

## PROTOCOLO DE ATENDIMENTO DAS TERAPIAS BOTANICAS NO CRHD/ ENFERMARIAS DO INSTITUTO DE PSIQUIATRIA IPq/HCFMUSP

As atividades do Núcleo de Práticas Botânicas realizadas no Centro de Reabilitação e Hospital Dia/ Enfermarias do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas podem ocorrer em diferentes formatos, tais como Aromatização do Ambiente, Oficina de Sensibilização Olfativa, Oficina de Aromas, Arte Terapia Olfativa Oficina de Plantio de Ervas Aromáticas e Toque Aromático, tendo como procedimento padrão a utilização dos seguintes materiais:

- óleos essenciais
- óleos vegetais, gel, creme neutro, álcool de cereal, denominados de bases carreadoras
- frascos com válvula spray
- fitas olfativas
- frascos do tipo roll-on
- colar pessoal com mini difusor aromático
- aromatizador elétrico
- ervas aromáticas

### 1. TOQUE AROMÁTICO:

O presente protocolo apresenta as etapas de um ciclo de intervenção composto por atendimentos semanal, com a aplicação de massagem nas mãos (toque aromático) como técnica terapêutica. Para tanto, a proposta da prática de uma massagem nas mãos que visa estimular os acupontos – locais específicos localizados ao longo dos meridianos corporais sob a perspectiva da Medicina Tradicional Chinesa – acrescida de óleos essenciais determinados previamente, tem como objetivo auxiliar em possíveis sintomas apresentados por cada paciente, facilitando a promoção de saúde e qualidade de vida, mesmo em ambiente hospitalar.

Através da aplicação de técnicas de massagem nas mãos das/os pacientes, individualmente, acrescida de óleos essenciais, prática integrativa e complementar aqui denominada Toque Aromático, temos como objetivo a promoção de bem-estar e relaxamento nas Enfermarias do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

Acolhimento da/o paciente e apresentação da/o terapeuta

### **Teste Olfativo**

Oferecer 2 fitas olfativas a/ao paciente, cada qual contendo 1 gota de 2 óleos essenciais diferentes: um com propriedade relaxante e o outro com propriedade estimulante.

Separadamente, a/o paciente inala cada uma das fitas olfativas por alguns segundos.



### **Escolha do óleo essencial**

Após oferecer a/ao paciente cada fita olfativa separadamente, a/o terapeuta pergunta qual foi o aroma preferido, que mais gostou e se a/o paciente sabe identificar o referido aroma.

A/o terapeuta pode estimular mais relatos a respeito do contato da/o paciente com os aromas, além da agradabilidade e identificação, quais outros motivos para escolher um aroma e não o outro, por exemplo.



### **Preparação**

A/o terapeuta deve preparar, em recipiente previamente higienizado, a quantidade necessária de creme para massagem, composta por creme neutro específico para incorporação de óleos essenciais acrescido de 1 única gota do óleo essencial escolhido previamente pela/o paciente.

Pedir autorização, posicionar uma mão da/o paciente sobre uma toalha limpa e explicar que irá iniciar o procedimento de massagem.



### **Massagem – Toque Aromático**

A/o terapeuta inicia o protocolo da massagem, primeiramente com a umectação de toda mão da/o paciente espalhando o creme e passando para a sequência dos toques da massagem. Assim que finalizar uma mão, repete o mesmo procedimento na outra mão.



### **Finalização do procedimento**

Informar a/ao paciente assim que finalizar a sequência dos toques da massagem. Agradecer e perguntar se a/o paciente gostaria de comentar sobre a experiência, como se sentiu durante e após o procedimento.

- explique antecipadamente cada etapa, exatamente o que irá fazer, com atenção e gentileza
- observe a/o paciente – como se apresenta, como recebe as orientações, como se comporta a cada etapa, suas expressões faciais e corporais, se demonstra estar confortável ou não com sua presença, com o procedimento
- perceba a necessidade de fazer perguntas ou apenas de ouvir
- não ultrapasse limites colocados pela/o paciente, mesmo que expressados de forma sutil
- interrompa imediatamente a atividade caso a/o paciente peça ou sinalize qualquer desconforto
- após cada procedimento, faça os devidos registros com o máximo de informações possíveis, inclusive (e principalmente) dos relatos da/o paciente
- compartilhe os apontamentos do caso apenas e exclusivamente nos momentos de revisão e estudo de casos, mantendo sigilo absoluto e ética profissional

### Annual Overview Table by Nursery

Nursery	2022*	2023	2024*	Total	%
Critical	162	264	29	455	42%
Regular Psychoactive Substance		152	24	176	16%
Children	154	273	30	457	42%
<b>Total</b>	<b>316</b>	<b>689</b>	<b>83</b>	<b>1088</b>	<b>100%</b>

Data Base: 02/2022 at 02/2024

### Classification table with the type of health care

Type	2022*	2023	2024*	Total	%
National Health System/SUS	92	236	38	366	76%
Health Insurance	13	70	15	98	20%
Private Assistance		16		16	3%
<b>Total</b>	<b>105</b>	<b>322</b>	<b>53</b>	<b>480</b>	<b>100%</b>

\*Data Base: 02/2022 at 02/2024

## 2. CICLO AROMÁTICO

O conjunto de atividades denominado ciclo é composto por 4 sessões uma vez por semana, consecutivamente, organizado em 2 subseções (atividade 1 e atividade 2), visando permitir a autopercepção, autoexpressão. E equilíbrio de sentimentos e emoções, além de melhorar a interação e comunicação entre os participantes. Outros gols esperados importantes são a promoção do bem-estar físico e psicológico.

## DESCRIÇÃO CICLO AROMÁTICO ONDE USAMOS ÓLEO ESSENCIAL DE MANJERICÃO POR EXEMPLO:

Óleo essencial de manjeriço (Ocimum basilicum)

### PERFIL DE ÓLEO ESSENCIAL

Família: Lamiaceae

Componentes químicos predominantes: Linalol (65%) – Álcool Monoterpenol

Destilação: vapor - erva fresca

### DESEMPENHO EMOCIONAL/VIBRACIONAL:

Eleva o humor e acalma a tensão nervosa. Ajuda na autoconfiança, atua coragem, dissolve padrões. Tem um efeito calmante na histeria e um efeito revitalizante na depressão.

### OBJETIVOS DO OE NESTE CICLO:

Trabalhando com emoções. Manifeste a realidade que você deseja, aja de acordo com as escolhas conscientes de suas próprio estado emocional. Desperte a consciência do equilíbrio.

### REFERÊNCIAS:

Bronzatto, S. R. (2018). The effect of a brief meditation intervention on loving kindness (loving-kindness meditation) in pro-social decision making.

[Dissertacao de Mestrado]. Digital Library of Theses and Dissertations. <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/25810>

Life skills: positive psychology practices to promote well-being and prevention in mental health beyond the pandemic [electronic resource] / organizers: Caroline Tozzi Reppold, Adriana Jung Serafini e Bruna Simoes Tocchetto. — Porto Alegre: Ed. da UFCSPA, 2022. Recurso on-line (192 p.)

Hofmann, S. G., Grossman, P., & Hinton, D. E. (2011). Loving-kindness and compassion meditation: potential for psychological interventions. *Clinical Psychology Review*, 31(7), 1126-1132. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.07.003>

Leiberg, S., Klimecki, O., & Singer, T. (2011). Short-term compassion training increases prosocial behavior in a newly developed prosocial game. *PloS one*, 6(3), e17798. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0017798>

### 3. BANHO DE FLORESTA:

Uma dinâmica inovadora para a perspectiva da Aromaterapia em Saúde Mental: Relatório dos Banhos de Floresta do Instituto de Psiquiatria da FMUSP

O Banho de Floresta é um projeto indoor inovador e temporário que visa promover no ambiente hospitalar a sensação de “estar na Natureza”, usufruindo assim de vários benefícios como melhoria do bem-estar, humor positivo e redução dos níveis de stress.

Para criar este ambiente de Natureza, recursos tecnológicos (sons, imagens) e naturais (aromas, plantas) são expostos em salas temáticas (como pomar, cascata, floresta).

Para participar desta atividade, os pacientes e funcionários do hospital são convidados a preencher um questionário de ansiedade, além de medir os batimentos cardíacos e a pressão arterial antes e depois da experiência do Banho de Floresta.

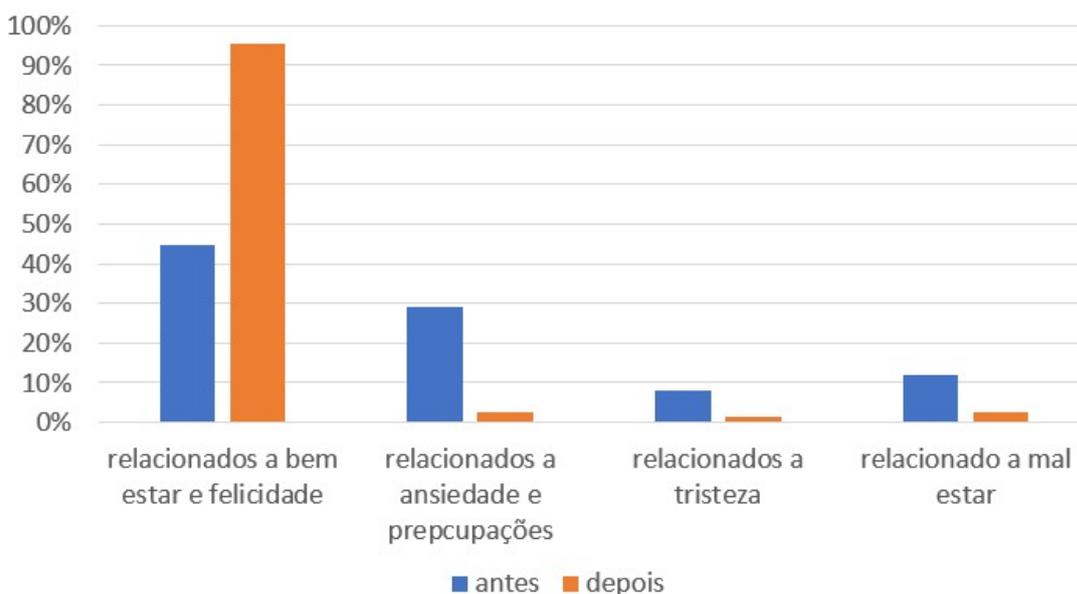
Após responder esse protocolo, cada participante poderá iniciar o Banho de Floresta escolhendo qual dos ambientes deseja visitar e após, será convidado a sentar em um banco em frente a um grande painel com imagens de floresta para contemplar e receber uma difusão de Hidrolato para finalizar a experiência e depois precisam retornar para finalizar o protocolo.

Com base na teoria do Dr. Qing-Li, e com a constatação de que o acesso à natureza nem sempre é possível, o principal objetivo deste Projeto é trazer esse sentimento de “natureza” para o ambiente hospitalar para que os participantes possam ser sensibilizados para contemplar e experimentar os benefícios desta prática.

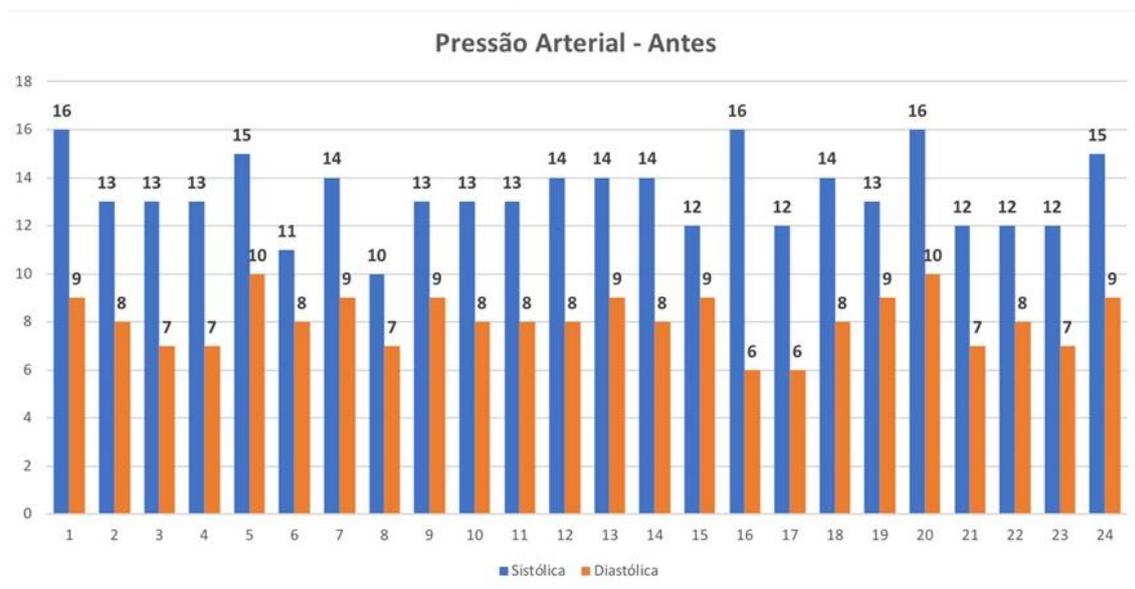
Este projeto superou as expectativas a ponto de sair do prédio do Instituto de Psiquiatria para todo o complexo clínico-hospitalar e passou a incorporar os eventos temáticos anuais da instituição, fazendo parte da Organização Nacional de Acreditação (ONA) que é responsável pelo desenvolvimento e gestão do Brasil padrões de qualidade e segurança em saúde.

**DATA COLLECTED FROM THE APPLIED PROTOCOL IN FOREST BATHING**

### Emoções predominantes no momento: antes e depois



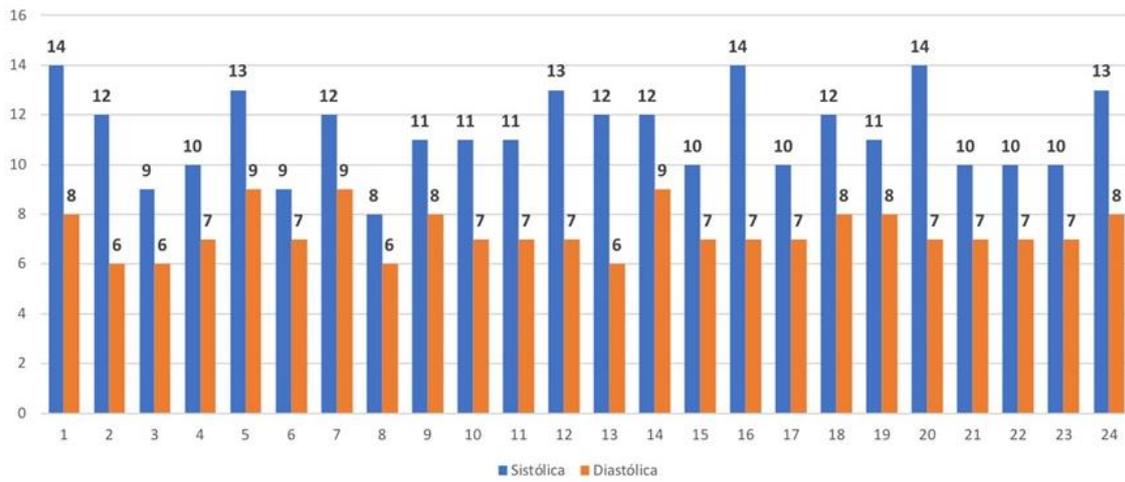
### Blood Pressure – before Systolic (blue) Diastolic (orange)



### Blood Pressure – after Systolic (blue) Diastolic (orange)



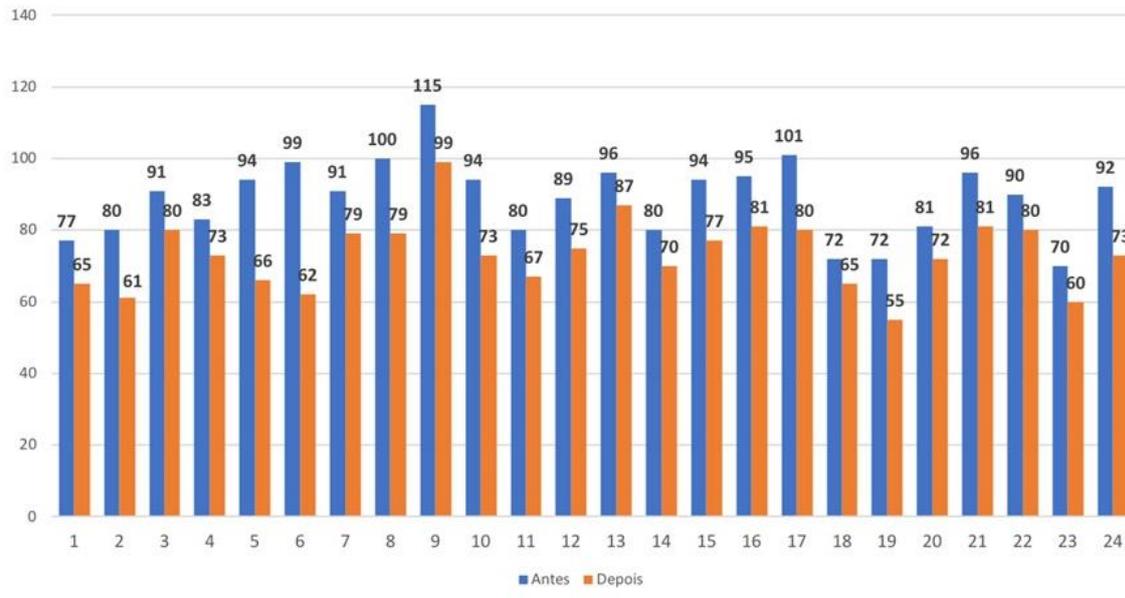
### Pressão Arterial - Depois



### Mensure Hearbeat

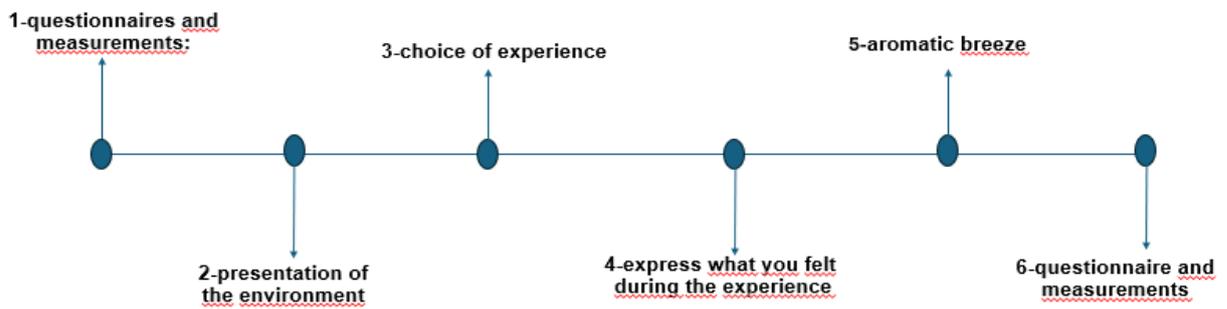


### Batimentos Cardíacos



### Flow of Experience





1 questionários e medições: receber/orientar

2. apresentação do ambiente: mostrar as possibilidades de experiências

3. opções de experiência: Em qual sala você gostaria de realizar a experiência

4. expresse o que sentiu durante a experiência: painel contemplativo e artístico

5. brisa aromática: hidrolato

6. questionário e medidas: encerramento.

## Depoimento 1:



## Depoimento 2:

## Depoimentos

Também quero expressar minha gratidão por esta Floresta transformadora e esta Egrégora que transbordou amor, dedicação e doação. Esta força, esta união que só pretendeu trazer o bem ao próximo. Eu tenho certeza que esta Floresta curou e mudou o mundo de alguém (ou alguéms rsrs). "Construa um pequeno espaço e faça do mundo um lugar melhor pra você, pra mim e pra humanidade", esta Floresta atingiu seus objetivos. Esta música é dedicada a todas e cada uma de nós.



## Depoimento 3:

## Depoimentos

A Florestas 🌿🌿 e seus habitantes 👤👤👤👤👤👤👤👤 se despedem do IPQ, mas sempre estarão nos nossos corações. Na certeza de que é apenas um "até breve". Um beijo em cada uma, muito feliz de fazer parte desta equipe transformada e transformadora. Uma egrégora de amor e união.



**CERTIFICATE FROM FOREST BATHING**

# Certificado



Certificamos que

## MARIA APARECIDA DAS NEVES

contribuiu como idealizadora e coordenadora no **Projeto Banho de Floresta** organizado pela equipe de Terapias Botânicas do Núcleo de Cuidados Complementares e Integrativos (NUCCI) do Centro de Reabilitação e Hospital Dia (CRHD) do Instituto de Psiquiatria (IPq) do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (HCFMUSP) no período de 25/04/2022 a 06/05/2022 totalizando 60 horas.

São Paulo, 21 de Setembro de 2022

DR. RENATO DEL SANT  
DIRETOR DO CRHD

OSVALDO HAKIO TAKEDA  
COORDENADOR DO NUCCI

