

RESUMO

#42 Ayurveda e nutrição na Unidade Básica de Saúde Jardim Vera Cruz – Perdizes (Capital/SP): relato de experiência

Ayurveda and nutrition in the Basic Health Unit Jardim Vera Cruz - Perdizes (Capital / SP): Experience Report

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde se difundiram na cidade de São Paulo a partir de 2002 com a implantação das diretrizes elaboradas pela Secretaria Municipal de Saúde e se expandiram progressivamente por toda rede¹. O *Ayurveda*, racionalidade multidimensional indiana que busca oferecer instrumentos para a felicidade e saúde dos seres e ecossistema, foi incluído como modalidade de atendimento no Sistema Único de Saúde em 2017 e engloba ações de Promoção da Saúde, Prevenção de Agravos e Assistência à Saúde por meio de procedimentos, orientações e terapias específicas e tem definidas por textos clássicos como *Astanga Hridayam*². Segundo esses textos a alimentação e fitoterapia são chamadas de *dravyas* (substâncias) que devem ser utilizados para manutenção da saúde ou tratamento de doenças, dependendo do diagnóstico realizado. **Objetivo:** Relatar o processo da introdução dos conhecimentos védicos nos atendimentos de nutrição da Unidade Básica de Saúde Jardim Vera Cruz-Perdizes (Capital/SP), que ocorreu a partir de 2017, tendo em vista a utilização de alimentos regionais brasileiros e plantas medicinais de custo acessível, tradicionais na Índia e encontrados facilmente no Brasil, sem perder a essência das bases conceituais dos textos clássicos. **Estudo de caso:** O *Ayurveda* favoreceu o aperfeiçoamento das condutas nutricionais e fitoterápicas através dos saberes ancestrais sobre processos de saúde-doença, a ação e utilização de cada *dravya* (alimento ou planta medicinal). Os **usuários** aceitaram naturalmente métodos de diagnóstico através da **verificação da língua e pulso** realizados durante a anamnese e apresentaram familiaridade com o uso de plantas medicinais em forma de infusão e decocção. Dessa maneira aderiram de uma maneira bastante efetiva às **prescrições fitoterápicas** e perceberam a melhoria de seus sintomas e um equilíbrio global uma vez que a fitoterapia ayurvédica age tanto no corpo quanto na mente. O acompanhamento dos



Priscila de Paula Piva¹.

¹ Unidade Básica de Saúde Jardim Vera Cruz

- Secretaria Municipal de Saúde de São Paulo, São Paulo/SP Brasil.

E-mail: priscila7piva@gmail.com

hábitos alimentares está baseado no processo do próprio usuário, partindo da sua história, hábitos e disponibilidade durante o tratamento para realizar as modificações e adequações a partir da mediação entre as necessidades dele e do diagnóstico realizado. Durante esse período a Unidade de Saúde recebeu **estagiários de nutrição** que participaram das consultas dessa área e que quiseram conhecer melhor o *Ayurveda* e como esses conhecimentos e práticas eram utilizados nos atendimentos. A partir dessa demanda foram incluídos dois dias para leitura de textos e roda de conversa sobre as PICS para cada turma

pois estes temas são pouco abordados na formação da graduação. A Unidade Básica de Saúde conta ainda com **grupos na área de saúde mental e meditação** (este é realizado pela nutricionista) que dão suporte aos usuários com vistas à saúde integral da população adscrita. **Conclusões:** A fitoterapia e alimentação são uma parte de todo o conhecimento védico mas ainda assim verificou-se que tanto os usuários da UBS quanto os estudantes de nutrição puderam se beneficiar com esses saberes, condutas e orientações e mostraram interesse na abordagem integrativa das PICS e nos seus efeitos na saúde e qualidade de vida.

Palavras-chave: Nutrição em Saúde Pública; Terapias Complementares; Medicina Ayurvédica; Fitoterapia.

REFERÊNCIAS

1. Telesi Jr E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova estratégia para o SUS. *Estud av.* 2016; 30(86):99-112.
2. Vagbhata. *Astanga Hrdayam*. São Paulo; Ed. Chapkori; 2002. v.1