

Perfil das publicações sobre a prática do Lian Gong na área da saúde

Profile of publications on the practice of Lian Gong in health

Adenusca Suérica Alencar de Sousa

Enfermeira. Especialista em Saúde Coletiva pela Faculdade Santa Maria, Cajazeiras, Paraíba, Brasil. E-mail: adenusca.ac@hotmail.com

Fernanda Leite Dias

Enfermeira. Especialista em Saúde Coletiva pela Faculdade Santa Maria, Cajazeiras, Paraíba, Brasil. E-mail: fernandasjp@hotmail.com

Ankilma do Nascimento Andrade Feitosa

Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Doutora em Ciências pela Faculdade de Medicina do ABC, Santo André, SP; Docente na Faculdade Santa Maria, Cajazeira, Paraíba, Brasil. E-mail: ankilmar@hotmail.com

Elisângela Vilar de Assis

Fisioterapeuta. Mestre em Nutrição e Doutora em Ciências pela Faculdade de Medicina do ABC, Santo André, SP; Docente na Faculdade Santa Maria, Cajazeiras, Paraíba, Brasil. E-mail: ely.vilar@hotmail.com

Milena Nunes Alves de Sousa

Enfermeira. Mestre em Ciências da Saúde, Doutora e Pós-Doutora em Promoção de Saúde. Pós-Doutoranda em Promoção de Saúde pela Universidade de Franca, Franca, São Paulo, Brasil. Docente do Curso de Medicina das Faculdades Integradas de Patos, Patos, Paraíba, Brasil. E-mail: minualsa@hotmail.com

Resumo: O Lian Gong (LG) é uma técnica tradicional chinesa composta por exercícios corporais que buscam treinar o corpo restaurando sua vitalidade. Pelas suas especificidades e considerando que, atualmente, tem-se investido em práticas alternativas para a manutenção da saúde de grupos populacionais. Assim objetivou-se analisar na produção científica nacional e internacional a aplicabilidade do LG na área da saúde. Para tanto, foi realizada uma investigação de caráter exploratório bibliográfico, a partir do método de uma revisão integrativa da literatura, partindo-se da definição do tema e da pergunta norteadora, seguido por seleção das bases de dados (Scientific Electronic Library, Banco de Dados de Enfermagem, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e outras); posteriormente foram elencados os critérios de inclusão e exclusão e após obtenção dos artigos, estes foram analisados e categorizados. A amostra foi composta por oito artigos os quais contemplaram duas categorias: Os efeitos da prática do LG na qualidade de vida dos grupos praticantes; e Reflexões sobre a aplicabilidade do LG na prevenção de distúrbios osteomusculares no universo laboral. O ano de 2013 destacou-se com o maior número de publicações, sendo a aplicabilidade da prática mais constante na população idosa, o que demonstrou considerável melhora na qualidade de vida deste grupo populacional em crescimento.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde; Medicina Tradicional Chinesa; Terapias Complementares

Abstract: Lian Gong is a traditional Chinese technique consisting of physical exercises that seek to train the body restore its vitality. Due to its specificities and considering that currently has invested in alternative practices for maintaining the health of populations, aimed with this article analyze the national and international scientific production, the applicability of Lian Gong in 18 therapies in the area of health. For this purpose, a bibliographic exploratory research was conducted by the method of integrative literature review, starting from the theme definition and the guiding question, followed by selection of databases (Scientific Electronic Library Database Nursing, Latin American and Caribbean Health Sciences and others); They were later listed the inclusion and exclusion criteria and after obtaining the articles, these were analyzed and categorized. The sample consisted of eight articles which contemplated two categories: The effects of Lian Gong practice in quality of life of these groups; and reflections on the applicability of Lian Gong in preventing musculoskeletal disorders in the working world. The year 2013 stood out with the highest number of publications, and the applicability of the most constant practice in the elderly population, which has shown considerable improvement in the quality of life of this group growing. Finally, our findings point to a new alternative in health promotion and disease prevention in primary care.

Key words: Primary Health Care; Medicine, Chinese Traditional; Complementary Therapies.

INTRODUÇÃO

A partir da implantação do Sistema Único de Saúde (SUS), a atenção primária sofreu profundas modificações no que diz respeito ao processo assistencial, influenciando desta forma, as práticas terapêuticas. Neste sentido, surge a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC-SUS) por meio das portarias ministeriais nº 971 de 3 de maio de 2006 e nº 1.600 de 17 de julho de 2006, visando à promoção de uma nova dinâmica na oferta dos serviços e ações de saúde (BRASIL, 2006; MOREIRA et al., 2011).

Nessa seara, vem se destacando a prática do *Lian Gong* (LG) por ser um método que exige pouca tecnologia para sua execução, e de fácil aplicabilidade (MOREIRA et al., 2013). A terminologia significa trabalho persistente de treinar e exercitar o corpo, fundamentada nos princípios da Medicina Tradicional Chinesa, desenvolvida pelo médico ortopedista e traumatologista ZhuangYuen Ming em 1974 em Xangai, e trazida ao Brasil em 1987 pela professora de Filosofia e de Artes Corporais Chinesas Maria Lúcia Lee (MOREIRA et al., 2011; SOUZA et al., 2010).

O LG é composto por três séries de 18 exercícios cada, sendo a primeira previne e trata dores no pescoço, ombros, costas superiores, região lombar e membros inferiores (*Lian Gong QianShi Ba Fa*); a segunda envolve articulações, tendões e órgãos internos (*Lian Gong HouShi Ba Fa*) e a terceira atua nos distúrbios das vias respiratórias e cardiovasculares (*Lian Gong Shi Ba FaXu Ji*) totalizando 54 exercícios (MOREIRA et al., 2013).

Os movimentos são de fácil assimilação, com duração de 12 minutos, executados em pé e acompanhados de uma música exclusiva, onde o arranjo determina o ritmo apropriado para execução dos movimentos, sendo tocada com instrumentos chineses tradicionais. Dispensa o uso de roupas especiais para sua prática, sendo caracterizada como uma atividade de promoção da saúde, na medida em que garante o desenvolvimento das habilidades pessoais; o relacionamento interpessoal; o alongamento e relaxamento de todo o corpo; melhora do condicionamento físico e mental; e a qualidade de vida (SILVA; PÁSZTOR, 2008; MOREIRA et al., 2013).

Cordeiro et al. (2015) observaram, a partir de estudo de caráter quantitativo, do tipo intervenção, com servidores de uma universidade no estado da Paraíba, redução estatisticamente significativa nos parâmetros clínicos analisados, a saber: redução na frequência cardíaca, na pressão arterial sistólica e diastólica, reduções do peso global, pulsação periférica, frequência respiratória, bem como aumento no nível de saturação de oxigênio após a intervenção terapêutica com o LG.

Pelas proposituras e entendendo o método como de importante impacto sobre a saúde física e mental dos indivíduos, com implicações positivas sobre sua qualidade de vida, o presente trabalho objetivou-se analisar na literatura nacional e internacional a aplicabilidade do LG no âmbito da saúde.

MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa é fruto de uma revisão integrativa da literatura, que consiste na investigação e no levantamento

de evidências por meio da síntese de estudos diversos, permitindo uma profunda compreensão a respeito de uma intervenção específica, que pode apresentar resultados conflitantes ou coincidentes. Sendo necessário seguir um padrão metodológico rigoroso com clareza na descrição dos resultados, de modo que sejam perceptíveis ao leitor as reais características dos estudos analisados (MENDES et al., 2008).

O desenvolvimento da pesquisa foi realizado em etapas, iniciando pela definição do tema: Perfil das publicações sobre a prática do LG na área da saúde; estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; seleção das bases de dados nacionais e internacionais e busca das produções científicas; análise dos dados obtidos após apreciação das publicações; discussão dos resultados compilados e posteriormente a síntese do conhecimento.

Serviram como fontes de consulta as bases de dados PubMed, *Scientific Electronic Library* (SciELO), Banco de Dados de Enfermagem (BDENF), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE). Nestas bases, deu-se a busca de artigos publicados em periódicos que abordassem a prática do *Lian Gong*, utilizando os seguintes descritores associados em Ciências da Saúde (DeCS): “Saúde do Trabalhador” [and] “Medicina Tradicional Chinesa” [and] “Transtorno Traumático Cumulativo” [and] “Terapia Ocupacional” e a palavra-chave *Lian Gong*, não encontrando nenhuma publicação, no entanto, quando utilizada isoladamente foram encontrados 72 artigos.

Posteriormente foram aplicados os critérios de inclusão: artigo disponível na íntegra, publicado entre os anos 2009 e 2014, de acesso livre e gratuito, apresentando o termo *Lian Gong* no título, excluindo publicações repetidas, trabalhos disponibilizados somente em forma de resumo e artigos cujos temas não eram pertinentes ao estudo, além de teses, monografias e dissertações. Foram filtrados oito artigos, organizados por título, ano de publicação, natureza do trabalho e escopo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após leitura aprofundada de cada produção, foram identificados dois (25%) artigos cujo título refere-se à intervenção do LG em pacientes hipertensos em Unidades Básicas; dois (25%) referentes à avaliação funcional dos participantes mediante a prática do LG; dois (25%) com foco na prevenção de distúrbios osteomusculares; um (12,5%) sobre a autopercepção dos usuários na prática do LG e um (12,5%) sobre a experiência de inserção do método na Estratégia de Saúde da Família conforme Quadro 1.

Em relação ao escopo do estudo identificaram-se oito objetivos distintos, em que o artigo de Santos et al. (2014) se referiu à percepção dos usuários na prática do LG; Moreira et al. (2013) relataram a experiência de acadêmicos de enfermagem na elaboração de um projeto para inserção do LG na rotina de trabalhadores; Andrade et al. (2012) buscaram disponibilizar opções de promoção, prevenção e outras terapêuticas aos usuários do SUS; Leão et al. (2013) propôs avaliar a saúde física, o perfil social, demográfico e a qualidade de vida em praticantes do LG; Nascimento et al. (2012) propôs identificar os

efeitos em hipertensos; Silva et al. (2012) buscaram realizar intervenção nutricional associada à prática do LG; Livramento et al. (2010) procuraram enfatizar o papel do *Qi Gong* (prática de exercícios milenar usada para nutrir, estimular e canalizar a energia no organismo) na prevenção de Lesões por Esforços Repetitivos e Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (LER/DORT) e, por fim, Nunes e Santos (2009) buscaram avaliar o impacto da atividade física na capacidade funcional dos idosos.

No que concerne a natureza da pesquisa constatou-se duas (25%) produções de caráter qualitativo; duas (25%) de natureza quali-quantitativa; uma (12,5%) análise comparativa; um (12,5%) relato de experiência;

um (12,5%) estudo de intervenção e um (12,5%) ensaio teórico. Mediante o exposto observou-se predominância de publicações qualitativas, visto que este método enfatiza a percepção dos sujeitos, dando ênfase à subjetividade (SANTOS et al., 2014).

No tocante ao período de publicação predominou o ano de 2013 com três (37,5%) artigos; seguido por dois (25%) do ano de 2012; um (12,5%) do ano de 2014; um (12,5%) de 2010 e um (12,5%) de 2009. Ainda no que tange ao recorte temporal pode-se considerar que os estudos sobre o LG são recentes na literatura, visto que o intervalo está entre os anos de 2009 e 2014, com ênfase para o ano de 2013, apesar de haver um decréscimo nos anos seguintes.

Quadro 1. Bibliografia nacional e internacional sobre a aplicabilidade da técnica *Lian Gong* em terapias na área da saúde no período de 2009 à 2014.

Título	Objetivo	Metodologia	Citação
Percepção dos usuários de um centro de saúde acerca de sua participação no grupo de ginástica chinesa – <i>Lian Gong</i> : uma análise compreensiva.	Compreender os significados da prática do <i>Lian Gong</i> para os participantes do grupo de ginástica chinesa do Centro de Saúde São Paulo de Belo Horizonte, Minas Gerais.	Pesquisa qualitativa, com enfoque fenomenológico.	SANTOS et al. (2014)
<i>Lian Gong</i> em 18 terapias: uma proposta para prevenir os Transtornos Traumáticos Cumulativos.	Divulgar a aplicabilidade das práticas integrativas/complementares no campo da saúde do trabalhador, através da elaboração de uma proposta de extensão universitária de natureza terapêutica corporal chinesa.	Relato de experiência de caráter descritivo.	MOREIRA et al. (2013)
Experiência da inserção do <i>Lian Gong</i> na Estratégia Saúde da Família de Samambaia – Distrito Federal	Fomentar o incremento de abordagens em saúde e tornar disponíveis opções promocionais, preventivas e terapêuticas diversas da biomedicina aos usuários do SUS.	Estudo quali-quantitativo, prospectivo, por amostragem de conveniência.	ANDRADE et al. (2012)
Avaliação da saúde física em usuários praticantes de <i>Lian Gong</i> em 18 terapias em uma estratégia saúde da família do Distrito Federal-DF	Avaliar a saúde física de usuários praticantes de <i>Lian Gong</i> em 18 terapias em uma Unidade da Estratégia Saúde da Família do Distrito Federal-DF, além de descrever seu perfil sociodemográfico e avaliar o impacto dessa prática em sua qualidade de vida.	Trata-se de um estudo prospectivo, quali-quantitativo.	LEÃO et al. (2013)
Os efeitos do <i>Lian Gong</i> em hipertensos assistidos em Unidade de Saúde da Família do município de Parnaíba, Piauí.	Conhecer os efeitos do <i>Lian Gong</i> em uma população de hipertensos usuários de uma Unidade Saúde da Família (USF)	Estudo qualitativo e descritivo.	NASCIMENTO et al. (2012)
Intervenção nutricional integrada à prática de <i>Lian Gong</i> em usuários hipertensos de uma Unidade Básica de Saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais.	Realizar intervenção nutricional integrada à prática de atividade física com usuários hipertensos que praticam <i>Lian Gong</i> em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de Belo Horizonte.	Trata-se de um estudo de intervenção, desenvolvido com participantes do grupo de <i>Lian Gong</i> de uma UBS de Belo Horizonte, Minas Gerais.	SILVA et al. (2012)
A ginástica terapêutica e preventiva chinesa <i>Lian Gong/Qi Gong</i> como um dos instrumentos na prevenção e reabilitação da LER/DORT.	Trazer elementos para esta compreensão, elucidando que a prevenção da LER/DORT precisa se dar em vários planos e que o <i>Qi Gong</i> pode ter um papel fundamental para trabalhar o plano do indivíduo.	Ensaio teórico.	LIVRAMENTO et al. (2010)
Avaliação funcional de idosos em três programas de atividade física: caminhada, hidroginástica e <i>Lian Gong</i> .	Avaliar o impacto na capacidade funcional de idosos de diferentes programas de atividade física.	Análise comparativa de um programa de Hidroginástica, de Caminhada e o <i>Lian Gong</i> , através da bateria de testes de Fullerton.	NUNES; SANTOS (2009)

Analisando os sujeitos envolvidos, prevaleceram os usuários idosos com seis (75%) estudos; seguido pela aplicabilidade do método à saúde do trabalhador com dois (25%) artigos. O estudo evidencia uma tendência à prática do LG pela população idosa, o que pode estar relacionado à necessidade de ofertar meios que favoreçam um envelhecimento saudável a este público em constante ascensão.

Com base na tentativa de atender as necessidades humanas e trazer uma nova conjuntura aos serviços ofertados pelas unidades de saúde, surge o LG, uma prática da Medicina Tradicional Chinesa implantada por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC-SUS) (DIAS, 2013; SOUSA, 2013).

O LG vem se expandindo no Brasil como uma nova modalidade terapêutica que favorece a saúde física e mental dos praticantes, por meio de exercícios que melhoram o equilíbrio e a coordenação motora, tonificam os músculos, aumentam a amplitude do movimento, proporcionam um profundo bem estar e o autoconhecimento corporal (MOREIRA et al., 2011).

A prática do LG permite recuperar e preservar o estado fisiológico do corpo, fortalecendo os membros, o bom funcionamento dos órgãos e retardando o envelhecimento. Além disso, promove a integração social e o convívio na esfera coletiva, e na esfera individual proporciona a melhora da autoestima, a “alegria de viver”, diminuindo a ansiedade e a depressão (SANTOS et al., 2014; SILVA et al., 2012).

Vislumbrando-se a utilização do LG como prática preventiva e terapêutica, pode-se inferir que esta atividade rompe os paradigmas dos tratamentos convencionais, à medida que combate o uso abusivo da terapêutica medicamentosa e, com isso, vem ganhando espaço nos serviços de atenção primária à saúde.

Com base no exposto, e após leitura aprofundada das publicações identificou-se seis artigos (75%) que fazem menção a categoria 1, a saber (ANDRADE et al., 2012; LEÃO et al., 2013; NASCIMENTO et al., 2012; NUNES; SANTOS, 2009; SANTOS et al. 2014; SILVA et al., 2012).

Santos et al. (2014) que buscaram compreender o significado da prática do LG em um grupo de idosos no Centro de Saúde São Paulo em Belo Horizonte, observaram um favorecimento na concepção do processo de envelhecimento por parte dos idosos que desenvolviam a atividade física, ampliando as possibilidades de um envelhecer mais tranquilo.

Reafirmando os achados supracitados, Andrade et al. (2012) asseveram que a prática rotineira da técnica chinesa proporciona melhora significativa nos aspectos físicos dos praticantes, acrescido a baixo custo, fácil assimilação e aceitação.

Leão et al. (2013) reforçam o entendimento de que as práticas alternativas, em especial o LG gera um alto impacto na qualidade de vida dos indivíduos, contemplando-o de forma holística. No discurso de Silva et al. (2012) fica evidente os benefícios da atividade em questão, frente a mudança dos hábitos alimentares e posterior redução de complicações metabólicas, onde estas influenciam significativamente na qualidade de vida dos que praticaram os exercícios.

Esses resultados diferem, em partes, aos achados de Nascimento et al. (2012), que sugere associar o LG aos

demais recursos convencionais, tendo em vista as limitações referentes a sua prática, assim como todo procedimento terapêutico. No estudo de Nunes e Santos (2009) foi evidenciado que a prática de caminhadas e hidroginástica produzem um melhor efeito na capacidade motora do idoso se comparado ao método do LG.

Após análise das publicações, foram evidenciados dois estudos (25%) referentes à prática do LG e o universo laboral, a saber (LIVRAMENTO et al. 2010; MOREIRA et al., 2013):

Partindo da premissa de que o desequilíbrio do corpo e da mente em consonância com o ambiente de trabalho inapropriado compromete o funcionamento do organismo, a prática do LG vem sendo implementada na rotina laboral com o intuito de tratar e prevenir os distúrbios osteomusculares (MOREIRA et al., 2011).

Com vistas ao novo modelo do mercado industrial, há uma maior exigência no tocante à produtividade e o cumprimento de metas, expondo os trabalhadores a um acentuado ritmo de trabalho e inúmeros riscos de desenvolvimento das doenças ocupacionais (DIAS, 2013). Sousa (2013) e Moreira et al. (2011) acrescentam que a execução do LG pelos trabalhadores influencia estes, a assumirem uma postura de participação ativa e responsável na promoção e recuperação da própria saúde.

Sob este prisma, Livramento et al. (2010) destaca a necessidade de adicionar aos hábitos laborais, abordagens terapêuticas que favoreçam mudanças expressivas na conjuntura trabalho e saúde. Adicionalmente, Moreira et al. (2013) ressaltam a importância da implementação de práticas como o LG no cotidiano dos trabalhadores, visto que influenciam diretamente nos determinantes de saúde, aliados ao bem estar físico e mental daqueles que o praticam.

Em se tratando da temática LG é notória a necessidade de novas publicações no meio científico sobre os seus efeitos e aplicabilidade, tendo em vista que uma das dificuldades na realização deste estudo tratou-se da escassez de produções que se enquadrasse no objetivo proposto.

CONCLUSÃO

Os dados apontam que o maior número de publicações ocorreu no ano de 2013, prevalecendo à abordagem qualitativa como recurso metodológico, tendo como público alvo a população idosa, seguido de trabalhadores em geral. Da análise dos artigos emergiram as categorias: os efeitos da prática do LG na qualidade de vida dos grupos praticantes; reflexões sobre a aplicabilidade da técnica na prevenção de distúrbios osteomusculares no universo laboral.

Os resultados demonstram que a maioria das produções evidenciou os benefícios oriundos à prática do LG nos grupos adeptos aos exercícios, o que pode ser um indicativo da necessidade de implantar essa atividade nos serviços de saúde.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, S. C., LEÃO, D. A. O., SILVA, K. V., MELO, B. C., GUIMARÃES, A. M. S., PAULO, G. P. Experiência da inserção do Lian Gong na Estratégia Saúde da Família de Samambaia – Distrito Federal. *Com. Ciências Saúde*. v. 23, n. 1, p. 9-18. 2012.

- BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: Atitude de Ampliação de Acesso. Brasília: MS, 2006
- CORDEIRO, A. J. M., JÚNIOR, J. F. L., COSTA, M. S., MOREIRA, M. R. C. Promoção da saúde do trabalhador: A cultura chinesa como prática ocidental brasileira. Anais do III Encontro Brasileiro de Pesquisa em Cultura. Crato, 2015.
- DIAS, F. L. Lian Gong 18 terapias: implicações nos sintomas álgicos em trabalhadores. Cajazeiras: UFCG, 2013. 19f.
- LEÃO, D. A. O., ANDRADE, S. C., MELO, B. C., SILVA, K. V., GUIMARÃES, A. M. S., PAULO, G. P. Avaliação da saúde física em usuários participantes de Lian Gong em 18 Terapias em uma Estratégia de Saúde da Família do Distrito Federal – DF. Rev. APS. v. 16, n. 4, p. 357-364, 2013.
- LIVRAMENTO, G.; FRANCO, T.; LIVRAMENTO, A. A ginástica terapêutica e preventiva chinesa Lian Gong/Qi Gong como um dos instrumentos na prevenção e reabilitação da LER/DORT. Rev. Brasileira de Saúde Ocupacional, v.35, n.121, p.74-86, 2010.
- MENDES, K. D. S., SILVEIRA, R. C. C. P., GALVÃO, C. M. Revisão Integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enfermagem. v.17, n. 4, p.758-64, 2008.
- MOREIRA M. R. C., SOUSA, A. S. A., DIAS F. L., NASCIMENTO F. F. Reflexões sobre a prática do Lian Gong em saúde coletiva. Anais III Encontro Universitário da Universidade Federal do Ceará, Juazeiro, 2011.
- MOREIRA, M. R. C., DIAS, L. F., SILVA, M. A., SOUZA, A. S. A., BESERRA, L. R., ABREU, J. G., ASEVEDO, P. A., SILVA, M. G. S., Lian Gong em 18 terapias: uma proposta para prevenir os transtornos traumáticos cumulativos. Enfermagem em Foco. v. 4 n. 1, p. 33-36. 2013.
- NASCIMENTO, E. S., BRANCO, M. P. F. C., MOREIRA, A. K. F., HAZIME, F. A. Os efeitos do *Lian Gong* em hipertensos assistidos em unidade de saúde da família do município de Parnaíba, Piauí. Revista Brasileira de Promoção a Saúde. v. 25, n. 4, p. 435-444. 2012.
- NUNES, M. E. S., SANTOS, S. Avaliação funcional dos idosos em três programas de atividades: caminhada, hidroginástica e Lian Gong. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto. v. 9, n. 3, p. 150-159, 2009.
- SANTOS, A. C. C., ANDRADE, G. N., FARIA, A. A., NUNES, M. G., MADEIRA, A. M. F. Percepção dos usuários de um centro de saúde acerca de sua participação no grupo de ginástica chinesa – *Lian Gong*: uma análise compreensiva. Rev Min Enferm. v. 18, n. 1, p. 94-99, 2014.
- SILVA, R. A., JACINTO, P. V. O., DAVIS, J. R. P., SANTOS, L. C. Intervenção nutricional integrada à prática de *Lian Gong* em usuários hipertensos de uma unidade básica de saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais Rev APS. v. 15, n. 3, p. 356-363, 2012.
- SILVA, R. L., PÁSZTOR M.S. Sociedade Paulista de Lian Gong e Filosofia Oriental 2008.
- SOUSA, A. S. A. Efeitos do LIAN GONG em 18 terapias na rotina laboral de trabalhadores. Cajazeiras: UFCG, 2013. 26f.
- SOUZA, J. O. R. L., COSTA, L.S., BOTECHIA, T. E., EUFRÁSIO, S., LEITE, N. M., SILVA, A. L., KOZASA, E. H. Lian Gong: prática corporal chinesa e sua relação com a qualidade de vida em idosos. Red. Revistas Científicas da América Latina, el Caribe, España y Portugal. Saúde Coletiva, v. 43, n. 7, p. 213- 215, 2010.