

ACUPUNTURA E ENFERMAGEM NO CUIDADO À PESSOA OBESA
[Acupuncture and nursing care to the obese person]
[La acupuntura y la enfermería en el cuidado de la persona obesa]

Luciara Fabiane Sebold*, Vera Radunz**, Patrícia Kuerten Rocha***

RESUMO: O presente estudo identifica-se como um relato de experiência, com abordagem qualitativa. Tem como objetivo fazer uma reflexão sobre a eficiência e a eficácia da inter-relação entre o cuidado de enfermagem e a acupuntura, no tratamento à pessoa obesa. Os dados foram coletados através de protocolo previamente elaborado, que constavam de questões tanto objetivas quanto subjetivas do estado físico e emocional do paciente como também exame físico. Concomitante, a esta coleta de dados, foram aplicados os conhecimentos da Medicina Tradicional Chinesa, através do uso da acupuntura. Percebeu-se que, durante as sessões, a paciente seguia o tratamento como sugerido e referenciava constantemente seu estado emocional. Através do cuidado de enfermagem e da acupuntura realizada, conseguiu-se o restabelecimento energético, que possibilitou, além da diminuição do peso, o equilíbrio emocional.
PALAVRAS-CHAVES: Enfermagem; Cuidado; Obesidade; Acupuntura.

ABSTRACT: This study is an experienced account with a qualitative approach. Its objective is to reflect upon the efficiency of the relationship between nursing care and acupuncture in order to treat the obese. Data were collected through a previously elaborated protocol, which contained both objective and subjective questions about the patient's physical and emotional states. At the same time, the knowledge of traditional Chinese medicine was applied through the use of acupuncture. It became clear during the patient's session that she followed the suggested treatment, and usually referred to her emotional state. Through nursing care and acupuncture, the patient's energy levels were reestablished, which led to weight loss as well as emotional balance.

KEYWORDS: Nursing; Care; Obesity; Acupuncture.

RESUMEN: El presente estudio es una investigación de naturaleza cualitativa de tipo relato de experiencia con el objetivo de reflexionar acerca de la eficiencia y la eficacia de la interrelación entre el cuidado de la enfermería asociada a la acupuntura, para el tratamiento de la obesidad. Los datos fueron recolectados a través de un protocolo elaborado antes, compuesto de cuestiones objetivas y subjetivas sobre el estado físico y emocional del paciente así como el examen físico. Junto a la colecta de datos, se aplicaron los conocimientos de la Medicina Tradicional Chinesa (MTC), mediante el uso de la acupuntura. Se observó que, durante las sesiones el paciente seguía el tratamiento conforme lo estipulado y que manifestaba su estado emocional de manera constante. Por medio del cuidado de enfermería y de acupuntura, se alcanzó el restablecimiento energético, el cual permitió, además de la disminución del peso, el equilibrio emocional.
PALABRAS CLAVE: Enfermería; Cuidado; Obesidad; Acupuntura.

*Enfermeira Especialista em Acupuntura pelo Centro Integrado de Estudos e Pesquisas do Homem - CIEPH. Aluna especial do Mestrado Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC. Professora Voluntária da UFSC. Membro do Grupo de Pesquisa Cuidando e Confortando - C&C da UFSC.

**Enfermeira. Pós Doutora pela University of Alberta. Doutora e Mestre pela UFSC. Professora do Departamento de Enfermagem e do Programa de Pós-graduação da UFSC. Vice-líder do Grupo de Pesquisa C&C da UFSC.

***Enfermeira. Doutoranda pela UFSC. Especialista em Terapia Intensiva Pediátrica pela Universidade de São Paulo - USP. Professora Substituta da UFSC. Membro do Grupo de Pesquisa C&C e Grupo de Estudo em Tecnologias Convergente Assistenciais em Saúde e Enfermagem - GIATE da UFSC.

Autor correspondente:

Luciara Fabiane Sebold

Rua Rafael Bandeira, 26 ap 101 – 88015-450 – Florianópolis-SC

E-mail: fabisebold@gmail.com

Recebido em: 03/07/06

Aprovado em: 01/11/06

1 INTRODUÇÃO

A humanidade enfrenta atualmente diversos problemas ambientais, culturais, sociais e de saúde. Dentre os problemas mais preocupantes temos o surgimento de novas doenças e/ou ainda, doenças que passaram a ter aspectos mais severos na história de vida do homem, como a obesidade.

O ser humano vive em um mundo repleto de ofertas de promessas e de satisfação, que muitas das vezes estão vinculadas a alimentos apetitosos e ideais de felicidade, de ser amado, de ser aceito. No entanto, raramente, estas promessas de satisfação viram realidades. Sentimentos como a raiva, a ansiedade, a preocupação, a tristeza e o medo surgem em decorrência deste descompasso. As pessoas acometidas por estes sentimentos desequilibrantes geralmente buscam compensar, ou se reequilibrar, alimentando-se de doces, massas, gorduras - alimentos inadequados para alcançar o equilíbrio energético pretendido. Assim agindo, passam a fazer parte de um ciclo que é difícil sair. Nutrem-se de produtos inadequados com o intuito de satisfação, aprofundando o desequilíbrio e como consequência, o que se verá no caso relatado a seguir, ocorre o peso adicional e auto-imagem não desejada.

O equilíbrio energético significa a harmonia do homem com uma infinita rede de fluxos de energias entrelaçados no universo, ou seja, segundo a visão da Medicina Tradicional Chinesa – MTC, o homem transita na rede de energia existente no universo seguindo seu Tao (caminho) e assim, encontra o equilíbrio. Porém, quando ocorre o desvio do seu Tao, surge o desequilíbrio energético, caracterizando doenças ⁽¹⁾.

Concomitantemente à evolução do homem e o surgimento de doenças ou desequilíbrio energético, como a obesidade, houve também aprimoramentos nos processos de cuidar do ser humano. Convém salientar que o cuidar é mais que um ato, representa sim uma atitude de ocupação, preocupação, responsabilidade e envolvimento afetivo com o outro ⁽²⁾.

O processo de cuidar dos indivíduos obesos não está apenas baseado em restrições alimentares, mas também no resgate da auto-imagem e da auto-estima. Processo em que, a enfermeira, como portadora de conhecimentos afins, pode intervir e interagir na relação de saúde-doença do paciente, demonstrando que o cuidar em Enfermagem é uma ação humana, transpessoal, espiritual, política que se caracteriza de um jeito de ser e de fazer e que acontece entre seres sensíveis e envolve: solidariedade, presença, movimentos corporais, impulsos, emoções, energia, disponibilidade para sentir e tocar o outro ⁽³⁾.

No contexto de indivíduos portadores de obesidade, o cuidado passa a ser um processo dinâmico de interação e envolvimento entre o ser cuidado e o cuidador. Isto implica em um compromisso assumido por ambos, ser cuidado e cuidador, da busca do peso ideal ou o equilíbrio energético

por aquele, em uma atitude relevante de autocuidado dentro do processo de cuidar existente.

Sob esta ótica o cuidado de enfermagem pode ser realizado através da Acupuntura, um dos ramos da MTC, pois tendo a Enfermagem à visão que o ser humano busca novos desafios em seu cotidiano e percebendo-o de forma holística, integrado em um meio ambiente, nasce uma afinidade natural entre a Enfermagem e a Acupuntura. Ainda como pressuposto, no desenvolvimento desta perspectiva, o papel na manutenção e na promoção da saúde, busca trazer benefícios para as pessoas que se encontram em desequilíbrio energético, como está evidenciado pela obesidade no presente caso relatado. Em suma, é facilmente demonstrável existir uma perfeita adequação entre o cuidado de enfermagem e a Acupuntura.

Por meio desta reflexão, o cuidado realizado pela enfermeira assume outras dimensões, além das tradicionais. Em especial, evidencia-se a inter-relação da Enfermagem e a Acupuntura, como uma das ferramentas no cuidado a pessoas com desequilíbrio energético, caracterizado pela obesidade.

Conceitualmente, a obesidade é o desvio dos padrões de constituição corpórea ⁽⁴⁾. Para a MTC a obesidade traduz um desequilíbrio energético o qual é consequência de fatores como: tipo e a quantidade de alimentos consumidos, regularidade da alimentação e estado emocional enquanto se alimenta ⁽⁵⁾. Os reflexos de deficiência do Qi e do Yang Rim e deficiência do Qi e do Yang do Baço, vão se caracterizar por vários sinais e sintomas dentre os quais o aumento de peso é evidente.

Para a MTC, a obesidade, assim como qualquer doença, é o resultado de um desequilíbrio energético. Os mestres chineses diziam:

Observe-se! A raiz do desequilíbrio na sua saúde está no seu dia a dia, no cotidiano, no seu estilo de vida. Descubra a raiz do desequilíbrio para que possa fazer algo que ajude o seu organismo a recuperar-se. Isto é importante e fundamental! ⁽⁶⁾

Através da Acupuntura, no cuidado à pessoa obesa, a enfermeira fará uso de agulhas inseridas em determinados pontos dos meridianos, com o objetivo de desbloquear ou fazer fluir o fluxo energético (Qi), para restabelecer o equilíbrio energético. É neste momento que a interatividade e integração demonstram que, além dos procedimentos terapêuticos através das “agulhas”, o processo de cuidar destes indivíduos traz benefícios incalculáveis para a história de sua vida.

Por outro lado, a Enfermagem caracteriza-se por ser uma profissão com uma visão globalizada, que reconhece e compreende os indivíduos que vivem em diferentes lugares do planeta, em diferentes culturas e, portanto, os aspectos de cuidado são adaptados a cada realidade, de forma a perceber a transculturalidade dos indivíduos. Integrando a esta abordagem a MTC, tem-se a Acupuntura como uma das formas de cuidar, legalmente reconhecida, que a

enfermeira pode utilizar.

Em resumo, este estudo tem como objetivo fazer uma reflexão sobre a eficiência e a eficácia da inter-relação entre o cuidado de enfermagem associado à Acupuntura, no tratamento da obesidade através do relato de experiência de uma paciente obesa.

2 A INTER-RELAÇÃO ENTRE A ENFERMAGEM E A ACUPUNTURA

O cuidar em enfermagem consiste em esforços transpessoais de um ser humano para outro, visando a proteger, a promover e a preservar a humanidade, ajudando pessoas a encontrar significados na doença, sofrimento e dor⁽⁷⁾. O ato de cuidar também envolve vários sentimentos. A empatia é a capacidade de entender aquilo que uma pessoa está sentindo e transmitir-lhe compreensão, mantendo, ao mesmo tempo, certa objetividade para poder prestar o cuidado necessário⁽⁸⁾. Pode, assim, ser utilizada como estratégia para aprimorar o relacionamento terapêutico, desenvolvendo efetivamente o cuidado ao ser humano⁽⁹⁾. Para cuidar de indivíduos com obesidade, é necessário que a empatia surja no primeiro momento, como uma das condições imprescindíveis para um tratamento eficaz.

Neste aspecto, a MTC, se aproxima da enfermagem como uma ferramenta de cuidado diferenciado que aborda aspectos do ser humano em seu contexto vivencial. A MTC enfatiza a integridade do corpo humano e sua interação com a natureza. O corpo é um organismo integral, constituído de várias partes, que não podem ser estruturalmente separadas e cujas funções interconectadas se influenciam fisiopatologicamente⁽¹⁰⁾.

A MTC tem uma história milenar, resultado do acúmulo de uma rica experiência, cujo objetivo principal é a manutenção da saúde e o tratamento das doenças⁽¹¹⁾. Possui fundamentos teóricos, como a Teoria do Yin e do Yang, que são forças contrárias, interligadas e interdependentes entre si e presentes em todo e qualquer fenômeno do universo.

A Teoria do Yin Yang considera o mundo como um todo e, esse todo é o resultado da unidade contraditória dos dois princípios, o Yin e o Yang⁽¹²⁾. O mesmo autor explica a relação das funções fisiológicas do corpo humano e da Teoria do Yin Yang, em que a atividade fisiológica do corpo humano é o resultado da manutenção de uma relação harmoniosa "da unidade dos contrários" dos dois princípios. Essa unidade dos contrários explica a função como sendo o Yang, e a matéria, como sendo o Yin.

Se o Yin Yang não mais estiverem equilibrados e se separarem, a consequência é a morte do homem. A Teoria do Yin Yang explica o aparecimento do desequilíbrio energético, que para MTC é considerado como uma doença, pelo desequilíbrio entre estas duas forças, quando uma se torna mais "forte" e a outra oposta, se torna mais "fraca".

A outra forma de definição de desequilíbrio

energético na MTC é a Teoria dos Cinco Movimentos, ou seja: as qualidades diferentes dos cinco fenômenos naturais (vento, umidade, secura, calor, frio); cinco movimentos (fogo, terra, metal, água, madeira); cinco fases no ciclo das estações (primavera, verão, outono, inverno e canícula); cinco sabores (azedo, doce, picante, amargo e salgado); cinco cores (branco, preto, verde, vermelho e amarelo) e cinco emoções (alegria, preocupação, tristeza, medo e fúria), entre outros. Quando o desequilíbrio energético ocorre, segundo a Teoria dos Cinco Movimentos, é porque um dos movimentos está em excesso e conseqüentemente outro, em deficiência.

O desequilíbrio energético, neste caso a obesidade:

É interpretada como sendo uma Deficiência do Qi e do Yang do Baço/Pâncreas**** onde os sinais e sintomas são: excesso de peso, secreção no trato respiratório, demora ou lentidão para fazer qualquer coisa, sensação de peso nos membros, além de apresentar o pulso vazio e escorregadio e a língua pálida, com saburra gordurosa e branca. E Deficiência do Qi e do Yang Rim os sinais e sintomas são de excesso de peso, retenção de líquidos, sensação de frio nas costas, pernas e baixo abdome, o pulso é vazio, lento, escorregadio e profundo e a língua pálida, úmida, com presença de saburra branca^(5,395).

Na MTC são consideradas as correlações com variados elementos como a natureza com o clima úmido, o estilo de vida, as emoções, a alimentação, a tensão mental, o excesso de pensamento. Contudo, estas correlações podem vir a gerar deficiências enfraquecendo o Baço/Pâncreas. Ainda para este autor a obesidade está relacionada com as pressões relativas com o comer demais e estar acima do peso. Além de fazer referências a falta de amor próprio, depressão, insegurança, fome pela vida e tensão nervosa.

A alimentação, no contexto da MTC serve para manter um padrão energético e manter um padrão de equilíbrio. Desta forma, as inter-relações que são feitas a MTC, baseiam o diagnóstico de desequilíbrio energético e estes vão determinar os pontos utilizados para serem inseridas as agulhas dentro da técnica de acupuntura. A acupuntura existe há mais de cinco mil anos e possui conceitos básicos de holismo e o planejamento do tratamento de acordo com o diagnóstico. Assim, a acupuntura pode ser uma vertente no cuidado a pessoas em estado de obesidade, e utiliza os princípios da MTC referidos acima.

Já, quando pensamos na Medicina Ocidental e nos cuidados realizados pelas enfermeiras, observamos que um dos fatores utilizados para a identificação da obesidade é o Índice de Massa Corpórea - IMC. O IMC resulta da divisão do peso do paciente em quilogramas pela sua altura ao quadrado, segundo a fórmula $IMC = \text{Peso (kg)} / \text{Altura}^2$

**** Os órgãos Baço/Pâncreas são escritos com letras maiúsculas por serem vistos pela MTC como órgãos Zang Fu, ou seja, Sistemas de Órgãos do Homem (Ross, 1994)

(m). De acordo com recomendações da Organização Mundial de Saúde - OMS - utiliza-se o IMC**** para avaliação do perfil antropométrico-nutricional de populações de adultos ⁽¹⁴⁾.

A classificação e as formas terapêuticas de cuidado de pacientes com obesidade na MTC e na Medicina Ocidental diferem em alguns aspectos, porém podem ser usados como complementos, pois o cuidado prestado pela enfermeira pode incorporar a acupuntura e oferecer um cuidado diferenciado ao paciente.

Assim, a inter-relação existente entre a Acupuntura e a Enfermagem é o cuidado. Já que o cuidado pode ser entendido como um processo que envolve e desenvolve ações, atitudes e comportamentos que se fundamentam no conhecimento científico, técnico, pessoal, cultural, social, econômico, político e psico-espiritual; buscando a promoção, manutenção e ou recuperação da saúde, dignidade e totalidade humana ⁽¹⁵⁾.

3 METODOLOGIA

O presente estudo identifica-se como uma pesquisa descritiva, com abordagem qualitativa, tipo relato de experiência, o que justifica o relato do cuidado de apenas uma paciente. Foi realizado em consultório particular, na cidade de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil, no período de setembro de 2004 a dezembro de 2005, totalizando no número de 42 sessões de Acupuntura. Vale ressaltar que desde o início do tratamento, a própria paciente estabeleceu que gostaria de perder 10 quilos, visto que neste período houve uma interrupção de quatro meses devido licença médica da pesquisadora principal.

A paciente do sexo feminino, 36 anos, peso 80 quilos, estatura de 1,67cm e IMC de 28,3. Trabalhadora da área de saúde. Sua rotina diária era, em princípio, o trabalho (dois empregos) e seu lar, com o cotidiano cansativo e poucos momentos reservados para o lazer e para o cuidado de si.

Foram realizados encontros semanais, que obedeceram a um rigor estabelecido através de um protocolo previamente elaborado utilizando dados de identificação do paciente, dados de diagnóstico por meio da anamnese ⁽¹²⁾ e os padrões de desarmonia ^(1,5), questões objetivas e subjetivas de seu estado físico e emocional, como também exame físico. Além disso, a paciente foi orientada acerca da alimentação ⁽⁶⁾ e exercícios físicos durante todo o processo.

A classificação dos indivíduos segundo sua constituição, ou seja, através de sua característica física e emocional, denomi-

****O IMC possui a seguinte classificação, conforme os níveis de obesidade: abaixo do peso < 18,5 kg/m²; faixa de normalidade 18,5 - 24,9 kg/m²; sobre peso 25 - 29,9 kg/m²; obesidade moderada 30 - 39,9 kg/m²; obesidade mórbida 40 - 49,9 kg/m²; super obesidade > 50 kg/m²

nando os indivíduos de úmidos, quentes e frios. Os indivíduos úmidos apresentam Deficiência do Qi e do Yang do Baço, que neste paciente acarreta a obesidade. As características observadas dos indivíduos úmidos são: cansaço freqüente, aumento de peso e sensação de corpo pesado, língua brilhante e lisa, retenção de líquidos, edema palpebral pela manhã, ausência de sede, e em mulheres fluxo menstrual abundante ⁽⁶⁾.

Ainda, a mesma autora faz uma subclassificação dos indivíduos úmidos em úmidos e quentes ou úmidos e frios. Indivíduos úmidos e quentes apresentam as seguintes características são dispostos, risonhos e ao mesmo tempo chorosos, agitados e inquietos. Já os indivíduos úmidos e frios sentem cansaço com facilidade, tem tendência à flacidez muscular, acúmulo de gordura localizada e são sonolentos. E através destes descreve os alimentos que lhe melhor produzem energia.

Neste caso, a paciente em questão é classificada em úmida e subclassificada em úmida e fria, então orientada para alimentar-se de alimentos com sabor amargo, reduzir o doce, acrescentar um pouco de sabores azedos e consumir alimentos picantes.

Após a aplicação do protocolo e a análise do mesmo, foi utilizada a terapêutica ^(1,5,12) em que se inserem agulhas em determinados pontos pertinentes ao tratamento para o restabelecimento do equilíbrio energético.

A análise foi realizada através dos parâmetros do IMC, peso e da concepção sobre o estado emocional. Além disso, a paciente participou ativamente do seu processo, visto que suas falas e reações foram registradas no protocolo citado anteriormente, direcionando o seu cuidado.

As normas regulamentadoras da pesquisa com seres humanos, ditadas na Resolução 196/96, foram respeitadas durante todo o estudo e o mesmo foi aprovado pelo Comitê de Ética do CIEPH – Centro Integrado de Estudos e Pesquisas do Homem e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi assinado pela paciente.

4 RESULTADOS

Os primeiros encontros tiveram principalmente o objetivo da coleta de dados acerca de suas expectativas em relação ao peso, ao bem estar geral, e também, a observação de suas características físicas e emocionais. Assim, foram identificados os desequilíbrios energéticos. Concomitantemente, o cuidado foi realizado por intermédio do uso da acupuntura, do diálogo vivencial, orientações quanto a alimentação, exercício físico e o restabelecimento do equilíbrio energético.

Nos primeiros oito meses, a paciente apresentou dificuldades em seguir o cardápio pré-estabelecido devido ao seu ritmo de vida. Também, não cumpriu os exercícios físicos. Todavia mesmo não seguindo adequadamente as orientações observou-se um decréscimo de peso de 3 quilos. Seu IMC passou de 28,3 para 27,6 kg/m².

Durante as sessões a paciente sempre referia seu estado emocional em relação a vários fatores vivenciados

por ela durante o intervalo semanal das sessões. Desta forma observou-se que as modificações emocionais eram mais evidentes que a diminuição de peso, como constatado na seguinte fala:

“... sinto ser mais corajosa, mais leve em relação às minhas atividades, menos ansiosa, não tenho medo de falar o que penso e percebo que os enfrentamentos de minha vida não são tão difíceis como parecia”.

Nos três últimos meses do tratamento, seu peso diminuiu para 70 quilos e seu IMC para 25 kg/m², chegando então a atingir o objetivo delineado pela própria paciente.

O término do tratamento deu-se em dezembro de 2005, com um total de 42 sessões. Nos últimos atendimentos, a paciente conseguiu perceber, segundo sua fala, que perder peso não foi o mais significativo neste processo, mas sim, a sensação de segurança e de bem estar sentidas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidenciou-se através deste estudo que o desequilíbrio energético pode influenciar os aspectos de vida da pessoa. Por outro lado, a associação entre o cuidado de Enfermagem e a acupuntura consegue avaliar o paciente como um todo e reorganizar e restabelecer sua energia, o que vai refletir de alguma forma em sua auto-estima e auto-imagem. Sendo esta uma condição fundamental na melhora do processo de viver e ser saudável do ser humano.

A obesidade pode ser tratada de várias maneiras, tendo em vista as mais diversas tecnologias de tratamento, seja cirúrgico, químico e físico. A acupuntura vem a ser uma terapêutica não química, que além auxiliar a pessoa a enfrentar o estado de obesidade, reduzindo o peso, atenta ao restabelecimento de seu equilíbrio energético, possibilitando assim, uma nova percepção de mundo.

Constatou-se, segundo a própria paciente, que o restabelecimento energético instrumentalizou-a para seus enfrentamentos do dia a dia, significando um ganho bem mais significativo do que realmente diminuir o peso.

Contudo, a acupuntura foi empregada com o cuidado de Enfermagem, demonstrando que as duas formas de conhecimento científico, quando aplicadas conjuntamente, produzem um resultado positivo, com isso, percebe-se que a Enfermagem pode de uma forma inovadora, ter a acupuntura como uma terapêutica a ser utilizada, no cuidado com pacientes obesos.

A obesidade é um mal que acomete grande parcela da população mundial, necessitando uma maior atenção dos profissionais de saúde. O cuidado das pessoas com obesidade pode acontecer através da ampliação das dimensões do cuidado, onde a atuação conjunta entre MTC e Medicina Ocidental traz efeitos benéficos no tratamento aos obesos, demonstrado neste estudo.

A pertinência do presente estudo está nos resultados positivos e a contribuição ao conhecimento de Enfermagem, mesmo que se leve em conta ser apenas um relato de experiência de um caso clínico. Entretanto, pode servir de inspiração para outros estudos nesta área de atuação, ou em outras áreas, que visem o benefício, a manutenção e restabelecimento da saúde dos indivíduos.

Vale ainda ressaltar, que a acupuntura é também mais uma vertente de atuação para o enfermeiro, tendo em vista que é uma especialização legalmente reconhecida pelo Conselho Federal de Enfermagem.

REFERÊNCIAS

1. Ross J. Zang Fu. 2. ed. São Paulo: Roca; 1994.
2. Boff L. Saber Cuidar: ética do humano - compaixão pela terra. Petrópolis: Vozes; 1999.
3. Figueiredo NMA. A mais bela das artes... o pensar e o fazer da enfermagem: bases teóricas e práticas para uma teoria do cuidado/ conforto. [tese]. Rio de Janeiro (RJ): Escola de Enfermagem Alfredo Pinto. Universidade do Rio (UNIRIO); 1997.
4. Wajchenberg BL. Tratado de endocrinologia clínica. São Paulo: Roca; 1992.
5. Ross J. Combinações dos pontos de acupuntura: a chave para o êxito clínico. São Paulo: Roca. 2003.
6. Códova R. Comer: Como? Quanto? O quê?. Porto Alegre: Bodigaya; 2003.
7. Souza ML, Sartor VVB, Padilha MICS, Prado ML. Cuidado em enfermagem: uma aproximação teórica. 2005. (no prelo)
8. Fish S, Sheley JA. Cuidado espiritual do paciente. São Paulo: Umhe; 1986.
9. Carraro T. E., Radunz V. A Empatia no relacionamento terapêutico: um instrumento do cuidado. Cogitare Enfermagem. 1996; 1 (2):50-52.
10. He Yin Hui, Ne Zang Bai. Teoria básica da teoria tradicional chinesa. São Paulo: Atheneu; 2001.
11. Auteroche B, Navailh P. O Diagnóstico na Medicina Chinesa. 2. ed. São Paulo: Andrei; 1992.
12. Maciocia G. Os Fundamentos da medicina chinesa. São Paulo: Roca; 1996.
13. <http://www.ufmg.br/proex/arquivos/8Encontro/Saude>.
14. http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicoesdevida/pof/2002/imc_calculo.php
15. Maia AR, Erdmann AL, Carraro TE, Radunz V. Princípios do Cuidar, In: O Processo de Cuidar, Ensinar e Aprender o Fenômeno das Drogas: A redução das demandas. Módulo 04. Curso de Especialização no Fenômeno das Drogas. Florianópolis: UFSC - Departamento de Enfermagem; 2003.