naturologia, utilizando o *Lian Gong*:

[...] fazer a prática em conjunto, em grupo, uma prática de *Lian Gong*, aqui mesmo, uma vez por semana, em grupo [...]. (LORENA).

A educação em saúde refere-se às diversas experiências de aprendizagem, e a prática, por parte do naturologo, possibilita acrescentar novos conhecimentos sem desconsiderar os que ele já tem, envolvendo-se os processos que incluem a participação de todos no contexto cotidiano. (GOULART; DELLAGIUSTINA, 2008).

5ª Categoria: **Previne doenças, promove saúde e qualidade de vida do indivíduo.**

A saúde e a qualidade de vida vêm sendo focadas por políticos e pensadores ao longo da História. Saúde é um direito fundamental reconhecido como o maior e o melhor recurso para o desenvolvimento social, econômico e pessoal, como também é importante no âmbito da qualidade de vida (BUSS, 2000; SILVA, 2007). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), qualidade de vida é “Percepção do indivíduo diante de sua posição na vida, no contexto da cultura do sistema de valores nos quais ele vive considerando seus objetivos, expectativas, padrões e preocupação”. (THE WHOQOL GROUP, 1994, p. 43 - SUBSTITUIR).

Cerca de nove dos entrevistados comentam que a técnica corporal *Lian Gong* é “utilizada para manter qualidade de vida e promoção de saúde” (MARINA, LORENA, SILVANA, ALBERTO, LUCIA, ANTÔNIA), sendo seu principal objetivo a “melhora da qualidade de vida” (

CARLOS, BEATRIZ) e, para João, serve como “*uma nova informação para a saúde*”. Assim, Antônia coloca:

[...] acho esse exercício próprio para o autocuidado, quanto para promover a saúde, [...] fazer Lian Gong nada mais é que promover a saúde, mais do que recuperação, sabe, mais do que qualquer outra coisa, não é recuperar, também é, mas é promover a saúde. (ANTÔNIA).

A partir do Portal da Saúde do Ministério da Saúde – Brasil – obtêm-se informações e orientações sobre Tai Chi Chuan, Lian Gong, Shantala, Arteterapia, Meditação, Automassagem e loga, entre outros exercícios corporais qualificados e regulamentados como práticas alternativas e complementares que promovem o bem-estar geral, o autoconhecimento e incentivam o autocuidado; além de serem atividades de promoção de saúde que podem auxiliar no tratamento de doenças. (MARQUES, 2008; MING, 2000; BRASIL, 2006; THIAGO, 2009; YAMAKAWA et al., 2006; OLIVEIRA et al., 2005; TESSER, 2008; BUSATO et al.; DE SIMONI, 2005; RABAÇAL et al., 2009).

Para Lorena e Alberto, o naturólogo tem campo de ação com o *Lian Gong*, tanto em consultórios para atendimento individual, como em grupos determinados e na comunidade:

[...] ainda o naturólogo, não é aquela pessoa que fica só no consultório, também vai promover a saúde e a educação em saúde” [...], dando palestra em escolas em praças públicas, praias, em eventos [...]. (ALBERTO).

[...] já existem alguns grupos determinados que gostariam de estar praticando alguma coisa, [...] é válido estar tendo, na comunidade, melhor desenvolvimento da pessoa, às vezes, no trabalho, com outras pessoas juntas [...]. (LORENA).

A educação em saúde, para Gikovate (2002) e Lanz (2003), consiste em integrar o ser humano na vida social, não de uma forma qualquer, mas de maneira presente, conhecendo profundamente a natureza humana a partir de cujas leis ela se desenvolve através da participação ativa na comunidade. A esse respeito, Carlos diz:

[...] quanto mais pessoas tiverem conhecimento dessa prática, mais ela vai ser difundida; a pessoa que se interessar em fazer esse estudo é um convite e um desafio também de estar passando para frente o conhecimento, a técnica.

Portanto, os dez entrevistados demonstram que o *Lian Gong* é uma técnica corporal que estimula os mecanismos naturais de cura do organismo, como prática integrativa, direciona-se à promoção da saúde, e, “[...] *sem dúvida, previne doenças e promove saúde; as*

pesquisas mostram grupos que se submeteram a ele, que praticaram, foram observados antes e depois". (SILVANA).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo visou o aprofundamento e a aplicabilidade do conhecimento voltados à prática profissional sobre a utilização do *Lian Gong* na Naturologia Aplicada. O naturólogo, ao utilizar técnicas corporais da Medicina Tradicional Chinesa, cuida da saúde do outro e dele próprio. Para tal, apreende o movimento do homem, suas interfaces e nuances para, assim, compreender o *Lian Gong* e os seus benefícios.

Os resultados desta investigação sobre a utilização do *Lian Gong* no Estágio Supervisionado I e II do curso de Naturologia Aplicada da UNISUL mostraram que a técnica *Lian Gong* é pouco utilizada, esquecida e não é incentivada durante a graduação. Apesar da pouca utilização, os estagiários entrevistados entendem que o *Lian Gong* possibilita o autocuidado e a autonomia, com efeitos sobre a prática da educação em saúde, através da participação ativa do indivíduo, valorizando um conhecimento milenar. Os que utilizaram o *Lian Gong* na terapêutica com seus interagentes e conforme sua experiência pessoal obtiveram resultados positivos na saúde.

O conhecimento dos entrevistados acerca da técnica é corroborado pelos autores pesquisados: todos são unânimes ao afirmarem que o *Lian Gong* previne doenças, promove saúde e melhor qualidade de vida. Embora os resultados da pesquisa mostrem que o acadêmico de Naturologia Aplicada encontra algumas dificuldades em utilizar o *Lian Gong*, por questões de adequação à estrutura e organização das disciplinas de Estágio Supervisionado I e II, há clareza no direcionamento dos mesmos em relação às propostas do curso no cuidado da saúde do indivíduo.

Os pesquisadores e os seus entrevistados sugerem a aplicabilidade técnica do *Lian Gong* como parte constitutiva do programa do Estágio Supervisionado em Naturologia

Aplicada, em razão de existir interesse por parte dos alunos na implementação das técnicas corporais no seu quadro de atendimento, o que proporcionará experiência para a sua prática profissional depois de egressos do curso. Entendem sua importância no estágio e no curso, já que a Naturologia Aplicada da UNISUL promulga a Medicina Tradicional Chinesa como um dos seus pilares.

REFERÊNCIAS

AGRESTA, Maria Ângela et al. Uma experiência e promoção de saúde baseada no *Lian Gong* na supervisão técnica e saúde. *Lian Gong* como ação promotora de saúde, definida pela carta de Ottawa. **Caderno Técnico CAEPS DANT: capacitação em avaliação da efetividade das ações de promoção à saúde em doenças agravos não transmissíveis / Prefeitura do Município de São Paulo.** São Paulo, 2009.

ALTER, Michael J. **Ciência da flexibilidade.** 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 1999.

APPOLINÁRIO, Fábio. **Metodologia da ciência: filosofia e prática da pesquisa.** São Paulo: Cengage Learning, 2006.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo.** 3. ed. Lisboa: Edições 70, 2004.

BASSI, Suely Feldman et al. As práticas corporais a medicina tradicional chinesa e a efetividade da promoção da saúde na região sul do município de São Paulo: as contribuições das práticas corporais da medicina tradicional chinesa para os sujeitos participantes. **Caderno Técnico CAEPS DANT: capacitação em avaliação da efetividade das ações de promoção a saúde em doenças agravos não transmissíveis / Prefeitura do Município de São Paulo.** São Paulo, 2009.

BEHNKE, Robert. S. **Anatomia do movimento.** Porto Alegre: Artmed, 2004.

BERTHERAT, Thérèse. **O corpo tem suas razões: antiginástica e consciência de si.** Ao Paulo: Martins Fontes, 1997.

BETTARELLO, Paula de A.; SAUT, Thays B.. Análise dos resultados do questionário sobre qualidade de vida – SF 36, após aplicação do *Lian Gong* em 18 terapias e de ginástica laboral, em funcionários do setor de editoração do Centro Universitário Claretiano de Batatais. **Centro Universitário Claretiano de Batatais.** São Paulo, 2006. Disponível em: <<http://biblioteca.claretiano.edu.br/phl8/pdf/20003349.pdf>>. Acesso em: abr. 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS** /Brasília: 2006. Disponível em: <<http://dab.saude.gov.br/docs/publicacoes/geral/npic.pdf> > Acesso em: 15 maio 2010.

BRUHNS, Heloisa. **Conversando sobre o corpo**. Heloisa T. Bruhns (Org.) 7. ed. São Paulo: Papirus, 2003.

BUSATO, Sheila et al. A relação das práticas corporais e meditativas com a promoção da saúde e a caracterização do perfil dos usuários da coordenação regional da saúde centro oeste - dados preliminares. **Caderno Técnico CAEPS-DANT**: Prefeitura Município de São Paulo, 2009. São Paulo: 2009. Disponível em: <http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/saude/vigilancia_em_saude/doencas_e_a_gravos/index.php?p=6117>. Acesso em: 03 mar. 2010.

BUSS, Paulo Marchiori. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro. 5(1): 163-177, 2000.

CALAIS-GERMAIM, Blandine. **Anatomia para o movimento**. V.1: Introdução à Análise das Técnicas Corporais / Blandine Calais-Germain. São Paulo: Manole, 1991.

CONSELHO NACIONAL DE ÉTICA EM PESQUISA. Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde. **Cadernos de Ética em Pesquisa**. Brasília, DF: Ano 1, n. 1, jul. 1998. Disponível em : <<http://www.ghente.org/etica/publicacoes.htm>>. Acesso em: 07 abr. 2010.

COSTA, Sérgio. O desafio da ética em pesquisa e da bioética. In: DINIZ, Debora et al. (Orgs.) **Ética em pesquisa: temas globais**. Brasília, DF. Letras Livres/ Editora UnB, 2008. p. 25-52.

CREMA, Roberto. **Introdução à visão holística**: breve relato de viagem do velho ao novo paradigma. São Paulo: Summus, 1989.

DE SIMONI, Carmem L. **Ginástica terapêutica chinesa Lian Gong** : estudo de caso da inserção no SUS [Dissertação de Mestrado]. 2005. Salvador: Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia, 2005.

DINIZ, Denise Pará; SCHOR, Nestor (Coord.) **Guia de qualidade de vida**. Barueri, SP: Manole, 2006.

DOBLER, Günter. **Cinesiologia**: fundamentos, prática, esquemas de terapia. Barueri, SP: Manole, 2003.

GIKOVATE, Flávio. **A arte de educar**. São Paulo: MG Editores, 2002.

GOULART, Rozane; DELLAGIUSTINA, Marilene. Educação em saúde. In: HELLMANN, Fernando et al. GOULART, Rozane (Org.). **Naturologia aplicada: reflexões sobre saúde integral**. Tubarão: Ed. UNISUL, 2008.

GUILHEM; Dirce; GRECO, Dirceu. A Resolução CNS 196/1996 e o Sistema CEP/Conep. In: DINIZ, Débora et al.(Orgs). **Ética em pesquisa: temas globais**. Brasília, DF: Letras Livres: Editora: UnB, 2008. p. 87-121.

HAMILL, Joseph; KNUTZEN, Kathleen. **Bases biomecânicas do movimento humano**. São Paulo: Manole, 1999.

HELLMANN, Fernando; WEDEKIN, Luana (Org.) **O livro das interações: estudos de caso em naturologia**. Tubarão: Ed. UNISUL, 2008.

HELLMAN, Fernando; WEDEKIN, Luana; DELLAGIUSTINA, Marilene. **Naturologia aplicada: reflexões sobre saúde integral**. Tubarão: Ed. UNISUL, 2008.

HELLMANN, Fernando. **Reflexões sobre os referenciais de análise em bioética no ensino da naturologia no Brasil à luz da bioética social** (dissertação); orientadora, Marta Inez Machado Verdi. Universidade Federal de Santa Catarina, Programa de Pós-graduação em Saúde Coletiva. Florianópolis, SC, 2009.

IBA, Nelson; AMARANTE, Ricardo R. **LIANGONGBRASIL**. Disponível em: <http://www.Liangongbrasil.com.br/o_que_e.htm>. Acesso em: 12 mar 2009.

Introdução à Cinesiologia Holística. 2009. Disponível em: <<http://www.herniadedisco.com.br/artigos-cientificos/introducao-a-cinesiologia-holistica>> Acesso em: 15 mar. 2010.

IWANOWICZ, Bárbara. A imagem e a consciência do corpo. BRUHNS, Heloísa T. et al. (Org.). **Conversando sobre o corpo** 7. ed. São Paulo: Papirus, 2003. p. 63 – 81.

KELEMAN, Stanley. **Anatomia emocional: a estrutura da experiência**. São Paulo: Summus, 1992.

KENDALL, Florence P.; MCCREARY, Elizabeth K. **Músculos: provas e funções**. 3. ed. São Paulo: Manole, 1987.

LELOUP, Jean-Yves. O corpo e seus símbolos. Petrópolis-RJ: Vozes, 1998.

LUZ, Madel T. Cultura Contemporânea e Medicinas Alternativas: Novos Paradigmas em Saúde no Fim do Século. **PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 15 (Suplemento): 145- 176, 2005.

MASUNAGA, Shizuto; OHASHI, Wataru. **Zen–Shiatzu**: como harmonizar o yin/yang para uma saúde melhor. São Paulo: Pensamento, 2008.

MARQUES, Adriana Maria Parreira. Das medicinas tradicionais às práticas integrativas de saúde: caracterização dos recursos humanos nas práticas alternativas de saúde adotadas no Distrito Federal / Adriana Maria Parreira Marques; Manoel Rodrigues Pereira Neto – Brasília: UnB/ObservaRH/NESP, 2008.

MAUSS, Marcel. **Sociologia e antropologia**. V. II. São Paulo: EPU, 1974.

MING, Zhuang Y. **Lian Gong shi ba fa**: *Lian Gong* em 18 terapias: ginástica terapêutica e preventiva. São Paulo: Pensamento, 2000.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Revista Brasileira Saúde da Família**. Ano IX, Ed. Especial (Maio 2008). Brasília: Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/revista_saude_familia_ed_especial_maio2008.pdf> Acesso em: 16 maio 2010.

NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em gerontologia**. São Paulo: Alínea, 2001.

NEUMANN, Donald A. **Cinesiologia do aparelho musculoesquelético**: fundamentos para a reabilitação física. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

OLIVEIRA, Alba S. B. e. Al.. Manual de Normas e Procedimentos das Atividades do Núcleo de Medicina Natural e Terapêuticas da Integração. Brasília. 2005. **NUMENATI**. Manual de Normas e Procedimentos das Atividades do Núcleo de Medicina Natural e Terapêutica Integração. Brasília.2005. Disponível em: <http://www.saude.df.gov.br/003/00301009.asp?ttCD_CHAVE=31418>. Acesso em: 11 mar 2010.

OLIVER, Nathália. A influência da acupuntura na vibração dos chakras. In: HELLMANN Fernando; WEDEKIN Luana (Org.) **O livro das interagências**: estudos de caso em naturologia. SC- Tubarão: Ed. UNISUL, 2008. p. 65–81.

OMS. Organización Mundial de la Salud. **Estratégia de la OMS sobre medicina tradicional 2002-2005**. Genebra: Organización Mundial de la Salud, 2002.

PENNA, Lucy. **Imagem corporal: uma revisão seletiva da literatura**. *Psicol. USP*. [online]. dez 1990, vol.1, no.2 [citado 19 Janeiro 2010], p.167-174. Disponível na World Wide Web: <http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51771990000200007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 23 mar. 2010.

RABAÇAL, Ana Maria Koyama et al. Práticas corporais nas dores crônicas e promoção da saúde caminhos para o desenvolvimento de habilidades pessoais através das Práticas Corporais.

Cad. acad., Tubarão, v. 3, n. 2, p. 50-72, 2011

Caderno Técnico CAEPS DANT: capacitação em avaliação da efetividade das ações de promoção a saúde em doenças agravos não transmissíveis / Prefeitura do Município de São Paulo. São Paulo, 2009.

RODRIGUES, Daniel M. de O. A intervenção naturológica na visão multidimensional do ser: In: HELLMANN Fernando; WEDEKIN Luana (Org.). **O livro das interações:** estudos de caso em Naturologia. SC- Tubarão: Ed. UNISUL, 2008.

RODRIGUES, Maria do Socorro Pereira; LEOPARDI, Maria Tereza. **O método de análise de conteúdo: uma versão para enfermeiros/** Maria Socorro Pereira Rodrigues, Maria Tereza Leopardi. – Fortaleza: Fundação Cearense de Pesquisa e Cultura, 1999.

SELLI, Lucilda. **Bioética na enfermagem.** 2.ed. Porto Alegre: Ed. UNISINOS, 2003.

SILVA, Diego Augusto Santos; JESUS, Karina Passos; SANTOS, Roberto Jerônimo. Conceito de saúde e qualidade de vida para acadêmicos de Educação Física: Um estudo de caso. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança.** V. 2 nº 4. Universidade Federal de Sergipe. Dez 2007. Disponível em<<http://www.diadioeducação.pr.gov.br/>> Acesso em: 07 fev. 2010.

SILVERTHORN, Dee. U. **Fisiologia humana:** uma abordagem integrada. SP: Manole, 2003.

SIVIERO, Evelise. K. A influência de exercícios físicos suaves sobre a relação dos estados emocionais e tensão muscular. Fafibe: Faculdades integradas. Bebedouro, São Paulo. Disponível em:< <http://www.fafibe.br/down/edfisica.pdf>>. Acesso em: 09 abr. 2009.

TESSER, Charles D. Práticas complementares, racionalidades médicas e promoção da saúde: contribuições pouco exploradas. Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil. **Cad. Saúde Pública.** v. 25 nº 8. Rio de Janeiro, ago. 2009. Disponível em: <www.scielo.org/scielo.php?pid=S0102311X2009000800009&script=sci_arttext&lng=es>. Acesso em: 19 jan 2010.

TESSER, Charles D.; BARROS, Nelson F. De medicalização social e medicina alternativa e complementar: pluralização terapêutica do Sistema Único de Saúde **Rev. Saúde Pública** vol. 42 nº5 São Paulo, out 2008. Disponível em: < http://www.scielo.org/scielo.php?pid=S003489102008000500018&script=sci_arttext>. Acesso em: 15 maio 2010.

THE WHOQOL GROUP The development of the World Health Organization quality of life assessment instrument (the WHOQOL). In: Orley J, Kuyken W, editors. **Quality of life assessment:** international perspectives. Heidelberg: Springer Verlag;1994. p 41-60.

THIAGO, Sônia de C. Medicinas e terapias complementares na visão de médicos

Cad. acad., Tubarão, v. 3, n. 2, p. 50-72, 2011

e enfermeiros da Saúde da Família de Florianópolis[dissertação]. Universidade Federal de Santa Catarina. UFSC. Centro de ciências da saúde. Florianópolis, SC, 2009. Disponível em: <<http://www.tede.ufsc.br/teses/PSPB0177-D.pdf>>. Acesso em:16 de maio 2010.

UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA. **Manual do Curso**. SC - Palhoça, 2008. Manual apresentado aos Acadêmicos do curso de Naturologia Aplicada.

UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA. **Conheça a Unisul**. Disponível em: <<http://www.unisul.br/auniversidade/a-universidade.html>>. Acesso em: 15 abr. 2010.

WERNER, David; BOWER, Bill. **Aprendendo e ensinando a cuidar da saúde**: manual de métodos, ferramentas e idéias para um trabalho comunitário. 5. ed. São Paulo: Paulus, 1984.

YAMAKAWA, Angela H. H. et.al. A interface das doenças crônicas e a Prática do *Lian Gong* . **Projeto: DANT**– Doenças e Agravos Não Transmissíveis Supervisão Técnica de Saúde Penha - São Paulo: 2006. Disponível em: <http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/luciene_sudeste_dant_completo_revisado_II_1254427891.pdf> Acesso em: 22 abr. 2010.