

# DIAGNÓSTICO SITUACIONAL 2026

Promoção da Saúde Emocional e das Práticas Integrativas

Município de Cruzeiro do Sul – RS

## **1. Apresentação**

O presente relatório técnico apresenta o diagnóstico situacional elaborado para subsidiar a implementação do **Projeto Cuidar Juntos**, iniciativa voltada à promoção da saúde emocional e ao fortalecimento das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no município de Cruzeiro do Sul, Rio Grande do Sul.

A elaboração deste diagnóstico parte da compreensão de que o cuidado em saúde precisa ir além da abordagem exclusivamente biomédica, incorporando estratégias que considerem o ser humano em sua integralidade, corpo, mente, emoções e relações sociais.

Nesse sentido, as práticas integrativas têm sido reconhecidas internacionalmente como ferramentas importantes na promoção do bem-estar, na prevenção de doenças e no fortalecimento da autonomia das pessoas em relação ao próprio processo de saúde.

O município de Cruzeiro do Sul vivenciou recentemente um período extremamente desafiador em decorrência das enchentes que atingiram grande parte da região do Vale do Taquari. Os impactos desses eventos não se restringiram aos danos materiais ou estruturais. A perda de bens, o deslocamento de famílias, a insegurança econômica e a instabilidade social provocaram também consequências significativas na saúde emocional da população.

Situações de desastre ambiental costumam provocar aumento nos índices de ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e outras formas de sofrimento psicológico. Por essa razão, iniciativas voltadas ao fortalecimento da saúde mental e da resiliência comunitária tornam-se fundamentais para o processo de reconstrução social.

Nesse contexto, o **Projeto Cuidar Juntos** surge como uma proposta de cuidado coletivo que busca integrar saúde pública, participação comunitária e práticas integrativas reconhecidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

Antes da implementação efetiva das ações do projeto, tornou-se necessário realizar um diagnóstico da realidade local, permitindo compreender de forma mais precisa as necessidades da população, os recursos existentes no território e as possibilidades de articulação institucional.

## **2. Fundamentação Científica das Práticas Integrativas**

### ***2.1 Reconhecimento pela Organização Mundial da Saúde***

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece o papel das práticas tradicionais e complementares no fortalecimento dos sistemas de saúde.

A **Estratégia Global de Medicina Tradicional da OMS (WHO Traditional Medicine Strategy 2014–2023)** destaca que essas práticas podem contribuir significativamente para:

- ampliar o acesso aos cuidados em saúde
- promover o autocuidado da população
- fortalecer estratégias de prevenção
- reduzir custos do sistema de saúde
- melhorar a qualidade de vida das comunidades.

Estima-se que **aproximadamente 80% da população mundial utilize algum tipo de medicina tradicional ou complementar** como parte de seu cuidado em saúde.

Diversas pesquisas científicas demonstram benefícios das práticas integrativas na redução do estresse, melhora da qualidade do sono, redução da ansiedade e fortalecimento da saúde emocional.

## ***2.2 Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS***

No Brasil, o reconhecimento institucional dessas práticas ocorreu com a criação da **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)**, instituída pelo Ministério da Saúde em 2006.

A PNPIC tem como objetivo ampliar as possibilidades terapêuticas oferecidas pelo Sistema Único de Saúde, incorporando práticas que estimulem o cuidado integral e a promoção da saúde.

Entre as práticas reconhecidas pelo SUS estão:

- acupuntura
- homeopatia
- fitoterapia
- yoga
- Reiki
- meditação
- práticas corporais integrativas
- terapias comunitárias
- entre outras abordagens.

A política destaca que essas práticas não substituem a medicina convencional, mas atuam de forma complementar, contribuindo para o fortalecimento da saúde e da qualidade de vida da população.

## ***2.2 Fundamentação Antroposófica das Práticas Integrativas no Projeto Cuidar Juntos.***

Diante do conjunto de informações levantadas no diagnóstico situacional, torna-se necessário adotar uma abordagem que permita integrar diferentes dimensões do cuidado humano, considerando não apenas os aspectos físicos da saúde, mas também as dimensões emocionais, sociais e educativas presentes no contexto da comunidade. Nesse sentido, o Projeto Cuidar Juntos adotará como uma de suas principais referências conceituais a **Antroposofia**, filosofia fundada pelo pensador austríaco **Rudolf Steiner**, que propõe uma compreensão ampliada do ser humano e de sua relação com o mundo.

A Antroposofia constitui uma abordagem que busca integrar ciência, espiritualidade e desenvolvimento humano, reconhecendo o indivíduo como um ser multidimensional, formado por aspectos físicos, emocionais, mentais e sociais. Essa perspectiva tem influenciado diversas áreas do conhecimento e da prática social, incluindo educação, agricultura, medicina e terapias integrativas.

No campo da saúde, a **Medicina Antroposófica** foi incorporada às Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no Brasil por meio da **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)**, sendo reconhecida pelo Sistema Único de Saúde desde 2006. Essa abordagem valoriza o cuidado integral, estimulando processos naturais de recuperação da saúde, fortalecimento da autonomia do indivíduo e desenvolvimento de práticas que promovam equilíbrio entre corpo, mente e ambiente.

Entre os fundamentos da abordagem antroposófica aplicados à saúde destacam-se a valorização do cuidado humanizado, a promoção do autocuidado, o fortalecimento dos vínculos comunitários, o estímulo às práticas corporais e terapêuticas integrativas, bem

como a integração entre saúde, educação e desenvolvimento social. Esses princípios dialogam diretamente com os objetivos do Projeto Cuidar Juntos, que busca construir um modelo de atenção comunitária capaz de fortalecer a saúde emocional da população e ampliar as estratégias de promoção do bem-estar.

A partir dessa perspectiva, a Antroposofia apresenta-se como uma base conceitual capaz de integrar ações voltadas às áreas da **saúde, educação e assistência social**, permitindo a construção de estratégias intersetoriais que valorizem o desenvolvimento humano em sua totalidade. Dessa forma, as práticas integrativas desenvolvidas no âmbito do projeto buscarão inspiração nesses princípios, contribuindo para a construção de um cuidado mais sensível, preventivo e comunitário no município de Cruzeiro do Sul.

### **3. Metodologia do Diagnóstico**

A construção deste diagnóstico foi realizada por meio de uma abordagem participativa, combinando diferentes estratégias de coleta de dados quantitativos e qualitativos.

A equipe técnica responsável pelo projeto realizou visitas ao município, reuniões institucionais, entrevistas com profissionais da rede pública e aplicação de questionários junto à população.

O instrumento principal de coleta de dados foi um **questionário estruturado contendo 12 perguntas**, voltado à população do município.

Inicialmente foram realizadas **80 entrevistas presenciais adicionais**, aplicadas diretamente junto à população

Posteriormente, para ampliar a representatividade da pesquisa, foram coletadas **59 respostas de forma espontânea por meio de formulário online**, divulgado nas redes sociais.

Essas entrevistas ocorreram principalmente:

- em estabelecimentos comerciais
- em abordagens diretas com moradores
- em espaços de convivência comunitária.

Dessa forma, o diagnóstico contou com **aproximadamente 139 respostas válidas**, permitindo uma análise mais consistente sobre a percepção da população em relação à saúde emocional e às práticas integrativas.

Além do questionário, foram realizadas:

- entrevistas com profissionais da saúde
- conversas com assistentes sociais
- diálogo com profissionais da educação
- visitas técnicas a espaços terapêuticos
- reuniões comunitárias.

#### **4. Perfil Sociodemográfico dos Participantes**

A análise dos dados revelou predominância de participantes com **ensino médio completo**, representando aproximadamente **56% dos entrevistados**.

Outros **26% possuem ensino fundamental**, enquanto **8% possuem ensino superior** e **4% possuem formação técnica**.

Quanto ao gênero dos participantes:

- **72% das respostas foram dadas por mulheres**
- **28% foram dadas por homens.**

Esse resultado segue tendência observada em diversos estudos sobre saúde comunitária, nos quais as mulheres costumam participar mais ativamente de iniciativas relacionadas ao cuidado e à promoção da saúde.

## **5. Percepção da População sobre Saúde Emocional**

Os resultados da pesquisa revelam um cenário que merece atenção no que se refere à saúde emocional da população.

Quando questionados sobre como se sentem na maior parte do tempo:

- **46% relataram sentir-se frequentemente tristes**
- **62% relataram sentir ansiedade ou sintomas associados à ansiedade e depressão**

Outro dado relevante identificado na pesquisa foi que:

**96% dos entrevistados afirmaram conhecer alguém que enfrenta algum tipo de transtorno emocional ou mental.**

Esse dado demonstra que o sofrimento emocional não se restringe a experiências individuais isoladas, mas faz parte de um contexto social mais amplo vivenciado pela comunidade.

## **6. Conhecimento da População sobre Práticas Integrativas**

O diagnóstico revelou que o conhecimento da população sobre as práticas integrativas ainda é limitado.

Mais da metade dos participantes afirmou não conhecer o conceito de práticas integrativas em saúde.

Além disso, grande parte desconhecia que essas práticas são reconhecidas e oferecidas pelo Sistema Único de Saúde.

Esse resultado evidencia a necessidade de ampliar a divulgação dessas políticas públicas e promover educação em saúde voltada ao autocuidado.

## **7. Interesse da Comunidade nas Práticas Integrativas**

Apesar do baixo conhecimento formal, a população demonstrou grande interesse em participar dessas atividades.

Quando perguntados se participariam de práticas integrativas caso fossem oferecidas gratuitamente no município:

**89% responderam que sim.**

Esse dado demonstra forte potencial de adesão da comunidade às atividades propostas.

## **8. Práticas Integrativas Identificadas no Município**

Durante o processo de diagnóstico foram identificadas diversas práticas integrativas presentes no território.

Entre elas destacam-se:

- Yoga
- Reiki
- Automassagem
- Acupuntura
- Auriculoterapia

- Fitoterapia

A **fitoterapia** merece destaque especial, pois já possui presença significativa no município.

Foi identificado que o uso de plantas medicinais ocorre tanto na comunidade quanto em alguns serviços da rede pública de saúde, assim como a auriculoterapia.

Essa prática faz parte da cultura local e representa um importante recurso de cuidado tradicional utilizado pela população.

## **9. Infraestrutura e Espaços Existentes**

Durante o diagnóstico também foi realizado levantamento de espaços disponíveis para realização de cursos e treinamentos.

Foram identificados diversos locais com infraestrutura adequada para receber capacitações, oficinas e eventos relacionados às práticas integrativas.

Entretanto, grande parte desses espaços pertence à iniciativa privada.

Outro ponto relevante identificado foi a **ausência de um espaço público estruturado especificamente para a realização contínua das práticas integrativas no município.**

Essa limitação tem dificultado o início de alguns atendimentos e atividades voltadas à comunidade.

Durante o processo de diagnóstico territorial realizado no município de Cruzeiro do Sul, também foram identificadas **três instituições de acolhimento geriátrico**, que atendem pessoas idosas em regime permanente ou semiassistido. Esses espaços representam ambientes que demandam atenção especial no que se refere ao cuidado emocional e à promoção do bem-estar. Observou-se que muitos dos residentes enfrentam situações de vulnerabilidade emocional, incluindo sentimentos de solidão,

ansiedade, tristeza e outros transtornos associados ao processo de envelhecimento e às mudanças nas dinâmicas familiares e sociais. Diante dessa realidade, considera-se fundamental que as ações do Projeto Cuidar Juntos também contemplem esses locais, levando práticas integrativas que possam contribuir para o fortalecimento da saúde mental, a melhoria da qualidade de vida e a promoção de momentos de acolhimento, convivência e estímulo emocional para essa parcela da população.

## **10. Ajustes Necessários no Plano de Trabalho**

O diagnóstico demonstrou a necessidade de algumas adaptações no plano inicial do projeto.

Entre os principais pontos identificados está a necessidade de ampliar as **atividades coletivas**, priorizando ações que promovam integração social e fortalecimento comunitário.

Atividades coletivas como:

- yoga em grupo
- rodas de conversa
- práticas de respiração
- atividades corporais integrativas
- encontros comunitários de bem-estar

tendem a gerar impacto mais amplo na saúde emocional da população.

## **11. Conclusões do Diagnóstico**

O diagnóstico situacional realizado no município de Cruzeiro do Sul demonstra um cenário que exige atenção especial às questões relacionadas à saúde emocional da população. Os dados levantados indicam:

- presença significativa de ansiedade e tristeza na comunidade
- forte percepção social sobre problemas relacionados à saúde mental
- grande interesse da população em participar de atividades de bem-estar
- existência de profissionais que já atuam com práticas integrativas
- necessidade de ampliação da estrutura para realização dessas práticas.

Diante desse cenário, o **Projeto Cuidar Juntos** apresenta-se como uma iniciativa estratégica para fortalecer o cuidado integral no município.

Além de promover novas atividades, o projeto busca valorizar práticas já existentes, fortalecer redes de apoio social e ampliar o acesso da população a estratégias de promoção da saúde integrativa e bem-estar.

## **12. Próximas Etapas para Implementação do Projeto**

Tendo em vista que todas as etapas do diagnóstico situacional foram elaboradas de forma criteriosa, com levantamento de dados junto à comunidade, entrevistas com profissionais da rede pública, visitas técnicas e análise das estruturas existentes no município, o próximo passo consiste na consolidação institucional das ações previstas para o Projeto Cuidar Juntos.

A partir das informações obtidas durante o diagnóstico, será realizada a **revisão e adequação do plano de trabalho**, considerando as necessidades identificadas no território, bem como as possibilidades de ampliação das atividades coletivas relacionadas à promoção da saúde emocional e ao desenvolvimento das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.

Dessa forma, a etapa seguinte consiste na **apresentação do novo plano de trabalho e do plano de aplicação das práticas integrativas e complementares ao Conselho Municipal de Saúde de Cruzeiro do Sul**, para apreciação, análise e aprovação institucional. Essa apresentação está prevista para ocorrer **no dia 18 de março de 2026**, momento em que serão compartilhados os resultados do diagnóstico realizado, bem como as estratégias planejadas para a implementação das ações no município.

Após a aprovação pelo Conselho Municipal de Saúde, será iniciada a fase de **divulgação pública das práticas integrativas que passarão a ser desenvolvidas no município**, incluindo a apresentação dos locais onde ocorrerão os atendimentos, bem como a definição das unidades ou espaços comunitários que receberão as atividades relacionadas à saúde integrativa e complementar.

Paralelamente, também será realizada a **abertura de inscrições e chamamento de profissionais interessados em atuar junto ao projeto**, possibilitando que terapeutas, profissionais da saúde e facilitadores de práticas integrativas possam colaborar com as atividades desenvolvidas pela instituição Conexão Delta, em parceria com o município.

Ainda nesta etapa inicial de implementação, será apresentado à comunidade e às instituições envolvidas o **cronograma geral de atividades do projeto**, contemplando cursos de formação, workshops, seminários, capacitações técnicas e terapêuticas, além de ações de mobilização social voltadas ao fortalecimento da saúde emocional da população.

Essas ações visam garantir que a implementação do Projeto Cuidar Juntos ocorra de forma organizada, participativa e transparente, fortalecendo a integração entre comunidade, profissionais da saúde e instituições públicas, e contribuindo para o desenvolvimento de um modelo de cuidado mais humanizado, preventivo e comunitário no município de Cruzeiro do Sul.

**Diagnostico realizado janeiro e fevereiro apresentação dia 11 de março de 2026.**