

PROJETO DE EXTENSÃO DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA REDE DE ATENÇÃO EM SAÚDE: UM RELATO EXTENSIONISTA SOBRE AS AÇÕES OFERTADAS EM 2025

GIOVANA COSTA COLVAR¹; RITA MARIA HECK²; MATEUS CASANOVA³;
DANIELA CORREA PEREIRA⁴; STEFANIE GRIEBELER OLIVEIRA⁵; TEILA
CEOLIN⁶

¹*Universidade Federal de Pelotas – giovana.costa@ufpel.edu.br*

²*Universidade Federal de Pelotas – heck@ufpel.edu.br*

³*Universidade Federal de Pelotas – mateus.casanova@ufpel.edu.br*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – daniela.pereira@ufpel.edu.br*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – stefanie.oliveira@ufpel.edu.br*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – teila.ceolin@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Em maio de 2006, foi aprovada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS) (Brasil, 2006). Atualmente podem ser ofertadas aos usuários do SUS 29 práticas integrativas e complementares (PICs) (Brasil, 2025).

Segundo Mendes (2019), as PICs possuem diversos benefícios, dentre eles é evidenciado a sensação de relaxamento e bem-estar, alívio da dor e da ansiedade, diminuição de sinais e sintomas de doença, redução do uso de medicamentos, entre outras.

Nesse âmbito, a Faculdade de Enfermagem (FE), da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), iniciou em 2017, o Projeto de Extensão (PE) Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção em Saúde (PIC-RAS), com objetivo de divulgar e ofertar PICs em Pelotas.

A extensão universitária, de acordo com Fernandes (2012), possui uma função essencial no ensino superior, tanto para o aperfeiçoamento dos discentes, quanto para o processo de formação continuada dos docentes, para que ambos busquem uma maior integração com as comunidades circunvizinhas, ofertando uma melhor qualidade de vida a comunidade de forma geral.

Em 2025 o PE está ofertando 20 ações à comunidade, dessa forma, proporcionou diversos benefícios, abrangendo aspectos tanto físicos, quanto mentais (Oliveira et al., 2024). Ademais, no decorrer dos anos houve um notável interesse e atenção pelas ações do PE PICS-RAS.

Diante disso, o objetivo deste trabalho é relatar as ações extensionistas realizadas pelo Projeto de Extensão Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção à saúde, à comunidade, entre janeiro e agosto de 2025.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência descritivo referente às 20 ações ofertadas pelo PE-PIC-RAS no período de janeiro a agosto de 2025. As práticas ocorrem de forma *online* e presencial.

São ofertadas três ações *online*, por meio de meios digitais, como *WhatsApp*, *Facebook*, *Instagram* e *YouTube*, sendo elas: Prática de meditação (MeditAção), Elaboração de materiais para as mídias sociais e Ciclo de Lives: Diálogos sobre as Práticas Integrativas e Complementares. Quando presencial, acontecem por meio de

inscrições prévias, com encontros em locais diversos, como FE, Unidades Básicas de Saúde (UBS), demais serviços de saúde, dos municípios onde ocorrem as práticas.

Cada ação possui sua oferta e periodicidade distinta. O projeto é, em sua maioria, ofertado pelas docentes da Faculdade de Enfermagem, com a colaboração de demais voluntárias. Apesar de estar vinculado a FE, o projeto possui a participação de discentes e docentes de outros cursos, como Farmácia, Artes, Psicologia, tornando possível a conexão com outros meios de cuidado e atenção ao ser humano.

As práticas são oferecidas para diversos públicos-alvo, tais como: comunidade em geral, usuários de serviços de saúde, universitários e profissionais de saúde. Com isso, o projeto abrange as mais diversas idades, participantes e interesses.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Em 2025 até o momento não foram contabilizados o total de pessoas beneficiadas entre as 20 ações ofertadas, porém entre fevereiro e dezembro de 2024, com as 17 ações oferecidas, tiveram 3.318 pessoas. A seguir, será exposto brevemente acerca das 20 ações ofertadas em 2025.

A **Elaboração de materiais para as mídias sociais** ocorreu por meio da busca por artigos que contemplavam as práticas integrativas e complementares, garantindo divulgação de informações sobre as diversas PICs. O perfil do *Instagram* contava em 19 de agosto de 2025 com 3.144 seguidores, já o *Facebook* havia 2.890 seguidores.

A **Prática de meditação (MeditAção)** ocorre por meio de dois grupos *online* no WhatsApp, com envios diários de meditação guiadas pré selecionadas de conteúdos disponíveis no YouTube. Os dois grupos totalizam 471 participantes.

O **Ciclo de Lives**, realizou a primeira *live* sobre “A ação das práticas energéticas na promoção do equilíbrio emocional e geração de saúde”, no dia 07 de agosto. Ela foi realizada pelo YouTube do PE, com a participação de voluntárias que organizaram condução da mesma. A *live* teve 14 participantes ao vivo, a qual ficou gravada e disponível para ser acessada na página. Até 18 de agosto de 2025, alcançou 89 visualizações.

As sessões de **Auriculoterapia** ocorrem às quintas-feiras e sextas-feiras à tarde, com oferta de 15 atendimentos individuais cada turno. A ação é ofertada por duas docentes auriculoterapeutas e conta com a participação de voluntárias capacitadas para a prática.

As sessões de **Reiki** são conduzidas por reikianas com formação na área, e ocorriam às sextas-feiras à tarde, porém foi ampliada para às quartas-feiras pela tarde, com um total de 57 atendimentos.

A prática de **Yoga** ocorre nas terças-feiras, com média de 20 participantes e quintas-feiras, com média de 15 participantes, ambas mediante inscrição prévia. Elas possuíam duração de uma hora, e são ofertadas por uma docente e uma instrutora voluntária.

Ocorreram três oficinas de **Arteterapia**: de Pontilhismo, com 12 participantes; de mandala com 6 participantes e a de Tingimento de papel a partir de extrato de plantas, com 14 participantes. As sessões de **Acupuntura** aconteceram entre março e julho, totalizando 30 atendimentos individuais por um docente acupunturista.

Houveram 28 **Oficinas de Plantas Medicinais**, com 404 participantes, as quais ocorreram em diferentes locais como a FE, demais espaços da UFPel e serviços de saúde de Pelotas. As oficinas ofertadas abordaram temas como: plantas medicinais (PM) para o tratamento de sintomas respiratórios, com preparo de *spray* para garganta e xaropes; cuidados às lesões, com preparo de pomada e óleo para cicatrização de feridas; além de preparo de sabonetes medicinais, sal temperado e práticas de escaldas-pés com plantas medicinais.

A ação de **Tamborterapia: ritmos e batidas que curam**, ocorre durante o ano, com um total previsto de oito encontros. Entre o período de março a agosto de 2025, houveram cinco encontros, nos quais a média de participantes foi de seis pessoas. Para participar, é necessário realizar a inscrição prévia no início da jornada, dito isso, a ação deu início com 20 inscritos efetivos.

A ação de pesquisa **Repercussões do Projeto de Extensão de Práticas Integrativas e Complementares na formação acadêmica e atuação profissional dos voluntários** foi o trabalho de conclusão de curso, desenvolvido pela ex-bolsista de extensão Bianca O. Cavenaghi, o qual teve como objetivo conhecer as vivências para as pessoas voluntárias do Projeto de Extensão Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção em Saúde. O trabalho de campo ocorreu entre junho e julho de 2025, com 40 participantes.

A **Oferta itinerante de PICs na comunidade** contou um total de 420 participantes, com a oferta de diversas PICs em eventos na comunidade, como CAPS na Rua, Fenadoce, Evento da Semana de Enfermagem, Oferta de PICS no colégio Pelotense, e nas UBS Porto e Cruzeiro.

As **Vivências em práticas integrativas e complementares** foram ofertadas aos acadêmicos de enfermagem, matriculados na Unidade do Cuidado de Enfermagem III de 2024-2 e 2025-1, totalizando 88 participantes. Os alunos puderam vivenciar as práticas de: yoga, tamborterapia, reiki, auriculoterapia e oficinas de plantas medicinais no cuidado a feridas.

As **Boticas de plantas medicinais: implantação de mini farmácias vivas nas UBS** estão implementadas em quatro UBS de Pelotas, para oferta de preparados na forma de chás aos usuários que buscam atendimentos nos serviços.

Na ação de **Ayurveda** foi promovido um ciclo de palestras e vivências com um terapeuta ayurvédico, com a participação de 56 pessoas nos três encontros.

O **Curso de extensão - Plantas medicinais para profissionais de saúde** tem como objetivo a formação dos profissionais da atenção básica de Pelotas para orientação aos usuários dos serviços de saúde acerca do tema. O curso tem encontros presenciais mensais. Ocorre entre maio e novembro de 2025, com participação de 26 profissionais.

Nas **Vivências na gestão das PICs** serão ofertadas duas vagas aos acadêmicos de enfermagem da UFPel, os quais poderão acompanhar, em um turno semanal, a coordenação das PICs de Pelotas na oferta e gestão.

Para ação de **Dança Circular: possibilidade para cuidar e promover saúde**, não foi possível consolidar as informações das rodas ofertadas em 2025 até o momento. As ações de **Capacitação em Shantala** e de **Atualização na formação de auriculoterapia** não foram ofertadas no período em questão.

Além da oferta de ações, o projeto esteve presente no evento “31ª Semana Acadêmica de Enfermagem” no dia 12 de maio na Faculdade de Enfermagem, UFPel. Durante o evento, as voluntárias realizaram a exposição de produtos confeccionados nas oficinas do projeto e divulgaram as ações ofertadas pelo mesmo.

Diante o exposto, torna-se evidente a importância do projeto de extensão não somente para a comunidade em geral, mas também à universitária, a qual além de integrar na oferta de algumas ações, se beneficia das mesmas.

4. CONSIDERAÇÕES

As ações do PE PIC-RAS trazem aos acadêmicos envolvidos a possibilidade de conhecimento e utilização dessas práticas, preparando-os para atuar como profissionais de saúde que valorizam e auxiliam na implementação das PICs nas diversas áreas, à comunidade. Em conjunto a isso, há a estimulação e inspiração por parte dos voluntários em compartilhar suas experiências vivenciadas no projeto, tornando possível a sua divulgação em eventos, sejam acadêmicos, ou não.

Além disso, o projeto de extensão, por meio da oferta das ações à comunidade em geral, promove a experiência de seus benefícios, proporcionando a ampliação das práticas de cuidado e autocuidado, sendo os participantes incentivados a explorar e ampliar suas estratégias de promoção da saúde e prevenção de doenças.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. **Portaria GM/MS nº 971 de 3 de maio de 2006.** Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/pnpics/legislacao-pnpic/portaria-gm-ms-no-971-de-3-de-maio-de-2006>. Acesso em: 07 ago. 2025
- BRASIL. **Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.** Brasília: Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>. Acesso em: 19 ago. 2025
- FERNANDES, M. C., et al. Universidade e a extensão universitária: a visão dos moradores das comunidades circunvizinhas. **Educação em Revista**, v. 28, n. 4, p.196-194, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-46982012000400007>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/edur/a/SfxX7fpVccbMrSSDHqCSNhy/?lang=pt>. Acesso em: 17 ago. 2025
- MENDES, D. S., et al. Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. **Journal Health NPEPS**, v. 4, n. 1, p. 302-318, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3452>. Acesso em: 14 jul. 2025
- OLIVEIRA, S. G., et al. Experiências extensionistas com práticas integrativas e complementares. **Experiência - Revista Científica de Extensão**, v.11, e86468, 2025. DOI: <https://doi.org/10.5902/2447115186468>. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/experiencia/article/view/86468/66702>. Acesso em: 14 jul. 2025