

PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DE PELOTAS - RS

HELENA OHANA MOSQUEIRA¹; EDUARDA LEAL²; LUIZA THUROW³; MARIA
EDUARDA WEILER⁴; RAFAELA RIBEIRO⁵

ANGELA DE SIQUEIRA CAMEJO⁶

¹*Universidade Federal de Pelotas – ohanamosq@hotmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – eduardasleal@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – luizarodrigues2002@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – mariaeduardamarroni@hotmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – rafaela.aribeiro@outlook.com*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – ascamejo@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

No Brasil, as Práticas Integrativas Complementares (PICs), são abordagens terapêuticas com o objetivo de prevenir agravos à saúde, a promoção e recuperação da saúde, enfatizando a escuta acolhedora, a construção de laços terapêuticos e a conexão entre ser humano, meio ambiente e sociedade, sendo institucionalizadas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (PNPIC) no ano de 2006 (BRASIL, 2006) sendo que atualmente o Sistema Único de Saúde (SUS) oferece, de forma integral e gratuita, 29 procedimentos de PICS à população (BRASIL, 2025).

A relevância do tema reside no reconhecimento crescente das PICs como meio de promoção da saúde mais humanizado e preventivo, bem como na necessidade de ampliar políticas públicas que integrem saberes tradicionais e populares com a prática clínica contemporânea, apresentando uma visão ampliada do processo “saúde e doença”, assim como a promoção do cuidado integral do ser humano, especialmente o autocuidado, levando em conta seus aspectos físicos, emocionais e sociais (BRASIL, 2025).

Em Pelotas, destacam-se o reiki, jin shin jyutsu, tai chi chuan, yoga, auriculoterapia, arteterapia, constelação familiar e fitoterápicos como práticas que já estão sendo implementadas em algumas UBS. Pensando no contexto em que diversas áreas estão em constante comunicação para esta promoção, a interrelação entre os profissionais ganha expressividade e beneficia o cuidado integral (DINIZ et al., 2022).

Portanto, o presente trabalho tem como objetivo apresentar as PICs oferecidas e praticadas na Unidade Básica de Saúde Areal Leste, no Bairro Areal, na cidade de Pelotas por meio de relato de experiência acadêmica.

2. ATIVIDADES REALIZADAS

A UBS Areal Leste foi instituída pelo Departamento de Medicina Social (DMS) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel). Inicialmente, esteve localizada ao final da Avenida Domingos de Almeida, nas proximidades da igreja da comunidade local. Posteriormente, em 1993, passou a funcionar em sede própria, instalada no prédio da antiga Caixas de Pensões do Areal, o qual foi doado pela Universidade à população da região.

A estrutura física da unidade é composta por consultórios destinados aos atendimentos, salas de preceptorias para profissionais das áreas de serviço social, nutrição e medicina, além de sala de enfermagem, ambiente de esterilização e espaço para armazenamento de medicamentos. Com o intuito de viabilizar projetos voltados às PICS, a UBS implementou um espaço específico que contempla uma cozinha ao ar livre, área destinada a atividades coletivas e uma horta comunitária.

O projeto PICS Areal Leste se justifica por atender à recomendação da Organização Mundial da Saúde (OMS), com uma contribuição sublime na redução da “medicalização” especialmente àqueles com dor crônica, além da aproximação de profissionais e pacientes na busca do processo terapêutico, exercendo a eficácia no atendimento multiprofissional. Teve início em 2022, com a observação e percepção por parte de duas profissionais da área da saúde (nutricionista e médica) da necessidade de promover mudanças no padrão de atendimento, paralelo e isolado, da saúde apenas da forma convencional. A Unidade representou um marco importante na consolidação de estratégias inovadoras de atenção integral aos usuários do SUS. O projeto contemplou atividades diversificadas, voltadas tanto para a comunidade atendida quanto para agregar à formação acadêmica e profissional de estudantes e residentes da área da saúde e entre outros cursos da UFPel, de acordo com a demanda.

Foram implementadas 10 PICS semanalmente, dispostas em horários específicos ao longo da semana, tendo aquelas que são reiki, constelação familiar, auriculoterapia, yoga, barras de access, jin shin jyutsu e tai chi chuan - assim como o Grupo de saúde mental, Grupo de gestantes e idosos, movimento do bem que estão inseridas nas Terapias Comunitárias Integrativas (TCI). Sua divulgação à comunidade é realizada por meio de redes sociais (instagram), indicação e convite durante consultas, cartazes espalhados pelo espaço físico do local e apresentações em salas de espera. Além disso, dispõe de oficinas gratuitas como Apiterapia, Ayurveda e Microverdes destinadas ao público.

Outrossim, as práticas foram operacionalizadas por meio de módulos teóricos e práticos, seguidos de oficinas presenciais e a distância. Tais metodologias possibilitaram a capacitação da equipe multiprofissional (médicos, enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas, assistentes sociais, profissionais da educação física, entre outros), além de alunos dos cursos de graduação e residentes, com ênfase na utilização segura e fundamentada dessas terapias como recurso complementar ao tratamento com a medicina convencional.

O presente trabalho apresenta as atividades desenvolvidas no período Maio à Agosto de 2025 durante o Estágio Obrigatório em Nutrição e Saúde Pública do curso de Nutrição da UFPel. As ações foram realizadas na UBS Areal Leste, contando com a participação de cinco estagiárias de Nutrição, sob a preceptoria da nutricionista da unidade e a orientação da professora responsável pelo estágio no curso.

O público-alvo do projeto envolveu, de forma articulada, profissionais de saúde, estudantes de graduação e pós-graduação e a população adscrita à UBS. A execução das atividades ocorreu de maneira participativa, com foco no desenvolvimento de habilidades práticas, no fortalecimento do vínculo terapêutico e na promoção de uma visão ampliada do processo saúde-doença.

Os procedimentos adotados incluíram atendimentos individuais com terapias complementares, atividades educativas, além da criação de uma horta comunitária em parceria com a UFPel. Sendo este, um espaço que contribui não apenas para a produção de plantas medicinais e hortaliças destinadas à

fitoterapia (“farmácia viva”) e à alimentação saudável, mas também para o estímulo à sustentabilidade, ao pensamento crítico e ao engajamento comunitário.

Para o acompanhamento dos resultados, foram empregados métodos de avaliação contínua. A satisfação dos usuários foi monitorada por meio da Escala Visual Analógica (EVA), mensurando a percepção de melhora dos sintomas e do bem-estar geral. Estudantes e residentes foram avaliados quanto à aquisição de competências e ao impacto das práticas em sua formação profissional, enquanto os profissionais da UBS responderam a questionários periódicos para identificar a efetividade das práticas no cuidado integral aos pacientes.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como indicadores, destacaram-se a adesão e o aprimoramento do conhecimento por parte de estudantes e profissionais, a satisfação dos usuários com os atendimentos e a efetiva incorporação das PICS no escopo da Atenção Primária à Saúde. Os resultados evidenciaram benefícios relevantes, como a ampliação do acesso a terapias seguras e complementares, a melhoria da qualidade de vida dos pacientes e o fortalecimento da prática multiprofissional, sustentada por uma abordagem mais humanizada do cuidado.

Além disso, o projeto contribui para o desenvolvimento de competências essenciais ao trabalho em saúde, como cooperação, empatia, responsabilidade e pensamento crítico, favorecendo a construção de vínculos sólidos entre profissionais, comunidade e serviço. Entre as metas estabelecidas, destacam-se a valorização das terapias integrativas como práticas complementares às intervenções tradicionais, o incentivo à autonomia da população por meio da promoção da sustentabilidade, da alimentação saudável e do autocuidado, bem como a redução do uso excessivo de medicamentos, estimulando a adoção das PICS como alternativa segura e eficaz.

Busca-se, assim, compreender como essas práticas contribuem para o cuidado integral e multiprofissional do indivíduo e fortalecem o vínculo entre o binômio paciente-profissional. Nesse contexto, a experiência da UBS Areal Leste consolida-se como referência exitosa na implementação das Práticas Integrativas, integrando ensino, assistência e sustentabilidade em consonância com as diretrizes nacionais. Trata-se, portanto, de um modelo que promove cuidado ampliado, holístico e sustentável, reafirmando o compromisso do SUS com uma atenção mais integral e humanizada.

Assim, sugere-se que as PICS continuem sendo desenvolvidas na UBS Areal Leste, garantindo a continuidade das ações já consolidadas e ampliando seus impactos positivos na comunidade. Além disso, recomenda-se que outras UBS também consigam incorporar iniciativas semelhantes, de modo a fortalecer a promoção da saúde, estimular a autonomia dos usuários e ampliar as estratégias de cuidado integral no âmbito do SUS.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

[C3%9Anico%20de%20Sa%C3%BAde.&text=Considerando%20que%20a%20melhoria%20dos,na%20data%20de%20sua%20publica%C3%A7%C3%A3o](https://www.anvisa.gov.br/considerando-que-nao-temo-que-a-20melhor-horia-20dos-na-20data-20de-20sua-20publica). Acesso em: 14 aug. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.** Atenção Primária. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics>. Acesso em: 14 aug. 2025.

DINIZ, F. R.; CEOLIN, T.; OLIVEIRA, S. G.; CECAGNO, D.; CASARIN, S. T.; FONSECA, R. A. Práticas integrativas e complementares na atenção primária à saúde. Ciênc. cuid. saúde, p. e60462-e60462, 2022. Disponível em: [https://pesquisa.bvsalud.org/gim/resource/en,au:"](https://pesquisa.bvsalud.org/gim/resource/en,au:)Martins%20Neto,%20Viviana"/biblio-1384533. Acesso em: 14 aug. 2025.

TAKESHITA, I. M.; SOUSA, L. C. S.; WINGESTER, E. L. C.; DOS SANTOS, C. A.; AROEIRA, Ângela S.; SILVEIRA, C. de P. A implementação das práticas integrativas e complementares no SUS: revisão integrativa / The implementation of integrative and complementary practices in SUS: an integrative review. Brazilian Journal of Health Review, [S. I.], v. 4, n. 2, p. 7848–7861, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n2-319. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/27942>. Acesso em: 14 aug. 2025.