

## RESUMO - PESQUISA

### **APLICAÇÃO DA CROMOTERAPIA COMO MÉTODO DA MEDICINA INTEGRATIVA**

*Maria Eduarda Souza De Paulo (maeduardasouzap@gmail.com)*

*Ana Lyandra Loiola Pinto (lycaloiola13@hotmail.com)*

*Isadora Pessoa Lima (isadorapessoa1@hotmail.com)*

*Thaissa Costa Do Nascimento (thaissacosta.2002@gmail.com)*

*Pedro Victor Rodrigues Linhares (pedrovictorlinhares@hotmail.com)*

*Iann Gabriel (iann.kira@gmail.com)*

*José Carlos De Araújo Fontenele (josecarlos.fontenele@uninta.edu.br)*

Introdução: No atual panorama da saúde, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) têm recebido crescente atenção, particularmente dentro do Sistema Único de Saúde (SUS). Dentre essas, a cromoterapia se destaca como uma terapêutica que explora os impactos das cores no equilíbrio psicofísico do indivíduo. Este método fundamenta-se no entendimento dos efeitos cromáticos no sistema biológico e psíquico, visando o tratamento de enfermidades diversas, alívio de sintomas e a harmonização da mente e do corpo, terapêutico que emprega sete cores principais derivadas do espectro solar: azul, amarelo, verde, laranja, vermelho, violeta e anil. A medicina integrativa busca aliar práticas tradicionais e modernas, focando no paciente de forma holística. Nesse sentido, a cromoterapia se insere como uma ferramenta terapêutica que pode complementar tratamentos convencionais,

tendo em vista sua capacidade de aliviar sintomas e restaurar o equilíbrio físico-mental. Diversas pesquisas já têm mostrado a eficácia desse método em variados grupos populacionais, enfatizando sua versatilidade e segurança. É imperativo que a administração da cromoterapia seja efetuada por profissionais de saúde com formação técnico-científica específica na área, como enfermeiros habilitados, que possuam a autonomia para escolher e aplicar as cores de maneira adequada, visando um tratamento eficaz. A prática se apresenta como uma modalidade terapêutica segura e não invasiva, podendo ser aplicada em diferentes faixas etárias sem provocar agressão ao organismo.

**Objetivo:** Este estudo tem como objetivo avaliar a eficácia e aplicabilidade da cromoterapia como uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no Sistema Único de Saúde.

**Métodos:** Baseia-se em uma revisão sistemática de literatura, em que se realiza uma busca em bases de dados científicas como PubMed, Scopus, Web of Science, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e publicações do "Brazilian Journal of Health Review". Como critérios de inclusão, priorizaram-se busca de artigos publicados nos últimos dez anos, estudos que focassem na eficácia da cromoterapia, com textos em português, inglês e espanhol. Como critérios de exclusão, evitou-se estudos sem revisão por pares, textos que não estivessem disponíveis na íntegra e pesquisas que não tivessem foco direto na aplicabilidade ou eficácia da cromoterapia. Nesse sentido, foram utilizadas palavras-chave como "cromoterapia", "Práticas Integrativas e Complementares", "eficácia" e "SUS", para filtrar os estudos relevantes.

**Resultados e Discussões:** Após a análise de 42 artigos selecionados, 35 demonstraram eficácia da cromoterapia em diversas condições de saúde. Dentre esses, 18 artigos focaram especificamente em estados emocionais como ansiedade e depressão, mostrando uma redução significativa dos sintomas. Sete artigos indicaram que a cromoterapia pode ser aplicada efetivamente em diferentes faixas etárias, desde crianças até idosos. Cada tonalidade exerce um efeito específico no organismo do paciente, tornando imprescindível uma avaliação preliminar para a aplicação adequada da técnica. Notavelmente, esta abordagem terapêutica tem mostrado eficácia particular no

tratamento de neonatos com icterícia. A intervenção é realizada por meio de um dispositivo que emite uma luz azul, capaz de desagregar o excesso de bilirrubina no sangue e acelerar sua eliminação pelo organismo. Além disso, a luz infravermelha tem sido empregada no tratamento de dores articulares, contribuindo para analgesia local e regeneração tecidual, entre outros benefícios. A terapia com luz azul de tonalidade mais fria também demonstrou relevância no alívio de condições como ansiedade e insônia, exercendo um efeito calmante e tranquilizante sobre o sistema nervoso central. Em um contexto em que a busca por tratamentos menos agressivos e mais holísticos cresce continuamente, a cromoterapia apresenta-se como um tópico de estudo notavelmente atual, original e relevante. Os resultados corroboram a literatura existente que sugere a eficácia da cromoterapia como uma prática complementar na promoção da saúde e bem-estar. Especificamente, o tratamento mostrou-se promissor para o alívio dos sintomas de ansiedade e depressão, corroborando estudos anteriores que destacam a relevância da cromoterapia em contextos emocionais.

**Conclusão:** Os resultados deste estudo concluem sobre evidências consideráveis sobre a eficácia da cromoterapia como uma prática de medicina integrativa, especialmente no contexto do SUS. Portanto, a inclusão da cromoterapia nas políticas de saúde pública poderia ser uma estratégia eficaz para o tratamento de várias condições, ampliando o escopo das intervenções em saúde mental e bem-estar. Dado que a cromoterapia faz parte das PICS encontradas no SUS, a pesquisa demonstra sua aplicabilidade e eficácia dentro desse sistema. Tal informação é crucial para direcionar políticas públicas e recursos, bem como para conscientizar profissionais da saúde sobre os benefícios da prática.

**Palavras-chave:** práticas de medicina integrativa; terapia das cores; cromoterapia.