

**APLICAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM
IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS: EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA NA
PROMOÇÃO DO CUIDADO HUMANIZADO**

**APPLICATION OF INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES
IN INSTITUTIONALIZED OLDER WOMEN: AN EXTENSION EXPERIENCE IN
PROMOTING HUMANIZED CARE**

**Brenda Cristina Alves Moreira Santos¹, Adélia Djenifer Oliveira Nascimento¹,
Guilherme Goes Soares da Silva¹, Gustavo Brum Cavalcanti¹, Hyasmin Pryscilla Enéas
Alcântara¹, João Paulo Cavalcante Liberato Correia¹, Juliane Tenório de Albuquerque
Martins¹, Luana Rodrigues de Mélo Pinto¹, Luiz Monteiro da Silva Neto¹, Mateus
Mansueto Matias de Macêdo¹, Samuel Vinicius de Moraes Inácio¹, Thaís Nicolle Vilela
Rufino¹, Mirelle Silva Burgos², , Beatriz Magda de Lira e Silva¹.**

1: Acadêmico do curso de medicina da Afya - Faculdade de Ciências Médicas de Garanhuns;
Email: beatrizmagda2001@bol.com.br

2. Professor do curso de medicina da Afya - Faculdade de Ciências Médicas de Garanhuns.

Eixo Temático: 01

RESUMO

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) promovem cuidado integral e humanizado por meio de recursos naturais, culturais e sociais. Em instituições de longa permanência para idosos, podem contribuir para a redução do estresse, a socialização e o bem-estar físico e emocional. **Objetivo:** Promover o bem-estar e a qualidade de vida de idosas institucionalizadas por meio das PICS, integrando teoria e prática na formação médica e estimulando o cuidado humanizado. **Descrição da experiência:** A intervenção ocorreu em 20 de outubro de 2025, no Abrigo São Vicente de Paulo, com aproximadamente 45 idosas. Foram realizadas atividades de arteterapia, fitoterapia e aromaterapia. A arteterapia envolveu pintura com lápis de cor e guache, favorecendo criatividade, coordenação motora e expressão emocional. Na fitoterapia, foram oferecidos chás de camomila e erva-doce, estimulando conversas, troca de experiências e resgate de memórias. Na

aromaterapia, foram apresentados óleos essenciais de lavanda e alecrim, promovendo relaxamento, concentração e equilíbrio emocional. A participação ativa das idosas e o apoio dos profissionais foram fundamentais para o desenvolvimento da ação. **Conclusão:** As PICS contribuíram para o bem-estar físico, mental e emocional das participantes, favorecendo autonomia, socialização e envelhecimento ativo. A experiência também possibilitou aos estudantes desenvolver empatia, escuta sensível e práticas de cuidado humanizado, evidenciando a importância da extensão universitária na formação médica.

Palavras-chave: Terapias Complementares. Instituição de Longa Permanência para Idosos. Humanização da Assistência.

ABSTRACT

Introduction: Integrative and Complementary Health Practices (ICHP) promote comprehensive and humanized care through natural, cultural, and social resources. In long-term care institutions for older adults, these practices can contribute to stress reduction, socialization, and physical and emotional well-being. **Objective:** To promote the well-being and quality of life of institutionalized older women through ICHP, integrating theory and practice into medical education and fostering humanized care. **Experience Description:** The intervention took place on October 20, 2025, at Abrigo São Vicente de Paulo, with approximately 45 older women. Art therapy, herbal medicine, and aromatherapy activities were conducted. Art therapy involved painting with colored pencils and gouache, fostering creativity, motor coordination, and emotional expression. In herbal medicine, chamomile and fennel teas were offered, encouraging conversations, exchange of experiences, and the recollection of memories. In aromatherapy, essential oils such as lavender and rosemary were presented, promoting relaxation, concentration, and emotional balance. The active participation of the older women and the support of the institution's staff were essential to the development of the activity. **Conclusion:** ICHP contributed to the participants' physical, mental, and emotional well-being, promoting autonomy, socialization, and active aging. The experience also enabled students to develop empathy, sensitive listening, and humanized care practices, highlighting the importance of university extension programs in medical education.

Keywords: Complementary Therapies. Homes for the Aged. Humanization of Assistance.

INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) constituem estratégias terapêuticas não convencionais, baseadas em diferentes abordagens e com embasamento científico, que visam ampliar o cuidado integral. Sua implementação utiliza recursos culturais,

naturais e sociais que fortalecem o vínculo entre a equipe de saúde e o usuário, colocando-o no centro do processo de cuidado.¹

Modalidades como acupuntura, fitoterapia, aromaterapia e homeopatia integram as PICS e podem ser empregadas isoladamente ou de forma combinada para alcançar objetivos terapêuticos.¹ Nos últimos anos, seu uso tem se expandido no Sistema Único de Saúde (SUS), especialmente após a instituição da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) em 2006, destacando-se como abordagem humanizada, de baixo custo e ampla acessibilidade, com resultados positivos no alívio da dor, promoção do bem-estar e redução do uso de terapias medicamentosas.^{2, 3}

Os idosos institucionalizados no Brasil constituem um grupo particularmente vulnerável, caracterizado por fragilidades físicas, emocionais e sociais. A institucionalização geralmente decorre do afastamento familiar, da ausência de cuidadores e da presença de doenças crônicas, como hipertensão e diabetes, resultando em perda de autonomia, dependência funcional e restrição das interações sociais, o que compromete o bem-estar e a qualidade de vida.⁴⁻⁶

Além disso, essa população apresenta alta prevalência de fragilidade, declínio cognitivo e dependência para atividades básicas da vida diária, frequentemente associadas ao uso contínuo de múltiplos medicamentos e comorbidades.⁷ Essas condições demandam atenção integral, que contemple não apenas a dimensão biológica, mas também as necessidades emocionais e sociais dos idosos, reforçando a importância de abordagens humanizadas e da atuação interdisciplinar para preservar autonomia e qualidade de vida.^{5, 6}

Nesse contexto, a implementação das PICS com idosos institucionalizados representa uma alternativa eficaz e humanizada para o cuidado. Intervenções como arteterapia e aromaterapia podem contribuir para a melhoria da qualidade de vida, estimulando a socialização e promovendo o bem-estar físico, mental e emocional.⁸ Ademais, essas práticas podem favorecer a cognição e a autoestima, reduzir a necessidade de terapias farmacológicas e fortalecer a atuação multiprofissional voltada ao envelhecimento saudável.^{9, 8} Diante disso, este trabalho teve como objetivo promover o bem-estar e a qualidade de vida das residentes do Abrigo São Vicente de Paulo por meio das PICS, aproximando teoria e prática na formação médica e reafirmando a importância dessas estratégias na promoção da integralidade do cuidado em instituições geriátricas.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Trata-se de um relato de experiência de abordagem qualitativa, desenvolvido por estudantes do 5º período de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Garanhuns, a respeito do projeto de extensão executado no eixo Práticas Interdisciplinares de Extensão, Pesquisa e Ensino V (PIEPE V). Inicialmente, foi realizado um encontro prévio na instituição Abrigo São Vicente de Paulo, localizada em Garanhuns-PE, com o objetivo de conhecer o espaço, compreender a rotina das residentes e identificar suas principais demandas de saúde e bem-estar. Esse momento possibilitou o planejamento das atividades e o estabelecimento de vínculo entre os estudantes e a equipe do abrigo.

A intervenção principal ocorreu em 20 de outubro de 2025, no mesmo local, com a participação de aproximadamente 45 idosas. A atividade foi previamente planejada pelos alunos, que organizaram as estações, selecionaram os materiais e prepararam o lanche oferecido às participantes. Para isso, a ação também contou com o apoio dos profissionais do abrigo, que auxiliaram na integração entre os estudantes e as residentes, sendo fundamentais para o desenvolvimento da intervenção e para a promoção do cuidado humanizado.

Após uma breve apresentação das atividades desenvolvidas na instituição e a apresentação dos alunos às idosas, foram explicadas as dinâmicas que seriam realizadas. Os estudantes dividiram-se em grupos e abordaram individualmente cada residente, buscando identificar suas preferências e favorecer maior adesão às atividades propostas: arteterapia, fitoterapia e aromaterapia.

Para a realização da arteterapia, foram disponibilizados lápis de cor, tinta guache, pincéis e desenhos impressos, de forma que cada participante pôde escolher livremente os materiais, as cores e a forma de pintar. Durante a atividade, houve o diálogo entre estudantes e idosas, que favoreceu uma aproximação significativa, além da exploração da pintura como um recurso expressivo, que pode estimular a coordenação motora, a sensibilidade, a criatividade e a imaginação, além de favorecer maior percepção dos limites e potencialidades presentes no processo de envelhecimento.¹⁰

Na atividade de fitoterapia, foram oferecidos chás de camomila e erva-doce, conforme a preferência das participantes. Durante a oferta, os estudantes estimularam a contação de histórias relacionadas às experiências de vida das idosas, buscando resgatar memórias afetivas e compreender a individualidade de cada residente. Diante disso, essa abordagem pôde

estimular a cognição, promover inclusão social, reduzir sentimentos de ansiedade e solidão e contribuir para o enfrentamento de sintomas depressivos.¹¹ Durante a experiência com a aromaterapia, foram utilizados óleos essenciais, apresentados às idosas de maneira individualizada. Enquanto as participantes experimentavam os aromas, os estudantes explicaram os possíveis efeitos terapêuticos de cada óleo e estimulavam a interação e o diálogo.

A realização das intervenções constituiu uma experiência relevante tanto para os estudantes quanto para as idosas institucionalizadas. Para os acadêmicos, representou uma oportunidade de aplicar conhecimentos teóricos sobre as PICS em um cenário real, desenvolvendo habilidades de comunicação, empatia e escuta ativa. Para as idosas, as atividades proporcionaram momentos de bem-estar, interação social e valorização da subjetividade, evidenciando o potencial dessas práticas no contexto da gerontologia e reforçando a importância do cuidado humanizado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) mostraram-se estratégias eficazes e humanizadas na promoção do bem-estar e da qualidade de vida de idosas institucionalizadas, estimulando a expressão emocional, o convívio social e a valorização da autonomia. As atividades de arteterapia, fitoterapia e aromaterapia possibilitaram momentos de relaxamento, resgate de memórias afetivas e fortalecimento da autonomia, além de proporcionarem aprendizado significativo aos acadêmicos, que vivenciaram, na prática, a importância da empatia, da escuta ativa e do cuidado integral.

Dessa forma, o projeto reafirma o papel das PICS como instrumentos de promoção da saúde física, mental e social, alinhadas aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3 e 12, e evidencia a relevância da extensão universitária na formação de profissionais mais éticos, humanos e comprometidos com o envelhecimento digno e ativo.

REFERÊNCIAS

1. Coutinho ML, Flório FM, de Souza LZ. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: visão dos profissionais da Estratégia Saúde da Família. Rev Bras Med Fam Comunidade. 2024;19(46):4047.

2. Telesi E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estud Av.* 2016;30(86):99-112.
3. Queiroz NA, Barbosa FES, Duarte WB. Uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde por profissionais dos Núcleos Ampliados de Saúde da Família e Atenção Básica. *Physis.* 2023;33:e33037.
4. Vasconcelos CLB, et al. Qualidade de vida de idosos institucionalizados no Brasil: uma revisão integrativa. *Rev Bras Mil Ciênc.* 2022;8(20).
5. Brandão FSR, et al. Caracterização da qualidade de vida de idosos institucionalizados. *Anais da Faculdade de Medicina de Olinda.* 2023;1(10):1-11.
6. Tessmann PV, et al. Perfil dos idosos institucionalizados: uma revisão de literatura com estudos nacionais e internacionais. *ARACÊ.* 2024;6(4):14110-14131.
7. Decarli JS, et al. Relação entre fragilidade e características sociodemográficas e clínicas em idosos institucionalizados no Acre. *Rev Contemporânea.* 2024;4(10):e6355.
8. Leite LBM, et al. Uso das práticas integrativas em lar de idosos: relato de experiência. *Brazilian Medical Students.* 2024;9(13).
9. Faria LB, et al. Benefícios da implementação de Práticas Integrativas e Complementares na qualidade de vida de idosos institucionalizados. *Rev Eletrônica Acervo Científico.* 2022;41:1-11.
10. Jardim VCFS, et al. Contribuições da arteterapia para promoção da saúde e qualidade de vida da pessoa idosa. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2020;23(4):e200173.
11. Costa NP, et al. Contação de história: tecnologia cuidativa na educação permanente para o envelhecimento ativo. *Rev Bras Enferm.* 2016;69(6):1132-1139.