

EVIDÊNCIAS DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA FISIOTERAPIA: REVISÃO NARRATIVA

ODS :3

Maria Clara da Silva (Universidade de Taubaté)
Wendry Maria Paixão Pereira (Universidade de Taubaté)

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) são abordagens terapêuticas que complementam a medicina convencional, promovendo saúde de forma integral, considerando aspectos físicos, psicológicos e sociais. Na fisioterapia, essas práticas têm se mostrado uma incógnita pois há poucas evidências científicas, apesar de muito profissionais relatarem o uso para melhora da função motora, analgesia e promoção do bem-estar. O presente estudo visa evidenciar as principais aplicações e benefícios das PICs. Foi realizada uma revisão narrativa da literatura sobre o uso de PICs em contextos fisioterapêuticos, com enfoque em terapias como acupuntura, osteopatia e quiropraxia. As bases pesquisadas foram a Pedro e a Pubmed. A pergunta norteadora foi: Quais evidências científicas na aplicabilidade das PICs reconhecidas pelo COFFITTO? Foram selecionados artigos nacionais e internacionais publicados nos últimos dez anos, considerando evidências sobre segurança, eficácia e integração com práticas convencionais. A revisão identificou 12 artigos contendo as seguintes evidências: a acupuntura apresentou eficácia na redução da dor musculoesquelética, especialmente em pacientes com lombalgia, cervicalgia e dores articulares, além de contribuir para melhora da mobilidade e diminuição de sintomas de estresse e ansiedade. A osteopatia demonstrou benefícios na melhora da amplitude de movimento, da postura e da função musculoesquelética, com efeitos positivos sobre a percepção de bem-estar e alívio de tensões musculares. A quiropraxia mostrou resultados favoráveis na correção de desalinhamentos vertebrais, redução da dor e melhora da funcionalidade da coluna, promovendo maior qualidade de vida e autonomia nos pacientes. Em todos os casos, a integração dessas terapias com programas fisioterapêuticos convencionais potencializou os resultados funcionais, indicando que a combinação de PICs e técnicas tradicionais proporciona efeitos superiores em termos de analgesia, mobilidade e bem-estar emocional. Há evidências científicas das Práticas Integrativas e Complementares somente quando associada a fisioterapia convencional, promovendo cuidado integral e melhora da qualidade de vida dos pacientes.

Palavras-chave: Práticas integrativas e complementares; fisioterapia; reabilitação; bem-estar.