

 <https://doi.org/10.58871/000.25042023.v1.10>

**PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: INSTRUMENTO DE  
FORTALECIMENTO NA SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO BÁSICA**

**INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES: INSTRUMENT FOR  
STRENGTHENING MENTAL HEALTH IN PRIMARY CARE**

**LUANA ALMEIDA FERNANDES**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau De Juazeiro do  
Norte, Ceará

**WISLA ALVES MOURA**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau De Juazeiro do  
Norte, Ceará

**ELIS MARIA JESUS SANTOS**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau De Juazeiro do  
Norte, Ceará

**SOLANGE AMÉRICA DA SILVA**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau De Juazeiro do  
Norte, Ceará

**MARIA EDUARDA MARTINS PEREIRA**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau De Juazeiro do  
Norte, Ceará

**ANÁDIA DE MOURA OLIVEIRA**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau De Juazeiro do  
Norte, Ceará

**ERICA GONÇALVES DE OLIVEIRA**

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Cariri - URCA

**LÍVIA CRISTINA FIDELIX DA SILVA**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Paraíso- UniFAP

**VITÓRIA HELLEN CAETANO DA SILVA**

Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau De Juazeiro do  
Norte, Ceará

**PETRUCYA FRAZÃO LIRA**

Mestre em Ciências da Educação; Enfermeira; Membro do projeto de pesquisa GPCLIN-  
Clínica, Cuidado e Gestão em Saúde.

## RESUMO

**Objetivo:** Verificar as práticas integrativas e complementares como instrumento de fortalecimento na saúde mental na Atenção Básica. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, nas bases de dados realizada na BDENF, Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS) e Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE), utilizando os descritores em DeCS Saúde mental, Atenção Básica e Terapias Complementares com uso do operador Booleano AND. A seleção respeitou critérios de inclusão e exclusão dos artigos disponíveis de forma completa e gratuita, referente aos anos de 2017 a 2023, nos idiomas português e inglês. Foram excluídos estudos do tipo teses, dissertações, monografias, anais de eventos, relatos de experiência, estudo de caso, ou textos repetidos e/ou inconclusivos. **Resultados e Discussão:** Foram encontrados 26 artigos dos quais 07 abordaram diretamente o objetivo deste estudo. Os artigos identificaram que as PICs contribuem na redução dos sintomas de transtornos mentais mais comuns, diminuição da medicação e efeitos colaterais, baixo custo e promoção da saúde. Foram relacionadas, principalmente, acupuntura, fitoterapia e homeopatia. **Considerações Finais:** Todavia, o conhecimento dos profissionais precisa ser aperfeiçoado na realização de identificação das PICs, mesmo acreditando que a aplicação dessas práticas serve como mecanismo para melhorias da saúde mental nas ações voltadas à atenção básica.

**Palavras-chave:** Implementar; Vantagem; Treinamentos.

## ABSTRACT

**Objective:** To verify integrative and complementary practices as an instrument for strengthening mental health in Primary Care. **Methodology:** This is an integrative review of the literature, in the databases conducted at BDENF, Latin American Literature on Health Sciences (LILACS) and International Literature on Health Sciences (MEDLINE), using the descriptors in DeCS Mental Health, Primary Care and Complementary Therapies using the Boolean operator AND. The selection respected inclusion and exclusion criteria of the articles available completely and free of charge, referring to the years 2017 to 2023, in the Portuguese and English. Theses, dissertations, monographs, event anais, experience reports, case studies, or repeated and/or inconclusive texts were excluded. **Results and Discussion:** Twenty-six articles were found, of which 07 directly addressed the objective of this study. The articles identified that PICs contribute to the reduction of symptoms of more common mental disorders, decreased medication and side effects, low cost and health promotion. Acupuncture, herbal therapy and homeopathy were mainly related. **Final Considerations:** However, the knowledge of professionals needs to be improved in the realization of identification of PICs, even believing that the application of these practices serves as a mechanism for mental health improvements in actions aimed at primary care.

**Keywords:** Implement; Advantage; Training.

## 1. INTRODUÇÃO

No Brasil, por intermédio do Sistema Único de Saúde (SUS) e da Constituição Federal de 1988, as práticas integrativas e complementares (PIC), iniciaram a ser concretizadas na década de 1980, no qual foi responsável em garantir uma assistência à saúde integral para a

sociedade. Porém, somente em 2006 foi disponibilizada a Portaria nº 971 que sancionou as PIC no SUS. Essa política fez alusão a efetivação de terapias de formas naturais seguras e eficientes com a finalidade de prevenir agravos e restaurar a saúde do usuário (REGAZZI et al., 2022).

As práticas integrativas e complementares compreendem um conjunto de elementos interligados e mecanismos que enaltecem a escuta acolhedora, o vínculo e a aproximação do indivíduo com a sociedade. Dessa forma, o processo saúde-doença é observado de maneira ampla e objetiva o cuidado, sobretudo, do incentivo ao autocuidado e a promoção coletiva. No entanto, o acesso das PIC na atenção básica, como também, o seu fortalecimento como forma de promoção de saúde e terapêutica, aprimora a integralidade da atenção à saúde (CARVALHO; NÓBREGA, 2017).

É notório que as Unidade Básicas de Saúde (UBS) consistem em um ambiente acolhedor e de acompanhamento dos indivíduos, principalmente usuários que apresentam transtornos mentais comuns, como depressão e ansiedade (PINHEIRO et al., 2022). De acordo com estimativas da Organização Mundial da Saúde, mais de 350 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem de depressão, tornando-se a segunda principal causa de incapacidade em todo o mundo (ASHER; GERKIN; GRAYNES, 2017).

Estudos relatam que, de maneira responsável, implementar as práticas integrativas e complementares como instrumento terapêutico complementar, elevam as chances de enfrentar a doença, além de enaltecer o conhecimento da cultura popular (SILVA et al., 2022). Diante disso, o estudo se justifica devido ao grande número de transtornos mentais nos últimos anos aliado a importância da prática integrativa e complementar na Atenção Básica como subsídio de amenizar os sintomas agravantes no quesito de saúde mental.

O presente estudo tem por objetivo verificar as práticas integrativas e complementares como instrumento de fortalecimento na saúde mental na Atenção Básica.

## **2. METODOLOGIA**

Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, que estabelece uma discussão sobre uma temática desenvolvida a partir de artigos independentes no qual se busca identificar, relacionar e analisar os resultados encontrados, contribuindo, pois, para uma possível repercussão benéfica na qualidade dos cuidados prestados ao paciente. É produzida a partir de 6 fases (TEIXEIRA et al., 2013).

O método de revisão integrativa é composto por seis etapas (1) identificação do tema e a elaboração da questão norteadora; (2) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos; (3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; (4) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; (5) interpretação dos resultados e (6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento (MENDES;SILVEIRA;GALVÃO,2008,p.17).

1° Fase: Observou-se que na investigação de estudos dos artigos presentes, concluiu-se a seguinte pergunta norteadora: Qual a importância das práticas integrativas e complementares para a saúde mental dos usuários como instrumento de fortalecimento na Atenção Básica?

2° Fase: Foram utilizadas referências teóricas por meio de periódicos, artigos científicos, mediante busca realizada no mês de janeiro de 2023, no Portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), selecionando-se artigos indexados nas bases de dados BDNF, Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS) e Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE). Utilizando como estratégia de busca o uso dos seguintes descritores: "Saúde mental" AND "Atenção Básica" AND "Terapias Complementares", os quais foram extraídos do DeCs –Descritores em Ciência da Saúde. Foram incluídos na revisão os artigos que estavam em texto completo, no período de 2017 a 2023, nos idiomas português e inglês, e que correspondem aos objetivos da revisão. Os critérios de exclusão foram: estudos do tipo teses, dissertações, monografias, anais de eventos, relatos de experiência, estudo de caso, ou textos repetidos e/ou inconclusivos.

3° Fase: Para extrair os dados dos artigos selecionados, a fim de chegar a determinados resultados, foi necessário a utilização de um instrumento previamente elaborado: utilizou-se uma tabela com todos os artigos contendo dados considerados importantes: revista, ano, título, objetivo e principais resultados.

4° Fase: Dois revisores fizeram a triagem e seleção dos estudos com base nos títulos e resumo. Posteriormente, os revisores leram os artigos pré-selecionados na íntegra, identificando sua relevância para a pesquisa, averiguando se os critérios de inclusão e exclusão foram contemplados e tabulando em uma tabela de Word 2010, gerando posteriormente um quadro que apresenta os artigos selecionados para análise e estudo da pesquisa.

5° Fase: Nesta etapa, a partir da interpretação e síntese dos resultados, comparou-se os dados evidenciados na análise dos artigos buscando convergências e divergências entre os métodos trazidos pelos autores. As divergências entre os revisores foram resolvidas por discussão e em colaboração com um terceiro revisor, para alcançar o consenso entre todos. Os dados foram sintetizados de acordo com a temática e o atendimento ao objetivo proposto.

6º Fase: A apresentação da revisão se dá através em forma de texto. Por tratar-se de um estudo de revisão, não foi necessário a submissão do trabalho a um Comitê de Ética em Pesquisa, todavia, a construção foi feita tendo total enquadramento nas normas de citação e nos direitos autorais das obras consultadas.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a coleta, foram localizados 26 estudos, dos quais 14 correspondem ao idioma inglês e 12 em português, destes, 07 se enquadraram na pesquisa e foram incluídos nesta revisão.

Ao realizar a leitura dos artigos, foram utilizados os principais estudos e selecionadas as informações que equivalem a pergunta norteadora e estruturadas através da tabela 1.

Tabela 1- características dos artigos selecionados.

Revista e ano	Título	Objetivo	Principais resultados
Revista de APS, 2021.	Implementação do cuidado em saúde mental com a abordagem das PICS na Atenção Primária	Teve como objetivo auxiliar os serviços da atenção primária em saúde na implementação do cuidado em saúde mental com a abordagem das PICS.	O modelo de cuidado construído pode proporcionar novos sentidos do modo de viver, produzindo saúde e ampliando a oferta terapêutica na APS às pessoas que sofrem mentalmente e pode ser adotado em outros espaços de cuidado.
Revista Gaúcha de Enfermagem, 2017.	Práticas integrativas e complementares como recurso de saúde mental na Atenção Básica	Verificar o conhecimento dos profissionais atuantes na Atenção Básica sobre as Práticas Integrativas e Complementares (PIC) e se as percebem como um recurso de cuidado em Saúde Mental.	Os profissionais afirmam conhecer alguma PIC (73,9%), que usuários do serviço com questões de Saúde Mental se beneficiariam das mesmas (94,2%), que gostariam de receber capacitação (91,3%) e que as consideram uma possibilidade de recurso para o cuidado em Saúde Mental (92,8%).
Saúde em debate, 2019.	Práticas Integrativas e Complementares na atenção básica em saúde: um estudo bibliométrico da produção brasileira	Este estudo objetivou conhecer as principais características da produção científica sobre PICS na atenção básica em saúde desenvolvida no Brasil durante os 10	Como resultado do uso das PICS, encontraram-se: redução da medicalização; empoderamento e responsabilização dos usuários; redução da frequência de transtornos

		primeiros anos de implementação da PNPIC, além de apontar os principais resultados constatados nesses estudos.	mentais comuns; baixo custo; ausência de efeitos colaterais; promoção de saúde.
Revista de pesquisa cuidado é fundamental, 2022.	Perfil epidemiológico da clientela que busca atendimento em práticas integrativas e complementares	Descrever o perfil epidemiológico da clientela que busca atendimento em Práticas Integrativas e Complementares.	Houve predomínio de jovens de 19 a 30 anos com alta escolaridade. Apesar de 57 (76%) ingerem regularmente a água e 14 (79%) praticam atividade física três ou mais vezes/semana, 14 (18,9%) eram etilistas, sete (9,3%) tabagistas, três (4,2%) consumiam drogas ilícitas e 27 (39,6%) dedicavam-se “nada” ou “muito pouco” ao lazer. Apenas 29 (37,1%) possuíam boa disposição geral, nove (11,8%) bom humor e 10 (9,3%) sentiam-se tranquilos a maior parte do tempo. Apetite e sede normal foram relatados em 43 (56,5%) e 38 (49,3%) respectivamente e 59 (90,7%) exibiram problemas com o sono.

Através da tabela 1 é possível analisar a importância das PICs no que tange a saúde mental na atenção primária, em destaque nas doenças como ansiedade e depressão, no qual são consideradas patologias mentais mais comuns, sobretudo, é válido destacar que é preciso treinamentos para que haja profissionais qualificados de modo que possam garantir uma melhor qualidade de vida aos usuários.

Muryci et al. (2021) em seu estudo evidenciam os benefícios quanto ao uso das práticas integrativas e complementares na Atenção Primária para a saúde mental, no qual entre eles, podemos citar: pequeno custo para executar nos serviços de saúde, benefícios individual e coletivo quanto a sua utilização, maior vínculo entre paciente e profissional, percepção ampla do processo saúde-doença e estímulo da autonomia do indivíduo no autocuidado. Além disso, observou-se a vantagem terapêutica em questões relacionadas a sintomas ansiosos, psicóticos, depressivos e distúrbios do sono. Porém, ainda se tem a necessidade de capacitar profissionais de saúde em PICs.

Outrossim, verifica-se que a existência de “Cadernos de Atenção Básica: Saúde Mental” do Ministério da Saúde justifica que as PIC podem auxiliar no cuidado em saúde mental e confirmar que as mesmas precisam estar disponíveis e acessíveis em vários pontos de atenção, principalmente na Atenção Básica (CARVALHO; NÓBREGA, 2017).

Conforme os artigos analisados, foram abordados em questão ao uso das PICs, entre elas, podemos citar: fitoterapia; homeopatia; acupuntura; terapia de florais; meditação; *yoga*; terapia comunitária e biodança. Frisando a fitoterapia, acupuntura e homeopatia como as principais mencionadas nas pesquisas. Por outro lado, em Montes Claros (MG), indivíduos portadores pelo Vírus da Imunodeficiência Humana (HIV) que fazem tratamento em um centro de referência as infecções sexualmente transmissíveis, foi verificado que as práticas integrativas e complementares são abundantemente usadas por esse público, correlacionando aos transtornos mentais, os autores destacam quanto ao uso dos homeopáticos, preconizando que esse elemento se denota ao grande tempo de identificação dessa prática pelo Conselho Federal de Medicina, se associada com outras PICs (AGUIAR; KANAN; MASIERO, 2019).

RegazziI et al. (2022) em seu estudo evidencia que tais práticas em relação ao seu uso, tem predominância no sexo feminino que apresenta certo grau de sofrimento mental, em destaque, mulheres com ensino superior. Porém, é essencial reconhecer o público em questão, visto que, irá auxiliar em melhorias quanto ao atendimento e acolhimento das primordiais fragilidades de saúde dessa população e possibilitando estratégias que incentivem melhor acesso aos usuários menos assistidos pela prática, como por exemplo, o sexo masculino e pessoas leigas no assunto.

Estudos demonstram uma concepção essencial em relação a efetivação das PICs como forma de recurso para a assistência em saúde, indicando que determinadas práticas não estão em divergência à Medicina, porém, servindo de complemento e até mesmo transcendendo. Relatam ainda que, a efetivação das PICs na atenção básica está conforme com os critérios do SUS e com as orientações da Organização Mundial da Saúde. Nesse estudo, os profissionais relataram que muitos dos problemas que as pessoas procuram a unidade de saúde não tem sua devida resolução garantida ou provável através da alopatia. Os autores, finalizam que as PICs viriam como forma de completar essa lacuna (AGUIAR; KANAN; MASIERO, 2019).

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Portanto, conclui que as práticas integrativas e complementares exibem no SUS como maneira de complemento em unidades que já ofereçam uma qualidade de funcionamento,

podendo vir a somar para complemento e melhoramento de uma assistência já efetiva, ofertando planejamentos de autocuidado, promoção de saúde e uma melhor qualidade de vida. Ademais, através das pesquisas, também pode-se perceber que as PICs possuem benefícios não apenas a nível de atenção básica, mas também em outros serviços de saúde.

Contudo, é importante salientar que, apesar das práticas integrativas e complementares serem benéficas quanto a saúde mental, principalmente aos transtornos mentais mais comuns, é necessário qualificar os profissionais de saúde, para que se tornem capazes de disseminar devidas técnicas como mais um instrumento terapêutico em saúde mental, visando a colaborar para a oferta de cuidado mais abrangente e para concretização do princípio da integralidade proposto pelo Sistema Único de Saúde.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR, J.; KANAN, A. L.; MASIERO, V. A. Práticas Integrativas e Complementares na atenção básica em saúde: um estudo bibliométrico da produção brasileira. **Saúde em Debate**. 2019, v. 43, n. 123, pp. 1205-1218. ISSN 2358-2898. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-1104201912318>. Acesso em: 04 jan. 2023.

ASHER, N. G.; GERKIN, J.; GAYNES, N. B. Complementary Therapies for Mental Health Disorders. **ScienceDirect**. 2017, v. 101, n. 5, pp. 847-864. ISSN 0025-7125. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.mena.2017.04.004>. Acesso em: 04 jan. 2023.

CARVALHO, S. L. J.; NÓBREGA, S. S. P. M. Práticas integrativas e complementares como recurso de saúde mental na Atenção Básica. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. 2017, v. 38, n. 04, e2017-0014. ISSN 1983-1447. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.2017-0014>. Acesso em: 03 jan. 2023.

MURICY, L. A.; et al. Implementação do cuidado em saúde mental com a abordagem das PICS na Atenção Primária. **Rev. APS**. 2022; 25 (Supl 1): 70-89, ISSN: 1809-8363 (on-line), 2021. Disponível em: [Vista do Implementação do cuidado em saúde mental com a abordagem das PICS na Atenção Primária \(ufjf.br\)](https://doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.2017-0014). Acesso em: 04 jan. 2023.

PINHEIRO, N. M. E.; et al. “Eu me sentia um nada”: história oral de mulheres em sofrimento psíquico na Atenção Básica sob uma perspectiva de gênero e a repercussão de práticas integrativas e complementares. **Revista de Saúde Coletiva**. 2022, v. 32, n. 1, e320108. ISSN 1809-4481. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312022320108>. Acessado em: 03 jan. 2023.

REGAZZI, I. C. R.; et al. Perfil epidemiológico da clientela que busca atendimento em práticas integrativas e complementares. **R Pesq Cuid Fundam** [Internet]. 2022; e10097. ISSN 2175-5361. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v14.10097>. Acesso em: 03 jan. 2023.

SILVA, J; et al. Promoção da saúde mental dos trabalhadores da saúde: As práticas integrativas e complementares como estratégias de cuidado. **Revista Ciência Plural**.2022; 8(3): e29054. e-ISSN: 2446-7286. Disponível em: <https://doi.org/10.21680/2446-7286.2022v8n3ID29054>. Acesso em: 03 jan. 2023.