

## Terapias Integrativas na Promoção da Saúde

O curso de pós em “Terapias Integrativas na Promoção da Saúde” da PUCPR tem como objetivo desenvolver o profissional para uma visão abrangente da saúde, com foco na promoção do bem-estar e prevenção de doenças, por meio da utilização de terapias integrativas complementares com uma abordagem centrada no paciente. O curso é composto por dois grandes módulos: 1. Fundamentos em Saúde e Bem-Estar Integral; 2. Práticas e Aplicações em Saúde Integrativa. Cada módulo é formado por disciplinas semipresenciais que combinam aulas presenciais quinzenais nas sextas-feiras a noite e sábados pela manhã, além de atividades de apoio assíncronas.

Ao final do primeiro módulo, o pós-graduando será capaz de integrar os princípios da medicina integrativa e da abordagem holística da saúde para avaliar e promover o bem-estar integral de indivíduos, considerando os aspectos físicos, mentais, emocionais e espirituais da saúde. Já, ao concluir as disciplinas do segundo módulo, o profissional estará apto para aplicar práticas integrativas específicas, como acupuntura, homeopatia, fitoterapia e outras terapias complementares, de forma segura e eficaz no manejo de condições de saúde diversas, visando melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Público-Alvo Profissionais de saúde, tais como médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos e terapeutas ocupacionais, que desejam expandir sua atuação para uma abordagem mais ampla e integrativa.

Profissionais de áreas complementares, tais como terapeutas integrativos, acupunturistas, fitoterapeutas e praticantes medicina tradicional, que desejam integrar seus conhecimentos práticas em um contexto mais amplo cuidado da saúde.

**Campus:**

Curitiba

**Periodicidade:**

**Modalidade:**

EAD

**Mensalidade:**

R\$ 395.00

**Formato:**

Semipresencial

**Inscrição:**

[Clique aqui](#)

**Duração:**

16 meses

# Disciplinas

## Ética

Analisar os problemas éticos atuais, privilegiando controvérsias relacionadas às atividades profissionais. Ao final, os alunos serão capazes de tomar decisões responsáveis e sustentáveis, de acordo com princípios éticos.

## Medicina Integrativa e Abordagem Holística da Saúde

Visa fornecer uma compreensão abrangente dos princípios e práticas da medicina integrativa, com ênfase em abordagens holísticas que consideram o ser humano em sua totalidade. Os alunos desenvolverão habilidades para integrar terapias complementares e convencionais, promovendo o bem-estar físico, emocional, mental e espiritual dos pacientes.

## Nutrição Funcional e Terapias complementares

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Nutrição Funcional e das Terapias Complementares e sua aplicação no contexto da saúde e bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da Nutrição Funcional, incluindo a individualização da dieta, o equilíbrio dos macronutrientes e micronutrientes, e a influência dos alimentos na prevenção e tratamento de doenças.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Nutrição Funcional e Terapias Complementares em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e personalizada na promoção da saúde. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam essas práticas."

## Psicologia da saúde e promoção do autocuidado

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios fundamentais da Psicologia na Saúde e Autocuidado e sua aplicação no contexto do bem-estar pessoal e profissional. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da Psicologia da Saúde, incluindo a importância da saúde mental, a relação entre mente e corpo, e as estratégias para a promoção do autocuidado e da resiliência.

Serão exploradas as principais técnicas e abordagens da Psicologia na promoção do autocuidado, tais como a terapia cognitivo-comportamental, a psicoterapia breve, a mindfulness, e as técnicas de relaxamento, com ênfase na sua utilização para a redução do estresse, a melhoria da qualidade de vida, e a prevenção de doenças mentais.

Além disso, serão discutidas as aplicações específicas da Psicologia na gestão de condições crônicas, na adaptação a mudanças de vida e no desenvolvimento de hábitos saudáveis. Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Psicologia da Saúde e Autocuidado em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e centrada na pessoa para promover o bem-estar.

A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam essas práticas, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para apoiar a saúde mental e o autocuidado em diversos contextos"

## Fisiologia do Exercício e práticas integrativas em saúde

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Fisiologia do Exercício e das Práticas Integrativas em Saúde e sua aplicação no contexto da promoção da saúde e do bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da Fisiologia do Exercício, incluindo a resposta do corpo ao exercício físico, a importância do condicionamento físico, e as estratégias para a otimização do desempenho e

recuperação.

Serão exploradas as principais práticas integrativas em saúde, com ênfase na sua utilização para a melhoria da flexibilidade, força, equilíbrio e saúde mental. Além disso, serão discutidas as aplicações específicas dessas práticas na prevenção de lesões, na reabilitação física, e na gestão de condições crônicas.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Fisiologia do Exercício e Práticas Integrativas em Saúde em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e personalizada na promoção da saúde física e mental. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam essas práticas, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação física, prescrição de exercícios e monitoramento do progresso, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios do exercício físico e das práticas integrativas para promover o bem-estar geral."

### **Gestão do estresse e Mindfulness na Educação para a saúde**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Gestão do Estresse e do Mindfulness na Educação para a Saúde e sua aplicação no contexto do bem-estar pessoal e comunitário. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos de estresse, suas causas e impactos na saúde física e mental, bem como às técnicas de mindfulness e outras estratégias de redução de estresse.

Serão exploradas as principais técnicas de mindfulness, tais como a meditação, a atenção plena e a respiração consciente, com ênfase na sua utilização para promover o relaxamento, a concentração e a resiliência emocional. Além disso, serão discutidas as aplicações específicas dessas práticas na melhoria do ambiente educacional, na promoção da saúde mental entre estudantes e educadores, e na criação de uma cultura de bem-estar.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Gestão do Estresse e Mindfulness em suas práticas profissionais e pessoais, visando uma abordagem holística e eficaz para a promoção da saúde. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam essas práticas, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos educacionais.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação de estresse, estratégias de intervenção e monitoramento do bem-estar, proporcionando uma compreensão completa de como implementar programas de mindfulness e gestão do estresse que beneficiem indivíduos e comunidades educacionais."

### **Comunicação Interprofissional e trabalho em equipe multidisciplinar**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Comunicação Interprofissional e do Trabalho em Equipe Multidisciplinar e sua aplicação no contexto de saúde e bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos de comunicação eficaz, colaboração interprofissional, e dinâmicas de equipe, com foco em melhorar a coordenação e a qualidade dos cuidados prestados.

Serão exploradas as principais estratégias de comunicação interprofissional, tais como escuta ativa, feedback construtivo, e resolução de conflitos, com ênfase na sua utilização para promover um ambiente de trabalho harmonioso e eficaz. Além disso, serão discutidas as práticas específicas de trabalho em equipe multidisciplinar, incluindo a definição de papéis e responsabilidades, a tomada de decisões colaborativas, e a integração de diferentes especialidades e conhecimentos.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Comunicação Interprofissional e Trabalho em Equipe Multidisciplinar em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e coordenada na promoção da saúde e no atendimento ao paciente. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam essas práticas, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos clínicos e organizacionais.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação da eficácia da comunicação e da colaboração, estratégias de intervenção para melhorar a dinâmica de equipe, e métodos para monitorar e avaliar os resultados do trabalho em equipe, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios da colaboração interprofissional para promover a excelência no atendimento e nos resultados de saúde"

### **Técnicas de intervenção integradas em casos de estudos clínicos**

Esta disciplina visa integrar os conhecimentos teóricos com estudos de casos reais, abordagem de artigos científicos, bem como a sua interpretação, alinhando e condensando o conhecimento adquirido pelo aluno. Serão explorados os temas estudados até este momento, focando na construção do conhecimento relacionado à prática, discutindo temas que podem ser propostos pelos alunos.

### **Saúde Integrativa e Cuidados Paliativos**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Saúde Integrativa e dos Cuidados Paliativos e sua aplicação no contexto do bem-estar e qualidade de vida dos pacientes. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da Saúde Integrativa, que combina tratamentos convencionais e complementares, e dos Cuidados Paliativos, que focam no alívio do sofrimento e na melhoria da qualidade de vida de pacientes com doenças graves.

Serão exploradas as principais práticas de Saúde Integrativa, tais como acupuntura, fitoterapia, terapias mente-corpo, e nutrição terapêutica, com ênfase na sua utilização para apoiar a saúde física e emocional dos pacientes. Além disso, serão discutidas as abordagens específicas dos Cuidados Paliativos, incluindo o manejo da dor, o suporte emocional e espiritual, e a comunicação eficaz com pacientes e famílias.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Saúde Integrativa e Cuidados Paliativos em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e centrada no paciente para promover o bem-estar e a dignidade no final da vida. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam essas práticas, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos clínicos.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação das necessidades dos pacientes, estratégias de intervenção personalizadas, e métodos para monitorar e avaliar os resultados dos cuidados, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios da Saúde Integrativa e dos Cuidados Paliativos para melhorar a qualidade de vida dos pacientes e suas famílias."

### **Práticas integrativas em saúde: auriculoterapia**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Auriculoterapia e sua aplicação no contexto da saúde e bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da Auriculoterapia, uma forma de acupuntura que se concentra na estimulação de pontos específicos na orelha

para tratar diversas condições de saúde e promover o equilíbrio do organismo.

Serão exploradas as principais técnicas de Auriculoterapia, incluindo a identificação e localização dos pontos auriculares, os métodos de estimulação (como agulhas, sementes e esferas magnéticas), e as indicações terapêuticas para diferentes condições de saúde, tais como dor crônica, ansiedade, insônia e distúrbios digestivos.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Auriculoterapia em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e complementar na promoção da saúde e no tratamento de doenças. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam a eficácia da Auriculoterapia, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos clínicos.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação e diagnóstico, estratégias de intervenção personalizadas, e métodos para monitorar e avaliar os resultados dos tratamentos, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios da Auriculoterapia para melhorar a qualidade de vida dos pacientes"

### **Nutrição clínica integrativa e abordagem nutricional em doenças crônicas**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Nutrição Clínica Integrativa e da Abordagem Nutricional em Doenças Crônicas e sua aplicação no contexto da saúde e bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da Nutrição Clínica Integrativa, que combina práticas nutricionais convencionais e complementares, e à importância de uma abordagem nutricional personalizada para a gestão de doenças crônicas.

Serão exploradas as principais estratégias nutricionais para o manejo de doenças crônicas como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares, câncer e doenças autoimunes. Os alunos aprenderão sobre a seleção e combinação de alimentos, suplementação, e ajustes dietéticos baseados em evidências científicas, com ênfase na promoção da saúde geral e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Nutrição Clínica Integrativa em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e centrada no paciente. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam essas práticas, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos clínicos.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação nutricional, planejamento de intervenções dietéticas personalizadas, e métodos para monitorar e avaliar os resultados dos tratamentos nutricionais. Serão também discutidas as interações entre alimentos e medicamentos, e estratégias para a educação e motivação dos pacientes, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios da Nutrição Clínica Integrativa para a gestão de doenças crônicas e a promoção do bem-estar."

### **Fisioterapia integrativa: Dry Needling**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais do Dry Needling e sua aplicação no contexto da saúde e bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos do Dry Needling, uma técnica que envolve a inserção de agulhas finas em pontos gatilhos miofasciais para tratar a dor muscular e melhorar a função.

Serão exploradas as principais técnicas de Dry Needling, incluindo a identificação e localização de pontos gatilhos, a inserção segura de agulhas, e as indicações terapêuticas para diversas condições musculoesqueléticas, como dores crônicas, lesões esportivas e disfunções neuromusculares. A disciplina também abordará os mecanismos de ação do Dry Needling e suas bases científicas.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Dry Needling em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e complementar na promoção da saúde e no alívio da dor. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam a eficácia do Dry Needling, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos clínicos.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação e diagnóstico de pontos gatilhos, estratégias de intervenção personalizadas, e métodos para monitorar e avaliar os resultados dos tratamentos. Serão discutidos também os aspectos éticos e de segurança do Dry Needling, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios dessa técnica para melhorar a qualidade de vida dos pacientes."

## **Aromaterapia**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Aromaterapia e sua aplicação no contexto da saúde e bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da Aromaterapia, uma prática que utiliza óleos essenciais extraídos de plantas para promover a saúde física, mental e emocional.

Serão exploradas as principais técnicas de Aromaterapia, incluindo a seleção e combinação de óleos essenciais, os métodos de aplicação (inalação, massagem, difusão, banhos), e as indicações terapêuticas para diversas condições, como estresse, ansiedade, insônia, dores musculares e problemas respiratórios. A disciplina também abordará os mecanismos de ação dos óleos essenciais e suas bases científicas.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Aromaterapia em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e complementar na promoção da saúde e no alívio de sintomas. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam a eficácia da Aromaterapia, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos clínicos.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação e seleção de óleos essenciais adequados, estratégias de intervenção personalizadas, e métodos para monitorar e avaliar os resultados dos tratamentos. Serão discutidos também os aspectos éticos e de segurança da Aromaterapia, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios dessa prática para melhorar a qualidade de vida dos pacientes"

## **Ventosaterapia e terapias integrativas**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais da Ventosaterapia e sua aplicação no contexto das terapias integrativas para promover a saúde e o bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da Ventosaterapia, uma técnica que utiliza copos de sucção para melhorar a circulação sanguínea, aliviar a dor e promover a cura.

Serão exploradas as principais técnicas de Ventosaterapia, incluindo a utilização de diferentes tipos de copos (vidro,

silicone, bambu), os métodos de aplicação (ventosa seca, ventosa molhada, deslizamento), e as indicações terapêuticas para diversas condições, como dores musculares, tensão, inflamação, problemas respiratórios e desintoxicação. A disciplina também abordará os mecanismos de ação da Ventosaterapia e suas bases científicas.

Os alunos aprenderão a integrar os conhecimentos de Ventosaterapia em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e complementar na promoção da saúde e no alívio de sintomas. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam a eficácia da Ventosaterapia, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos clínicos.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação e seleção de métodos de ventosaterapia adequados, estratégias de intervenção personalizadas, e métodos para monitorar e avaliar os resultados dos tratamentos. Serão discutidos também os aspectos éticos e de segurança da Ventosaterapia, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios dessa prática para melhorar a qualidade de vida dos pacientes."

### **Obesidade e intervenção multidisciplinar**

"Esta disciplina visa fornecer aos participantes uma compreensão abrangente dos princípios e técnicas fundamentais na gestão da obesidade através de uma intervenção multidisciplinar, promovendo a saúde e o bem-estar. Os alunos serão introduzidos aos conceitos básicos da obesidade, incluindo suas causas, complicações e a importância de uma abordagem integrada para o tratamento.

Serão exploradas as principais estratégias de intervenção multidisciplinar, incluindo abordagens nutricionais, atividade física, suporte psicológico e intervenções médicas. A disciplina também abordará a importância do trabalho em equipe entre diferentes profissionais de saúde, como nutricionistas, médicos, psicólogos, e educadores físicos, para proporcionar um tratamento holístico e eficaz.

Os alunos aprenderão a integrar conhecimentos de diferentes disciplinas em suas práticas profissionais, visando uma abordagem holística e centrada no paciente para a prevenção e tratamento da obesidade. A disciplina incluirá estudos de caso, exercícios práticos e discussões sobre as evidências científicas que suportam as diversas abordagens de intervenção, permitindo que os participantes desenvolvam habilidades práticas para aplicar os conceitos aprendidos em diversos contextos clínicos.

Além disso, a disciplina abordará técnicas de avaliação e diagnóstico da obesidade, planejamento de intervenções personalizadas, e métodos para monitorar e avaliar os resultados dos tratamentos. Serão discutidos também os aspectos éticos e de segurança no manejo da obesidade, proporcionando uma compreensão completa de como maximizar os benefícios da intervenção multidisciplinar para melhorar a qualidade de vida dos pacientes."

### **Técnicas de intervenção integradas em modelo de estudo clínico**

Esta disciplina visa integrar os conhecimentos teóricos com estudos de casos reais, abordagem de artigos científicos, bem como a sua interpretação, alinhando e condensando o conhecimento adquirido pelo aluno. Serão explorados os temas estudados até este momento, focando na construção do conhecimento relacionado à prática, discutindo temas que podem ser propostos pelos alunos.