



Nota Técnica nº 10/2020 – DAPS/SPS/SES

Assunto: ORIENTAÇÃO SOBRE USO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO PERÍODO DE PANDEMIA DO COVID-19 – versão 1

Considerando a atual situação em relação à pandemia do Coronavírus (COVID 19) e as recomendações emitidas pelo Centro de Operações e Emergência em Saúde (COES), bem como, a emergência declarada em todo o território catarinense (Decreto nº 515/2020), para fins de prevenção e enfrentamento à COVID-19;

Considerando a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, que incentiva a inserção das práticas integrativas (BRASIL, 2017) e a Lei Estadual 17.706, de 22 de janeiro de 2019, que respaldam a inserção das práticas integrativas e complementares, no Estado de Santa Catarina, para servir como estratégia de prevenção de doenças, promoção e tratamento de saúde no contexto da atenção primária à saúde (SANTA CATARINA, 2019);

Recomenda-se:

- Que as práticas integrativas e complementares em saúde (PIC) sejam realizadas de forma complementar, individualizada e ponderada caso-a-caso para prevenção de agravos de saúde, promoção e recuperação de saúde, podendo compor estratégias de cuidado em saúde aos trabalhadores de saúde e pacientes no enfrentamento da COVID-19, no contexto da atenção primária à saúde.
- Que o uso das PICs possa ser sugerido pelos profissionais de saúde para promover equilíbrio mental e emocional, aliviar sintomas respiratórios leves, fortalecer a função imunológica do corpo e ajudar na recuperação do paciente após doenças infecciosas.
- Que os atendimentos individuais de práticas integrativas que demandem contato e manipulação do corpo, como por exemplo, acupuntura, auriculoterapia, massoterapia, moxabustão nas UBS sejam orientadas na forma de auto-aplicação para pessoas com sintomas respiratórios sem sinais de gravidade, para evitar transmissão da COVID-19.
- As atividades e atendimentos coletivos presenciais de práticas integrativas estão suspensos nas UBS pela necessidade de distanciamento social. Sugere-se a elaboração de videoaulas ou folders autoinstrucionais com a sequência dos exercícios sugeridos para melhora da qualidade de vida e bem-estar.



- Que os recursos terapêuticos indicados por meio de consulta e prescrição por um profissional habilitado, como fitoterapia, aromaterapia, floralterapia, homeopatia, apiterapia, sugere-se que a sua orientação possa ser realizada por teleatendimento.

- Que os registros das atividades sejam registrados no prontuário eletrônico do cidadão (PEC) do e-SUS-APS e/ou sistema de informação utilizado pelo município para a efetiva inserção das PICs na rede. Ressalta-se a importância do registro da evolução clínica dos usuários em relação às PICs também para fins de monitoramento e avaliação da satisfação do usuário. Sugere-se monitorar e avaliar os resultados da inserção das PICs no município por meio da análise de indicadores construídos pela gestão municipal. Esses indicadores poderão conter fatores como o consumo de medicamentos, índice de internações, índice de qualidade de vida, por meio de metodologias validadas e reconhecidas para avaliar a inserção das práticas integrativas no SUS.

Nesta nota técnica, as recomendações enfocam práticas integrativas que podem ser sugeridas na forma de auto-aplicação e orientação à distância à pacientes com ou sem sintomas respiratórios sem gravidade, náusea, vômito, fadiga e tosse e/ou profissionais de saúde em situação de estresse, ansiedade, transtornos do humor, insônia associada ou não a COVID-19 e na visão geral de eficácia e segurança, tais como:

Acupuntura (por digitopressão ou moxabustão)

A estimulação de pontos de acupuntura **por digitopressão ou autoaplicação moxabustão, para evitar a transmissibilidade pelo contato**, pode ser recomendada para ajudar na regulação da função imunológica, potencializar a ação antiinflamatória, para prevenção e recuperação do organismo após doenças infecciosas⁷, para melhora da qualidade do sono, do humor, do bem-estar, para redução da percepção da intensidade de dor, melhora os sintomas como falta de apetite, tosse, dor de cabeça.

Na vigência da COVID-19, os pacientes podem ser orientados a estimular os pontos de acupuntura através da digitopressão por meio do toque, pressão ou golpes leves com os dedos ou objetos arredondados ou realizar autoaplicação de moxabustão para evitar a transmissibilidade pelo contato²⁷. Pode ser feita por 10 a 15 minutos diariamente²⁴.

Também, pode-se sugerir a automassagem no trajeto dos meridianos. Utilizar método como amassar, pressionar, esfregar e bater nos canais do pulmão e coração nos membros superiores e os canais do estômago e baço-pâncreas nos membros inferiores. 15 a 20 minutos para cada um. Pode-se sentir dor nas partes afetadas²⁴.

A escolha dos acupontos deve ser realizada de forma individualizada e de acordo com os sinais e sintomas clínicos de cada paciente, buscando estimular e fortalecer o Qi (energia), expelir o fator



patogênico externos e internos. Essa escolha deve pautar-se nos livros clássicos da medicina tradicional chinesa, pesquisas clínicas contemporâneas que enfoquem melhoria da função pulmonar, saúde mental e emocional, regulação da imunidade, fatores antiinflamatórios e pró-inflamatórios do sistema vagal-colinérgico⁷.

Para estimular o Qi e as funções do pulmão e remover os fator patogênico, recomenda-se estimular os acupontos: B13 (Feishu), IG4 (Hegu), B20 (Pishu), IG11 (Quchi), P5 (Chize), P10 (Yuji) , E36 (Zusanli), VC6 (Qihai), BP6 (Sanyinjiao)^{7,24}.

Para febre, garganta e tosse seca sugere-se combinar VG14 (Dazhui), VC22 (Tiantu), PC6 (Neiguan); náusea, vômito e fezes soltas: VC12 (Zhongwan), E25 (Tianshu), E40 (Fenglong);

Fadiga, fraqueza, falta de apetite: VC12 (Zhongwan) e os 4 pontos extras ao redor do umbigo (1cun cada lado), B20 (Pishu);

Corisa, dor no ombro e nas costas: B10 (Tianzhu), B12 (Fengmen), VG14 (Dazhui)²⁴. A acupuntura deve ser feita de maneira suave.

Autoaplicação da moxabustão no E36 (Zusanli), PC6 (Neiguan), IG4 (Hegu), VC6 (Qihai), VC4 (Guanyuan). Estimular cada ponto por 10 minutos²⁴.

A localização dos pontos de acupuntura pode ser consultada no atlas de acupuntura: <http://www.meihuanet.com/Atlas/>

Auriculoterapia para fortalecer a resposta imunológica do corpo e reduzir a ansiedade pode-se sugerir a **automassagem, para evitar a transmissibilidade pelo contato**, nas zonas reflexas auriculares do Pulmão, Intestino Grosso, Amídalas, Alergia, Rim, Shenmen. Pontos para ansiedade: ansiedade, coração, shen mem. Estimular cada zona reflexa por 1 minutos 4 a 6 vezes ao dia. A localização dos pontos auriculares pode ser consultada no atlas de auriculoterapia: <http://www.meihuanet.com/auriculo/menu.htm>

Os resultados observados em uma revisão de literatura sugerem que a acupuntura e suas variantes - principalmente acupuntura auricular, acupuntura craniana e acupressão, têm a capacidade de oferecer excelentes resultados no tratamento de insônia⁸.

Apiterápicos

Tintura de própolis é uma substância resinosa obtida pelas abelhas através da colheita de resinas da flora (pasto apícola) da região, e alteradas pela ação das enzimas contidas em sua saliva. A cor, sabor e o aroma da própolis variam de acordo com sua origem botânica e vem do mel. É rico em aminoácidos, vitaminas e bioflavonoides. Diferença entre os tipos de própolis²⁵:



- A própolis verde do Brasil está associada a planta *Baccharis dracunculifolia* (alecrim-do-campo).
- A própolis vermelha do Brasil está associada as folhas e flores do cajueiro (alimento para as abelhas africanas). Possui propriedades antioxidante, antibiótica e antiinflamatória.

Pode ser usada para prevenção de doenças virais e melhoria da resposta imunológica e antiinflamatória. A própolis pode ser administrada na forma de solução líquida de extrato aquoso, extrato alcóolico ou em cápsulas de extrato seco padronizado.

Recomenda-se 15 a 30gts do extrato aquoso (antioxidante e imunomodulador) ou alcóolico (antiinflamatório) de própolis ou cápsulas de extrato seco padronizado de própolis (cytopropolis) 750mg 3 a 9 cápsulas/dia²⁵.

Geleia real é o alimento produzido pelas abelhas jovens para a rainha. Contém proteínas, lipídeos, carboidratos, vitaminas, hormônios, enzimas, substâncias minerais, substâncias biocatalizadoras nos processos de regeneração das células, desenvolvendo uma importante ação fisiológica. Recomenda-se o uso em situações de cansaço físico e mental, doenças graves, problemas respiratórios. É necessário estocar a Geleia Real a temperaturas abaixo de 0º C. (Freezer). Ao abrir a embalagem, manter na geladeira enquanto se consome. Recomenda-se para o uso:

- Em Geral: usar uma espátula, que corresponde a 1,00g diariamente em jejum, colocando embaixo da língua. Pode ser inserida com mel, sucos, diluída em água filtrada (3 dedos em um copo).
- Em caso de fraqueza, doenças graves e convalescença: Sugere-se tomar mais vezes ao dia (5 a 7 vezes) com doses menores, de 0,25g. (1/4 de espátula)
- Em caso de doenças pulmonares, fígado e intestino: Sugere-se ingerir a geleia em jejum 0,5g a 1,00g e antes de dormir: 0,5g

Aromaterapia

Os óleos essenciais destacam-se pelas suas propriedades antivirais, antissépticas, imunomoduladores, antimicrobianos, antiinflamatórios e para auxiliar a sanitizar o ambiente.

Os óleos essenciais devem ser diluídos em óleo vegetal (OV) ou creme neutro para aplicação tópica (na proporção de 2mL óleo vegetal para cada 1 gota de óleo essencial). Os óleos essenciais (OE) não devem ser utilizados internamente. Também, pode ser usado para sanitizar o ambiente ou consultório por meio spray⁴.

Exemplos de Óleos essenciais antivirais: orégano, tomilho, canela, cravo e anis estrelado.



Exemplos de Óleos essenciais para aumentar a resposta imunológico: eucalipto, melaleuca, hortelã, limão e copaíba.

Para afecções do sistema respiratório, sugere-se pingar 2 gts de óleo essencial de melaleuca (teatree), 2 óleo essencial de lavanda e 2 gotas de óleo essencial de eucalipto em 12mL de óleo vegetal de amêndoas ou 12g creme neutro. Essa sinergia pode ser aplicada, em massagem, no tórax e costas, 3x ao dia, por 15 dias⁴. Considerar as contraindicações de cada óleo essencial antes do uso.

Para síndromes gripais, sugere-se a associação de óleo essencial de 2 gts melaleuca (tea tree), 2gts óleo essencial de capim limão e 3gts óleo essencial de patchouli em 14mL de óleo vegetal de amendoas. Essa sinergia pode ser utilizada em ambientes com pessoas doentes em spray (10gts de cada em 100mL de álcool 70%)²⁶.

Para uso em spray para sanitizar o ambiente, pingar 2 gts de óleo essencial de melaleuca (teatree), 4gts de óleo essencial de eucalipto e 1 gts de óleo essencial de cravo em 100mL de álcool 70%⁴. Também, pode-se associar 15gts de óleo de melaleuca, 15 gotas de óleo essencial de alecrim em 100mL de álcool 70%.

Fitoterapia

Para o uso de plantas medicinais e fitoterápicos deve considerar as características de segurança, em especial em pessoas idosas, gestantes, crianças menores de 2 anos de idade e pessoas com comorbidades associadas, principalmente devido à interação medicamentosa. Recomenda-se consultar as informações de contraindicações, indicação, tempo de uso de cada planta conforme descrito no Formulários Nacional de Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira^{1,2} e Memento Terapêutico Fitoterápico da Agência Nacional de Vigilância Sanitária³ e estudos clínicos. Cita-se o uso:

- *Echinacea purpurea* (L.) Moench (equinácea), *Pfaffia glomerata* (Spreng.) Pedersen (ginseng brasileiro), *Allium sativum* L. (alho)^{3,26} para fortalecer o sistema imunológico;

- *Passiflora* (maracujá), *Melissa officinalis* (melissa), *Lippia alba* (Mill.) N.E. Br. ex Britton & P. Wilson (salva-gripe, erva cideira)^{26,27}, *Matricaria chamomilla* L. (camomila), *Valeriana officinalis* L. (valeriana), *Piper metysticum* (Kawakawa)⁹, *Citrus sinensis* (laranja comum)²⁷ para promover sono reparador, reduzir estresse, ansiedade e transtornos emocionais;

- *Zingiber officinale* Roscoe (gengibre) para amenizar náuseas e vômito³;

- *Mikania* sp. (guaco), *Hedera helix* (hera), *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng. (malvariço)²⁶ para tratamento de tosse e doenças das vias respiratórias⁹.



- *Plantago major L. hera*(tancagem), *Ocimum americanum*(manjeriço), *Malva sylvestris L.* (malva) para garganta irritada e seca²⁶.

A forma de uso pode ser consultada: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/13389>

Recomenda-se o uso de infusões quentes para fortalecer o sistema imunológico e expelir o frio.

Pode ser recomendado a realização de escalda pés com água até 45º e sal marinho, alecrim e eucalipto durante 30 minutos. No escalda-pés, tem o efeito calmante, revigorante, energizante e estimulante.

Homeopatia

Para a prescrição e utilização dos medicamentos homeopáticos recomendam-se as diretrizes clínicas da Associação Médica Homeopática Brasileira (AMHB)¹² e de Santa Catarina (AMHB-SC)¹³.

A manipulação e dispensação dos medicamentos homeopáticos deve seguir as normas da Vigilância Sanitária Estadual; não sendo permitido o aviamento de fórmulas homeopáticas compartilhadas¹¹. Recomenda-se a individualização dos frascos do medicamento homeopático, na dose unitária, por pessoa, de acordo com a Resolução RDC 67 de 2007, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, dispõe sobre Boas Práticas de Manipulação das Preparações Magistrais e Oficiais para uso humano¹¹.

A *Camphora officinalis* 1M X/15 ml AA 5% por via oral na homeopatia sugerida para prevenção e tratamento da COVID-19 pela AMHB-SC¹⁴ é derivada da planta *Cinnamomum camphora*, trata-se de um medicamento homeopático, produzido, dinamizado de acordo com a Farmacopeia brasileira homeopática, 3 edição, 201116. Esse medicamento homeopático é diferente em relação ao uso de cristais de cânfora e naftalina, ou ainda o infuso (chá) da planta conhecida popularmente por canfoeira (*Cinnamomum camphora*). Os cristais de cânfora, naftalina ou infuso da canfoeira não devem ser administrados por via oral, nem empregados preventiva ou terapêuticamente contra COVID-19¹⁵.

O uso dos medicamentos homeopáticos pode ser feito de forma complementar ao tratamento alopático. O medicamento homeopático não é uma vacina. Orienta-se evitar encostar o conta-gotas na boca, manter o medicamento homeopático em temperatura ambiente, não refrigerar, não deixar o frasco aberto por muito tempo¹⁶.

O medicamento homeopático pode contribuir para a imunidade do organismo frente a pandemia do COVID-19. Sugere-se a repertorização individualizada dos sintomas de cada paciente acometido, por um médico homeopata, que deverá acompanhar a evolução do caso, ajustando os medicamentos mais adequados a cada paciente¹³.



Imposição de mãos/Reiki

O Reiki é uma técnica criada no Japão que consiste na imposição de mãos para alinhar os centros de bioenergéticos do corpo, conhecidos como chakras, promovendo o equilíbrio energético, necessário para manter o bem-estar físico e mental.

Há evidências que sugerem que a terapia reiki pode ser eficaz para dor e ansiedade²².

Na vigência da COVID-19, sugere-se a aplicação do reiki à distância por um profissional formado em nível II para evitar a transmissibilidade pelo contato.

Práticas corporais

O Taichi-chuan, Qi Gong, Lian Gong, Ba Duan Jin, Wu Qin Xi, Yoga e Meditação podem ser recomendadas, com pouco esforço físico, por videoaula para prevenção e na fase de recuperação da infecção da COVID-19. Os benefícios dessas práticas favorecem os aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Dentre eles destaca-se: preservação da independência; redução da ansiedade e do estresse, melhora do estado de humor e da autoestima, promove sono reparador e pode auxiliar na imunidade⁵.

O Qi Gong (exercício Yi Jin Jing – músculo e tendões) pode melhorar a situação de dor ao longo e fadiga dos pacientes COVID-19 leve^{6,24}. As práticas podem ser feitas diariamente por 15 a 30 minutos²⁴. A sequência dos movimentos pode ser consultada: <https://youtu.be/x1XqV2wGiR0>

O Yoga pode ajudar para reduzir estresse, insônia, pós-trauma e promover alongamento (Grau de recomendação B).

As atividades coletivas estão suspensas pela necessidade de distanciamento social. Sugere-se orientar os pacientes por meio de vídeos-aulas ou folders autoinstrucionais com a sequência dos movimentos recomendados.

Musicoterapia

A musicoterapia não tem um efeito sobre as células do corpo humano, podendo criar um estado bem-estar à vida dos trabalhadores em saúde e dos pacientes após um determinado tratamento ou situação de estresse do dia-a-dia.

Técnicas manuais

A massagem periódica como técnica adjuvante no alívio da dor, reduzir fadiga, ansiedade, depressão e sintomas indicadores de estresse. Massagem associada à aromaterapia também tem sido utilizada, através de óleos e cremes com essências.



Para a aplicação de técnicas de massoterapia, a pessoa deve estar assintomática do ponto de vista respiratório.

Em casos sintomáticos sem gravidades, sugere-se orientar técnicas de automassagem para evitar a transmissibilidade pelo contato. Por exemplo: do-in e reflexologia dos pés, reflexologia das mãos, reflexologia da face.

Automassagem nos pés e nas mãos relaxam o corpo, diminuem tensão e favorecem o sono reparador. Sugere-se duração de 15 a 20 minutos²⁷.

Terapia Floral de Bach

Edward Bach foi um médico inglês que criou o primeiro sistema de florais na década de 30. Ficou conhecido como Florais de Bach, composto de 38 essências florais e o *Rescue Remedy*. Os florais não atuam na doença física, mas elevam a vibração do corpo para auxiliar no equilíbrio e harmonização do indivíduo. Os florais estimulam o corpo a se curar a si mesmo, contribuindo para o autocontrole, a sentir-se bem consigo mesmo e a usufruir daquilo que a vida lhe oferece de bom. Cada floral escolhido pelo Dr. Bach tornou-se uma “chave” para trabalhar o processo de transformação. A cada porta que se abre podem aparecer novos sintomas físicos ou emocionais. Por isso, sugere-se selecionar até 6 ou 7 essências florais por solução brandy para o tratamento de transtornos emocionais.

Para emergências, recomenda-se a o uso *Rescue Remedy*. É uma fórmula floral criada pelo Dr. Edward Bach que pode ser usada em momentos de transtornos emocionais. Orienta-se tomar 4gotas 4x ao dia, assim que acorda, antes do almoço, antes de jantar e última antes de dormir. Essa combinação restauram o equilíbrio emocional, não são tóxicos, nem trazem dependência. Seu emprego, oral ou tópico, pode ser suspenso, desde que julgados inúteis. São eles:

- *Impatiens (Impatiens glandulifera)*: útil nas crises de dores musculares e agitação.
- *Clematis (Clematis vitalba)*: nos desmaios e descontroles.
- *Rock Rose (Helianthemum nummularium)*: nos momentos de pânico, medo e terror.
- *Cherry Plum (Prunus cerasifera)*: nos descontroles mentais e físicos.
- *Star of Bethlehem (Ornithogalum umbellatum)*: nos traumas mentais e físicos.

O frasco do *Rescue Remedy* não deve ser armazenado na claridade, no calor, perto de perfume ou medicamento. Nunca se deve aumentar o número de gotas, aumentar o número de vezes que se toma durante o dia. Não misturar com bebidas alcoólicas. Não tomar perto de altura de escovar os dentes. Não deixar a pipeta encostar na língua. Evitar bebidas gasosas, alcoólicas, chocolates e café.



As PICS vêm ao encontro da consolidação do princípio da integralidade do SUS, na perspectiva da ampliação do acesso, da articulação dos saberes científicos com os saberes tradicionais, populares e familiares, da diversificação das ofertas de saúde, do cuidado integral a saúde e da ampliação do escopo terapêutico.

A inserção das práticas integrativas e complementares no cuidado à saúde do trabalhador em saúde e do paciente é uma estratégia promissora a ser estimulada pelos gestores para proporcionar a oferta de novas opções terapêuticas inovadoras e humanizada, exemplificada pelas dez PICs citadas nesta nota técnica.

Atenciosamente,

GISELE DAMIAN ANTONIO GOUVEIA
Área técnica de práticas integrativas e complementares

SILVANA HELENA DE OLIVEIRA CRIPPA
Coordenação do Núcleo de Condições Crônicas

APARECIDA DE CÁSSIA RABETTI
Direção de Atenção Primária à Saúde

Referências

- 1 - BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário Nacional Fitoterápico**, 2011. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/formulario-fitoterapico>
- 2 - BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Formulário Nacional Fitoterápico**, suplemento 1, 2018. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/formulario-fitoterapico>
- 3 - BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Memento Terapêutico Fitoterápico**, 2016. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/acoes-e-programas/proadi-sus/legislacao/737-acoes-e-programas/programa-de-fitoterapico-e-plantas-medicinais/42257-memento-fitoterapico-da-farmacopeia-brasileira>
- 4 – PORTELLA, CFS et al. **Manejo clínico da COVID-19 na naturologia**, versão 1.0. Disponível em: <http://www.naturologia.org.br/manejo-clinico-da-covid-19-na-naturologia-versao-1/>
- 5 – BRASIL. BVS APS. **Quais práticas corporais podem ser promovidas na atenção básica/ atenção primária à saúde visando a prevenção e promoção da saúde do idoso?** Núcleo Telessaúde SC. 25 out 2016 Disponível em: <https://aps.bvs.br/aps/quais-praticas-corporais-podem-ser-promovidas-na-atencao-basica-atencao-primaria-a-saude-visando-a-prevencao-e-promocao-da-saude-do-idoso/>
- 6 - LIANG, F., LITSCHER, G. COVID-19 (Coronavirus Disease-19): Traditional Chinese Medicine including Acupuncture for Alleviation – A Report from Wuhan, Hubei Province in China. **OBM**



Integrative and Complementary Medicine. 2020, v. 5, n. 1, Disponível em:
<https://www.lidsen.com/journals/icm/icm-05-01-009>

7 - WFAS. **Guidelines on Acupuncture and Moxibustion Intervention for COVID-19.**2020.
Disponível em: <http://en.wfas.org.cn/news/detail.html?nid=5403&cid=25>

8 - SILVA RCF, PRADO GF. Os efeitos da acupuntura no tratamento da insônia: revisão sistemática.
RevNeurocienc. 2007,15 (3):183–189. Disponível em:
<http://www.danielacupuntura.com.br/site/pdf/efeitos-da-acupuntura-na-insonia.pdf>

9 – BRASIL. BVS APS. **Quais plantas medicinais e fitoterápicos podem ser utilizados de forma segura e eficaz para distúrbios do sono?**<https://aps.bvs.br/aps/quais-plantas-medicinais-e-fitoterapicos-podem-ser-utilizados-de-forma-segura-e-eficaz-para-disturbios-do-sono/>

10 -BRASIL. BVS APS. **Quais as evidências científicas para o uso do Guaco na Atenção Primária à Saúde?**Núcleo de Telessaúde SC. 08 Jul 2016. Disponível em:
<https://pesquisa.bvsalud.org/aps/resource/pt/sof-25177>

11 -BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **RDC nº 67 de 8 de outubro de 2007.** Aprovar o Regulamento Técnico sobre Boas Práticas de Manipulação de Preparações Magistrais e Oficiniais para Uso Humano em farmácias e seus Anexos. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Poder Executivo, Brasília, 09 out. 2007.

12 - ASSOCIAÇÃO MÉDICA HOMEOPÁTICA BRASILEIRA (AMHB). **Estudo Preliminar de sintomas e medicamentos prevalentes do “gênio epidêmico” da pandemia de COVID-19 no Brasil.** Comitê Especial de Pesquisa COVID-19 da AMHB. 03/04/2020. Documento disponível como comunicado interno aos associados da AMHB. Disponível em : <https://amhb.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Estudo-Preliminar-do-Ge%CC%82nio-Epide%CC%82mico-capa-e-timbre-AMHB.pdf> .

13 - ASSOCIAÇÃO MÉDICA HOMEOPÁTICA DE SANTA CATARINA (AMHSC). **Estudo Preliminar para utilização do “gênio epidêmico” da pandemia de COVID-19 em Santa Catarina.** Comitê Especial de Pesquisa COVID-19 da AMHB. 29/03/2020. Documento disponível como comunicado interno aos associados da AMHSC.

14 - LIGA MEDICORUM HOMOEOPATHICA INTERNATIONALIS (LHMI). **Comunicado do Comitê Executivo da LHMI a respeito da Epidemia do Coronavírus.** Disponível em
<http://www.lmhi.org/Home/Corona> .

15 - Associação Brasileira de Farmacêuticos Homeopatas (ABFH). **Considerando as orientações da (ABFH) quanto às Opções de tratamento de doenças infecciosas com homeopatia. 02/04/2020.** Documento disponível como comunicado interno aos associados da ABFH

16 - ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE FARMACÊUTICOS HOMEOPATAS. **Manual de Normas Técnicas para Farmácia Homeopática;** 5a. ed. São Paulo,2019.

17 - KARAN, N. B. Influence of lavender oil inhalation on vital signs and anxiety: A randomized clinical trial. **Physiol. Behav.** 2019; n. 211. Disponível em:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031938419306419>

18 - VIMALANATHAN, S.; HUDSON, J. Anti-influenza virus activity of essential oils and vapors.**Am. J. Essent. Oils Nat. Prod.** 2014;n.2, p. 47–53. Disponível em:



https://pdfs.semanticscholar.org/4067/6b068d7a2f0f549b7354998236e03da925ca.pdf?_ga=2.118625161.1673576642.1586630635-1506863266.1586630635

19 -SADLON, A. E.; LAMSON, D. W. Immune-modifying and antimicrobial effects of eucalyptus oil and simple inhalation devices. **Altern. Med. Rev.**2010; n. 15, p. 33–47 (2010). Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20359267/>

20 – INSTITUTO BACH. *Rescueremedy*. 2020. Disponível em: <http://institutobach.com.br/site/conteudo/pagina/1,18+Rescue.html>

21 - SALLES, LF; SILVA, MJP. Effect of flower essences in anxious individuals. **Acta paul. enferm.** [online]. 2012, v.25, n.2, p.238-242. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002012000200013&lng=en&nrm=iso>.

20 - BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria de Consolidação n. 2, de 28 de setembro de 2017, Anexo XXV - Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS, 2017.** Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html.

21 - SANTA CATARINA. Governo do Estado de Santa Catarina. **Lei n. 17.916 de 28 de janeiro de 2020.** Altera a Lei 16.473, de 2014, que dispõe sobre a prestação de serviços farmacêuticos pelas farmácias e drogarias e adota outras providências. Diário Oficial de Santa Catarina, 29/01/2020.

22 – TRKULJA, V; BARIC, H. Current Research on Complementary and Alternative Medicine (CAM) in the Treatment of Anxiety Disorders: An Evidence-Based Review. **Anxietydisorders**, p. 415-449, 2020. Disponível em: https://link.springer.com/chapter/10.1007%2F978-981-32-9705-0_22

23 – THRANE, S.; COHEN, SM. Effect of Reiki therapy on pain and anxiety in adults: an in-depth literature review of randomized trials with effect size calculations. **PainManagNurs**.2014, v, 15, n. 4, p. 897-908. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-24582620>

24 – WFAS. Diretrizes de intervenção com acupuntura e moxabustão para coronavírus (COVID-19) – segunda edição, 2020. Disponível em: <https://acupunturavicosa.com.br/wp-content/uploads/2020/03/Diretrizes-COVID-@acupunturaanaclaudia.pdf>

25 – PAULINO, N. et al. Anti-inflammatory effects of a bioavailable compound, Artepillin C, in Brazilian própolis. **EuropeanJournalofpharmacology**. 2008, v. 587, n.1-3, p.296-301. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0014299908002616>

26 – GOUVEIA, G D A.; SIMIONATO, C. **Memento fitoterápico para prática clínica.** 7 jun. 2019. Núcleo Telessaúde Estadual de Santa Catarina : UFSC. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/13389>

27 – FLORIANÓPOLIS. **Compilado de Práticas Terapêuticas para o autocuidado, fortalecimento da imunidade e bem-viver, durante e após a pandemia.** 2020.