



# PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA INFÂNCIA: EVIDÊNCIAS E PERSPECTIVAS PARA UM CUIDADO INTEGRAL

*Isabela Ribeiro da Cruz<sup>1</sup>, Daniele Fernanda Felipe<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Doutoranda do Programa de pós-graduação em Promoção da Saúde, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar. Isabela\_cruzribeiro@hotmail.com

<sup>2</sup>Orientadora, Mestre, Docente no Curso de Pedagogia, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. julianasantos@unicesumar.edu.br

## RESUMO

O objetivo da presente pesquisa foi identificar e analisar as evidências científicas recentes sobre o impacto das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) na saúde mental de crianças e adolescentes, com base em estudos realizados entre 2020 e 2025. Para tanto, realizou-se uma revisão sistemática da literatura segundo as diretrizes PRISMA, incluindo 13 estudos publicados em português, inglês e espanhol, provenientes de bases reconhecidas como PubMed, Web of Science, SciELO. Foram considerados ensaios clínicos randomizados e estudos de intervenção com populações pediátricas. As práticas analisadas incluíram mindfulness, arteterapia, yoga, neurofeedback, musicoterapia, massagem pediátrica, terapia cognitivo-comportamental, e programas multicomponentes. Os resultados demonstraram benefícios significativos, como redução de sintomas de ansiedade, TDAH e depressão, melhora na cognição, engajamento social e regulação emocional. Espera-se, com esses achados, contribuir para o fortalecimento das PICS como parte estruturante de políticas públicas no SUS, promovendo uma atenção à saúde mais integrativa, equitativa e centrada no cuidado infantojuvenil.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde da Criança; Terapias Complementares; Promoção da Saúde.

## 1 INTRODUÇÃO

O bem-estar psicossocial e o desenvolvimento neurofuncional de crianças e adolescentes têm sido foco de pesquisas recentes que analisam a eficácia de intervenções terapêuticas integrativas. A terapia cognitivo-comportamental (TCC), por exemplo, demonstrou eficácia na redução da fadiga e na melhora do desempenho físico e escolar entre adolescentes com síndrome da fadiga crônica além de mindfulness, yoga, musicoterapia, massagem pediátrica e terapia artística, com resultados positivos na saúde emocional e funcional de populações pediátricas (Xu et al., 2025; Zhang et al., 2021). A implementação das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no Sistema Único de Saúde (SUS) alinha-se às evidências científicas sobre abordagens mente-corpo. Courbet et al. (2022) destacam os impactos do mindfulness e yoga no bem-estar de crianças em idade pré-escolar, enquanto Koncz et al. (2021) demonstram a utilidade do mindfulness durante a transição escolar. Intervenções digitais como a ativação comportamental online também têm mostrado bons resultados, inclusive em modelos autoguiados (Andersson et al., 2022).

Além dos benefícios individuais, estudos multicomponentes apontam transformações sociais e culturais. Redelfs et al. (2023) analisaram práticas escolares integradas, evidenciando que estratégias como alimentação saudável, atividades físicas e terapias expressivas podem promover mudanças duradouras no comportamento infantil. Armstrong et al. (2021) também verificaram avanços funcionais e redução do estresse parental com o uso de terapias lúdicas como o programa LEaP para crianças com atrasos no desenvolvimento. Essas abordagens terapêuticas reforçam a perspectiva integrativa adotada pelo SUS, que valoriza tanto saberes científicos quanto tradicionais. A expansão das PICS no Brasil fortalece um modelo de atenção ampliada à saúde mental infantojuvenil,



com potencial para gerar impactos significativos no bem-estar da população e consolidar práticas sustentáveis e inclusivas, em consonância com as diretrizes da OMS.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Esta revisão sistemática foi conduzida conforme as diretrizes do protocolo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), com o objetivo de identificar e analisar intervenções não farmacológicas voltadas à promoção da saúde mental em populações pediátricas.

### 2.1 Estratégia de busca

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados **PubMed**, **Web of Science** e **SciELO**, abrangendo estudos publicados até o ano de 2025. Foram utilizados descritores relacionados à saúde mental infantil, intervenções terapêuticas, transtornos do neurodesenvolvimento e práticas integrativas, combinados por operadores booleanos (AND, OR). A estratégia foi adaptada para cada base, priorizando estudos em **acesso aberto, sem restrição de idioma**.

### 2.2 Critérios de elegibilidade

#### Inclusão:

- Ensaios clínicos randomizados (ECR) e estudos de intervenção com delineamento experimental ou quase-experimental.
- População pediátrica (0 a 18 anos).
- Estudos com texto completo disponível em acesso aberto.
- Publicações que apresentassem dados sobre desfechos cognitivos, comportamentais ou motores.

#### Exclusão:

- Revisões sistemáticas, meta-análises, estudos observacionais sem intervenção.
- Trabalhos duplicados ou sem acesso ao texto completo.
- Estudos com amostras exclusivamente adultas ou sem foco em saúde mental/comportamental.

Processo de seleção: O processo de seleção seguiu quatro etapas, conforme ilustrado no **Quadro 1 – Fluxograma PRISMA**:

ETAPA	DETALHES	Web Science	of PubMed	SciELO	TOTAL
Identificação	Artigos identificados nas bases de dados	46	19	0	65
Triagem	Artigos após remoção de duplicados	16	15	–	31
Elegibilidade	Artigos avaliados pelo resumo	3	11	–	14



ETAPA	DETALHES	Web Science	of PubMed	SciELO	TOTAL
Inclusão	Artigos lidos na íntegra e incluídos na revisão final	–	–	–	13

Fonte: Cruz I.R., 2025.

### Análise dos dados

Os 13 estudos incluídos foram analisados qualitativamente, com categorização temática das intervenções. Quatro grandes categorias emergiram: **Terapias cognitivas e comportamentais, Práticas integrativas expressivas e físicas, Técnicas sensório-motoras, Programas escolares e comunitários multicomponentes**. Os principais desfechos observados incluíram: Redução de sintomas de TDAH, ansiedade, depressão e fadiga crônica. Melhora de indicadores cognitivos, como memória de trabalho e funcionamento executivo. Avanços no desenvolvimento motor e no engajamento social, especialmente entre crianças com TEA.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A presente revisão sistemática analisou estudos nacionais e internacionais que investigam os impactos das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) na saúde de crianças e adolescentes, totalizando um conjunto diversificado de evidências empíricas. A maioria dos trabalhos avaliados foi conduzida por meio de ensaios clínicos randomizados, o que reforça a confiabilidade dos dados obtidos. Os resultados revelam que as intervenções analisadas produziram efeitos positivos em diferentes dimensões do desenvolvimento infantil.

Destacam-se reduções significativas em sintomas como ansiedade, depressão e TDAH (Luo et al., 2023; Andersson et al., 2022; Xu et al., 2025), além de melhorias cognitivas, emocionais e psicomotoras, como memória de trabalho, função física e regulação emocional (Koncz et al., 2021; Zhang et al., 2021). As intervenções multimodais e sensório-motoras, que combinam arte, movimento e tecnologias digitais, demonstraram eficácia em ampliar o engajamento e estimular a neuroplasticidade (Xu et al., 2025; Yu et al., 2025). Já os programas comunitários e escolares como os de Redelfs et al. (2023) e Courbet et al. (2022) indicam que a inserção das PICS em ambientes naturais da infância contribui para a adesão aos protocolos e potencializa os efeitos terapêuticos.

A discussão reforça que a participação familiar (Armstrong et al., 2021; Tan et al., 2021), a acessibilidade digital e o respeito à diversidade cultural são fatores decisivos para o sucesso dessas práticas. Essa perspectiva está em conformidade com as diretrizes da Organização Mundial da Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022) e da Política Nacional de Promoção da Saúde (BRASIL, 2019), que apontam para modelos de cuidado integrados, humanizados e centrados na pessoa. As limitações metodológicas observadas em parte dos estudos (como amostras reduzidas e heterogeneidade de indicadores) evidenciam a necessidade de expansão da pesquisa na área, com foco na padronização e avaliação de impactos a longo prazo. Ainda assim, os achados reafirmam a potência das PICS como ferramentas de transformação no cuidado à infância.



## 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão sistemática evidenciou que as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) promovem melhorias significativas na saúde mental, emocional e física de crianças e adolescentes, com destaque para a redução de sintomas como ansiedade, TDAH e depressão, além de avanços na cognição, sociabilidade e desenvolvimento psicomotor.

A eficácia das intervenções está associada à inserção escolar, participação familiar e uso de recursos expressivos, sensoriais e tecnológicos. Os achados dialogam com diretrizes da PNPS, PNPIC e da OMS, reforçando a importância de consolidar as PICS como estratégia estruturante no SUS.

Recomenda-se investir na formação profissional, ampliar o acesso e fomentar pesquisas robustas, articulando saúde, educação e comunidade para fortalecer um cuidado ampliado, equitativo e centrado na infância.

## REFERÊNCIAS

ANDERSSON, Rebecca; AHLEN, Johan; MATAIX-COLS, David; LENHARD, Fabian; HENJE, Eva; MÅNSSON, Cecilia; SAHLIN, Hanna; BECKMAN, Maria; SERLACHIUS, Eva; VIGERLAND, Sarah. Therapist-guided and self-guided internet-delivered behavioral activation for adolescents with depression: A feasibility study. *BMJ Open*, [s.l.], v. 12, 2022. Disponível em: Therapist-guided and self-guided internet-delivered behavioural activation for adolescents with depression: a randomised feasibility trial - PubMed. Acesso em: 24 jun. 2025.

ARMSTRONG, J.; HAYES, C.; JOHNSON, T.; LING, D.; MUNRO, N.; WHITEHOUSE, A. J. O.; ZUBRICK, S. R. Randomized controlled trial of a therapeutic playgroup for children with developmental delays and their families: The LEaP Program. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, [s.l.], v. 51, n. 11, p. 3846–3857, 2021. Disponível em: Randomised Controlled Trial of a Therapeutic Playgroup for Children with Developmental Delays - PubMed. Acesso em: 24 jun. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Promoção da Saúde: revisão da Portaria MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006*. 3. ed. Brasília: **Ministério da Saúde**, 2019. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_promocao\\_saude\\_3ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf). Acesso em: 24 jun. 2025.

COURBET, O.; ROUSSEL, N.; ARMAND, M.; DUBOIS, L.; JARRY, M.; ROY, A.; GUAY, F.; BRIERRE, F. N.; KRIKORIAN, A.; BOULÉ, J.; BOIVIN, M. Promoting psychological well-being in preschool children: Study protocol for a cluster-randomized trial of a mindfulness and yoga intervention. *Trials*, [s.l.], v. 23, n. 689, 2022. Disponível em: <https://hal.parisnanterre.fr/hal-03920210/document>. Acesso em: 28 jun. 2025.

KONCZ, A.; TOTH, M.; SCHMIDT, M.; MOLNAR, B.; BALOGH, Z.; NEMETH, L.; KISS, J. Benefits of a mindfulness-based intervention upon school entry: A pilot study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, [s.l.], v. 18, n. 13, 2021. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/eba4/a948af52accca620bf48dfba3d247b2c155f.pdf>. Acesso em: 24 jun. 2025.



LUO, X.; WANG, Q.; SUN, J.; LIU, F.; ZHANG, Y.; SHI, Y.; WANG, L. A randomized controlled study of remote computerized cognitive, neurofeedback, and combined training in children with ADHD. **European Child & Adolescent Psychiatry**, [s.l.], 2023. Disponível em: Um estudo controlado randomizado de cognitivo computadorizado remoto, neurofeedback e treinamento combinado no tratamento de crianças com transtorno de déficit de atenção/hiperatividade | *Psiquiatria Infantil e Adolescente Europeia* Acesso em: 26 jun. 2025.

REDELFS, A. H.; SMITH, M.; MERRILL, J. A.; GRIMSLEY, S.; JENKINS, H. E.; TEDERICK, J. S.; BUTLER, A. G.; DUECK, K.; EASTHAM THOMAS, M.; PEREZ, D. A.; WHIGHAM, L. D. The Commit to Be Fit framework: A multicomponent school intervention in rural communities. **Frontiers in Public Health**, [s.l.], v. 11, 2023. Disponível em: Frontiers | The Commit to Be Fit framework: a community case study of a multi-level, holistic school-based wellness initiative in rural Virginia. Acesso em: 21 jun. 2025.

TAN, J.; ZHANG, Y.; ZHENG, Q.; HU, Y.; FENG, X.; ZHU, R. Effects of sandplay therapy in reducing emotional and behavioural problems in children with chronic illness: A randomized controlled trial. **Nursing Open**, [s.l.], v. 8, n. 5, p. 2233–2241, 2021. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/353847021\\_Effects\\_of\\_sandplay\\_therapy\\_in\\_reducing\\_emotional\\_and\\_behavioural\\_problems\\_in\\_school-age\\_children\\_with\\_chronic\\_diseases\\_A\\_randomized\\_controlled\\_trial/fulltext/61153d550c2bfa282a3eb454/Effects-of-sandplay-therapy-in-reducing-emotional-and-behavioural-problems-in-school-age-children-with-chronic-diseases-A-randomized-controlled-trial.pdf](https://www.researchgate.net/publication/353847021_Effects_of_sandplay_therapy_in_reducing_emotional_and_behavioural_problems_in_school-age_children_with_chronic_diseases_A_randomized_controlled_trial/fulltext/61153d550c2bfa282a3eb454/Effects-of-sandplay-therapy-in-reducing-emotional-and-behavioural-problems-in-school-age-children-with-chronic-diseases-A-randomized-controlled-trial.pdf). Acesso em: 10 jun. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *WHO global report on traditional and complementary medicine 2019: updated and expanded strategic framework 2023–2025*. Geneva: WHO, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240071809>. Acesso em: 24 jun. 2025. Acesso em: 10 jun. 2025.

XU, J.; AKHTER, S.; APUKE, O. D. The effectiveness of combining interactive media based CBT with art and music therapies on reducing anxiety in school children. **Psychiatry Research**, [s.l.], v. 328, 2025. Disponível em: [https://csu-sdsu.primo.exlibrisgroup.com/discovery/fulldisplay/cdi\\_proquest\\_miscellaneous\\_3195786829/01CALIS\\_SDL:01CALIS\\_SDL](https://csu-sdsu.primo.exlibrisgroup.com/discovery/fulldisplay/cdi_proquest_miscellaneous_3195786829/01CALIS_SDL:01CALIS_SDL). Acesso em: 10 jun. 2025.

YU, C. C. W.; MOK, K. M.; MAK, E.; AU, C. T.; CHAN, D. F. Y.; WU, S.; CHUNG, R. C. K.; IP, M. C. K.; WONG, S. W. L. Protocol for evaluating the effects of integrating music with taekwondo training in children with ASD. **PLoS ONE**, [s.l.], v. 20, n. 2, 2025. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0315503>. Acesso em: 12 jun. 2025.

ZHANG, C.; XIONG, G.; WANG, J.; SHI, X.; GUO, T.; JIN, Y.; ZHAO, Y.; TAI, X. A multicenter randomized controlled trial of massage therapy in children with cerebral palsy. **Medicine (Baltimore)**, [s.l.], v. 100, n. 3, 2021. DOI: 10.1097/MD.00000000000025678. Disponível em: <https://europepmc.org/article/PMC/PMC7870189>. Acesso em: 12 jun. 2025.