



there is a voice
that doesn't use words.
listen.

Práticas Integrativas e Complementares (PICs)

Dalila Viana de Freitas

Junho 2020



Roteiro de Apresentação

- O que são PIC?
- Histórico
- Definições
- Racionalidades Médicas
- A PNPIC
- Diretrizes
- Inserção das PIC no SUS
- Situação atual
- Contexto Municipal



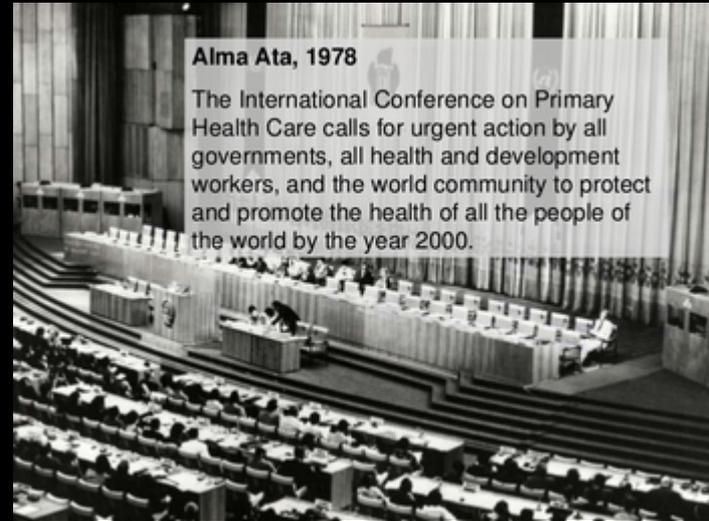
O que são as Práticas Integrativas e Complementares (PIC)?

- designação que o Ministério da Saúde (MS) deu ao que se tem chamado na literatura científica internacional de Medicina Tradicional ou Medicinas Alternativas e Complementares (em inglês: *Complementary and Alternative Medicine*) – (TM/CAM);
- conjunto heterogêneo de práticas, produtos e saberes, agrupados pela característica comum de não pertencerem ao escopo dos saberes/práticas consagrados na medicina convencional
- Como tudo começou?



Histórico

- Declaração de Alma-Ata (1978) - ONU
- Os primeiros itens da declaração reafirmam a definição de saúde defendida pela OMS, como o “**completo bem-estar físico, mental e social, e não simplesmente a ausência de doença ou enfermidade**”, e a defendem como direito fundamental e como a principal meta social de todos os governos;
- A seguir a declaração salienta a interferência da **desigualdade social** nas políticas de saúde, gerando uma lacuna entre os países desenvolvidos e os países em desenvolvimento representa.



A Declaração de *Alma-Ata* contempla entre suas recomendações: “formulação de políticas e regulamentações nacionais referentes à utilização de remédios tradicionais de eficácia comprovada e exploração das possibilidades de se incorporar os detentores de conhecimento tradicional às atividades de atenção primária em saúde, fornecendo-lhes treinamento correspondente” (INTERNATIONAL CONFERENCE ON PRIMARY HEALTH CARE, 1978).



Histórico

- Declaração de Alma-Ata (1978) – ONU:
- Reafirmação da responsabilidade de todos os governos pela promoção de saúde, e a reivindicação da atenção primária como fator de viabilidade para uma universalização dos cuidados, mediante a abrangência e a melhoria social que possibilitam, integrando governo com todos os setores da sociedade, em prol da igualdade social.
- **Criação do Programa de Medicina Tradicional – ONU**
- O documento "Estratégia da OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005"



Histórico

- **2003** – Ocorre a 56ª Assembléia Mundial da Saúde pela OMS onde foram definidas resoluções para a implantação das PIC
- OMS desenvolve estratégias relativas às PICs em quatro campos distintos: política; segurança, acesso e uso racional.
- Para 2004-2007 esforço especial foi concentrado em integrar as PICs nos sistemas nacionais de atenção à saúde, além do aprimoramento dos procedimentos de avaliação e garantia de qualidade
- **Em 2006 é publicada a PNPIC (Brasil)**

Definições:

- **Medicina Tradicional:**

“É a soma total do conhecimento, habilidades e práticas baseadas nas teorias, crenças e experiências de diferentes culturas, explicáveis ou não, e usadas na manutenção da saúde, bem como na prevenção, diagnóstico, tratamento ou melhoria de doenças físicas e mentais”. (WHO, 2000)

“Nos países onde o sistema de saúde dominante é baseado na medicina alopática ou onde a Medicina Tradicional não foi incorporada no sistema de saúde nacional, muitas vezes estas Medicinas são chamadas de ‘alternativa’” (WHO, 2002)

“Medicina Alternativa” refere-se ao uso de uma abordagem não-convencional, tradicional ou não, no lugar da medicina convencional (NCCAM, 2013).



Definições:

- **Medicina Alternativa**

Na sociedade contemporânea a Medicina Alternativa está associada ao contexto social do movimento de *Contracultura* da década de 1960 e 1970.

- Contracultura: movimento de questionamento da ordem vigente – ética, filosofia, medicina, política...
- Contexto: Guerra Fria

Socialismo



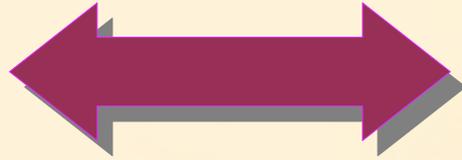
Capitalismo



Definições:

- **Medicina Alternativa**

Socialismo



ou/isso/aquilo

Capitalismo

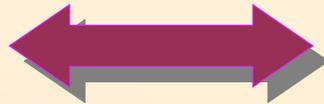
Alternativa



disputas/saúde

Alopattia

“Curandeiros”



Médicos



Definições:

- **Medicina Complementar:**

“Medicina Complementar” geralmente refere-se ao uso de uma abordagem não-convencional em conjunto com a medicina convencional”.
(NCCAM, 2013)

- Contexto: fim da década de 1980/90
- Queda do muro de Berlim, Fim da Guerra
- “Fim” da polarização (?)
- Conjunção e = biomedicina E “outras”



Definições:

- **Medicina Integrativa:**

“Medicina Integrativa está associada a uma mudança de paradigma e para exercê-la é necessário reorientar as crenças, práticas e experiências em relação à saúde;

ou seja, é preciso reorientar os conceitos, as formas de intervenção e o modelo de atenção à saúde e abordagem do processo saúde-doença-cuidado” (Otani e Barros, 2011).

- Contexto: Início de 2000
- Mudança de Paradigma? Qual?
- Prefixo “inter” – entre, ligado, sem polaridade



Definições:

- Resumindo...

Complementares: Práticas associadas à biomedicina;

Alternativas: Práticas empregadas em substituição à biomedicina;

Integrativas: Práticas utilizadas conjuntamente à biomedicina

- E as PICs aqui no Brasil?
- Práticas Integrativas e Complementares...



Racionalidades Médicas



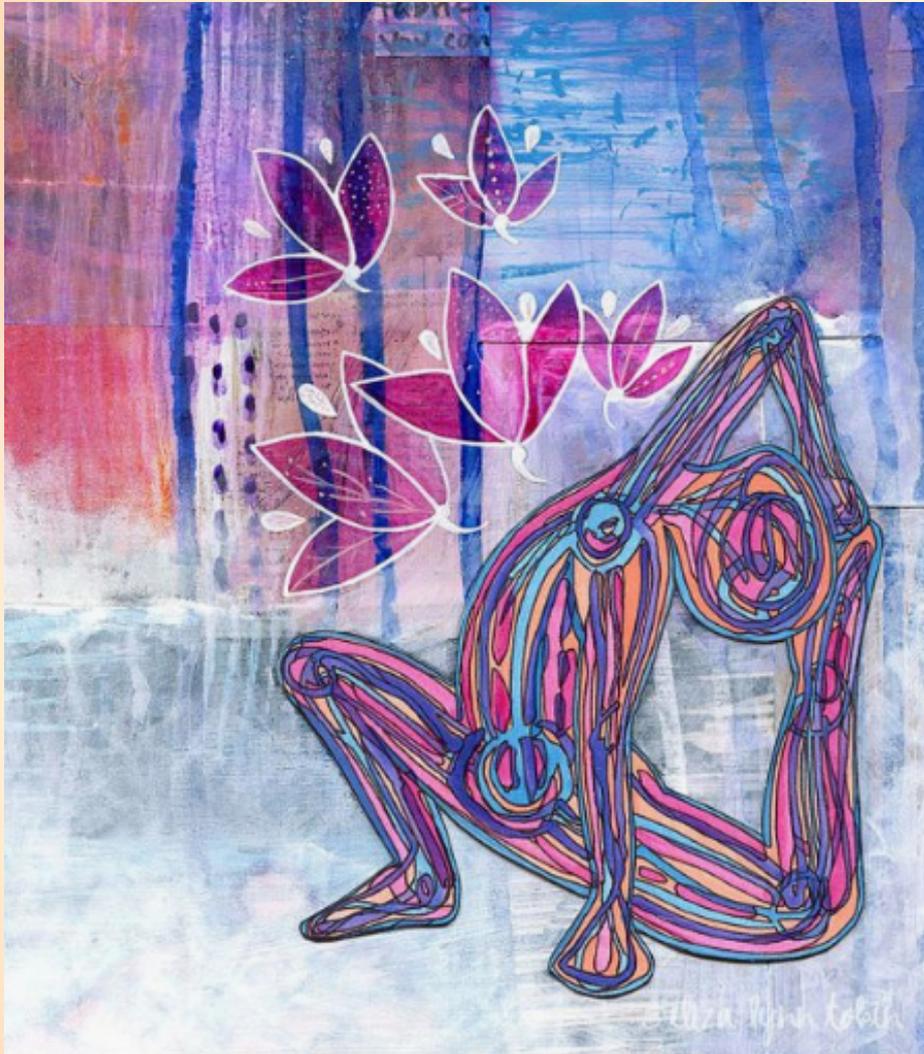
- Conceito elaborado por Madel Luz (1991)
- **Grupo Pesquisa do CNPq – Racionalidades Médicas**
- “Uma racionalidade médica é um conjunto integrado e estruturado de práticas e saberes composto de cinco dimensões interligadas: uma morfologia humana (anatomia, na biomedicina), uma dinâmica vital (fisiologia), um sistema de diagnose, um sistema terapêutico e uma doutrina médica (explicativa do que é a doença ou adoecimento, sua origem ou causa, sua evolução ou cura), todos embasados em uma sexta dimensão implícita ou explícita: uma cosmologia” (TESSER & LUZ, 2008)
- Sistemas médicos complexos
- Comparação entre sistemas: Biomedicina, Homeopatia, Ayurveda e Medicina Tradicional Chinesa

Racionalidades Médicas

Racionalidades Médicas é o título genérico de uma linha de estudos teóricos ou empíricos iniciada no **Instituto de Medicina Social da UERJ** em 1991. Hoje é desenvolvida em várias unidades acadêmicas do Brasil, sendo o grupo sediado na **Universidade Federal Fluminense**. Abrange comparações de sistemas médicos complexos (Medicina Ocidental ou Biomedicina, Homeopatia, Medicina Tradicional Chinesa, Ayurveda) tanto em nível teórico (ciências humanas) como prático (médico terapêutico, ou diagnóstico).



A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)



- **Criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (2006)**
- Movimento que teve início a partir do documento da ONU com as diretrizes
- No Brasil, a legitimação e a institucionalização dessas abordagens de atenção à saúde iniciaram-se a partir da década de 80, principalmente, após a criação do SUS.
- Com a descentralização e a participação popular, os estados e municípios ganharam maior autonomia na definição de suas políticas e ações em saúde, vindo a implantar as experiências pioneiras.



A PNPIC

- **década de 80:** primeiros registros das PIC no SUS;
- **1986:** ocorre a 8ª Conferência Nacional de Saúde, pautada pela reforma sanitária, e delibera, entre outras coisas, a “introdução de práticas alternativas de assistência à saúde no âmbito de serviços de saúde possibilitando ao usuário o acesso democrático de escolher a terapêutica preferida”;
- **1988:** é instituída a Comissão Interministerial de Planejamento e Coordenação de Normas e Diretrizes



A PNPIC

- **1990:** aumenta o interesse acadêmico pelo assunto junto ao CNPq no âmbito das pesquisas relacionadas às Racionalidades Médicas;
- **2003:** ocorre a Instituição do Grupo de Trabalho específico para a elaboração da política das PICs;
- **2004:** são realizados estudos sobre a inserção das PICs no SUS;
- **30 de maio de 2006:** aprovação e publicação da **Portaria Ministerial nº. 971**, que implementa a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC)

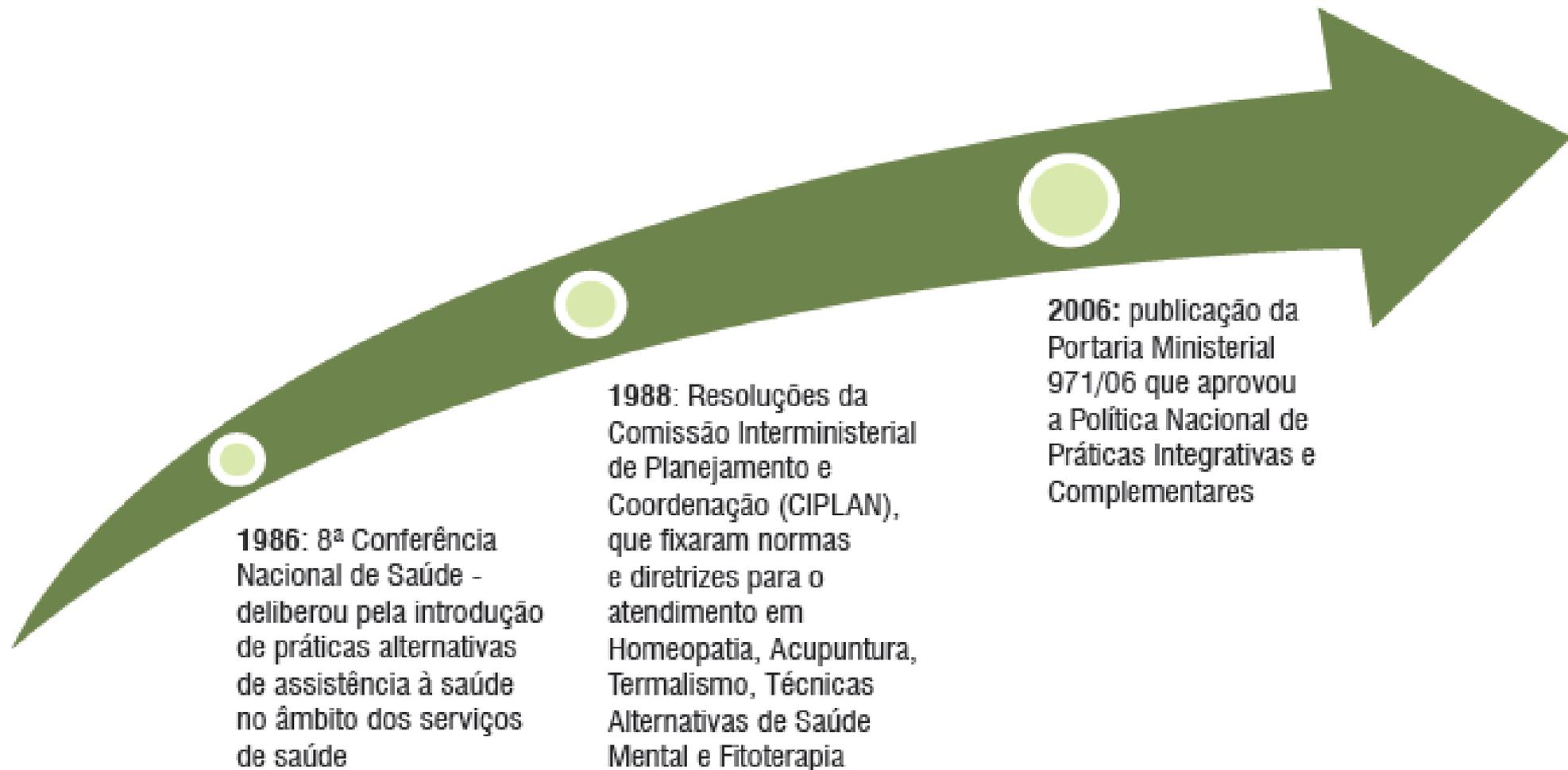


Figura 1: Evolução Histórica da institucionalização das Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde

(BRASIL, 2006)

Objetivos da PNPIC

- Incorporar e implementar as Práticas Integrativas e Complementares no SUS, na perspectiva da prevenção de agravos e da promoção e recuperação da saúde, com **ênfase na atenção básica**, voltada ao cuidado continuado, humanizado e integral em saúde;
- Contribuir ao aumento da resolubilidade do Sistema e ampliação do acesso à PNPIC, garantindo qualidade, eficácia, eficiência e segurança no uso;



Objetivos da PNPIC

- Promover a racionalização das ações de saúde, estimulando alternativas inovadoras e socialmente contributivas ao desenvolvimento sustentável de comunidades e;
- Estimular as ações referentes ao controle/participação social, promovendo o envolvimento responsável e continuado dos usuários, gestores e trabalhadores nas diferentes instâncias de efetivação das políticas de saúde





Diretrizes

- Incentivo à inserção da PNPIC em todos os níveis de atenção, com ênfase na atenção básica;
- Desenvolvimento da PNPIC em caráter multiprofissional, para as categorias profissionais presentes no SUS, e em consonância com o nível de atenção
- Implantação e implementação de ações e fortalecimento de iniciativas existentes.



Diretrizes

- Estabelecimento de mecanismos de financiamento
- Elaboração de normas técnicas e operacionais para a implantação e o desenvolvimento dessas abordagens no SUS
- Articulação com a Política Nacional de Atenção à Saúde dos Povos Indígenas e demais políticas do Ministério da Saúde
- **O papel dos gestores: federal, estadual e municipal**
- Quais PICs? Como foram escolhidas?

Inserção das PIC no SUS

- A PNPIC abrangeu, no início, 5 práticas: **Homeopatia, Medicina Tradicional Chinesa (MTC) Acupuntura, Fitoterapia, Termalismo Social / Crenoterapia, Medicina Antroposófica** (Portaria GM/MS nº 971/2006)
- Levantamento das Práticas no SUS
- Diagnóstico das racionalidades/práticas já contempladas pelo SUS
- Destaque para: **Acupuntura, Homeopatia, Fitoterapia e Antroposofia**



Inserção das PIC no SUS

- O levantamento foi feito por meio de questionários enviados às Secretarias de Saúde (março a junho de 2004)
- 5.560 questionários enviados;
- 1.342 retornaram;
- 232 demonstraram resultados positivos (experiência com alguma PIC);
- Estruturação em 26 estados, 19 capitais
- Exemplo de questionário



Diagnóstico Situacional das Ações e Serviços referente à Medicina Natural e Práticas Complementares existentes no SUS

Este questionário visa coletar informações importantes para a elaboração da Política Nacional de Medicina Natural e Práticas Complementares (MNPC) no SUS, incluindo neste momento a Homeopatia, Fitoterapia, Acupuntura e Medicina Antroposófica e Práticas Complementares.

Muito obrigado por sua cooperação!

1. Identificação:

1.1 - Nome do (a) Secretário (a) _____
1.2 - Endereço _____ Bairro _____
1.3 - Cidade _____ Estado _____
1.4 - CEP _____ Tel: () _____ Fax () _____
1.5 - E-mail: _____
1.6 - Responsável pelo preenchimento: _____

2 - Existe alguma ação referente à área da MNPC nesta Secretaria?

Acupuntura	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não ➔ Ano de início: _____
Fitoterapia	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não ➔ Ano de início: _____
Homeopatia	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não ➔ Ano de início: _____
Medicina Antroposófica	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não ➔ Ano de início: _____

Práticas Complementares

- Sim Não ➔ Ano de início: _____
- Auto-massagem ➔ Ano de início: _____
- Tai Chi Chuan ➔ Ano de início: _____
- Lian Gong ➔ Ano de início: _____
- Lien Chi ➔ Ano de início: _____
- Tui-Ná ➔ Ano de início: _____
- Shantala ➔ Ano de início: _____
- Yoga ➔ Ano de início: _____
- Shiatsu ➔ Ano de início: _____
- Do-in ➔ Ano de início: _____
- Reiki ➔ Ano de início: _____
- Outros ➔ Especificar abaixo
- 1. _____ Ano de início: _____

3 Existe um responsável pela Coordenação desse trabalho?

Acupuntura	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não → Nome/E-mail Tel
Fitoterapia	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não → Nome/E-mail Tel
Homeopatia	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não → Nome/E-mail Tel
Medicina Antroposófica	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não → Nome/E-mail Tel
Práticas Complementares	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não → Nome/E-mail Tel
Coordenação Geral	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não → Nome/E-mail Tel

6. Marque com um "X" as áreas em que existem atualmente ações em desenvolvimento:

	Acupuntura	Fitoterapia	Homeopatia	Medicina Antroposófica	Práticas Complementares
Saúde da Família					
Atenção Básica					
Educação em Saúde					
Capacitação					
Pesquisa					
Outra (especifique)					

4. Existem profissionais, contratados por concurso público, especificamente para estas atividades? Indique seu número em caso afirmativo.

		Médico	Dentista	Farmacêutico	Veterinário	Outro/Especifique																		
Acupuntura	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					1 2 3	4 5 6																	
	Fitoterapia	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				1 2 3	4 5 6																	
						Homeopatia	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				1 2 3	4 5 6												
Medicina Antroposófica											<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				1 2 3	4 5 6								
	Práticas Complementares	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não																						
						<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não																		
<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não																								
																			<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não					
	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não																							

5. Existe Lei ou Ato institucional Estadual ou Municipal criando algum Serviço de MNPC?

Sim Não

Se sim, favor enviar/anexar cópia → mnpc@saude.gov.br

8. Na área de capacitação de pessoal as atividades são desenvolvidas:

- Em serviços próprios, pela própria equipe.
- Em outros centros formadores contratados para esse fim (especifique abaixo):

9 Marque com um "X" quais recursos materiais são disponibilizados para a execução das ações referentes às áreas:

	Acupuntura	Fitoterapia	Homeopatia	Medicina Antroposófica	Práticas Complementares
Agulhas descartáveis					
Agulhas de uso auricular					
Moxa					
Aparelho para eletroestimulação					
Aparelho para acupuntura a laser					
Aparelho de moxa elétrica					

Livros básicos					
Memento terapêutico					
Software de repertorização					
Medicamentos Homeopáticos					
Medicamentos Fitoterápicos					
Mesa para massagem					
Local específico para práticas complementares					
Outro (especifique)					

**10. O fornecimento dos insumos é garantido pelos Serviços?
Em caso afirmativo, marque com um "X" as opções aplicáveis.**

		Farmácia própria	Convênio externo	Doação	Outro (especifique)
Acupuntura	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				1
Agulhas	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				2
Moxa	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				3
Equipamentos	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				4
					5
					6
Fitoterapia	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				1
Fitoterápico	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				2
Plantas Medicinais	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				3
					4
					5
					6
Fitoterapia	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				1
Fitoterápico	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				2
Plantas Medicinais	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				3
					4
					5
					6
Medicina Antroposófica	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				1
Fitoterápico	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				2
Medicamento Homeopático	<input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não				3
					4
					5
					6

11. Na existência de Farmácia Própria de Manipulação, há um farmacêutico habilitado em homeopatia?

Sim Não



Resultados dos Questionários:

- Concentração na região **sudeste e sul**
- frequência: Práticas Corporais (PC), Fitoterapia, Homeopatia e Acupuntura
- PCs: Reiki e Lian Gong
- apenas 6% do total dispõem de Lei ou Ato institucional relativo às PICs
- Principais ações na **Atenção Básica – Saúde da Família**
- Gráficos Ilustrativos

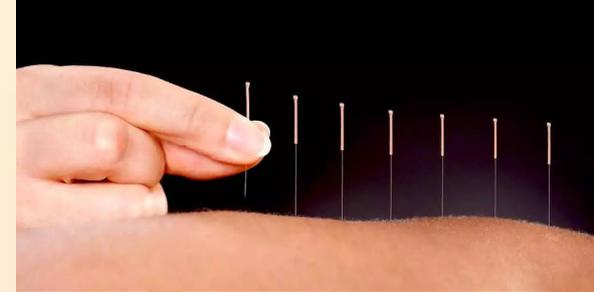


Gráfico 01 - Distribuição por estado da inserção de Práticas Integrativas e Complementares no SUS, relativa aos questionários respondidos. Brasília, 2006.

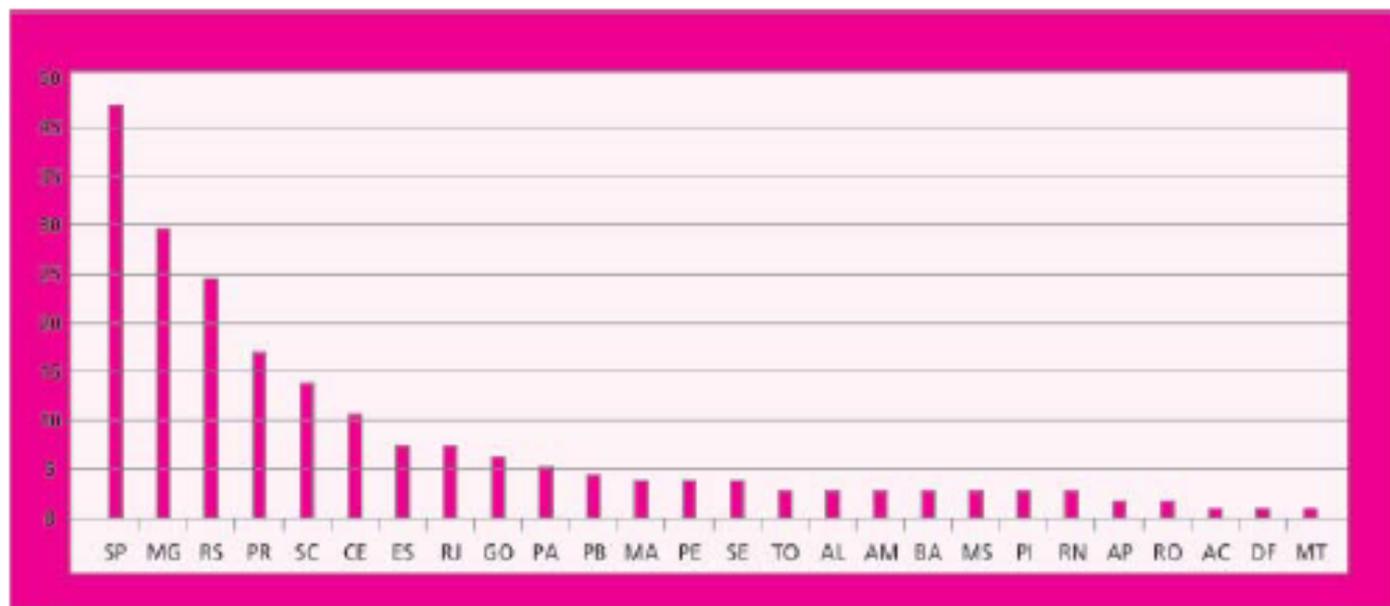


Gráfico 02 - Distribuição por modalidade, em porcentagem das Práticas Integrativas e Complementares nos municípios e estados brasileiros. Brasília, 2006.



Gráfico 03: Distribuição das modalidades de Práticas Complementares nos estados e municípios brasileiros. Brasília, 2006.

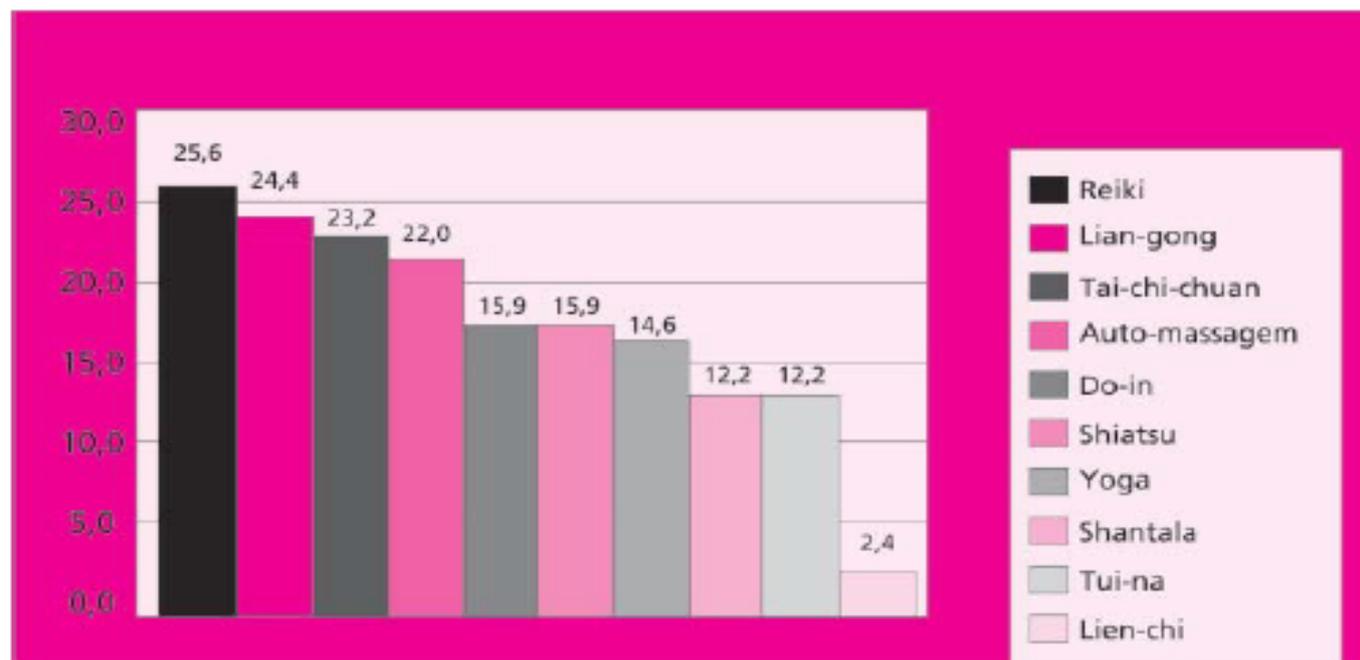


Gráfico 04 - Porcentagem de estados e/ou municípios com lei ou Ato Institucional que dispõe sobre a criação de serviços em Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Brasília, 2006.

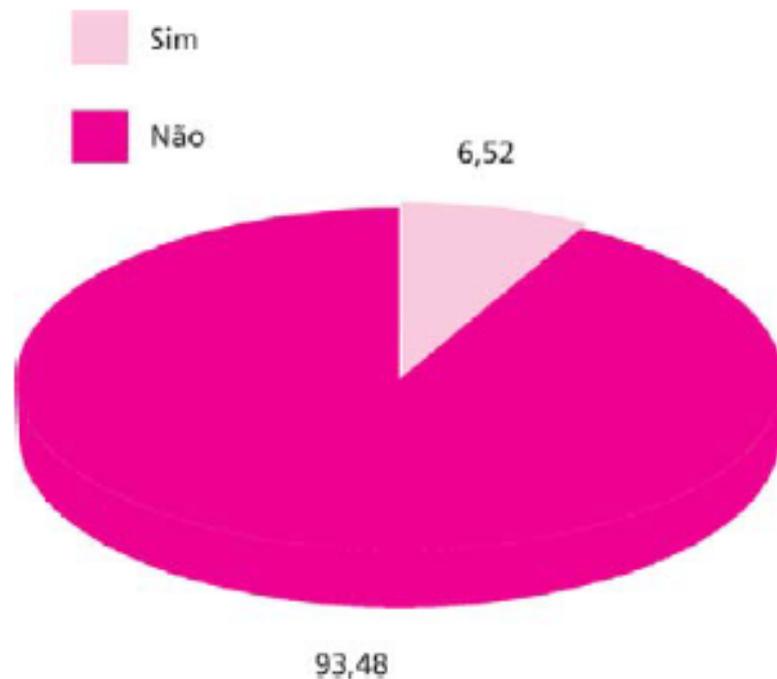
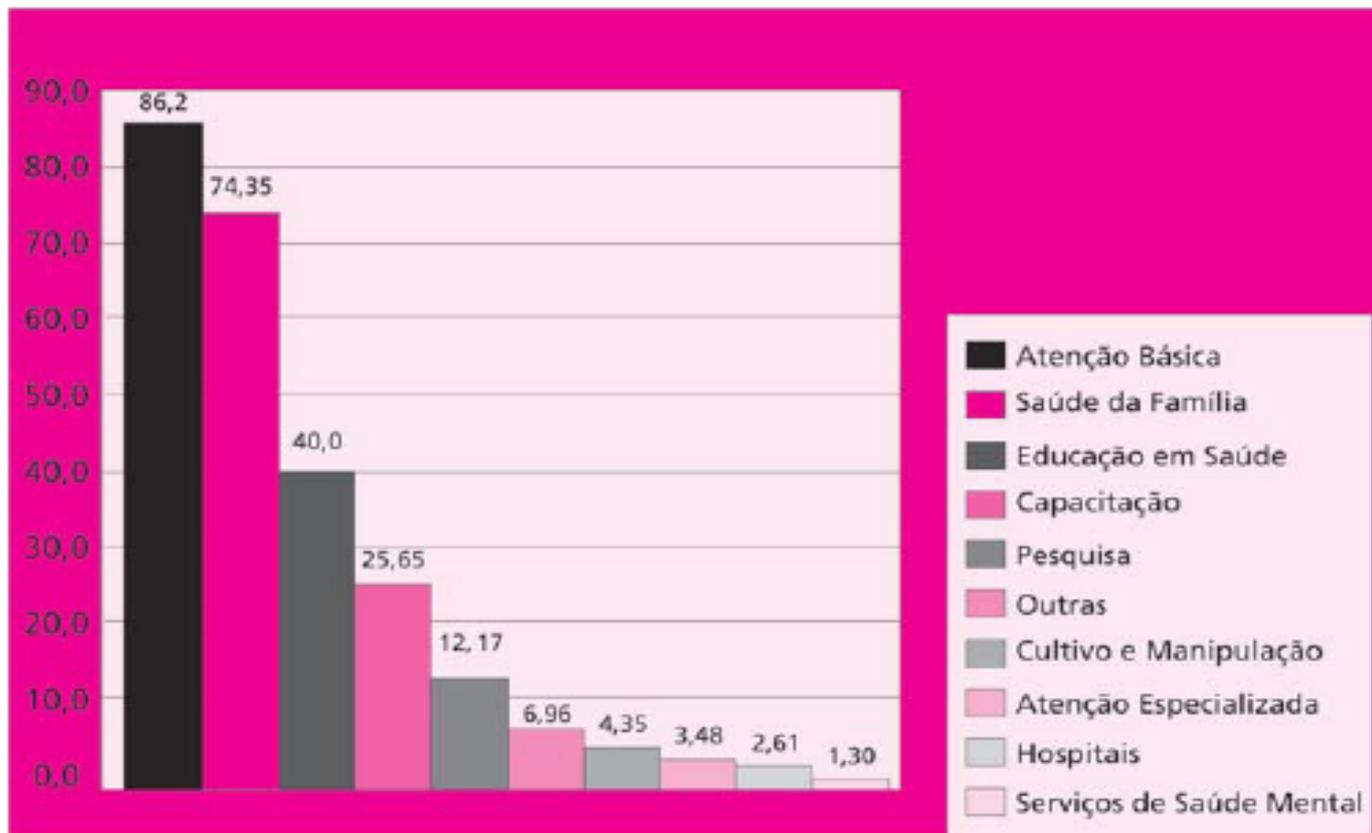
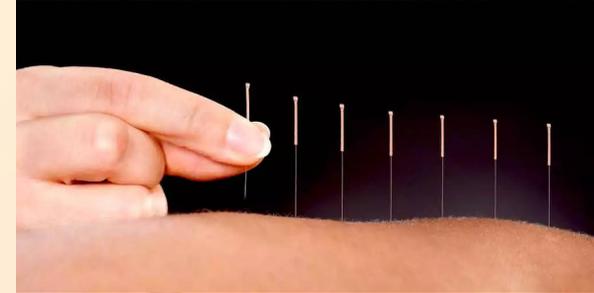


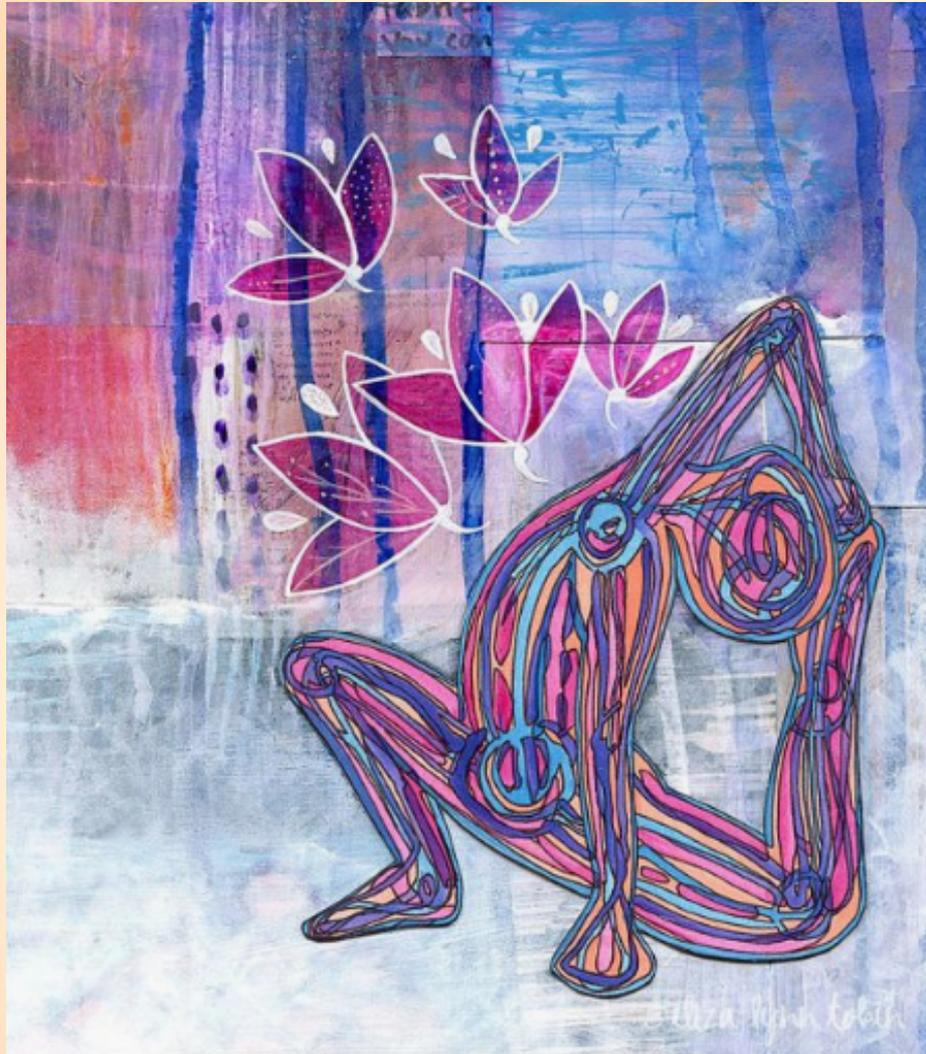
Gráfico 05: Distribuição de ações das Práticas Integrativas e Complementares por áreas de atuação. Brasília, 2006.



Considerações sobre os resultados

- ausência de diretrizes específicas – oferta desigual, descontinuada, sem registro, sem insumos, sem acompanhamento/avaliações;
- PNPIC como parte da implantação do SUS – promover a integralidade da atenção à saúde;
- necessidade de diminuir as diferenças regionais na oferta das PICs;
- Co-responsabilidade dos indivíduos na promoção da saúde – exercício de cidadania;
- **Monitoramento e Avaliação – Como fazer?**





Situação Atual – Diário Oficial 2016

- levantamento realizado em 2016 (e-SUS e PEC – Prontuário Eletrônico do Cidadão): mais de 2 milhões de atendimentos das PICs nas UBS
- 770 mil MTC (acupuntura)
- 85 mil fitoterapia
- 13 mil homeopatia
- 926 mil de outras práticas integrativas que não possuíam código próprio para registro



Situação Atual – Diário Oficial 2016

- Serviços de Saúde: 9.350
- AB: 8.239 ofertavam PIC (19%)
- 54% municípios (3.173)
- 100% das capitais
- Atenção Básica: 78%
- Média Complexidade: 18%
- Alta Complexidade: 4%



A Portaria n° 849/2017

- Incorpora 14 PICs à PNPIC;
- Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)
- **A Portaria n° 145/2017 – códigos para as práticas que são ofertadas na rede**

A Portaria n° 702/2018

- **Incorpora mais 10 PICs à PNPIC;**
- **As novas terapias são:** apiterapia, aromaterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, ozonioterapia e terapia de florais.
- “O Brasil passa a contar com 29 práticas integrativas pelo SUS. Com isso, somos o país líder na oferta dessa modalidade na atenção básica. Essas práticas são investimento em prevenção à saúde para evitar que as pessoas fiquem doentes. Precisamos continuar caminhando em direção à promoção da saúde em vez de cuidar apenas de quem fica doente”, ressaltou o ministro Ricardo Barros.



POLÍTICA NACIONAL DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO SUS (PNPIC)

5 práticas em 2006

MTChinesa/Acupuntura

Homeopatia

Plantasmedicinais/Fitoterapia

Antroposofia aplicada à saúde

Termalismo/Crenoterapia

14 incluídas em 2017

Arteterapia,

Ayurveda,

Biodança,

Dança Circular,

Meditação,

Musicoterapia,

Naturopatia,

Osteopatia,

Quiropraxia,

Reflexoterapia,

Reiki, Shantala,

Terapia Comunitária Integrativa

Yoga

10 incluídas em 2018

Apiterapia

Aromaterapia

Bioenergética

Constelação familiar

Cromoterapia

Geoterapia

Hipnoterapia

Imposição de mãos

Ozonioterapia

Terapia de Florais



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



PIC em Ribeirão Preto

- PL 72/2013 – PMPIC
- Acupuntura, Fitoterapia, Antroposofia, Práticas Corporais, Homeopatia, Florais de Bach, entre outros
- 2017 – ProPIC – sociedade civil + gestão
- 2018 - **Lei Complementar Nº 2.924, de 07 de dezembro de 2018** - Renomeia O Programa de Fitoterapia e Homeopatia para Programa de Práticas Integrativas e Complementares (ProPIC) e dá outras providências. Diário Oficial de Ribeirão Preto-SP.



Biblioteca Virtual em Saúde para as PICS

A plataforma traz referências científicas para diversas práticas integrativas.

A [Biblioteca Virtual em Saúde em Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas](#) guarda uma ampla produção científica das 29 práticas do SUS, instituídas pelo Ministério da Saúde, e muitas outras. A iniciativa busca facilitar o acesso à informação científica e técnica sobre o tema, além de estimular a colaboração e o fortalecimento de pesquisas.

<http://mtci.bvsalud.org/pt/biblioteca-virtual-em-saude-para-as-pics-2/>

Referências Bibliográficas



- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – 1. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM), <http://nccam.nih.gov/>
- OMS. Conferência Internacional sobre Atención Primaria de Salud. Alma-Ata (URSS), 06-12 de septiembre de 1978.
- OTANI, Márcia Aparecida Padovan and BARROS, Nelson Filice de. A Medicina Integrativa e a construção de um novo modelo na saúde. *Ciênc. saúde coletiva*[online]. 2011, vol.16, n.3, pp. 1801-1811
- TESSER, Charles Dalcanale; LUZ, Madel Therezinha. Racionalidades médicas e integralidade. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 195-206, Feb. 2008. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232008000100024&lng=en&nrm=iso>. access on 15 June 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232008000100024>.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. General Guidelines for Methodologies on Research and Evaluation of Traditional Medicine. Geneva, 2000.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHO Traditional Medicine Strategy 2002–2005. Geneva; 2002

Dúvidas?

Comentários...

Críticas?





there is a voice
that doesn't use words.
listen.

FIM!!!

MUITO OBRIGADA

freitas.dv@gmail.com