

Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem

Benefits of integrative and complementary practices in nursing care

Beneficios de las prácticas integrativas y complementarias en el cuidado de enfermería

Dayana Senger Mendes¹, Fernanda Santos de Moraes², Gabrielli de Oliveira Lima³, Paula Ramos da Silva⁴, Thiago Almirante Cunha⁵, Maria da Graça Oliveira Crossetti⁶, Fernando Riegel⁷

RESUMO

Objetivo: caracterizar os benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. **Método:** revisão integrativa realizada nas bases de dados Scielo, Lilacs, PudMed e BVS. Os descritores de busca foram terapias complementares, cuidados em enfermagem, enfermagem holística, toque terapêutico, acupuntura, fitoterapia, aromaterapia, homeopatia. Encontrou-se 4421 artigos disponíveis nos idiomas Português, Espanhol e Inglês; publicados entre os anos 2006 e 2018. Destes foram selecionados 21 artigos. **Resultados:** entre os benefícios das práticas integrativas foi evidenciado o relaxamento e bem estar, alívio da dor e da ansiedade, diminuição de sinais e sintomas de doenças, estimula o contato profissional-paciente, redução do uso de medicamentos, fortalecimento do sistema imunológico, melhoria da qualidade de vida e diminuição de reações adversas. **Considerações finais:** É preciso protagonismo,

¹Graduanda em Enfermagem. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: dayanamsenger@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1607-9123>

²Graduanda em Enfermagem. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: fernandamoraes314@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7871-157X>

³Graduanda em Enfermagem. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: gabrielli.limaa1@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0487-6328>

⁴Graduanda em Enfermagem. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: paularamod@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3789-0110>

⁵Graduando em Enfermagem. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: thiago-cunha-tac@hotmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1621-376X>

⁶Enfermeira. Doutora em Filosofia da Enfermagem. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: mgcrossetti@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9748-4077>

⁷Enfermeiro. Doutor em Enfermagem. Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: fernandoriegel85@gmail.com ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8001-8195> **Autor principal**

– Endereço para correspondência: Hospital de Clínicas de Porto Alegre, Rua: Ramiro Barcelos, Nº 2350, São Geraldo, CEP: 90035000, Porto Alegre, RS – Brasil.



Este artigo está licenciado sob forma de uma licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional, que permite uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que a publicação original seja corretamente citada.

empoderamento e preparo da enfermagem para a implementação das PICs em sua prática diária qualificando as práticas assistenciais e reduzindo os custos hospitalares.

Descritores: Terapias complementares; Enfermagem Holística; Cuidados em enfermagem.

ABSTRACT

Objective: to characterize the benefits of integrative and complementary practices in nursing care. **Method:** integrative review in the SciELO, Lilacs, PudMed and Virtual Health Library databases. The search descriptors were Complementary Therapies, Nursing Care, Holistic Nursing, Therapeutic Touch, Acupuncture, Phytotherapy, Aromatherapy and Homeopathy. There were 4421 articles available in Portuguese, Spanish and English published between the years 2006 and 2018. Of these, 21 articles were selected. **Results:** the benefits of integrative practices showed relaxation and well-being, relief of pain and anxiety, reduction of signs and symptoms of diseases, stimulation of professional-patient contact, reduction of medication use, strengthening of the immune system, quality of life and reduction of adverse reactions. **Final considerations:** it is necessary to lead, empower and prepare nursing for the implementation of ICPs in their daily practice, qualifying care practices and reducing hospital costs.

Descriptors: Complementary Therapies; Holistic Nursing; Nursing Care.

RESUMEN

Objetivo: caracterizar los beneficios de las prácticas integrativas y complementarias en el cuidado de enfermería. **Método:** revisión integrativa realizada nas bases de dados SciELO, Lilacs, PudMed y BVS. Los descriptores de búsqueda fueron Terapias Complementarias, Cuidados en Enfermería, Enfermería Holística, Toque Terapéutico, Acupuntura, Fitoterapia, Aromaterapia, Homeopatía. Se encontró 4421 artículos disponibles en portugués, español e Inglés; publicados entre los años 2006 y 2018. De ellos se seleccionaron 21 artículos. **Resultados:** los beneficios de las prácticas integrativas fueron evidenciados por la relajación y el bienestar, alivio del dolor y la ansiedad, disminución de signos y síntomas de enfermedades, estimula el contacto profesional-paciente, reducción del uso de medicamentos, fortalecimiento del sistema inmunológico, calidad de vida y disminución de las reacciones adversas. **Consideraciones finales:** Es necesario protagonismo, empoderamiento y preparación de la enfermería para la implementación de las PICs en su práctica diaria calificando las prácticas asistenciales y reduciendo los costos hospitalarios.

Descritores: Terapias Complementarias; Enfermería Holística; Cuidados en Enfermería.

INTRODUÇÃO

A Medicina Tradicional e Complementar (MTC), principalmente a chinesa, possui um conjunto de práticas terapêuticas que visualizam o indivíduo na sua integralidade: corpo físico, mente

e espírito, e buscam promover a saúde utilizando-se de meios naturais de tratamento. As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) estão incluídas nesse modelo de cuidado milenar¹.

A utilização da medicina tradicional na saúde primária foi

discutida na Primeira Conferência Internacional de Assistência Primária em Saúde, que ocorreu em Alma-Ata no ano de 1978, que produziu um documento chamado de Declaração de Alma-Ata que assumiu a saúde como um direito humano fundamental e enfatizou a importância da assistência em saúde não ser focado somente na enfermidade, mas também no bem estar mental, físico e social de cada indivíduo sempre buscando respeito às suas crenças e valores².

Internacionalmente a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece as práticas integrativas como forma de tratamento e, inclusive, criou o Programa de Medicina Tradicional no final dos anos 1970 que propõe estratégias para promover a utilização segura e eficaz das PICs mediante a regulamentação de produtos, práticas e profissionais³⁻⁵.

Entende-se por PICs práticas que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde por meio de ações seguras. São empregados recursos naturais no cuidado a saúde, recusando o uso de substâncias que não existam na natureza, fugindo do modelo biomédico e da medicalização⁶.

No Brasil, a legitimação e a institucionalização das práticas integrativas ocorreram a partir da década de 80, principalmente após a criação do Sistema Único de Saúde (SUS).

Em 1986, a 8ª Conferência de Saúde aprovou em seu relatório final a utilização das práticas integrativas complementares enfatizando a importância da escolha democrática do usuário do serviço de saúde a sua escolha terapêutica. A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) foi aprovada no SUS, através da portaria nº 971, de 03 de maio de 2006⁷.

A PNPIC foi criada primeiramente ofertando: Acupuntura, Homeopatia, Plantas Medicinais e Fitoterápicas no âmbito do Sistema Único de Saúde. Posteriormente, em 2017, segundo a Portaria N° 849 de 27 de março, foram ofertadas mais 14 PICs: Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à PNPIC⁸.

Dentre as 12 novas práticas aprovadas em 2018, totalizando 29 PIC's disponibilizadas aos brasileiro, dentre elas estão: a aromaterapia: consiste no

método de uso de concentrados extraídos de vegetais (óleos essenciais); Constelação familiar: busca reconhecer bloqueios emocionais familiares através de um método psicoterapêutico; Geoterapia: usa a argila diluída em água para aplicar no corpo, a argila é utilizada por ser rica em elementos minerais que auxiliam no tratamento de enfermidades; Imposição de mãos: prática que transfere energia de uma pessoa para a outra para restabelecer seu equilíbrio; Medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde: busca a integralidade do cuidado oferecendo recursos terapêuticos específicos, tais como: terapia medicamentosa, banhos terapêuticos, terapia artística, quirofonética, etc; Terapia de florais: prática não medicamentosa que usa derivados de flores para equilibrar o indivíduo, pode ser usado em qualquer idade².

Em março de 2018, o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), por meio de sua página oficial, demonstrou apoio às iniciativas de implementação das práticas integrativas no Brasil, considerando que a adoção de novas práticas na PNPIC demonstram um avanço do modelo de saúde focado nos princípios do SUS⁹. Diante disto, torna-se fundamental pesquisar os tipos de PICs,

como são aplicadas, de que forma devem ser aplicadas e os resultados esperados. Para que estes conhecimentos agreguem nas práticas de cuidado da enfermagem, buscando um atendimento integral aos usuários.

Assim, este estudo traz como questão norteadora: “Como se caracterizam os benefícios das Práticas Integrativas e Complementares - PICs aplicadas nas práticas de enfermagem?”. Para isso, o estudo objetivou caracterizar os benefícios das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) no cuidado de enfermagem.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa, conforme Cooper¹⁰, que compreende cinco etapas consecutivas: formulação do problema, coleta de dados, avaliação dos dados, análise e interpretação dos dados e apresentação de resultados.

Para a coleta de dados utilizou-se as seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Lilacs, PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A escolha das bases de dados deu-se pela acessibilidade, veracidade e criticidade científica das mesmas. Os descritores

utilizados para a busca dos artigos foram os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) da BVS, que são: *Terapias Complementares; Cuidados em Enfermagem; Enfermagem Holística; Toque Terapêutico; Acupuntura; Fitoterapia; Aromaterapia; Homeopatia*. Durante a coleta de dados foram usados os operadores booleanos “AND” e “OR”.

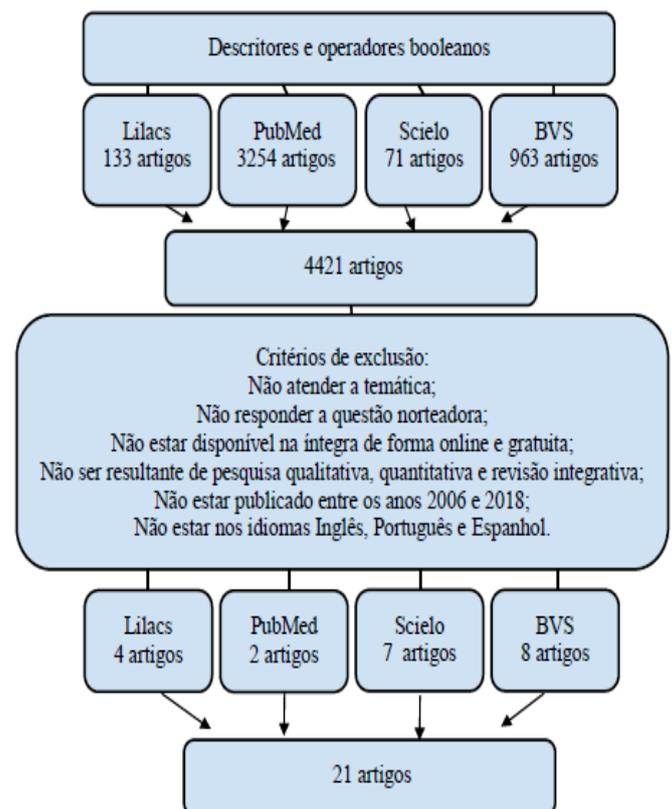
Foram selecionados artigos que atenderam a temática do estudo; que responderam a questão norteadora; disponíveis na íntegra de forma online e gratuita; resultantes de pesquisas qualitativas, quantitativas e revisões integrativas; disponíveis nos idiomas Português, Espanhol e Inglês; publicados a partir de 2006⁷ até 2018.

Após a seleção dos artigos que contemplaram os critérios de inclusão foi aplicado um instrumento para avaliação dos dados, onde foram registradas as seguintes informações dos artigos científicos: identificação (n° do artigo, volume, ano, título, autores, periódicos e descritores), objetivos, metodologia (tipo de pesquisa, população, local de realização, coleta de dados), resultados e considerações finais. Na etapa de análise e interpretação dos dados houve a elaboração de um quadro sinóptico geral, visando à síntese e comparação dos dados.

Esta revisão integrativa respeitou a Lei n° 9.610 de 19 de fevereiro de 1998, que legisla os direitos autorais dos autores¹¹.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

FIGURA 1 - ARTIGOS E BASES DE DADOS



Como demonstrado na figura 1, encontrou-se 133 artigos na Lilacs, 3254 na PubMed, 71 na SciELO e 963 na BVS, totalizando 4421 artigos. Depois de aplicados os critérios de exclusão, obteve-se a amostra final de 21 artigos.

Em relação ao ano de publicação, constatou-se que os anos de 2015 e 2018 obtiveram o maior número

de publicações sobre a temática das PIC's.

Em relação aos tipos de abordagem, observou-se prevalência de 48% (10) de pesquisas qualitativas, seguido pelas revisões integrativas, com 38% (8) dos artigos.

Práticas integrativas e complementares utilizadas pela enfermagem

Atualmente, observa-se uma necessidade de novas abordagens no campo da saúde quando se trata de cuidado e recuperação dos pacientes, em relação a isto temos o emprego das PICs, sendo o (a) enfermeiro (a) um profissional importante nesta atuação.

A fitoterapia foi a prática mais prevalente dentre as aplicadas na prática de enfermagem, presente em 19% (6) dos artigos analisados. A Fitoterapia é uma forma de tratamento milenar, simples e natural que compreende uma parte dos vastos estudos com plantas medicinais. A fitoterapia trata ou previne doenças e condições de saúde através de plantas e por partes delas, tais como: folhas, flores, raízes, frutos ou sementes. É uma prática muito utilizada na Atenção Básica, pelo seu baixo custo e boa aceitação pela comunidade e é também usada no tratamento paliativo. A forma
Journal Health NPEPS. 2019 jan-jun; 4(1):302-318.

fitoterápica de tratamento valoriza saberes e práticas populares que são transmitidas pelas pessoas, bem como o uso de recursos naturais¹²⁻¹⁷.

A massagem foi mencionada em 16% (5) dos artigos. Sua utilização tem origem desde as antigas práticas médicas, e consiste em uma técnica de relaxamento muscular, com a intenção de desfocar o pensamento do paciente na dor. O corpo é um importante meio de comunicação que permite estabelecer uma linguagem corporal, sendo possível, por meio dele, melhorar o estabelecimento corporal. E além de ser realizada pelo profissional pode ser realizada pelo acompanhante do paciente, como no caso da gestante em trabalho de parto, onde tal prática promover aproximação entre ela e o acompanhante. Nos cuidados paliativos a massagem promove alívio de estresse^{16,18-21}.

A acupuntura citada em 9,5% (3) dos artigos, consiste na inserção de agulhas em pontos cutâneos específicos, conhecidos como pontos de acupuntura, os quais correspondem a meridianos ("canais de energia" distribuídos no corpo, à semelhança de uma rede nervosa) próprios por onde circula a energia. Esta prática promove a regulação das funções fisiológicas e

restabelece o equilíbrio energético global do organismo. É uma técnica antiga que promove melhorias na saúde e no corpo através da autocura e alinha pontos do corpo do indivíduo através de estímulos, possuindo caráter multidisciplinar e integral²²⁻²⁴.

A homeopatia mencionada em 9,5% (3) dos artigos, é considerada um sistema médico complexo, que age conforme um ponto de vista próprio sobre a morfologia humana, e algumas pessoas à considerada como um tratamento livre de efeitos colaterais. A homeopatia é uma das práticas complementares mais antiga, possuindo uma intervenção terapêutica que valoriza aspectos individuais da doença e do paciente. Frequentemente é combinada com terapêuticas paliativas devido ao estresse espiritual presente no processo da morte^{14-15,25}.

A musicoterapia foi citada em 9,5% (3) dos artigos. Essa prática consiste em ouvir músicas que contêm batidas e melodias que auxiliam os indivíduos a atingirem um estado pacífico e a aliviar desconfortos, além de promover o bem estar corporal e mental. A música em si consiste em tom, ritmo e timbre ou tom de cor, e isso demonstra diferenças na redução de estresse, sendo assim o estilo musical

afeta a redução de estresse. A música clássica, majoritariamente, gera mais relaxamento do que o “rock and roll”, todavia, o passado cultural e religioso das pessoas submetidas a esta prática afeta o resultado quanto ao gênero musical. A musicoterapia está muito relacionada ao relaxamento, alívio da ansiedade e melhora no humor nos pacientes que utilizam desta prática, principalmente pela liberação de endorfina, fato comprovado através de exames^{16,21,26}.

O toque terapêutico foi citado em 9,5% (3) dos artigos, trata-se do contato físico entre paciente e profissional de enfermagem, sendo uma prática que traz conforto ao paciente, pois este percebe que o profissional proporciona calor humano e atenção. Além de trazer benefícios ao receptor do cuidado, também é benéfico ao enfermeiro, pois a perspectiva lúdica do toque terapêutico abre a possibilidade de transformar o cotidiano do cuidado com descontração no falar e no agir, tornando o convívio com o paciente acolhedor, divertido e agradável^{21,27-28}.

A aromaterapia citada em 6% (2) dos artigos, consiste em uma prática que, além de ser utilizada sozinha, pode estar associada com outras práticas, como a massagem. A utilização de óleos

durante a prática da massagem proporciona o resultado positivo imediatamente após o procedimento. A aromaterapia é considerada um recurso terapêutico seguro que podem ser administrados de forma olfativa ou via dérmica¹⁹⁻²⁹.

A meditação foi mencionada em 6% (2) dos artigos. Essa prática leva a mais profunda consciência, permitindo tranquilidade aos pensamentos. É uma prática que desenvolve bem-estar físico e mental e, com isso, redução de efeitos psicossomáticos negativos e, por isso, é muito utilizada nos cuidados paliativos^{21,30}.

O reiki citado em 6% (2) dos artigos, é um sistema de cura através da imposição das mãos, utilizado para o tratamento do corpo físico, atuando na parte mental, emocional e espiritual, é marcado pela autocura, autoconhecimento, liberdade de escolha e de consciência, trazendo benefícios que vão além do corpo físico e age causa dos sintomas. É um tipo de terapia oferecida a indivíduos em situação de saúde e de doença, ela aumenta a energia vital e fortalece o sistema imunológico^{14,31}.

A crioterapia foi mencionada em 3% (1) dos artigos. Essa prática é uma técnica que consiste na aplicação de

compressas de gelo ou outros meios de frio intenso. Pode ser aplicada em diversas regiões do corpo, no trabalho de parto é aplicada na região lombar, proporcionando alívio da dor³².

A hidroterapia foi citada em 3% (1) dos artigos, esta prática consiste em imersão em água, podendo ser corrente ou em banheiras. Promove o relaxamento do corpo e, ao exemplo do trabalho de parto, o alívio da dor entre as contrações³².

As plantas medicinais foram citada em 3% (1) dos artigos. Elas são utilizadas para o tratamento de diversos sintomas e são ingeridas através de chás, infusões, elixir e até pelo chimarrão, cotidiano dos gaúchos³³.

Condições clínicas para aplicação das PICs

As PICs podem ser aplicadas em variadas condições clínicas, podendo ser um complemento ao tratamento biomédico, promovendo um cuidado diferenciado e com resultados efetivos. Em pacientes com câncer, as PICs são utilizadas em associação com a quimioterapia, tratamento cirúrgico e nos casos clínicos com pior prognóstico, buscando benefícios para os pacientes. O enfermeiro oncologista tem grande responsabilidade em fornecer as

orientações sobre a possibilidade de utilização das PICs para proporcionar um cuidado preventivo em relação aos efeitos colaterais dos tratamentos que o paciente com câncer se submete. Esta condição clínica foi mencionada em 14% (3) dos artigos^{12,14,19}.

Quando pacientes com doenças terminais são submetidos aos cuidados paliativos há um momento de fragilidade, estresses psicológicos e espirituais severos e muitas vezes dores e questionamentos sobre a vida. Devido a esse contexto de morte, muitas práticas podem ser utilizadas para melhorar esse momento, dentre elas a homeopatia que auxilia nessa angústia espiritual. Além disso, as práticas integrativas proporcionam alívio da ansiedade, reduzem a dor e melhoram a qualidade de sono dos pacientes, sendo assim, um complemento do tratamento convencional. Os cuidados paliativos foram mencionados em 10% artigos (2)^{25,30}.

Em pacientes com hipertensão arterial sistêmica, as PICs são utilizadas como recursos complementares ao tratamento da doença, sendo o motivo de diminuição do colesterol e também por baixar e regular a pressão arterial sistêmica no tratamento de problemas cardíacos nesses pacientes, ela é

considerada um dos principais e importantes fatores de risco de doenças da população brasileira atualmente^{23,33}.

As práticas integrativas usadas no momento do trabalho de parto auxiliam no alívio da dor entre as contrações, promovendo o relaxamento. O fato da não utilização ou redução do uso de métodos farmacológicos torna esse momento o mais natural possível, possibilitando um cuidado humanizado e não invasivo e, com isso, respeitando o tempo da parturiente. Dores como dor nas costas foram reduzidas através de práticas complementares como a massagem além do conhecimento adquirido pelas gestantes para aliviar desconfortos gerados pela gravidez. A utilização de PICs no momento do trabalho parto foi citado em 10% (2) dos artigos^{21,32}.

Na internação de pacientes psiquiátricos a principal forma de cuidado efetivo é o toque terapêutico, pois proporciona ao paciente a tranquilidade de estar recebendo atenção do profissional de enfermagem e, com isso, estabelecendo um vínculo e confiança. Em contextos de internações de saúde mental, as terapias complementares como a aromaterapia auxiliam no tratamento de modo que os pacientes sintam-se equilibrados e

tranquilizados, de forma que, diminua utilização de medicamentos. Esta condição foi mencionada em 5% (1) dos artigos³⁴.

A angina estável foi citada em 5% dos artigos (1). Essa condição clínica é conceituada como uma síndrome caracterizada por dor ou pressão causada por fluxo sanguíneo insuficiente ao coração, e, portanto, menos oxigênio no músculo cardíaco. O termo estável está relacionado por ser considerada crônica. As PICs, como a acupuntura, nesta condição são aplicadas para proporcionar uma estabilidade clínica e uma melhor qualidade de vida, que apenas com o tratamento medicamentoso não é possível³⁵.

A ansiedade, citada em 5% (1) dos artigos, é considerada um transtorno, na qual os pacientes possuem sinais como estresse, fobias, agonias, diante disso, as práticas integrativas auxiliam no tratamento e no dia a dia de pessoas que possuem esse transtorno²⁴.

Na dor crônica, mencionada em 5% artigo (1), os pacientes, principalmente os idosos, possuem problemas que predisõem a dor, sendo assim, o uso de terapias, como o reiki, contribui como um método de prevenção e alívio de sintomas¹⁴.

A condição de pacientes submetidos a anestesia raquidiana foi mencionada em 5% (1) dos artigos. Os ambientes pré e pós-cirúrgicos dedicados a pacientes que realizam anestesia raquidiana são propícios para o relaxamento antes do procedimento cirúrgico e a diminuição da dor e retomada das atividades motoras e cognitivas após o procedimento cirúrgico. Muitas vezes é um local que gera ainda mais ansiedade aos pacientes, pois até mesmo depois do fim da cirurgia o ambiente ainda causa desconforto. Por esses motivos as PICs são boas alternativas neste contexto, dentre elas especialmente a musicoterapia, pois já foi testada e apresentou ótimos resultados²¹.

Pacientes portadores de doenças onco-hematológicas e imunológicas que realizam transplante de células-tronco hematopoiéticas, mencionado em 5% (1) dos artigos, se expõem, junto a seus familiares, a estressores físicos e psicológicos. Buscando amenizar estes estressores as PICs são introduzidas neste contexto, buscando uma qualificação e humanização do cuidado prestado pela equipe de enfermagem²⁶.

Benefícios das práticas integrativas e complementares

O relaxamento e bem-estar foi o benefício prevalente nos artigos analisados, representado em 23% (10) dos artigos. O uso das PICs supera o tratamento medicamentoso, pois proporciona bem-estar e relaxamento a quem faz seu uso, apoiando-o assim no enfrentamento de doenças, nos cuidados paliativos e no trabalho de parto. Duas práticas cujas atividades estão ligadas diretamente ao bem estar é a musicoterapia, sendo intensificado pela correspondência da música utilizada com o gosto do paciente, e a meditação, que proporciona bem estar físico e mental.

Os mecanismos de agravos acabam por desestabilizar os pacientes, nesse sentido as terapias complementares promovem o bem estar através de técnicas como a fitoterapia e o reiki, auxiliando junto com a redução de sintomas. Além disso, o mal estar podem estar ligado a uma angústia espiritual, onde entra a homeopatia como processo de relaxamento. Esses métodos de relaxamento e bem estar estão diretamente ligados com a relação entre profissional e paciente, então é necessário que o enfermeiro pratique o lúdico no cuidado, assim construindo uma relação de confiança e troca mútua com aquele paciente em determinada situação^{21-22,25-32,35}.

O alívio da dor é promovido em diferentes contextos como, por exemplo, no trabalho de parto e nos cuidados paliativos. Este benefício foi abordado em 21% (9) dos artigos. A dor, além de prejudicar o paciente, abrange também o sofrimento dos familiares e da equipe de saúde, principalmente a enfermagem, por serem os profissionais que permanecem mais tempo ao lado do paciente. O alívio da dor também pode ser uma medida preventiva em casos onde já se sabe que a dor acontecerá. A homeopatia também auxilia no alívio da dor.

A redução da dor foi identificada nas técnicas corporais como a massagem em gestantes, diminuindo a sensação de desconforto, além da utilização do Reiki em idosos com dor crônica promovendo o alívio frente aos sintomas de traumatismos, por exemplo, no qual idosos são mais susceptíveis^{21-22,25-32,35}.

O alívio da ansiedade, citado em 12% (5) dos artigos, pode ser avaliado através do acompanhamento da pressão sistólica e diastólica, além da frequência cardíaca, da respiração e da tensão, que ao serem analisadas podem demonstrar atividades que aumentam ou diminuem a ansiedade, assim como a redução do estresse, agônias e fobias presentes nos pacientes em momentos de tensão ou

não. A prática integrativa da homeopatia também configura uma diminuição da ansiedade dos pacientes. O alívio da ansiedade também é observado em pacientes em cuidados paliativos^{21-22,25,26,30}.

Sinais e sintomas desagradáveis, como a dor, estão presentes na maioria das doenças, e as PICs entram para favorecer a diminuição destes eventos desagradáveis. Um exemplo de PIC utilizada para diminuir sinais e sintomas são as plantas medicinais como recurso contra a hipertensão arterial sistêmica (HAS) promovendo diminuição da pressão arterial sistêmica e do colesterol. Outra PIC presente no alívio de sinais e sintomas é a aromaterapia que acaba por reduzir os sofrimentos ansiosos no tratamento de pessoas com ansiedade, de modo que o paciente possa ter melhoras no equilíbrio do organismo. Esse benefício foi mencionado em 12% (5) dos artigos^{12,19,23,29,33}.

O contato profissional paciente promove maior ampliação e compartilhamento do conhecimento entre enfermeiro e paciente, a transmissão do conhecimento leva ao conhecimento das práticas bem como sua forma de aplicá-las fora do acompanhamento profissional. Este benefício foi citado em 9% (4) dos

artigos. No contato há o estabelecimento de vínculos e melhora no cuidado, proporcionando ao paciente um ambiente de cura mais confortável e de confiança. O contato é muito importante nos cuidados paliativos, pois traz acolhimento ao paciente nesse momento difícil^{15,21,27-28}.

As práticas integrativas podem ser usadas como um meio de diminuir o uso de medicamentos de tratamento ou prevenção de doenças. Esse benefício foi mencionado em 9% (4) dos artigos. As PICs geram respostas positivas ao tratamento, são de fácil aplicação e podem gerar efeitos positivos tanto psicológicos, como fisiológicos^{13-14,21,35}.

A qualidade de vida é um dos benefícios mais procurados por aqueles que utilizam as PICs, pois reflete em todos os outros benefícios. Intervenções não farmacológicas, como o uso de plantas e chás, é um fator que ajuda muito na qualidade de vida do paciente, proporcionando um tipo de cuidado mais autônomo, por exemplo. As PICs visam aumentar a qualidade de vida do paciente, através de práticas que estimulem o bem-estar físico e mental, assim como redução de danos de agravos, promovendo um melhor ambiente de tratamento. A melhor qualidade de vida promovida pelas PICs

foram mencionadas em 7% (3) dos artigos^{12,14,23}.

O fortalecimento do sistema imunológico é um benefício encontrado quando as PICs são aplicadas em pacientes, principalmente, oncológicos, que por estarem nesta situação de doença apresentam o sistema imunológico muito debilitado. O fortalecimento do sistema imunológico manifesta-se em situações como: diminuição de problemas respiratórios e estomacais e diminuição de infecções. Esse benefício foi mencionado em 5% (2) dos artigos^{12,14}.

É possível observar uma diminuição das reações adversas quando comparamos as PICs utilizadas de maneira correta e o uso de outros tratamentos medicamentosos. Por serem práticas que não apresentam efeitos tóxicos, estas apresentam quase que nenhuma reação adversa prejudicial ao paciente. A diminuição de reações adversas foram citadas em 2% (1) dos artigos¹³.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As práticas integrativas e complementares têm sua inserção ainda recente no SUS brasileiro. Diante disso, a enfermagem possui papel fundamental

Journal Health NPEPS. 2019 jan-jun; 4(1):302-318.

no que se refere à aplicação dessas práticas reconhecidas e respaldadas pela legislação vigente. No entanto é preciso preparo para a identificação das necessidades dos pacientes, bem como dos benefícios de cada tipo de prática integrativa no cotidiano do trabalho da enfermagem.

A enfermagem, assim como demais profissionais que compõem a equipe de saúde precisa visualizar as práticas integrativas e complementares como um modelo de cuidado a ser ensinado e praticado no ambiente do cuidado, valorizando as intervenções biomédicas e farmacológicas que em sua maioria são agressivas e podem ter muitos efeitos colaterais.

Faz-se necessário protagonismo e empoderamento da enfermagem em relação à utilização das PICs em suas práticas assistenciais, porém, para isto é necessária a profissionalização e o conhecimento acerca das PICs em seu contexto de trabalho, promovendo assim autonomia dos pacientes e redução dos custos do SUS.

REFERÊNCIAS

1. Junior ET. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estud av.* 2016; 30(86):99-112.

2. Brasil. Ministério da Saúde. Manual de implantação de serviços de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Brasília: Ministério da Saúde; 2018.
3. Medeiros R, Lima PT. Acesso às terapias complementares cresce no SUS. Einstein: Educ Contin Saúde. 2010; 8(1): 40-1.
4. Organização Pan-Americana da Saúde. OMS atualiza a Estratégia sobre medicina tradicional; 2014.
5. Borges MR, Madeira LM, Azevedo VMGO. As práticas integrativas e complementares na atenção à saúde da mulher: uma estratégia de humanização da assistência no Hospital Sofia Feldman. Rev Min Enferm. 2011; 15(1):105-113.
6. Malafaia LM, Magalhães GM, Alvim NAT. Implementação de Práticas Integrativas e Complementares de Saúde em Instituições Hospitalares do Município do Rio de Janeiro: limites e possibilidades no cuidado de enfermagem. Anais 16º Pesquisando em Enfermagem. Universidade Federal do Rio de Janeiro. 2009; 1(1):1-2.
7. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria N° 971, de 03 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde; 2006.
8. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria N° 702, de 21 de março de 2018. Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC; 2018.
9. Conselho Federal de Enfermagem. Cofen manifesta apoio as práticas integrativas e complementares. Brasília; 2018 [acesso em 2019 jan]. Disponível em: http://www.cofen.gov.br/cofen-manifesta-apoio-as-praticas-integrativas-e-complementares_61201.html
10. Cooper HM. The integrative research review: a systematic approach. Beverly Hills: Sage; 1984.
11. Brasil. Lei N° 9.610, de 19 de fevereiro de 1998. Altera, atualiza e consolida a legislação sobre direitos autorais e dá outras providências; 1998.
12. Alves KYA, Assis YMS, Salvador PTCO, Nascimento CPA, Tourinho FSV, Santos VEP. Práticas Integrativas e Complementares no Tratamento Oncológico e o papel da enfermagem. Rev pesqui cuid fundam. 2015; 7(4):3163-3174.

13. Bastos RAA, Lopes AMC. A fitoterapia na Rede Básica de Saúde: o olhar da enfermagem. *Rev Bras Cienc Saude*. 2010; 14(2):21-8.
14. Magalhães MGM, Alvim NAT. Práticas Integrativas e Complementares no Cuidado de Enfermagem: Um enfoque ético. *Esc Anna Nery*. 2013; 17(4): 646-653.
15. Lima JF, Ceolin S, Pinto BK, Zilmer JGV, Muniz RM, Schwartz E. Uso de terapias integrativas e complementares por pacientes em quimioterapia. *Av enferm*. 2015; 33 (3):372-380.
16. Caires JS, Andrade TA, Amaral JB, Calansans TA, Rocha MDS. A utilização das terapias complementares nos cuidados paliativos: benefícios e finalidades. *Cogitare Enferm*. 2014; 19(3):514-520.
17. Salles LF, Homo RFB, Silva MJ. Práticas integrativas e complementares: situação do seu ensino na graduação de enfermagem no Brasil. *Rev Saúde*. 2014; 8(3):1-4.
18. Abreu AVA, Reis PED, Gomes IP, Rocha PRS. Manejo não farmacológico da dor em pacientes com câncer: revisão sistemática. *Onl Braz Jour Nurs*. 2009 ; 8 (1):1-9.
19. Mafetoni RR, Shimo AKK. Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: revisão integrativa. *Rev Min Enferm*. 2014; 18(2):505-512.
20. Hoga LAK, Reberte LM. Técnicas corporais em Grupo de Gestantes: a experiência dos participantes. *Rev Bras Enferm*. 2006; 59(3):308-313.
21. Nelson JP. Being in Tune With Life Complementary Therapy Use and Well-Being in Residential Hospice Residents. *J holistic nurs*. 2006;24(3):152-61.
22. Villela MPC, Lemos MES. Os cuidados do enfermeiro-acupunturista ao paciente com angina estável: uma relação rumo a integralidade da assistência. *Rev Min Enferm*. 2010; 14(4):577-586.
23. Pereira RDM, Alvim NAT, Pereira CD, Gomes Junior SC. Acupuntura na hipertensão arterial sistêmica e suas contribuições sobre diagnósticos de enfermagem. *Esc Anna Nery*. 2017; 21(1):1-7.
24. Goyatá SLT, Avelino CCV, Santos SVM, Souza Jr DI, Gurgel MDSL, Terra FS. Effects from acupuncture in treating anxiety: integrative review. *Rev Bras Enferm*. 2016;69(3):564-71.
25. Tornoe K, Danbolt LJ, Kvigne KK, Sorlie V. A mobile hospice nurse

- teaching team's experience: training care workers in spiritual and existential care for the dying - a qualitative study. *MBC Care: Research Article*. 2015; 14(43):1-9.
26. Lee WP, Wu PY, Lee MY, Ho LH, Shih WM. Music listening alleviates anxiety and physiological responses in patients receiving spinal anesthesia. *Complement Ther Med*. 2017; 8(13):1-6.
27. Soares MCS, Gonçalves CC, Junior HPOS, Silveira MFA. Humanización a través del toque: una pesquisa cualitativa con talleres. *Onl Braz Jour Nurs*. 2009; 8(1):1-7.
28. Beuter M, Alvim NAT. Expressões lúdicas no cuidado hospitalar sob a ótica de enfermeiras. *Esc Anna Nery*. 2010; 14(3):567-574.
29. . Pereira RDM. Acupuntura como tecnologia aplicada ao cuidado de enfermagem a adultos hipertensos: um estudo experimental [Dissertation]. [Rio de Janeiro (RJ)]: Escola de Enfermagem Anna Nery, Universidade Federal do Rio de Janeiro; 2015. 114p.
30. Esper MV, Gnatta JR, Silva MJP. Caracterização da produção científica sobre meditação na área da saúde e na Enfermagem: revisão de literatura. *Cad Naturologia Journal Health NPEPS*. 2019 jan-jun; 4(1):302-318.
- Terapias Complementares. 2016; 5(8):39-46.
31. Freitag VL, Dalmolin IS, Badke MR, Andrade A. Benefícios do Reiki em população idosa com dor crônica. *Texto Contexto Enferm*. 2014; 23(4):1032-40.
32. Silva LB, Lima IC, Bastos RA. Terapias Complementares e Integrativas: Conhecimento e utilização pelos docentes do curso de enfermagem de uma Instituição Pública. *Rev saúde coletiva UEFS*. 2016; 5(1): 40-45
33. Zdanski AD, Vargas NRC, Ceolin T, Heck RM, Haeffner R, Viegas CRS. A Enfermagem diante da utilização de plantas medicinais no tratamento complementar da hipertensão arterial sistêmica e das dislipidemias. *Rev Min Enferm*. 2010; 14(4):473-478.
34. Domingos TS, Braga EM. Significado da massagem com aromaterapia em saúde mental. *Acta paul enferm*. 2014; 27(6):579-84.
35. Villela MPC, Lemos MES. Os Cuidados do Enfermeiro-acupunturista ao paciente com angina estável: uma relação rumo a integralidade da assistência *Rev Min Enferm*. 2010; 14(4):577-586.

Conflito de interesses: Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Participação dos autores:

- **Concepção:** Mendes DS, Moraes FS, Lima GO, Silva PR, Cunha TA.
- **Desenvolvimento:** Mendes DS, Moraes FS, Lima GO, Silva PR, Cunha TA, Crossetti MGO, Riegel F.
- **Redação e revisão:** Mendes DS, Moraes FS, Lima GO, Silva PR, Cunha TA, Crossetti MGO, Riegel F.

Como citar este artigo: Mendes DS, Moraes FS, Lima GO, Silva PR, Cunha TA, Crossetti MGO, et al. Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. J Health NPEPS. 2019; 4(1):302-318.

Submissão: 07/01/2019

Aceito: 09/05/2019

Publicado: 01/06/2019