

**As vantagens das práticas integrativas e complementares em saúde como estratégia de cuidado: uma revisão de literatura**

**The advantages of integrative and complementary health practices as a care strategy: a literature review**

**Las ventajas de las prácticas de salud integrativas y complementarias como estrategia de atención: una revisión de la literatura**

DOI: 10.5281/zenodo.15181507

Recebido: 28 fev 2025

Aprovado: 15 mar 2025

**Douglas Guimarães Brito**

Estudante de Medicina – UECE Crateús

Crateús – Ceará, Brasil.

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0009-7666-6400>

E-mail: [douglas.guimaraes@aluno.uece.br](mailto:douglas.guimaraes@aluno.uece.br)

**Lowhana Farias Siqueira**

Estudante de Medicina – UFC Sobral

Sobral – Ceará, Brasil.

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0000-2191-5646>

E-mail: [lowhana.farias.siqueira@hotmail.com](mailto:lowhana.farias.siqueira@hotmail.com)

**Vanessa de Arêa Leão Ramos Oliveira**

Estudante de Medicina - UNINTA

Sobral – Ceará, Brasil.

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0001-4562-2204>

E-mail: [vanessaarealeao@gmail.com](mailto:vanessaarealeao@gmail.com)

**Vanderlei Ribeiro Aguiar Filho**

Estudante de Medicina - UNINTA

Sobral – Ceará, Brasil.

E-mail: [vanderleiribeiroaguiarfilho@gmail.com](mailto:vanderleiribeiroaguiarfilho@gmail.com)

**Sarah Melo Arruda**

Estudante de Medicina - UNINTA

Sobral – Ceará, Brasil.

E-mail: [melos4699@gmail.com](mailto:melos4699@gmail.com)

**Athyron da Conceição Silva**

Estudante de Medicina – UFC Sobral

Sobral – Ceará, Brasil.

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0003-6008-1535>

E-mail: [athyron0012@gmail.com](mailto:athyron0012@gmail.com)

## RESUMO

Este texto analisa os benefícios das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como método de atendimento na Atenção Primária à Saúde (APS). A introdução aborda a relevância das Práticas Integrativas e Complementares no SUS e os obstáculos encontrados na sua aplicação. A metodologia se fundamenta na avaliação de quatro pesquisas recentes, empregando a metodologia qualitativa e a análise de conteúdo temática para reconhecer as vantagens dessas práticas, tais como a promoção da saúde, a diminuição de despesas e a melhoria da adesão ao tratamento. Os achados e o debate ressaltam as principais vantagens, como a melhoria do bem-estar dos pacientes e a diminuição dos sintomas, bem como os obstáculos ligados à capacitação profissional e à resistência institucional. Por fim, o texto destaca a importância de mais pesquisas e formação para enfrentar os obstáculos na implementação das PICS. As práticas podem ser uma opção econômica para o tratamento de doenças crônicas e aprimorar a qualidade de vida, contudo, encontram oposição de alguns profissionais e administradores. Incorporar as Práticas Integrativas e Complementares nos currículos acadêmicos e intensificar a formação em serviço são fundamentais para assegurar que essas práticas sejam incorporadas de maneira mais eficiente ao sistema de saúde do Brasil. A análise indica que, mesmo com os desafios, as Práticas Integrativas e Complementares (PICS) possuem um grande potencial para revolucionar o modelo de assistência no SUS.

**Palavras-chave:** atenção primária, SUS, tratamento.

## ABSTRACT

This text analyzes the benefits of Integrative and Complementary Health Practices (PICS) as a method of care in Primary Health Care (PHC). The introduction addresses the relevance of Integrative and Complementary Practices in the SUS and the obstacles encountered in their implementation. The methodology is based on the evaluation of five recent studies, using qualitative methodology and thematic content analysis to recognize the advantages of these practices, such as health promotion, cost reduction and improved adherence to treatment. The findings and debate highlight the main advantages, such as improved patient well-being and symptom reduction, as well as the obstacles related to professional training and institutional resistance. Finally, the text highlights the importance of more research and training to overcome the obstacles in the implementation of PICS. The practices can be an economical option for the treatment of chronic diseases and improve quality of life, however, they encounter opposition from some professionals and administrators. Incorporating Integrative and Complementary Practices into academic curricula and intensifying in-service training are essential to ensure that these practices are incorporated more efficiently into Brazil's health system. The analysis indicates that, despite the challenges, Integrative and Complementary Practices (PICS) have great potential to revolutionize the care model in the SUS.

**Keywords:** primary care, SUS, treatment.

## RESUMEN

Este texto analiza los beneficios de las Prácticas Integrativas y Complementarias de Salud (PICS) como método de atención en la Atención Primaria de Salud (APS). La introducción aborda la relevancia de las Prácticas Integrativas y Complementarias en el SUS y los obstáculos encontrados en su aplicación. La metodología se basa en la evaluación de cuatro estudios recientes, utilizando metodología cualitativa y análisis de contenido temático para reconocer las ventajas de estas prácticas, como la promoción de la salud, la reducción de gastos y la mejora de la adherencia al tratamiento. Los hallazgos y el debate destacan beneficios clave, como un mejor bienestar del paciente y una reducción de los síntomas, así como obstáculos relacionados con la formación profesional y la resistencia institucional. Por último, el texto destaca la importancia de más investigación y capacitación para abordar los obstáculos en la implementación del PICS. Las prácticas pueden ser una opción económica para tratar enfermedades crónicas y mejorar la calidad de vida, sin embargo, encuentran oposición por parte de algunos profesionales y administradores. La incorporación de Prácticas Integrativas y Complementarias en los currículos académicos y la intensificación de la formación en servicio son esenciales para garantizar que estas prácticas se incorporen de manera más eficiente al sistema de salud de Brasil. El análisis indica que, a pesar de los desafíos, las Prácticas Integrativas y Complementarias (PICS) tienen gran potencial para revolucionar el modelo de atención en el SUS.

**Palabras clave:** atención primaria, SUS, tratamiento.

## 1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) vêm se estabelecendo como um método eficiente de assistência à saúde, sendo progressivamente incorporadas ao Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil. Essas práticas incluem terapias e ações que buscam tratar o indivíduo de maneira integral, levando em conta não somente os elementos físicos, mas também os psicológicos, sociais e espirituais. A sua inclusão no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS) representa uma resposta à demanda por cuidados mais humanizados, acessíveis e variados, num contexto de obstáculos que o sistema público de saúde enfrenta, tais como o crescimento de doenças crônicas, a falta de recursos e a sobrecarga dos profissionais de saúde.

A introdução das Práticas Integrativas e Complementares no SUS foi oficializada com o estabelecimento da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em 2006, e sua disponibilidade tem aumentado ao longo dos anos. Esses métodos abrangem desde métodos convencionais como a Homeopatia, Acupuntura e Fitoterapia, até terapias complementares como a Arteterapia e a Massagem. A disseminação das Práticas Integrativas e Complementares sinaliza um movimento de valorização dos conhecimentos tradicionais, fundamentado na compreensão de que a saúde é um processo intrincado e multifacetado, necessitando de abordagens variadas. A finalidade desta pesquisa é conduzir uma revisão bibliográfica sobre as vantagens das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) como estratégia de cuidado, enfatizando as vantagens tanto para os pacientes quanto para os profissionais de saúde envolvidos (SILVA *et al.*, 2024).

O uso das Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde tem se mostrado um instrumento valioso para a promoção da saúde, pois essas práticas visam restabelecer a harmonia entre corpo, mente e ambiente. Elas apoiam uma perspectiva integrada, onde os tratamentos não são percebidos como mutuamente excludentes, mas como complementos recíprocos. Ademais, as Práticas Integrativas e Complementares têm sido vinculadas a uma maior independência do paciente em relação ao seu processo de tratamento, incentivando-o a adotar hábitos mais saudáveis e sustentáveis. Portanto, é crucial entender os benefícios dessas práticas e como elas auxiliam no fortalecimento da APS, oferecendo um serviço mais abrangente e personalizado aos usuários.

Apesar das evidências sobre as vantagens das PICS ainda serem escassas em certos campos, várias pesquisas indicam que essas práticas podem ser eficientes para aprimorar a qualidade de vida, diminuir sintomas, aliviar o estresse e fomentar o bem-estar global (AQUINO *et al.*, 2024). Esta visão integrada é

particularmente relevante ao levar em conta o aumento de pacientes com enfermidades crônicas e morbidades, que precisam de assistência prolongada e de uma estratégia mais sensível e menos focada apenas na terapia farmacológica.

No entanto, a aplicação das PICS encontra diversos obstáculos, tais como a oposição de certos profissionais e gestores, a ausência de uma formação apropriada e a falta de evidências sólidas que confirmem sua efetividade a longo prazo. Assim, é crucial explorar não só as vantagens, mas também as barreiras que impedem a implementação total dessas práticas. Portanto, o propósito deste artigo é conduzir uma ampla revisão de literatura, empregando pesquisas recentes sobre as PICS e seus benefícios como estratégia de cuidado. Com base na análise de cinco artigos científicos pertinentes, vamos debater as principais descobertas sobre os efeitos dessas práticas na saúde pública, a visão dos profissionais de saúde, os obstáculos encontrados na sua aplicação e as expectativas futuras para a ampliação dessas práticas no âmbito do SUS.

A revisão focará nos tópicos principais a seguir: promoção da saúde e bem-estar, avaliação econômica das PICS, formação e treinamento dos profissionais, aceitação das PICS pelos alunos universitários, e os obstáculos e soluções para a aplicação das PICS na APS (FERREIRA *et al.*, 2024; CARVALHO *et al.*, 2024). As principais informações, teorias e descobertas empíricas serão extraídas dessas fontes, organizadas e analisadas de maneira crítica para proporcionar uma perspectiva mais aprofundada sobre a função das PICS no sistema de saúde pública.

## 2. METODOLOGIA

Esta pesquisa adotou uma metodologia qualitativa e descritiva, fundamentada na análise de literatura de artigos científicos escolhidos. O estudo foi conduzido através do exame de quatro pesquisas que discutem variados aspectos das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, com foco na sua implementação no Sistema Único de Saúde e na Atenção Primária à Saúde.

A seleção dos artigos foi baseada na sua pertinência e rigor metodológico, assegurando que a revisão fosse completa e retratasse as várias facetas das PICS. As pesquisas escolhidas abrangem aquelas que examinam a efetividade das Práticas Integrativas e Complementares na promoção da saúde, a visão dos profissionais de saúde sobre sua aplicação, a análise econômica dessas práticas, os obstáculos na formação profissional e a aceitação dessas práticas por universitários. As principais informações, teorias e achados empíricos foram obtidos dessas fontes e posteriormente organizados e analisados.

A avaliação dos artigos foi feita por meio de uma metodologia de análise temática de conteúdo. Este procedimento possibilita reconhecer padrões e tópicos frequentes nos estudos, estruturando as informações

de forma sistemática e coesa. A avaliação foi realizada com a finalidade de reconhecer os benefícios e obstáculos das Práticas Integrativas e Complementares (PICS), concentrando-se em suas contribuições para a saúde pública, na formação dos profissionais de saúde e na aceitação dessas práticas pelos pacientes. Adicionalmente, foi feita uma análise crítica das provas apresentadas nos artigos, levando em conta as metodologias utilizadas nas pesquisas e os resultados alcançados.

O estudo adotou critérios de inclusão para estudos publicados entre 2020 e 2024, concentrando-se nas práticas integrativas e complementares na saúde na Atenção Primária. O estudo foi conduzido em plataformas como PubMed, Scopus, Lilacs e Google Scholar, empregando termos como "Práticas Integrativas e Complementares", "Atenção Primária à Saúde", "Saúde Pública" e "Promoção da Saúde". Depois de escolher os artigos, a análise foi conduzida de maneira meticulosa, focando na importância dos dados para os propósitos da pesquisa.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A avaliação dos artigos escolhidos evidenciou vários benefícios das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, tanto no que diz respeito à promoção da saúde dos usuários quanto ao aprimoramento da qualidade do serviço na Atenção Primária à Saúde. Uma das principais vantagens das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) identificadas nas pesquisas foi sua habilidade de fomentar o bem-estar geral e a qualidade de vida dos pacientes.

No trabalho de Silva *et al.* (2024) foi ressaltado a eficácia de terapias como Auriculoterapia e Arteterapia na diminuição de sintomas de estresse, ansiedade e dor crônica, aprimorando o equilíbrio emocional e a condição física dos pacientes. Ademais, tais práticas incentivam o autocuidado, motivando as pessoas a adotarem hábitos mais saudáveis, como a realização de atividades físicas, a adoção de uma alimentação balanceada e o controle do estresse.

Outra vantagem notável das Práticas Integrativas e Complementares é a sua efetividade na prevenção de enfermidades e no manejo de condições crônicas, particularmente aquelas ligadas ao processo de envelhecimento populacional. A pesquisa de Aquino *et al.* (2024) sobre a análise econômica das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) indica que tais práticas podem ser uma opção economicamente viável para o tratamento de enfermidades crônicas, tais como diabetes, hipertensão e doenças do coração.

As Práticas Integrativas e Complementares oferecem uma perspectiva mais abrangente, que ultrapassa a mera prescrição de medicamentos, contribuindo para a melhoria da saúde mental, o reforço do sistema imunológico e a melhoria dos padrões de vida. O estudo revelou que a aplicação das PICS pode

diminuir a demanda por tratamentos invasivos e caros, auxiliando na diminuição dos gastos no sistema de saúde pública.

No que diz respeito à formação e capacitação dos profissionais de saúde, Ferreira *et al.* (2024) destacam que a ausência de uma formação específica em PICS nos programas universitários tem se mostrado um obstáculo considerável para a implementação dessas práticas. No entanto, a capacitação dos profissionais tem sido expandida através de cursos de treinamento e programas de treinamento em serviço, possibilitando uma maior incorporação das PICS nos serviços de saúde.

A incorporação das Práticas Integrativas e Complementares nos currículos acadêmicos é percebida como uma medida crucial para assegurar que os futuros profissionais de saúde estejam adequadamente equipados para atender às necessidades dos pacientes que procuram essas práticas. O estudo de Carvalho *et al.* (2024) indica que os alunos universitários de saúde estão cada vez mais interessados nas Práticas Integrativas e Complementares, particularmente na procura de opções terapêuticas mais naturais e eficientes. Contudo, a escassez de oportunidades e a resistência de docentes e administradores acadêmicos persistem como obstáculos a superar.

Em última análise, os obstáculos para a aplicação das PICS na APS ainda são muitos. Silva *et al.* (2024) destacam que, mesmo com o progresso na disponibilidade das PICS, ainda persistem obstáculos ligados à ausência de suporte institucional e à resistência de certos profissionais de saúde. Ademais, as Práticas Integrativas e Complementares são frequentemente marginalizadas no SUS, o que complica sua expansão e consolidação como uma estratégia eficaz de assistência.

A incorporação das Práticas Integrativas e Complementares no SUS requer uma alteração de paradigma, que veja essas práticas como complementos, e não como opções ou substitutos das práticas biomédicas. A resistência à transformação, a desinformação acerca das vantagens dessas práticas e a ausência de uma infraestrutura apropriada para sua aplicação são barreiras que necessitam ser vencidas.

#### 4. CONCLUSÃO

As Práticas Integrativas e Complementares na Saúde têm se revelado uma tática eficaz para promover a saúde e o atendimento completo dos pacientes na Atenção Primária à Saúde. As vantagens das Práticas Integrativas e Complementares são claras na elevação da qualidade de vida, no manejo de condições crônicas, na prevenção de enfermidades e no incentivo ao autocuidado. Contudo, a implementação completa dessas práticas ainda encontra obstáculos, tais como a ausência de capacitação específica para os profissionais de saúde, a oposição de alguns gestores e a invisibilidade das PICS no âmbito do SUS.

Para assegurar a eficácia das Práticas Integrativas e Complementares (PICS), é crucial a realização de mais estudos, o investimento na formação dos profissionais e a maior sensibilização sobre as vantagens dessas práticas para a saúde pública. A incorporação das Práticas Integrativas e Complementares nos programas acadêmicos e a valorização dessas práticas no SUS são etapas cruciais para a criação de um sistema de saúde mais eficaz e mais humanizado.

## REFERÊNCIAS

AQUINO, Camilla Maria Ferreira de *et al.* **Caminhos possíveis da avaliação econômica para práticas integrativas e complementares nas condições crônicas.** *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 34, e34011, 2024. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-7331202434011pt>.

CARVALHO, Vinicius Pereira de *et al.* **Práticas integrativas e complementares em saúde entre estudantes universitários: motivos de uso e de não uso.** *Saúde e Sociedade*, v. 33, n. 1, e220953pt, 2024. DOI: 10.1590/S0104-12902024220953pt.

FERREIRA, Shirley Kellen *et al.* **Centros de Atenção Psicossocial e formação profissional para oferta das Práticas Integrativas e Complementares: estudo com profissionais ofertantes dos serviços.** *Interface (Botucatu)*, v. 28, e230523, 2024. DOI: 10.1590/interface.230523.

SILVA, Pedro Henrique Brito da *et al.* **Invisibilidade das Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 29, e05132024, 2024. DOI: 10.1590/1413-81232024298.05132024.