



MEDX 2025

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

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UM RELATO SOBRE AURICULOTERAPIA E AROMATERAPIA

Luana Mirelle da Silva¹; Amanda Sousa de Oliveira²; Hanna Luísa Saldanha Veras Arruda Oliveira³; Isabelle Cristina da Cunha Souto⁴; Josyara Oliveira da Costa⁵; Lucineide Alves Vieira⁶

¹²³⁴⁵⁶Afya Paraíba, João Pessoa - PB

Introdução

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) vêm ganhando destaque no Sistema Único de Saúde (SUS) como um importante instrumento de cuidado integral, humanizado e centrado na pessoa. Essas práticas buscam ampliar o olhar sobre o processo saúde-doença, considerando o indivíduo em suas dimensões física, mental, emocional e social, promovendo a escuta acolhedora, o vínculo terapêutico e o estímulo ao autocuidado (Brasil, 2025).

Instituídas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), por meio da Portaria nº 971/2006, as PICS incorporam diferentes abordagens terapêuticas, como acupuntura, fitoterapia, homeopatia, auriculoterapia e aromaterapia. Desde então, o número de práticas ofertadas e o acesso da população têm se expandido significativamente, refletindo o interesse crescente por formas de cuidado mais naturais, acessíveis e integradas (Brasil, 2006).

No contexto da Atenção Primária à Saúde (APS), as PICS assumem papel essencial ao fortalecer o vínculo entre profissionais e usuários, estimular hábitos saudáveis e promover o bem-estar físico e emocional. Além disso, contribuem para a prevenção de doenças crônicas, o controle de sintomas e a melhoria da qualidade de vida, sendo reconhecidas como ferramentas complementares eficazes e seguras dentro do cuidado multiprofissional (Brasil, 2021).

Assim, as PICS consolidam-se como uma estratégia fundamental para a promoção da saúde, integrando saberes científicos e práticas tradicionais, em consonância com os princípios da integralidade e da humanização preconizados pelo SUS.

O presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência da realização de práticas integrativas e complementares em saúde, especificamente a auriculoterapia e a aromaterapia, desenvolvidas em uma Unidade de Saúde da Família, destacando seus impactos na promoção

do bem-estar, no alívio de sintomas e no fortalecimento do vínculo entre profissionais e usuários na Atenção Primária à Saúde.

Relato de Experiência

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência realizado em uma Unidade de Saúde da Família, localizada no município de João Pessoa, na Paraíba, na qual foi realizada uma ação voltada para as Práticas de saúde integrativas e complementares (PICS), abordagens terapêuticas usadas para prevenir doenças e promover saúde. A atividade foi realizada no turno da manhã, com os usuários adscritos da USF, totalizando cerca de 10 mulheres, sendo promovida por 5 acadêmicas do 5º período de medicina, sob a supervisão profissional e docente.

Inicialmente, ao chegar na USF os estudantes apresentaram-se e explicaram como funcionaria a atividade, os tipos de PICS que seriam fornecidas e sua importância terapêutica. A partir disso, direcionaram os participantes para o local da unidade em que ocorreria a dinâmica, assim os participantes poderiam conhecer mais sobre a auriculoterapia e a aromaterapia. Logo, ao escolher o primeiro subtipo de terapia, as acadêmicas perguntavam as queixas da paciente para que pudessem criar o protocolo individualizado, e assim então iniciar o processo, que consiste na limpeza do pavilhão auricular, sua avaliação em busca de sinais e descamações, e a aplicação das sementes de mostarda nos pontos que necessitavam de estimulação.

Além disso, a aromaterapia também estava a disposição de acordo com as queixas da paciente, com uso de óleos essenciais, como lemon pepper e laranja, aplicados no punho e inalados para alívio de sintomas como estresse, ansiedade e dores inflamatórias. Dessa forma, os usuários puderam conhecer mais sobre práticas além das tradicionais, como uso de medicamentos, que também podem auxiliar no tratamento de doenças.

Resultados e Discussão

Como resultado, evidenciou-se a participação de aproximadamente 10 pacientes, com predomínio do sexo feminino e faixas etárias variadas, refletindo o perfil heterogêneo de usuários atendidos na Atenção Primária à Saúde. Nesse sentido, a maioria relatou queixas de dores crônicas, como fibromialgia, lombalgias e sintomas ansiosos, condições frequentemente associadas ao estresse e à sobrecarga emocional. Durante a vivência, observou-se alta adesão e aceitação positiva das práticas de auriculoterapia e aromaterapia, com relatos espontâneos de relaxamento, melhora do humor e alívio sintomático imediato.



Com efeito, esse resultado demonstra que as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) podem atuar como estratégias terapêuticas complementares eficazes, favorecendo a promoção do bem-estar e o autocuidado.

Desse modo, esses achados convergem com estudos recentes que evidenciam o potencial da auriculoterapia na modulação do sistema nervoso autônomo, estimulando pontos auriculares capazes de promover analgesia e equilíbrio energético. Além disso, a aromaterapia tem sido descrita como uma abordagem capaz de reduzir níveis de ansiedade, estresse e dor, através da ação de óleos essenciais sobre o sistema límbico, responsável pelo controle das emoções (Januário, 2023).

O engajamento dos participantes também reflete a importância do vínculo terapêutico e da escuta qualificada como pilares fundamentais das PICS. Segundo a literatura, a interação entre profissional e usuário favorece uma relação de confiança e corresponsabilidade no cuidado, o que potencializa os efeitos terapêuticos e fortalece a humanização da atenção (Brasil, 2021; Gaggini *et al.*, 2024).

Nessa perspectiva, a experiência descrita evidencia o impacto positivo das PICS não apenas nos aspectos clínicos, mas também na dimensão subjetiva do cuidado, ao integrar práticas que valorizam o paciente como um todo. Além disso, a atuação dos acadêmicos permitiu ainda o desenvolvimento de competências relacionais e comunicativas, essenciais à formação médica voltada para o cuidado integral e humanizado. Por fim, a ação mostrou-se efetiva tanto no alívio de sintomas físicos e emocionais dos usuários quanto na formação ampliada dos futuros profissionais de saúde, reforçando a relevância das PICS como ferramenta de cuidado complementar dentro do SUS.

Considerações Finais

As PIC, Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, possuem papel crucial no cuidado e no fortalecimento do vínculo entre a equipe de saúde e a comunidade, visando ações que priorizam a humanização, prevenção e autocuidado. Nesse sentido, é perceptível que iniciativas como a desenvolvida neste projeto têm relevante importância na Atenção Primária à Saúde, visto que promove saúde e bem-estar aos pacientes, atenuando suas dores e sintomas emocionais. Além de proporcionar a interação entre os acadêmicos e a população assistida, contribuindo para a formação profissional dos estudantes, que, nesses momentos aplicam habilidades e atitudes aprendidas na teoria.

Paralelo a isso, sabe-se que as PICS têm mostrado benefícios em doenças crônicas, transtornos mentais e cuidados paliativos. Dessa forma, ao serem realizadas em sala de

espera, essas práticas contribuem para o cuidado contínuo do paciente, que passa a ser acolhido e tratado antes mesmo de adentrar ao consultório médico ou a outros ambientes da unidade de saúde. Assim como, favorecem nos discentes o desenvolvimento de competências voltadas à escuta qualificada e ao acolhimento humanizado, estimulando a compreensão do processo saúde-doença, no qual o paciente é percebido como um todo e não apenas sob a ótica patológica.

Por fim, a experiência consolidou a importância das PICS como estratégia de cuidado integral, evidenciando a capacidade de ampliar o olhar clínico e humanizado, além de demonstrar a integração entre saberes científicos e práticas integrativas como modelo de atenção pautado na integralidade

Referências

BRASIL. Biblioteca Virtual em Saúde. *Práticas integrativas e complementares na atenção primária à saúde: contribuições para a promoção do cuidado integral*. Revista Mundo da Saúde, São Paulo, 2021. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/artigos/mundo_saude/praticas_integrativas_complementares_a_tencao_primaria.pdf. Acesso em: 28 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: PNPIC*. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 28 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: PNPIC – Atuação e perspectivas*. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS)*. Portal do Governo Federal, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics>. Acesso em: 28 out. 2025.

GAGGINI, D. et al. A model of contributors to a trusting patient–physician relationship: a critical review using a systematic search strategy. *BMC Primary Care*, v. 25, n. 34, 2024.

JANUÁRIO, G. P. B. O uso da Aromaterapia na saúde mental. *Research, Society and Development*, v. 12, n. 4, p. 1–9, 2023.