

## JIN SHIN JYUTSU: UMA TERAPIA INTEGRATIVA E COMPLEMENTAR DE CUIDADO EM SAÚDE

**EDUARDA MIRANDA CORTEZ<sup>1</sup>; ANGELA SIQUEIRA CAMEJO<sup>2</sup>; KELEN DE MORAIS CERQUEIRA<sup>2</sup>; RITA DE CÁSSIA FRAGA DAMÉ<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Universidade Federal de Pelotas – eduarda.cortez21@yahoo.com

<sup>2</sup> Universidade Federal de Pelotas – ascamejo@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal de Pelotas – kelenmcerqueira@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade Federal de Pelotas – ritah2o@hotmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

Desde a 1º Conferência Mundial de Saúde em Alma-Ata em 1978, a Organização Mundial de Saúde recomenda aos seus Estados membros o reconhecimento de medicinas tradicionais complementares (MTC) em seus sistemas públicos de saúde (ALMA ATA, 1978). As medicinas tradicionais, complementares e integrativas (MTCI) – denominação utilizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a um amplo conjunto de práticas de atenção à saúde baseado em teorias e experiências de diferentes culturas, utilizadas para promoção e recuperação da saúde, e prevenção de agravos, levando em consideração o ser integral em todas as suas dimensões (OPAS, 2024).

O Jin Shin Jyutsu é uma terapia integrativa, de origem japonesa que compartilha raízes com a Medicina Tradicional Asiática. Foi redescoberto no Japão no início do século XX por Jiro Murai, que após se curar de uma doença que ameaçava sua vida, dedicou-se à pesquisa e compreensão da capacidade natural do corpo para restaurar o equilíbrio, desenvolvendo o que ele chamou de Jin Shin Jyutsu, que significa: a arte do Criador através do homem de conhecimento e compaixão (JIN SHIN JYUTSU BRASIL, 2024).

No Brasil, as MTCI são conhecidas como Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). O Ministério da Saúde reconhece 29 dessas práticas, mas o Jin Shin Jyutsu ainda não se encontra dentro deste escopo. Contudo, a Unidade Básica de Saúde Areal Leste tem oferecido esta terapia para pacientes com doenças crônicas como estratégia de enfrentamento do fenômeno da “medicalização da saúde”, que consiste no uso excessivo de medicações (CERQUEIRA, 2024).

Uma das patologias mais demandantes na rotina de atendimentos da UBS Escola Areal Leste é a Fibromialgia, que é uma síndrome crônica caracterizada por dor generalizada, fadiga, distúrbios do sono e dificuldades de concentração, que afeta o Sistema Nervoso Central e faz com que o cérebro interprete estímulos dolorosos de forma mais intensa. Não tem uma causa conhecida e geralmente é mais comum em mulheres, mas também pode afetar homens, jovens e idosos (DUNCAN, 2022). Trata-se de uma patologia que conduz o paciente, frequentemente, ao uso excessivo de medicações, principalmente para tratamento da dor aguda e crônica. Sendo assim, optou-se por ofertar sessões de Jin Shin Jyutsu aos pacientes com Fibromialgia atendidos na UBS Escola Areal Leste.

## 2. METODOLOGIA

Os pacientes atendidos partir de março de 2025 na UBS Escola Areal Leste, diagnosticados com fibromialgia foram encaminhados para o tratamento complementar com Jin Shin Jyutsu. Durante três meses, sete pacientes foram acompanhados semanalmente com sessões de Jin Shin Jyutsu, aplicadas por uma servidora docente da UFPel, capacitada na técnica. Mantiveram acompanhamento clínico quinzenal para acompanhamento dos sintomas.

As sessões de Jin Shin Jyutsu, são realizadas no Espaço de Práticas Integrativas e Complementares da UBS Areal Leste, numa área arborizada, construída para promover o bem estar físico e emocional do paciente através da sua conexão com a natureza.

Através de toques suaves em áreas específicas do corpo, o Jin Shin Jyutsu ajuda a restaurar o fluxo natural de vitalidade, liberando tensões, bloqueios e desconfortos e promovendo o equilíbrio funcional (JIN SHIN JYUTSU BRASIL, 2024).

O cenário acolhedor e a técnica humanizada de cuidado, foram utilizados para diminuir o sofrimento físico e emocional envolvidos na Fibromialgia.

## 3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Observou-se que dos sete pacientes, dois necessitaram do uso de analgésicos para dor aguda em um único episódio durante os três meses de observação. Mas todos mantiveram a mesma dose de medicações para dor crônica desde o início da observação. Durante todo o acompanhamento do paciente, médica e terapeuta, mantiveram contato e discutiram a evolução dos sintomas referidos. Uma experiência de exercício da multidisciplinaridade no cuidado, com a participação dos alunos estagiário, responsáveis pelos pacientes acompanhados.

Os resultados demonstraram que o Jin Shin Jyutsu contribuiu para a diminuição da medicalização durante o acompanhamento dos pacientes com Fibromialgia. Tal resultado, corrobora a contribuição desta técnica para a diminuição da exposição destes pacientes a múltiplas medicações, bem como as interações medicamentosas, tão frequentes no manejo clínico dos pacientes com Fibromialgia.

Durante as consultas clínicas, todos os pacientes manifestaram interesse em continuar com a sessões de Jin Shin Jyutsu, referindo sensação de relaxamento e bem estar durante a terapia.

## 4. CONSIDERAÇÕES

O Jin Shin Jyutsu constitui uma terapia integrativa com importante potencial para reconhecimento pelo Ministério da Saúde como uma das práticas integrativas e complementares em saúde oferecidas pelo Sistema Único de Saúde. Proporcionou uma abordagem holística dos pacientes, reconhecendo a dor física e emocional, que comumente estão envolvidas na Fibromialgia.

Terapias como o Jin Shin Jyutsu, proporcionam a universalidade, através do aumento da oferta de cuidados; e a integralidade pelo reconhecimento do ser em suas dimensões – bio, psico, social e espiritual.

Portanto, sugere-se o fomento na implementação do Jin Shin Jyutsu na Atenção Primária à Saúde.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Cerqueira 2024 Vamos implementar as PICS? [livro eletrônico] : políticas e oportunidades / Kelen Cerqueira. -Pelotas, RS : Editora Textos, 2024.  
ISBN 978-65-999045-3-0

Duncan, BB, Schmidt, MI e Giugiani, ER (2022). *Medicina ambulatorial: condutas de atenção primária baseadas em evidências* . Artmed Editora.

Jin Shin Jyutsu Brsil. Disponível em: <https://www.jsjbrasil.com.br/>

OPAS – Medicinas Tradicionais e Complementares. Disponível em:  
<https://www.paho.org/pt/topicos/medicinas-tradicionais-complementares-e-integrativas>