

FITOTERAPIA

Resumo da caracterização da terapêutica e do perfil do profissional

1 de Abril de 2008

RESUMO

I Caracterização da Fitoterapia

I Caracterização geral

1. Conceito específico/Definição

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define medicina herbática ou fitomedicina como: "Aquela que utiliza preparações herbáticas produzidas pela sujeição dos materiais de origem vegetal à extração, fraccionação, purificação, concentração, ou outros processos físicos ou biológicos". Podendo ser produzidos para consumo imediato ou como base para remédios e produtos herbáticos ou vegetais. Os produtos herbáticos podem conter excipientes, ou ingredientes inertes, adicionados aos ingredientes activos

In World Health Organisation (2001). Legal Status of Traditional Medicine and Complementary/Alternative Medicine: A Worldwide Review. WHO Publishing. 1.

A medicina fitoterápica inclui plantas "inteiras", material de plantas., preparados vegetais, e produtos finais herbáticos que contêm como ingredientes activos, partes das plantas" não princípios activos isolados", materiais de plantas ou outros derivados.

Estratégia de OMS sobre medicina tradicional – 2002-2005

"Medicina Fitoterápica" ou Medicina Herbática – é um sistema de medicina que utiliza vários remédios á base de plantas e dos extractos "totais" de plantas para tratar problemas(recuperar a saúde) e manter uma boa saúde(prevenção). Um outro termo para este tipo de tratamento é fitoterapia.

In House of Lords- Science and Technology Committee Publications – Sixth Report (2000)

2. Base filosófica em que assenta o exercício da Fitoterapia

A Fitoterapia assenta nos princípios filosóficos da Medicina Hipocrática ou Naturopática e da Medicina Tradicional. De um modo geral os especialistas em Fitoterapia são treinados com diferentes abordagens filosóficas da saúde baseadas na Medicina Hipocrática e Tradicional, as quais incorporam a compreensão filosófica da saúde, da doença, do processo de cura e a interacção desses factores com o indivíduo (sintomas, historia pessoal, aspectos físicos, mentais, emocionais e espirituais, envolvimento sócio-cultural e ocupacional) . Essa compreensão leva a uma abordagem sofisticada e complexa do tratamento do utente.

3. Bases teóricas específicas que fundamentam o Diagnóstico da Fitoterapia

Dum modo geral as teorias que estão na base do Diagnóstico da Fitoterapia assentam num conhecimento tradicional nomeadamente:

- Na Teoria Humoral
- No Fisiomedicalismo
- No movimento Eclectico
- Na Doutrina das *Signatures*
- Nas teorias do Herbalismo Moderno

4. Processos específicos de Diagnóstico

- Interrogatório de acordo com diferentes teorias da Medicina Hipocrática e Tradicional
- Exame físico e exame clínico.
- Avaliação da constituição e da vitalidade
- Diferenciação dos factores que determinam os padrões de desequilíbrio sistémico e as suas relações no contexto do utente de acordo com o raciocínio específico das diferentes teorias da Medicina Tradicional.

5. Terapêuticas específicas da Fitoterapia

- Selecção de princípios terapêuticos de acordo com o diagnóstico e as teorias específicas da Medicina Hipocrática e Tradicional
- Prescrição de remédios fitoactivos ou fitoterápicos
- Aconselhamento nutricional - dietético
- Elaboração e dispensa de produtos fitoactivos ou fitoterápicos

II- Perfil Profissional do Especialista em Fitoterapia

A - Actividades tipo, normalmente exercidas durante o exercício da Profissão

1. Efectuar estudos e pesquisas sobre conceitos, teorias e métodos

Efectuar estudos e pesquisas sobre conceitos, teorias e métodos que fundamentam a prática da Fitoterapia, aperfeiçoá-los, desenvolvê-los e aplicar estes conhecimentos no domínio da actividade profissional:

- Estudar as teorias e os métodos holísticos tradicionais que fundamentam a prática da Fitoterapia e a sua aplicação à compreensão e resolução das desarmonias e patologias que afectam os seres humanos.
- Estudar as condições de higiene de vida, alimentar ou outras que levam às perturbações e doenças que afectam os seres humanos e, estudar e aplicar os métodos naturais de prevenção e restabelecimento dos pacientes.
- Estabelecer laços de intercâmbio científico e cultural com outros profissionais de saúde.

2. Promover a saúde

Aperfeiçoar, desenvolver e aplicar os conhecimentos da Fitoterapia, à luz das teorias específicas em que se fundamenta, na prevenção, tratamento e cuidados de saúde humana:

- Dar pareceres, conselhos e aplicar métodos de prevenção da saúde.
- Participar na elaboração e aplicação de leis e regulamentos de saúde pública, em seminários, em acções de formação e em acções de esclarecimentos à população no geral, dando conselhos sobre melhor alimentação, melhor estilo de vida, tentando

deste modo educar e contribuir para uma melhor a saúde pública, tendo em vista salvar e promover a saúde na comunidade onde estão inseridos.

3. Pôr em Prática os Conhecimentos Obtidos no Domínio das Ciências da Vida

3.1 **Avaliar o utente** – O Fitoterapeuta recolhe a história do utente; realiza um exame físico, faz uma avaliação da vitalidade e constituição do utente para determinar a condição presente e a inter-relação entre os sinais e sintomas. Identifica a medicação e os suplementos dietéticos que o utente está a tomar e determina o seu efeito na condição do mesmo.

3.1.1. **Realizar a História do Utente e Avaliar Condição Física, Emocional e Mental.**

- Recolher a história do utente, através de uma colheita de dados sistemática, relativa a sintomas a fim de determinar de uma forma precisa, estruturada e completa o objectivo do exame.
- Avaliar a condição geral do utente através do interrogatório sobre a sua história de saúde e da sua família, dos factores emocionais, dos hábitos de vida e meio-ambiente a fim de determinar o impacto dos mesmos na queixa presente.
- Detectar estados psíquicos e/ou emocionais alterados e avaliar o impacto destes na condição física/psíquica do utente.
- Recolher informação sobre os aspectos essenciais espirituais, culturais, sociais, económicos e ocupacionais do utente.
- Dirigir o interrogatório de forma a elaborar uma hipótese específica sobre a condição de saúde do utente.

3.1.2. **Realizar o Exame Físico**

- Proceder a um exame completo do utente, de modo sistemático, a fim de registar os sinais e sintomas físicos ou clínicos que permitam a elaboração do diagnóstico.

3.1.3. **Utilizar outros Meios de Diagnóstico Naturais**

- Utilizar ou prescrever outras técnicas e meios de diagnóstico naturais como a Iridiologia, as termografias, exames por ultra sons, os exames de campo escuro ou outros que contribuam para a abordagem holística da Fitoterapia.

3.1.4. **Avaliar a Farmacologia e os Suplementos Dietéticos e Fitoterápicos**

- Identificar os tipos de medicação farmacológica e de suplementos dietéticos e fitoterápicos que o utente está a tomar para determinar o impacto na sua condição física e psíquica.
- Identificar os efeitos secundários dos produtos farmacêuticos.

3.1.5. **Prescrever ou Ponderar os Resultados de Testes de Diagnóstico**

- Usar, se necessário, os resultados de testes clínicos convencionais de diagnóstico a fim de identificar desarmonias patológicas, físicas e energéticas.
- Prescrever análises clínicas e outros exames que possam vir a confirmar os problemas que afectam os utentes.

3.2. **Realizar o Diagnóstico em Fitoterapia**

- O especialista em Fitoterapia avalia as manifestações clínicas para determinar a força relativa e progresso da condição do utente.

3.2.1. **Realizar com precisão o Diagnóstico**

Avaliar a constituição e a vitalidade do utente. Avaliar o equilíbrio dos factores físicos, psíquicos, emocionais e sociais na condição do utente. Estabelecer a relação entre os sinais e sintomas e a sua importância relativa. Determinar os factores que predisõem para a sintomatologia ou que a agravam.

3.2.2. **Compatibilizar e Articular as Teorias da Fitoterapia e da Medicina Convencional**

Transmitir e explicar ao utente e outros profissionais os conceitos próprios das teorias da fitoterapia e a sua compatibilização e articulação com os da Medicina Convencional.

3.2.3. Distinguir entre Sintomas de Situações Comuns e Sintomas de Gravidade, Urgência e Emergência

- Avaliar e identificar situações de gravidade, urgência, e emergência e agir em conformidade.
- Reconhecer os seus limites e perante a gravidade do diagnóstico realizado pedir a colaboração de outro profissional da área da saúde, caso seja necessário intervir num domínio que não lhe é específico.
- Identificar condições de risco de vida pela avaliação de sinais e sintomas que exijam tratamento médico urgente.
- Responder a situações de emergência administrando os primeiros socorros no tratamento de utentes em risco.
- Reconhecer as condições no utente individual (independentemente da idade) que representem um risco para a saúde da população.

3.3 Realizar e Gerir o Plano de Tratamento

O Fitoterapeuta toma decisões, elabora, realiza e gere um plano de tratamento adequado à condição, contexto envolvente e capacidades pessoais do utente.

- Definir claramente objectivos terapêuticos e o seu seguimento pela determinação das principais acções resultantes da avaliação dos padrões desarmonia observados.
- Conhecer os aspectos práticos da prescrição terapêutica (nomeadamente os requisitos legais).
- Determinar as estratégias de tratamento adequadas a cada utente decorrentes do diagnóstico efectuado, do contexto individual, económico, social e cultural.
- Promover a qualidade de vida por meios naturais, biológicos e culturais tendo em vista o desenvolvimento integral da pessoa humana.
- Considerar e respeitar as opiniões e crenças dos próprios utentes no momento de apresentar as opções terapêuticas.
- Elucidar o utente relativamente à estratégia de tratamento escolhida e obter o seu empenhamento e consentimento a fim de garantir condições de eficácia do tratamento.
- Assumir um papel educativo frente ao utente fornecendo-lhe conselhos pertinentes sobre higiene de vida, estratégias de auto-cuidados e sobre os factores que contribuem para o sofrimento.
- Referenciar adequadamente o utente para outros profissionais sempre que o considere necessário.
- Organizar informação de modo a permitir a elaboração de planos de investigação.

3.4. Realizar o Tratamento em Fitoterapia

3.5.- O especialista em Fitoterapia utiliza o conhecimento dos efeitos terapêuticos das plantas e prescrições herbáticas ou vegetais para melhorar a dor, regular a função e tratar as desarmonias. Prepara os produtos fitoterápicos de acordo com a condição do paciente e requisitos legais. Identifica as indicações clínicas que sugerem a utilização de modalidades de tratamento alternativas ou complementares. Aconselha mudanças de hábitos e estilos de vida para melhorar a qualidade de vida e fazer a prevenção da saúde. Avalia a efectividade do tratamento fitoterápico.

3.4.1. Realizar o Tratamento

- Identificar claramente os fins terapêuticos do tratamento.
- Seleccionar os produtos, meios e métodos terapêuticos a utilizar e identificar contra-indicações tendo em consideração a avaliação e constituição do utente, idade, sexo, factores ambientais, morbidades, interacções, efeitos colaterais e perigos do uso abusivo dos medicamentos.
- Seleccionar o modo de administração, dosagem, frequência das sessões ou da toma, e duração do tratamento.
- Estabelecer um plano de seguimento.
- Reavaliar a precisão do diagnóstico e, se necessário, ajustar o plano global de tratamento.
- Avaliar, de modo sistemático, os resultados dos procedimentos diagnósticos habitualmente utilizados e conseguir diferenciar os resultados normais dos anormais (incluindo os resultantes do exame físico e clínicos auxiliares).
- Avaliar a efectividade do tratamento e dos auto-cuidados.
- Identificar contra-indicações para impedir efeitos nocivos de tratamento.
- Identificar efeitos não desejados do tratamento a fim de determinar estratégias de tratamento alternativas.
- Conhecer os aspectos específicos da prescrição em patologias recorrentes ou crónicas.
- Ajudar ao desenvolvimento de uma cura natural (baseado no estímulo das forças do organismo) e dum estado de saúde equilibrado no paciente e não apenas a uma melhoria dos sintomas.

3.5 Aplicar o Enquadramento Normativo no Quadro do Diagnóstico e do Tratamento

– O Fitoterapeuta compreende e cumpre as leis e as normas que governam a higiene e o controlo dos agentes patogénicos. Aplica as linhas directoras à manutenção dos registos dos utentes. Adere aos requisitos legais para relatar abuso conhecido ou suspeito de crianças, idosos ou dependentes, relativas à prática clínica segura e à ética e deontologia profissional.

4. Prestar Serviços Sociais

Promover uma melhor adaptação dos indivíduos, famílias e outros grupos ao meio social em que vivem, auxiliando-os na prevenção e resolução dos seus problemas de saúde através:

- do conhecimento sobre a melhor forma de utilizarem os seus recursos pessoais, naturais e sociais para o seu bem-estar físico, emocional, social e espiritual;
- da promoção de inter-relações, facilitando o desenvolvimento das relações interpessoais e em grupo, capacitando os indivíduos para assumirem novos papéis e estimulando novas formas de comunicação e expressão;

- da organização, promovendo a interacção entre cidadãos e organizações, accionando apoios com objectivos sociais e desenvolvendo a participação e a capacidade organizativa dos indivíduos e grupos.

5. Elaborar Comunicações Científicas e Relatórios

Dinamizar, organizar, participar em reuniões, congressos científicos e profissionais Apresentar comunicações científicas e elaborar relatórios no âmbito do exercício profissional da Fitoterapia.

6. Ensinar a Vários Graus de Ensino a Teoria e a Prática de Disciplinas

Ensinar, programar, definir métodos e técnicas pedagógicos, avaliar programas e progressos dos alunos na **formação curricular do Fitoterapeuta:**

7. Supervisionar Estagiários e Outros Trabalhadores

- Supervisionar e coordenar estagiários no âmbito da transmissão do ensino da arte de curar e promover a saúde.
- Supervisionar outros trabalhadores.

CTCTNC- DGS - 31de Março de 2008
O Representante da Fitoterapia

João Ribeiro Nunes
Herbologists-Fitoterapeuta

**Proposta alterada e apresentada em 31 de Março de 2008
Comissão Técnica Consultiva das Terapêuticas não Convencionais
Pelo Representante da Fitoterapia – João Ribeiro Nunes**

II PERFIL PROFISSIONAL DO FITOTERAPEUTA

| | |
|--|---|
| A – Actividades | <ol style="list-style-type: none"> 1. Efectuar estudos e pesquisas sobre conceitos, teorias e métodos 2. Promover a saúde e prevenir a doença 3- Ser Director Técnico, Assessor Técnico de Empresas, Centros Dietéticos, Lojas e Ervanárias, e outros Estabelecimentos de Comercialização de de Remédios/Medicamentos Fitoterápicos, Naturopáticos , Homeopáticos e Cosméticos e Alimentos Naturais Biológicos e similares. 4. Pôr em prática os conhecimentos obtidos no domínio das ciências da vida 5. Prestar serviços sociais 6. Elaborar comunicações científicas e relatórios 7. Direcção Técnica de Editoras, Revistas, e Publicações das Medicinas não Convencionais. 6. Ensinar a vários graus de ensino a teoria e a prática das disciplinas fitoterápicas 7. Supervisionar estudantes, estagiários e outros trabalhadores |
| B - Saber-fazer (conhecimentos técnico-profissional) | <ol style="list-style-type: none"> 1.Capacidade de realizar estudos e projectos de investigação 2.Capacidade de aplicar meios e métodos de prevenção e reabilitação 3. Capacidade de Exercer a Prática Clínica da Fitoterapia <ol style="list-style-type: none"> 3.1Capacidade de Avaliação do Utente <ul style="list-style-type: none"> • Capacidade de realizar a História clínica e avaliar a Condição Física, Emocional e Mental. • Capacidade de realizar o Exame Físico 3.2Capacidade de realizar o Diagnóstico 3.3Capacidade de estabelecer os Princípios e Estratégias Terapêuticas e de Realizar e Gerir o Plano de Tratamento 3.4. Capacidade de realizar o Tratamento 3.5 Capacidade de Aplicar o Enquadramento Normativo 3.6 Capacidade de passar Declarações e Atestados sobre o estado de saúde dos utentes. 4. Capacidade de intervenção social e comunitária relativa à prevenção e potencialização da saúde dos cidadãos 5. Capacidade elaborar comunicações científicas e relatórios 6. Capacidade de aplicar métodos e técnicas de ensino 7. Capacidade de orientar e avaliar estudantes e outros profissionais |
| C - Saber fazer social (competências sociais e relacionais) | <ol style="list-style-type: none"> 1. Capacidade de estabelecer e manter relações Profissionais 2. Capacidade de estabelecer e manter relações com a Sociedade e sistemas de prestação de cuidados de saúde. |
| D - Saber ser e | <ol style="list-style-type: none"> 1. Capacida |

| | |
|---------------------------------------|--|
| Saber aprender (capacidades pessoais) | <p>de desenvolver um comportamento profissional e ético</p> <p>2. Capacidade de desenvolver um pensamento crítico e de investigação</p> <p>3. Capacidade de manter uma competência ao longo da vida</p> <p>4. Capacidade de conceber um plano de desenvolvimento profissional contínuo</p> |
| E - Saber (conhecimentos teóricos) | <p>1. Conhecimento das Ciências Hipocráticas , Tradicionais e Fitoterápicas</p> <p>2. Conhecimento das Ciências Básicas</p> <p>3. Conhecimento das Ciências Clínicas</p> <p>4. Conhecimento da Ética e Deontologia Profissional (Código Deontológico e de Boas Práticas Clínicas)</p> |

Saberes Técnico-Profissionais do Fitoterapeuta

(Sabere -Fazer)

1. Capacidade de Realizar Estudos e Projectos de Investigação

- Planear e realizar projectos de investigação sobre a aplicação das teorias científicas, hipocráticas e tradicionais da Fitoterapia à prática clínica.
- Planear e realizar projectos de investigação sobre análise de casos clínicos.
- Desenvolver projectos e metodologias inovadoras de investigação sobre o aproveitamento de recursos Florísticos e Naturais de Portugal tendo por base as teorias tradicionais da Fitoterapia.
- Construir, validar e aplicar questionários no estudo dos efeitos da Fitoterapia para a saúde da população.
- Colaborar em estudos, pesquisas e projectos de investigação que promovam a relação entre Portugal e o Mundo Lusófono e resto do mundo Ocidental e Oriental.
- Realiza trabalhos de campo para estudo da Flora Medicinal, e do seu uso Tradicional (Etnofitoterapia e Etnobotânica) por parte das populações locais no Mundo Lusófono (em particular) e no Mundo (no geral).

2. Capacidade de Aplicar Meios e Métodos de Prevenção e Reabilitação

- Saber aplicar e transmitir os métodos de prevenção da doença e reabilitação da saúde próprios da Fitoterapia.
- Saber meios e métodos que promovam a modificação de atitudes e hábitos de vida nocivos à preservação da saúde.

3.Capacidade de Exercer a Prática Clínica da Fitoterapia

3.1.1. Realizar a História do Utente e Avaliar a Condição Física, Emocional e Mental.

- Avaliar as queixas presentes do utente através da recolha de informação relativa aos sintomas a fim de determinar a focalização do exame.
- Avaliar a condição geral do utente através do interrogatório sobre a sua história de saúde a fim de determinar os seus efeitos na queixa presente.
- Identificar o impacto dos factores emocionais, dos estados psíquicos, dos

aspectos espirituais e culturais significativos na vida do utente no desenvolvimento dos sintomas.

- Identificar os padrões de sono para determinar a sua causa e o seu efeito no desenvolvimento das síndromes.
- Recolher informação relativa à influência dos factores do meio-ambiente físico colocando questões relativas à exposição aos mesmos a fim de determinar o seu impacto no desenvolvimento das síndromes.
- Recolher informação relativamente à dieta avaliando os hábitos nutricionais a fim de determinar o seu contributo para o desenvolvimento das síndromes.
- Recolher informação acerca dos hábitos de vida, história e relações familiares e sobre os aspectos sociais, económicos e ocupacionais do utente para determinar o seu contributo para o desenvolvimento das síndromes.
- Avaliar a história dos sinais e sintomas de desequilíbrio dos sistemas: gastrointestinal, hepatobiliar, respiratório, ouvido, nariz e garganta, musculo - esquelético e conjuntivo, reprodutor, urinário, neurológico, psíquico, imunológico, metabólico e nutricional, cardiovascular, hematológico, oftalmológico, dermatológico.
- Avaliar a vitalidade do utente por observação directa e do seu comportamento

3.1.2. Realizar o Exame Físico.

- Avaliar pela palpação, exame das unhas, língua, pontos sensíveis corporais indicadores de perturbação
- Avaliar pelo exame reflexológico dos dentes, nariz, pele, da coluna: correspondências vertebrais.
- Avaliar a constituição pela observação das características físicas a fim de estabelecer associações com os sistemas e padrões funcionais.
- Avaliar as características da voz e da audição
- Avaliar a qualidade e amplitude dos movimentos.

3.1.3. Utilizar outros meios de Diagnóstico Naturais

- Prescrever ou avaliar o exame termográfico a fim de identificar alterações térmicas indicadoras de sinais de perturbação
- Prescrever ou avaliar o exame de campo escuro a fim de identificar alterações no sangue do utente
- Prescrever ou avaliar o exame iridiográfico a fim de identificar os sistemas mais debilitados, a constituição e a natureza da patologia e o seu estado de desenvolvimento.

3.1.3. Avaliar a Farmacologia e os Suplementos Dietéticos e Fitoterápicos

- Identificar e determinar o impacto da medicação farmacológica e dos suplementos dietéticos, remédios homeopáticos e dos fitoterápicos, prescritos por outros profissionais de saúde.
- Determinar os sistemas envolvidos pela acção dos agentes farmacológicos dos suplementos dietéticos e dos fitoterápicos.
- Identificar os efeitos e efeitos secundários dos produtos farmacêuticos e determinar as necessidades que advêm dos mesmos para a reavaliação do utente.

3.1.4. Prescrever e Ponderar os resultados dos Testes de Diagnóstico

- Prescrever ou Avaliar os resultados das análises laboratoriais considerando a amplitude de valores.
- Avaliar os resultados dos testes das imagens radiográficas, e outras, lendo o relatório para identificar patologias suspeitas.

- Avaliar os resultados dos testes de diagnóstico electrocardiográficos para identificar patologias potenciais ou anormalidades.
- Medir os sinais vitais para identificar os valores basais e as patologias.
- Executar a auscultação para identificar patologias cardiopulmonares ou abdominais.
- Executar a palpação corporal e abdominal para identificar a patologia dos órgãos.
- Executar o exame neurológico avaliando os reflexos e a sensação cutânea para identificar a patologia.

3.2.1. Formar uma Impressão de Diagnóstico em Fitoterapia

- Identificar as inter-relações dos sistemas afectados avaliando a fraqueza constitucional ou alterações resultantes da influência patogénica.
- Determinar os factores causais integrando a informação do diagnóstico para identificar a origem subjacente dos padrões de desarmonia.
- Integrar os sintomas dos sistemas fisiológicos para determinar a fase de progressão da doença.
- Identificar a severidade da condição pela avaliação do nível e movimento da penetração patogénica.
- Avaliar a informação recolhida a fim de determinar as interacções entre os padrões de saúde do utente e os factores etiológicos presentes.
- Integrar os resultados do diagnóstico a fim de formar uma impressão clínica que descreva a condição de saúde presente do utente e permita a definição das acções a tomar.

3.2.2. Distinguir entre Sintomas de Situações Comuns e Sintomas de Gravidade, Urgência e Emergência

- Identificar condições de risco de vida pela avaliação de sinais e sintomas que exijam tratamento médico urgente.
- Executar a ressuscitação cardiopulmonar administrando respirações e compressões torácicas para tratar utentes não responsivos.
- Responder a situações de urgência administrando os primeiros socorros a utentes em risco.
- Diferenciar sinais e sintomas potencialmente sérios (gravidade, urgência ou emergência) referentes a alterações gerais e a alterações dos sistemas.

3.3. Realizar e Gerir um Plano de Tratamento

3.3.1. Plano de Tratamento

- Seleccionar os princípios de tratamento específicos da Fitoterapia e a estrutura do mesmo de modo a administrá-los de um modo sistemático e seguro
- Determinar estratégias específicas de tratamento, e prescrições fitoterápicas e planos nutricionais - dietéticos apropriados, segundo o diagnóstico em Fitoterapia, avaliando os padrões de desarmonia e os factores que os determinam.
- Elaborar um plano terapêutico de acordo com os princípios e estratégias terapêuticas prevendo a interligação dos diferentes tratamentos nomeadamente da nutrição - dietética, da fitoterapia, dos auto-cuidados e do seu seguimento.
- Elaborar um plano terapêutico de acordo com os princípios e estratégias terapêuticas prevendo a interligação dos diferentes sistemas ou dos profissionais de saúde implicados na gestão da saúde do utente.
- Identificar e aconselhar o utente sobre estratégias de auto-cuidados e sobre os múltiplos factores que contribuem para a doença ou padrões de desequilíbrio observados e desenvolver estratégias específicas para a sua melhoria.

- Prever, na elaboração e gestão do plano terapêutico, estratégias que motivem a participação efectiva do utente no seu processo de cura.
- Preparar os registos da informação de modo a permitir a análise de casos clínicos e trabalhos epidemiológicos sobre as diferentes condições clínicas observadas.

3.4. Realizar o Tratamento de Fitoterapia

3.4.1. Identificar plantas medicinais ou remédios fitoactivos

- Identificar as características das plantas medicinais avaliando os seus constituintes, acções, indicações e as suas relações com os diferentes sistemas corporais, preparação e dosagem, para determinar o seu efeito terapêutico na condição do utente.
- Distinguir entre matérias médicas da mesma classe ou sistema pela identificação de características específicas a fim de diferenciar a sua eficácia em relação à condição do utente.
- Identificar as semelhanças entre as plantas medicinais tradicionais e a medicação Fitoterápica pela avaliação das propriedades terapêuticas a fim de potenciar o tratamento do utente.
- Identificar as contra-indicações das matérias médicas pela avaliação da constituição do utente, da sua vitalidade.

3.4.2 Identificar Fórmulas Tradicionais e de prescrição corrente

- Identificar características das fórmulas tradicionais avaliando os seus atributos, para determinar o seu efeito terapêutico.
- Distinguir entre matérias médicas e fórmulas da mesma classe ou sistema pela identificação de características específicas a fim de diferenciar a sua eficácia em relação à condição do utente.
- Interpretar a composição das fórmulas pela identificação das matérias médicas e constituintes a fim de estabelecer a hierarquia dos ingredientes, as suas funções principais de forma a permitir o seu ajustamento à condição do utente.
- Identificar as semelhanças entre as prescrições medicinais tradicionais e a medicação convencional pela avaliação das propriedades terapêuticas a fim de potenciar o tratamento do utente.
- Identificar as contra-indicações das matérias das fórmulas pela avaliação da constituição do utente, da sua condição física.

3.4.3 Prescrição e Administração de Remédios Fitoactivos e Fórmulas Tradicionais

- Prescrever remédios fitoactivos e fórmulas ajustando as suas indicações clínicas à condição do utente a fim de tratar a desarmonia e a patologia.
- Identificar a dosagem da prescrição de matéria médica pela avaliação da vitalidade e da constituição.
- Prever atempadamente a resposta do utente pela avaliação das alterações que apresenta a fim de determinar eventuais modificações na prescrição.
- Monitorizar os efeitos dos remédios fitoactivos e das fórmulas tradicionais quando combinados com a medicação convencional para determinar os efeitos secundários potenciais.
- Combinar plantas e fórmulas fitoactivas em proporções que estejam de acordo com a estratégia do tratamento e diagnóstico efectuado.
- Combinar remédios e fórmulas fitoactivas para resolver padrões complexos.

3.4.4. Executar ou Prescrever um Tratamento Auxiliar

- Executar tratamentos auxiliares que possam potenciar o efeito do tratamento do utente, como aplicação de compressas, unguentos, essências e tinturas galénicas ou vegetais.
- Recomendar terapias auxiliares que o utente pode implementar para acompanhar o tratamento, fitopunctura, massagens, fitomassagens, osmoseterapia, banhos, vapores.
- Recomendar alterações no estilo de vida que o utente pode implementar para restabelecer ou manter a saúde.
- Prescrever dietas, restrição ou modificação do padrão alimentar de acordo com a condição do utente, e alterações de estilos de vida prejudiciais.

3.5. Respeitar o Enquadramento Normativo

- Aplicar as directivas éticas e deontológicas constantes do Código Deontológico do Fitoterapeuta.
- Aplicar as precauções previstas no Código de Prática Segura do Fitoterapeuta.
- Aplicar as normas constantes das leis e regulamentações relativas ao exercício do Fitoterapeuta.

4. Capacidade de Intervenção Social e Comunitária Relativa à Prevenção e Potencialização da Saúde dos Cidadãos

- Capacidade de desenvolver acções de intervenção social no âmbito do abrangido pela sua prática clínica (ver saber-fazer social).

5. Capacidade de Elaborar Comunicações Científicas e Relatórios

- Elaborar comunicações científicas e relatórios no âmbito das teorias subjacentes à prática e ensino da Fitoterapia.
- Elaborar comunicações e relatórios clínicos no âmbito da prática profissional.
- Organizar e participar em reuniões científicas.

6. Capacidade de Aplicar Métodos e Técnicas de Ensino

- Preparar programas de áreas temáticas relativas à profissão de fitoterapeuta.
- Definir os métodos e técnicas pedagógicos a utilizar de acordo com os objectivos, os conteúdos programáticos e os destinatários.
- Desenvolver as áreas temáticas a ministrar.
- Avaliar programas e os progressos dos alunos ou formandos.
- Coordenar os estudantes e estagiários.

7. Capacidade de Orientar e Avaliar Estudantes e Outros Profissionais

- Dominar e aplicar os métodos técnicos pedagógicos de orientação e avaliação de estudantes e outros profissionais

II- PERFIL PROFISSIONAL DO FITOTERAPEUTA

C - Saberes-fazer Sociais

(Competências Sociais e Relacionais)

Relações Profissionais

Saber-fazer Social

O Fitoterapeuta deve ser capaz de:

- Contribuir para manter um bom ambiente de trabalho que promova os valores individuais e encoraje as interações significativas.
- Demonstrar respeito pelos indivíduos e reconhecer os seus direitos para tomarem as suas próprias decisões nos contextos das suas vidas.
- Respeitar especialmente os Artigos 34º e 35º do Código Deontológico do Fitoterapeuta na relação profissional com os colegas e outros profissionais de saúde.
- Mostrar disponibilidade e abertura relativamente aos colegas de trabalho para:
 - cooperar;
 - aceitar a perícia dos outros;
 - articular a sua participação pessoal com a dos outros nas respectivas acções.
- Demonstrar a sua capacidade para trabalhar eficazmente em equipa seja com os colegas de profissão seja com outros profissionais.
- Colaborar interdisciplinarmente com base no conhecimento e respeito pelos papéis dos outros profissionais de saúde.
- Respeitar especialmente os Artigos 24º, 27º e 30º do Código Deontológico do Fitoterapeuta na sua relação com os utentes.
- Envolver as famílias dos utentes bem como os outros prestadores de cuidados de saúde no planeamento global das acções terapêuticas.
- Comunicar eficazmente, tanto oralmente como por escrito, com os utentes e suas famílias, com os profissionais de saúde e com o público em geral, tanto individualmente como em grupo.
- Demonstrar compreender a importância da comunicação verbal e não verbal para obter ou transmitir informação.
- Utilizar a linguagem como instrumento que potencia o processo de cura do utente.
- Aconselhar os utentes com sensibilidade e de modo eficaz, prestar informação de modo a garantir que os utentes e famílias estejam devidamente elucidados no momento de autorizar qualquer procedimento.
- Adaptar a comunicação para com os utentes de acordo com as características pessoais, sociais, culturais ou étnicas para além das respectivas incapacidades.
- Lidar adequadamente com as queixas dos utentes.

II- PERFIL PROFISSIONAL DO FITOTERAPEUTA

C - Saberes-Fazer Sociais

(Competências Sociais e Relacionais) (*continuação*)

Relação com a Sociedade e Sistema de Prestação de Cuidados de Saúde

O Fitoterapeuta deve ser capaz de:

- Interagir com os diferentes sectores do Serviço Social e do Sistema de Cuidados de Saúde.
- Respeitar o Artigo 36º do Código Deontológico do Fitoterapeuta na sua relação com os estabelecimentos de cuidados de saúde.
- Respeitar o Artigo 32º do Código Deontológico do Fitoterapeuta na sua relação com a Associação Profissional a que pertence.
- Respeitar o Artigo 31º do Código Deontológico do Fitoterapeuta relativamente aos aspectos financeiros.

II- PERFIL PROFISSIONAL DO FITOTERAPEUTA

D - Saber-Ser e Saber-Aprender**(Capacidades Pessoais)**

O Fitoterapeuta deve ser capaz de:

- Respeitar todo o ser humano independentemente do sexo, da raça, da doença, da idade, da orientação sexual, da religião, da cultura ou da classe socioeconómica do utente.
- Respeitar os valores da comunidade, incluindo a valorização da diversidade das características humanas e valores culturais.
- Prestar cuidados de saúde da mais alta qualidade com paciência, bondade, generosidade, humildade, delicadeza, entrega, tolerância, sinceridade, integridade, honestidade, empatia e compaixão independentemente da doença, prognóstico, idade, género, orientação sexual, etnia, religião, cultura ou classe socioeconómica do utente.
- Responsabilizar-se pessoalmente pelo tratamento do utente.
- Manifestar assiduidade e pontualidade.
- Manter a estabilidade emocional necessária para o exercício profissional.
- Empenhar-se no alívio da dor e sofrimento
- Demonstrar a capacidade de auto-reflexão particularmente no que respeita aos atributos profissionais bem como no controlo das ideias, sentimentos e reacções pessoais perante o sofrimento e a doença.
- Demonstrar competência no que respeita ao raciocínio clínico mediante capacidade para:
 - reconhecer, definir e estabelecer prioridades relativamente aos problemas;
 - analisar, interpretar, avaliar objectivamente e estabelecer prioridade no que se refere à informação, reconhecendo os seus limites;
 - reconhecer os limites do conhecimento e a importância da hierarquização dos problemas no exercício profissional
- Adaptar, adequar e aplicar os conhecimentos adquiridos a novas situações.
- Compreender a influência de factores como a complexidade, incerteza e probabilidade nas decisões da prática clínica.
- Reconhecer os riscos do exercício da profissão, a importância da própria saúde e o efeito desta na capacidade para exercer uma prática segura e eficiente
- Empenhar-se em defender os valores profissionais.
- Demonstrar uma boa compreensão dos aspectos relacionados com a gestão do tempo e dos recursos.
- Lidar com a incerteza e saber trabalhar num contexto permanentemente em mudança.
- Envolver-se com sucesso na auto-aprendizagem, identificar e demonstrar estratégias para atingir os objectivos da aprendizagem ao longo da vida.

II- PERFIL PROFISSIONAL DO FITOTERAPEUTA**D - Saber-Ser e Saber-Aprender****(Capacidades Pessoais) - (continuação)**

- Identificar as próprias necessidades de aprendizagem, assumir a responsabilidade pela formação contínua e demonstrar iniciativa. Para tal devendo ser receptivo ao *chamamento* e críticas bem como demonstrar compreender os seus pontos fortes, vulnerabilidades pessoais e áreas que necessitam ser aperfeiçoadas.
- Demonstrar uma atitude pró-activa no que respeita à procura de informação relevante do ponto de vista profissional, a partir da literatura, de contactos ou de

outras fontes, e à avaliação dessa mesma informação e à sua transmissão a terceiros.

II- PERFIL PROFISSIONAL DO FITOTERAPEUTA

E - Saberes Teóricos

(Conhecimentos)

Este grupo refere-se a um corpo de saberes teóricos que se traduzem essencialmente nas Teorias Hipocráticas e Tradicionais da Fitoterapia, das Ciências Básicas, das Ciências Clínicas, e dos saberes constantes do Código Deontológico e da Prática Segura da Fitoterapia.

1. Saberes Tradicionais da Fitoterapia ou da Medicina Herbática

Saberes relativos à Matéria Médica

Ser capaz de:

- Conhecer a taxonomia e morfologia das plantas medicinais.
- Saber como reconhecer e identificar um vasta gama de plantas medicinais quer vivas quer secas.
- Saber usar o material de referência botânica (Herbários).
- Classificar plantas de acordo com as suas acções e saber relacionar a acção de uma planta individual com as suas indicações no tratamento
- Conhecer as acções farmacológicas das plantas medicinais no corpo na saúde e na doença e que tecidos específicos, órgãos e sistemas fisiológicos são afectados pela administração de uma dada planta medicinal.
- Conhecer a influência dos remédios fitoterápicos nos aspectos psico-sociais do utente
- As vantagens do uso de extractos de plantas completas “totum vegetal”, extractos padrão e plantas isoladas nos tratamentos.
- Conhecer a dosagem para uma vasta gama de plantas medicinais
- Conhecer as contra-indicações e incompatibilidades de uma gama alargada de plantas medicinais
- Conhecer o papel da racionalidade, intuição e experiência na prescrição do tratamento fitoterápico.
- Conhecer os méritos relativos das prescrições herbáticas simples e / ou compostas
- Conhecer a discussão relativa à utilização de remédios herbáticos locais /nacionais) versus estrangeiros
- Conhecer os dados sobre a conservação na medida em que têm implicações na medicina fitoterápica ou herbática.
- Conhecer as vantagens das plantas orgânicas e selvagens

Saberes relativos à Terapêutica Fitoterápica

Ser capaz de:

- Saber como se determina uma estratégia específica de tratamento, se selecciona prescrições herbáticas apropriadas e planos nutricional - dietéticos para uma série vasta de condições atendendo ao padrão de desarmonia particular do utente.
- Saber como seleccionar para qualquer cenário particular ou condição um leque de fórmulas á base de Plantas possíveis e as diferenças na abordagem em cada caso.
- Saber como adaptar a prescrição de modo apropriado para responder às alterações das condições durante o processo de tratamento individual
- Saber como reconhecer e lidar com reacções adversas

- Conhecer os factores envolvidos no prognóstico
- Conhecer os factores envolvidos na selecção apropriada das dosagens das plantas e dos tratamentos para os indivíduos e condições particulares, incluindo dosagens para os idosos, crianças e bebés e as contra-indicações na gravidez

2. Saberes das Ciências Básicas – Ciências Médicas e Auxiliares

Ser capaz de:

- Conhecer, compreender e descrever a estrutura normal e as funções dos diferentes sistemas do corpo humano.
- Conhecer, compreender e descrever os mecanismos moleculares, celulares, bioquímicos e fisiológicos que mantêm a homeostase do corpo humano.
- Conhecer, compreender e discutir as determinantes e os factores de risco mais importantes para o equilíbrio do ser humano com o ambiente.
- Conhecer, compreender e discutir as fases normais do desenvolvimento e os efeitos do crescimento e envelhecimento no indivíduo, na família e na comunidade.
- Conhecer, compreender e interpretar o desenvolvimento psicológico normal e os principais riscos da sua perturbação ao longo da vida
- Conhecer e explicar os princípios, meios e métodos de prevenção e cuidados de saúde ao longo da vida.
- Conhecer e compreender as técnicas de investigação incluindo: planos experimentais para avaliar e analisar relações causais e relacionais entre variáveis e os métodos estatísticos apropriados para avaliar a significância dos resultados encontrados.
- Conhecer e saber como se interpretam os resultados dos processos de investigação.

Saberes das Ciências da Nutrição / Bromatologia

Ser capaz de:

- Conhecer as características e funções dos polisacáridos, proteínas, enzimas, ácidos nucleicos e lípidos. A natureza e importância dos aminoácidos essenciais e dos ácidos gordos na dieta.
- Conhecer as vias metabólicas do catabolismo dos alimentos
- Conhecer o valor energético dos alimentos.
- Conhecer a importância dos sistemas fisiológicos na Nutrição/bromatologia
- Conhecer os termos usados na dietética ocidental:
 - RDA, RDI, DRV, EAR, LRNI, RNI, tomas seguras,
 - BMR, BMI, PAL e bio-avaliabilidade.
- Documentos governamentais sobre dieta e nutrição. Métodos para avaliação da nutrição bioquímica e clínica.
- Conhecer a natureza, ocorrência, papel e efeitos da deficiência de micronutrientes, oligoelementos, minerais e vitaminas.
- Conhecer a nutrição ao nível celular: A importância da fibra e água na dieta.
- Conhecer os efeitos das drogas, álcool, tabaco, e aditivos alimentares na saúde.
- Conhecer e avaliar as metodologias da dieta como dieta para perda de peso e registos de porções (portions), questionários, e rastreios, tabelas de alimentos.
- Conhecer a dieta como cultura de prevenção e cozinha.
- Conhecer os tipos de alimento, preparação, armazenamento.
- Conhecer os efeitos do envolvimento, da idade, do trabalho na Nutrição

- Conhecer as filosofias da nutrição: Científica Ocidental, naturopática, macrobiótica, vegetariana, lacto-ovo-vegetariana, frutívora, crudívora, mitoigada, mediterrânica.
- medicina tradicional Lusófona, Chinesa, Tibetana, Árabe, Hebraica, Aiurvédica, etc.
- Conhecer as dietas para casos individuais específicos

Saberes sobre a Química e a Farmacologia Vegetal

Ser capaz de:

- Conhecer a natureza e as propriedades dos compostos fitoquímicos
- Conhecer os procedimentos dos testes de identificação química
- Conhecer o valor e utilização dos testes de identificação e das técnicas de separação
- Conhecer os efeitos farmacológicos dos maiores grupos de compostos das plantas
- Conhecer o modo de acção das plantas medicinais comuns
- Conhecer as limitações da bioquímica das plantas como um modelo explanatório para a acção das plantas
- Conhecer como tratar a recolha da informação sobre a investigação e a informação regular sobre a bioquímica da planta e a fito-farmacognósia.

3. Saberes das Ciências Clínicas Convencionais (Conhecimentos Gerais)

Ser capaz de:

- Descrever as técnicas de diagnóstico comuns e as suas aplicações clínicas na prática médica convencional e perceber o seu significado clínico na prática da Fitoterapia.
- Discutir a distribuição das doenças na comunidade e a abordagem à prevenção do ponto de vista holístico e ortodoxo.
- Explicar o modo como a estrutura e a função dos tecidos pode mudar e produzir alterações genéticas, irregularidades no crescimento celular, lesão dos tecidos, inflamação e reconstituição.
- Descrever as respostas nervosas, endócrinas e metabólicas gerais ao envelhecimento, ao stresse e à lesão dos tecidos.
- Descrever os princípios da infecção e o modo como as alterações das defesas naturais e adquiridas (imunidade) podem levar à doença.
- Discutir as consequências das alterações na circulação resultantes do estreitamento e obstrução dos vasos, do excesso e da perda de fluidos e de falhas orgânicas.
- Descrever as doenças orientando o seu conhecimento e compreensão para o diagnóstico diferencial dos sinais e sintomas típicos que afectam os sistemas de protecção e de suporte do corpo (pele, articulações e ossos); os sistemas de controlo (sistema nervoso e endócrino) e os sistemas de manutenção (cardiovascular, respiratório, gastrointestinal e urinário).
- Conhecer e explicar a etiopatogenia das principais doenças agudas e crónicas.
- Conhecer a metodologia para a elaboração de histórias clínicas.
- Saber como realizar o exame clínico dos sistemas corporais mais importantes
- Conhecer o modo como se interpretam os dados laboratoriais patológicos básicos.

- Conhecer as acções mais importantes e os efeitos secundários das classes mais importantes de medicamentos convencionais e onde encontrar informação sobre os mesmos (Simpósio Terapêutico etc.).
- Reconhecer sinais e sintomas potencialmente sérios (situações de gravidade, urgência e emergência) e saber quando enviar os utentes para os praticantes da medicina convencional.
- Explicar os objectivos, a organização e o funcionamento do Sistema Nacional de Saúde e os principais projectos em desenvolvimento.
- Compreender as principais questões éticas e deontológicas que se colocam à prática clínica do profissional de Fitoterapia
- Compreender as questões psicodinâmicas e físicas da relação terapêutica e o seu modo de gestão.
- Compreender as determinantes importantes da saúde e os factores que influenciam a doença e a prestação de cuidados clínicos, nomeadamente de ordem pessoal, biológica, psicológica, espiritual, ambiental, social, económica e cultural.
- Explicar a distribuição das doenças na comunidade, sobretudo em Portugal e a abordagem à sua prevenção do ponto de vista convencional e holístico.
- Analisar a prevalência e a incidência das doenças durante os ciclos anuais e de vida (ciclos biológicos) e as abordagens sistemáticas que possam ser usadas para as prevenir ou modificar.
- Compreender sinais e sintomas de padrões disfuncionais ao nível das relações familiares e sociais (abuso, violência, adição etc).

4. Saberes relativos ao enquadramento normativo

- previstas no Código de Prática Segura do Fitoterapeuta.
- Conhecer as Normas constantes das Leis e Regulamentações relativas ao Conhecer as directivas éticas e deontológicas constantes no Código Deontológico.
- Conhecer as precauções no exercício da Fitoterapia