



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina
I Mostra Científica IESC / PIEPE

AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE E SUA EFETIVIDADE NA ATENÇÃO BÁSICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Isaac Cavalcante de Castro¹; João Davi Cordeiro França²; João Pedro Pinto Gadelha³; Luiz Guilherme de Oliveira Leite Brasileiro⁴; Maria Emília Ferreira de Moraes⁵; Pedro Henrique Fernandes Mariz⁶; Viña Del Mar⁷;

¹²³⁴⁵⁶⁷ Afya Paraíba, João Pessoa - PB

Introdução

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) constituem abordagens terapêuticas voltadas à prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde, fundamentadas na escuta acolhedora, no vínculo terapêutico e na integração entre indivíduo, ambiente e sociedade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, [s.d.]a). Inseridas nas diretrizes da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), essas práticas reforçam o cuidado humanizado, integral e continuado no Sistema Único de Saúde (SUS), com destaque na Atenção Primária à Saúde (MINISTÉRIO DA SAÚDE, [s.d.]b). Entre elas, aromaterapia e auriculoterapia se destacam pela eficácia, pela aplicabilidade segura e pelo baixo custo, contribuindo para autonomia, autocuidado e melhoria da qualidade de vida.

A incorporação das PICS na Atenção Básica demonstra avanço significativo ao ampliar possibilidades terapêuticas e reconhecer o indivíduo como protagonista de seu processo de cuidado. Ao promover equilíbrio físico, mental e emocional, essas práticas favorecem a redução do uso excessivo de medicamentos e procedimentos invasivos, além de fortalecer a humanização do SUS (MINISTÉRIO DA SAÚDE, [s.d.]a). Aromaterapia e auriculoterapia, em especial, ampliam o acesso a terapias seguras e integrativas, combinando saberes tradicionais e científicos no contexto da saúde pública.

Do ponto de vista clínico, as PICS contribuem para aprofundar a escuta, fortalecer vínculos entre profissionais e usuários e promover um cuidado mais acolhedor, participativo e centrado na pessoa. Sua efetividade está ligada à capacidade de aliviar sintomas físicos e emocionais, promover bem-estar e consolidar práticas integrais e éticas no SUS (MINISTÉRIO DA SAÚDE, [s.d.]b). Assim, reafirmam o compromisso social da Atenção Primária e o papel do profissional de saúde na promoção de um envelhecimento ativo e saudável (MINISTÉRIO DA SAÚDE, [s.d.]a; MINISTÉRIO DA SAÚDE, [s.d.]b). Por isso, este trabalho tem em vista relatar a experiência com as PICS no contexto da APS.

Métodos ou Relato de Experiência

O trabalho se trata de um relato de experiência, que foi previamente organizado por sete discentes do curso de Medicina, sob a orientação e supervisão da enfermeira, preceptora da equipe. A ação foi desenvolvida em uma Unidade de Saúde da Família (USF), e teve como eixo

temático as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), com ênfase na aromaterapia e na auriculoterapia, em consonância com as diretrizes da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do Sistema Único de Saúde (SUS).

Inicialmente, procedeu-se à acolhida dos usuários na unidade, momento destinado à apresentação dos discentes, à organização do espaço físico e à preparação dos materiais necessários à execução das atividades. Em seguida, realizou-se uma exposição dialogada sobre as PICS, abordando seus fundamentos teóricos, seus mecanismos de ação e sua relevância na promoção da saúde, prevenção de agravos e complementação de processos terapêuticos convencionais, reforçando a visão ampliada e integradora do cuidado em saúde preconizada pela atenção primária.

Posteriormente, deu-se início à execução das práticas integrativas. Nesse momento, os usuários puderam vivenciar a aromaterapia, mediante a utilização de óleos essenciais com propriedades relaxantes e ansiolíticas, como o de lavanda, laranja e o blend, e a auriculoterapia, técnica aplicada pelos discentes sob supervisão direta da preceptora. Esta última consistiu na estimulação de pontos auriculares correspondentes a órgãos e funções fisiológicas, com o intuito de promover o equilíbrio físico, mental e emocional dos participantes. Ambas as intervenções apresentaram boa aceitação e adesão, resultando em relatos subjetivos de relaxamento, bem-estar e redução de tensões.

Ao término das atividades, foi promovido um momento de feedback coletivo junto aos participantes, que expressaram suas percepções sobre as práticas experienciadas, destacando o impacto positivo na sensação de conforto e tranquilidade. Na sequência, realizou-se uma reunião avaliativa entre os discentes e a preceptora, voltada à análise crítica da ação, à identificação de aspectos a serem aprimorados e à discussão de estratégias para a continuidade e ampliação de atividades voltadas à implementação das PICS no contexto da Atenção Primária à Saúde.

A experiência proporcionou aos discentes uma vivência prática e formativa sobre a aplicabilidade das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no âmbito da Estratégia Saúde da Família, favorecendo a consolidação de competências humanísticas, comunicativas e técnicas. Ademais, reforçou-se a importância da abordagem integral, holística e centrada no usuário, conforme os princípios doutrinários do SUS, contribuindo para a construção de um cuidado em saúde mais sensível, resolutivo e interdisciplinar.

Resultados e Discussão

A atividade realizada na USF evidenciou, na prática, o quanto as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), como a aromaterapia e a auriculoterapia, podem produzir efeitos positivos e despertar interesse da comunidade. Desde o início, os usuários se mostraram



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e

II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina

I Mostra Científica IESC / PIEPE

abertos, curiosos e participativos, demonstrando confiança nas intervenções e disposição para conhecer melhor essas terapias — achado compatível com estudos nacionais que mostram elevada aceitação das PICS na Atenção Básica (Santos et al., 2021; Tesser; Sousa; Nascimento, 2018).

Durante a realização das práticas, observou-se boa adesão dos participantes, alguns relatando experiências prévias com aromaterapia ou auriculoterapia e destacando melhora em sintomas emocionais. Isso reforça evidências científicas brasileiras de que essas práticas são percebidas pelos usuários como estratégias eficazes de promoção do bem-estar e manejo de sintomas cotidianos (Oliveira; Barros, 2020).

Os participantes da aromaterapia relataram sensação de tranquilidade e redução da tensão ao utilizar o aroma “Balance”. Estudos nacionais demonstram que os óleos essenciais podem modular respostas fisiológicas relacionadas ao estresse e à ansiedade, promovendo relaxamento e melhora do estado emocional (Hermann; Eltz; Siqueira, 2021). Já na auriculoterapia, diversos participantes relataram alívio de sintomas físicos e mentais, compatível com evidências clínicas brasileiras que mostram eficácia da técnica na redução de ansiedade, dor e tensões emocionais (Souza et al., 2019).

Esses achados reforçam que as PICS já possuem espaço consolidado nas Redes de Atenção à Saúde e são reconhecidas pelos usuários como práticas úteis e eficazes, corroborando pesquisas que destacam o crescimento da institucionalização das PICS no SUS e seu impacto na humanização do cuidado (Gallo; Tesser, 2020).

Dessa forma, para os estudantes, a vivência foi igualmente enriquecedora. Além de aprenderem a aplicação prática das técnicas, desenvolveram habilidades como escuta qualificada, empatia e percepção ampliada do cuidado — aspectos frequentemente apontados na literatura como fundamentais para a consolidação de modelos assistenciais mais humanizados e integrais (Albuquerque et al., 2021). Assim, o uso das PICS favoreceu o fortalecimento do vínculo terapêutico, aproximando profissionais, estudantes e usuários, e reafirmando o potencial dessas práticas de transformar o cuidado no nível da Atenção Primária.

Considerações Finais

Em suma as Práticas Integrativas e Complementares em saúde (PICS), ao serem executadas no contexto de Atenção Primária, por meio da auriculoterapia e aromaterapia, revelou um grande potencial para melhorar o bem estar físico e mental dos usuários da USF, bem como a capacidade de fortalecer o vínculo entre profissionais e pacientes, devido ao tratamento possuir uma necessidade maior de escuta individual.

Dessa forma, a experiência contribuiu positivamente na formação dos alunos, pois o contato direto e assistência à comunidade, fortalecem o preparo acadêmico dos discentes, sendo



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina
I Mostra Científica IJESC / RIEPE

uma oportunidade única de aprendizado, consolidando não apenas a capacidade dos alunos de realizarem as PICS, assim como a aptidão em escutar adequadamente aos pacientes.

Portanto, os resultados observados reafirmaram a importância das PICS como tratamento complementar, reforçando um modelo assistencial mais humanizado e participativo. A boa receptividade previamente mencionada, mostra não só sua pertinência, mas também uma necessidade de ampliar essas práticas nas Unidades de Saúde.

Referências

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Brasília: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/pnpic>. Acesso em: 24 out. 2025.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). Brasília: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>. Acesso em: 23 out. 2025.. ALBUQUERQUE, A. F. L. et al. Oferta e utilização das Práticas Integrativas e Complementares no SUS: análise de dados nacionais. Interface – Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 25, e200633, 2021. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1590/interface.200633> Acesso em: 28 out. 2025.

GALLO, S.; TESSER, C. D. A institucionalização das Práticas Integrativas e Complementares no SUS: avanços e limites. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 36, n. 9, e00208819, 2020. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00208819> Acesso em: 24 out. 2025.

HERMANN, P. R. S.; ELTZ, G.; SIQUEIRA, D. F. Aromaterapia como intervenção no cuidado em saúde: revisão integrativa. Revista Gaúcha de Enfermagem, Porto Alegre, v. 42, e20200420, 2021. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200420> Acesso em: 19 out. 2025.

OLIVEIRA, C. M.; BARROS, N. F. Práticas integrativas e complementares e o desafio da integralidade no cuidado. Physis: Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 30, n. 1, e300111, 2020. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300111> Acesso em: 27 out. 2025.

SANTOS, F. A. et al. Uso das práticas integrativas e complementares por usuários da Atenção Básica. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 26, n. 12, p. 5905–5916, 2021. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.12842021> Acesso em: 26 out. 2025.

SOUZA, L. M. et al. Efeitos da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes brasileiros: ensaio clínico randomizado. Revista Latino-Americana de Enfermagem, Ribeirão Preto, v. 27, e3143, 2019. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3089.3143> Acesso em: 24 out. 2025.

TESSER, C. D.; SOUSA, I. M. C.; NASCIMENTO, M. C. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária: avanços e desafios. Saúde em Debate, Rio de Janeiro, v. 42, n. spe1, p. 38–51, 2018. Disponível em: DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-11042018S103> Acesso em: 22 out. 2025.

