

EXTENSÃO EM SAÚDE: ASSISTÊNCIA À POPULAÇÃO COM AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE (PICS)

INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) têm se consolidado como estratégias importantes para a promoção da saúde e o cuidado integral à população, alinhando-se aos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS). Essas práticas, reconhecidas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e regulamentadas no Brasil por políticas específicas, abrangem uma diversidade de abordagens terapêuticas, como a acupuntura, fitoterapia, yoga, aromaterapia e homeopatia. Elas visam complementar os tratamentos convencionais, valorizando a visão holística do indivíduo e promovendo o equilíbrio entre corpo, mente e espírito (Brasil, 2018).

A extensão universitária desempenha um papel fundamental na disseminação e aplicação das PICS, ao articular o ensino, a pesquisa e a assistência direta à comunidade. Por meio de projetos extensionistas, torna-se possível capacitar estudantes e profissionais da área da saúde, além de ampliar o acesso da população a práticas que, muitas vezes, encontram barreiras de implementação no cotidiano dos serviços de saúde. Essa integração fortalece o vínculo entre instituições de ensino e sociedade, promovendo a equidade e o cuidado integral preconizados pelas diretrizes do SUS (Lima; Vasconcelos, 2020).

Nesse contexto, a utilização das PICS em projetos de extensão também representa uma oportunidade de educação em saúde, incentivando práticas de autocuidado e estilos de vida mais saudáveis. A disseminação dessas práticas contribui para o empoderamento dos indivíduos em relação ao seu processo de saúde e doença, além de reforçar o papel ativo da comunidade na promoção do bem-estar coletivo (Cavalcante; Andrade, 2021). Assim, a extensão em saúde por meio das PICS destaca-se como um campo estratégico para a inovação em práticas de cuidado e para a formação de profissionais mais preparados para os desafios contemporâneos da saúde pública.

Nairon Lima de Sousa



Centro Universitário Católica de
Quixadá (Unicatólica)
nairon0lima@gmail.com

Rosa Oliveira da Silva



Centro Universitário Católica de
Quixadá (Unicatólica)
rosaded18@gmail.com

**Maria Laysa Moreira Oliveira
Araújo**



Centro Universitário Católica de
Quixadá (Unicatólica)
2021010001@unicatolicaquixada.edu.br

**Me. Carla Patrícia de Almeida
Oliveira**



Centro Universitário Católica de
Quixadá (Unicatólica)
carlapatricia@unicatolicaquixada.edu.br

**Me. Ranieri Sales de Souza
Santos**



Centro Universitário Católica de
Quixadá (Unicatólica)
ranierisantos@unicatolicaquixada.edu.br

OBJETIVO

- Relatar o impacto das ações de extensão em saúde baseadas em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) na promoção da saúde, assistência comunitária e fortalecimento do autocuidado em populações atendidas;
- Identificar os principais métodos e práticas utilizados nas ações de extensão em saúde que envolvem PICS, destacando suas aplicações na assistência comunitária;
- Examinar a percepção da comunidade sobre o uso das PICS, incluindo sua aceitação, acessibilidade e contribuição para a promoção do autocuidado.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e retrospectivo. As atividades foram organizadas pela Liga Acadêmica de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (LAPICS), composta por estudantes do curso de Farmácia do Centro Universitário Católico de Quixadá (UniCatólica) e pelos alunos da disciplina de Práticas Integrativas e Complementares.

A ação foi realizada no dia 24 de outubro de 2024, na Unidade Básica de Saúde Dr. Everardo Silveira, em Quixadá, para marcar o Outubro Rosa. A campanha tradicionalmente destaca a prevenção do câncer de mama, nos últimos anos tem incluído também o câncer de colo de útero, reforçando a importância do cuidado integral com a saúde feminina. As terapias ofertadas foram massagem relaxante, ventosaterapia e auriculoterapia, com a justificativa de que as mesmas promovem um bem-estar físico e mental a todos.

A participação foi aberta a indivíduos que estivessem presentes no dia da ação, mediante preenchimento da ficha de anamnese, adaptada à prática de interesse de cada participante, com o intuito de oferecer um cuidado terapêutico mais personalizado, atendendo às necessidades específicas de cada indivíduo. A duração média de cada sessão foi de aproximadamente 20 minutos. Ao final do atendimento, o paciente compartilhou suas experiências e percepções sobre o cuidado recebido. Esse retorno e os relatos fornecidos permitem avaliar os resultados positivos das práticas integrativas realizadas com a comunidade.

As figuras abaixo (1 e 2) apresentam os materiais utilizados nos atendimentos de PICS e o local de realização dos atendimentos, respectivamente.

Figura 1 – Materiais utilizados nos atendimentos de PICS (ventosa Dong Yang, velas, pedras quentes, agulhas e pontos auriculares)



Fonte: Google Imagens (2024).

Figura 2 – Local de realização dos atendimentos de PICS (UBS Dr. Everardo Silveira)



Fonte: Autores (2024).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As ações de extensão em saúde que incorporam as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) têm demonstrado resultados significativos tanto para as comunidades atendidas quanto para os profissionais e estudantes envolvidos. As PICS, que incluem técnicas como acupuntura, fitoterapia, yoga e meditação, entre outras, são reconhecidas por seus benefícios na promoção do bem-estar e na melhoria da qualidade de vida das populações assistidas, especialmente em contextos de vulnerabilidade socioeconômica (Natividade et al., 2021).

Observou-se uma adesão significativa dos pacientes aos atendimentos, muitos dos quais manifestaram interesse em manter o acompanhamento para o tratamento complementar de

suas condições. Os relatos dos pacientes, registrados ao longo da ação, indicaram percepções positivas em relação à melhoria do bem-estar geral e da qualidade de vida. Esse fato reforça os benefícios das PICS no manejo de sintomas de condições crônicas e no suporte à saúde mental, corroborando estudos anteriores que demonstram o impacto positivo dessas práticas no cuidado primário e na promoção da saúde (Thiago; Tesser, 2011).

Além disso, um dos principais resultados observados é a redução de sintomas relacionados ao estresse e à ansiedade entre os participantes das atividades. Estudos como o de Lima et al. (2021) indicam que práticas como a massagem relaxante e ventosaterapia, amplamente aplicados em programas de extensão universitária, têm impacto positivo na saúde mental e no manejo de emoções. Esses achados corroboram a relevância das PICS como estratégia complementar no cuidado integral, alinhando-se aos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS).

Outro ponto de destaque é a adesão crescente das comunidades às práticas integrativas. A pesquisa de Leite e Souza (2022) aponta que o envolvimento em ações de extensão baseadas em PICS promove uma maior conscientização sobre o autocuidado, com os participantes relatando uma percepção mais positiva de saúde e maior engajamento em hábitos saudáveis. Esse dado evidencia a importância de iniciativas que reforcem a autonomia dos indivíduos na gestão de sua saúde, reduzindo a dependência exclusiva de intervenções farmacológicas.

No entanto, é importante ressaltar os desafios encontrados na implementação dessas práticas. Dentre eles, a carência de profissionais capacitados para aplicar as PICS de forma eficaz e ética é um dos mais relevantes. Como observado por Araújo et al. (2023), a formação de profissionais em PICS ainda é incipiente em muitos contextos acadêmicos, o que limita a expansão e a eficácia das ações de extensão. Este aspecto reforça a necessidade de incluir as PICS nos currículos dos cursos de saúde de maneira mais estruturada e interdisciplinar.

Por fim, as discussões também apontam a relevância das PICS como estratégia de fortalecimento da saúde coletiva. Ao englobar dimensões físicas, emocionais e espirituais, essas práticas complementares ampliam a abordagem biomédica tradicional, promovendo um cuidado mais humanizado e integral. Dessa forma, as PICS se consolidam como uma ferramenta essencial no campo da saúde comunitária, contribuindo para a sustentabilidade do SUS e a ampliação do acesso a práticas de cuidado efetivas e culturalmente adaptadas.

Esses resultados corroboram os achados de estudos que reconhecem a eficácia das práticas integrativas na Atenção Primária à Saúde (Silva et al., 2024). De fato, a implementação dessas práticas nas comunidades tem sido cada vez mais reconhecida como uma estratégia eficaz para a promoção da saúde e prevenção de doenças, reforçando a importância da integração entre saberes tradicionais e modernos na construção de um sistema de saúde mais inclusivo e eficaz.

CONCLUSÃO

Os resultados mostram não só os benefícios diretos das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) para os participantes, mas também o impacto positivo na formação dos acadêmicos. A experiência reforça a importância de incluir as PICS na educação em saúde, pois a aplicação dessas práticas tem gerado resultados positivos tanto na formação dos alunos quanto no cuidado aos pacientes.

Os benefícios para os pacientes, como melhora na qualidade de vida, impactando na redução de sintomas de ansiedade, insônia e dores crônicas, comprovam a eficácia das PICS como um complemento ao tratamento convencional, oferecendo alternativas terapêuticas acessíveis e eficazes. Essa experiência mostra o potencial dessas abordagens para complementar os cuidados tradicionais, promovendo um modelo de saúde mais acessível, integral e eficaz, alinhado aos princípios da atenção primária e promoção da saúde.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, F. J., et al. Capacitação em PICS: Um Desafio na Formação de Profissionais de Saúde. **Educação e Saúde**, v. 15, n. 1, p. 67-78, 2023.

BRASIL. Ministério Da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**: 10 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

CAVALCANTE, J. R.; SILVA, D. S.; ANDRADE, C. A. Práticas integrativas e complementares no cuidado à saúde: desafios e potencialidades no contexto do SUS. **Revista Brasileira de Saúde Coletiva**, v. 31, n. 2, p. 305-320, 2021.

LEITE, R. L.; SOUZA, M. T. A Eficácia das Práticas Integrativas na Promoção do Autocuidado. **Saúde Pública em Debate**, v. 9, n. 2, p. 112-123, 2022.

LIMA, C. A., et al. (2021). Práticas Integrativas no Contexto da Extensão Universitária: Impactos na Saúde Mental. **Revista Brasileira de Saúde Coletiva**, v. 12, n. 3, p. 345-356, 2021.

LIMA, P. A. B.; VASCONCELOS, E. M. R. Extensão universitária e PICS: interfaces entre ensino e comunidade. **Revista de Educação em Saúde**, v. 8, n. 3, p. 154-163, 2020.

NATIVIDADE, P. C. S. et al. Contribuições das práticas integrativas e complementares em saúde na qualidade de vida dos trabalhadores. **Revista Brasileira de Desenvolvimento**, v. 8, p. 78873-78889, 2021.

SILVA, Y. V. da. Efeitos da Ventosaterapia e Auriculoterapia sobre aspectos emocionais e dor: um estudo de caso. *Revista Brasileira de Revisão de Saúde*, v. 4, p. e71807, 2024.

THIAGO, S. C. S.; TESSER, C. D. Percepção de médicos e enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família sobre terapias complementares. **Revista de Saúde Pública**, v. 45, n. 2, p. 249-57 2011.

ANEXOS





