

Vivências em Práticas Integrativas na Atenção Primária: contribuições da Fitoterapia e da Musicoterapia

Anita Beatriz Oliveira Silva^{1*}, Patrícia Soares de Sousa¹, Zilma Brunou Capila¹, Edna Nassulha Basilio¹, Ailzo Mendes Miranda², Regina de Sousa Valerano³, Fabiana Rosa de Oliveira Nink⁴.

¹ Discente do Curso de Enfermagem, da Afya Centro Universitário Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

² Docente do Curso de Enfermagem, da Afya Centro Universitário Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

³ Docente do Curso de Enfermagem, da Afya Centro Universitário Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

⁴ Coordenadora do Curso de Enfermagem, da Afya Centro Universitário Ji-Paraná, Ji-Paraná, Rondônia, Brasil.

*Autor(a) correspondente: Anita Beatriz Oliveira Silva. (69) 9.9213-4759. E-mail:anitaoliveira.sstx@gmail.com

1. Introdução

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são formas terapêuticas que auxiliam na promoção e prevenção da saúde, além de atuarem como meios complementares no tratamento de doenças. O principal objetivo dessas práticas é humanizar o cuidado, garantindo a continuidade e integralidade das ações em saúde, de modo a contemplar o indivíduo em suas dimensões física, emocional e social (BRASIL, 2006).

As PICS foram institucionalizadas por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), criada sob orientação do Ministério da Saúde e fundamentada nos critérios da Organização Mundial da Saúde (OMS). A regulamentação ocorreu com a Portaria GM/MS nº 971, de 03 de maio de 2006, que autoriza e orienta a implementação das práticas integrativas no Sistema Único de Saúde (SUS). Essa portaria estabelece que todas as unidades de Atenção Primária à Saúde devem ofertar pelo menos uma dessas práticas, fortalecendo o cuidado ampliado e centrado no paciente (BRASIL, 2006; BRASIL, 2023).

As PICS estão inseridas no grupo de ações classificadas pela OMS como Medicina Tradicional, Complementar e Integrativa (MTCI), representando práticas que complementam e fortalecem o cuidado convencional. Atualmente, o SUS reconhece 29 modalidades terapêuticas, entre elas: apiterapia, aromaterapia, arteterapia, ayurveda, biodança, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, dança circular, geoterapia, hipnoterapia, homeopatia,

imposição de mãos, medicina antroposófica, acupuntura, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, ozonioterapia, fitoterapia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa, florais, termalismo social e yoga (BRASIL, 2023).

A Resolução COFEN nº 739/2024 regulamenta a atuação dos profissionais de enfermagem nas PICS, reforçando a autonomia do enfermeiro e do técnico de enfermagem tanto no setor público quanto privado. O documento determina que o profissional deve estar devidamente capacitado por meio de curso específico para exercer a prática escolhida. O enfermeiro pode atuar em todas as 29 práticas, enquanto o técnico de enfermagem é autorizado a executar todas, exceto a ozonioterapia e a yoga, sempre sob supervisão direta do enfermeiro (COFEN, 2024). Essa normativa amplia o campo de atuação da enfermagem e fortalece a perspectiva de um cuidado integral e personalizado.

Entre as diversas práticas, destaca-se a Fitoterapia, uma terapia milenar baseada no uso de plantas medicinais, ervas e chás para prevenir e tratar enfermidades. A prática é regulamentada pela Resolução nº 26/2014, que diferencia medicamentos fitoterápicos de produtos tradicionais fitoterápicos, permitindo o uso de diferentes partes das plantas — folhas, raízes, flores e cascas — conforme sua finalidade terapêutica (BRASIL, 2014). Por exemplo, o chá de erva-de-são-joão auxilia no relaxamento e na melhora do sono, enquanto o hibisco é utilizado para tratar retenção de líquidos (SANTOS et al., 2022).

Outra prática bastante difundida é a Musicoterapia, que utiliza os elementos da música (harmonia, letra, melodia, som e ritmo) como instrumento terapêutico na promoção da saúde. Essa técnica pode ser aplicada individualmente ou em grupo, sendo eficaz em processos de relaxamento, concentração, cuidados oncológicos, trabalho de parto e outras situações clínicas (NUNES, 2024; PINHEIRO et al., 2025).

Dessa forma, o objetivo deste relato é analisar a importância das práticas integrativas, com foco na fitoterapia e na musicoterapia, evidenciando seus impactos positivos na saúde da população e discutindo suas possibilidades de aplicação prática no contexto da enfermagem.

2. Metodologia

Para a construção deste relato de experiência, realizou-se um estudo baseado na literatura científica e nas vivências práticas do estágio supervisionado em Enfermagem, especificamente no setor de Atenção Primária à Saúde (APS), com enfoque nas Práticas Integrativas e Complementares (PICS). Foram selecionados artigos publicados nos últimos cinco anos, além de documentos oficiais do Ministério da Saúde, como a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) e demais diretrizes relacionadas às PICS (BRASIL, 2006; BRASIL, 2023).

Essa metodologia visa relacionar o embasamento teórico encontrado na literatura com as experiências práticas vivenciadas durante o estágio, permitindo compreender de forma crítica e reflexiva o papel das PICS no contexto da enfermagem.

2.1 Tipo de Estudo

Trata-se de um relato de experiência, elaborado a partir da vivência prática em Práticas Integrativas, correlacionado com uma revisão de literatura. Foram escolhidas as subáreas de Fitoterapia e Musicoterapia, por se destacarem tanto na literatura quanto nas práticas observadas durante o estágio.

De acordo com Nunes (2024) e Pinheiro et al. (2025), essas duas práticas apresentam resultados positivos na promoção da saúde, na redução do estresse e na humanização do cuidado, reforçando o papel do enfermeiro como mediador de um cuidado integral. Assim, a literatura serviu como norteadora para a construção da ação prática, que foi

posteriormente analisada à luz da experiência vivida no campo.

2.2 Local e Período do Estudo

A ação prática em Práticas Integrativas e Complementares foi desenvolvida na Unidade Básica de Saúde (UBS) São Francisco, localizada no município de Ji-Paraná – RO, no dia 03 de outubro de 2025, no período matutino, das 9h às 11h.

Esse ambiente foi escolhido por se tratar de um espaço de Atenção Primária à Saúde, nível em que, segundo o Ministério da Saúde, a oferta das PICS deve ser prioritária (BRASIL, 2006; BRASIL, 2023).

2.3 População e Amostra

A ação foi destinada ao público geral da unidade, abrangendo adultos, idosos, gestantes e crianças. Essa escolha se justifica pelo fato de serem os grupos com maior frequência na APS, conforme observado durante o período de estágio.

Durante a preparação da ação, percebeu-se que o impacto seria mais significativo ao envolver a comunidade de forma ampla, possibilitando maior disseminação do conhecimento sobre as PICS e seus benefícios (BRASIL, 2023).

Ao todo, 29 participantes estiveram presentes, demonstrando interesse e engajamento na atividade proposta.

3. Resultados

A ação prática iniciou-se com o acolhimento dos participantes, seguido da apresentação dos componentes do grupo e da exposição do tema. Foram abordadas as Práticas Integrativas e Complementares (PICS), apresentando suas definições, modalidades e a relevância na promoção da saúde. Em seguida, foram detalhadas as práticas de Fitoterapia e Musicoterapia.

Durante a explanação sobre a Fitoterapia, foram discutidos conceitos, formas de adaptação à rotina diária e cuidados específicos, especialmente para gestantes e hipertensos, destacando os riscos do consumo inadequado de chás e a importância da dosagem correta (SANTOS et al., 2022). A Musicoterapia foi abordada como recurso terapêutico, mostrando possibilidades de aplicação no cotidiano, na gestação, no pós-parto e no desenvolvimento infantil, enfatizando a escolha adequada das músicas conforme a necessidade dos participantes (NUNES, 2024; PINHEIRO et al., 2025).

Após a apresentação, houve um momento de perguntas e respostas, no qual foram esclarecidas dúvidas sobre os chás, suas categorias (calmantes, estimulantes, digestivos e laxantes) e orientações sobre horários e doses de consumo, incluindo restrições para gestantes. Finalizando a atividade, foi realizada uma degustação de chás de Camomila, Erva-Cidreira, Capim-Limão, Mix do Sono (Melissa, Erva-de-São-João e Valeriana), Hibisco e águas saborizadas com frutas (kiwi, laranja, limão siciliano, morango e maracujá), acompanhada de música clássica, criando um ambiente propício ao relaxamento.

A interação com os participantes permitiu esclarecer dúvidas sobre benefícios, formas de uso e dosagens, demonstrando que ações simples de PICS podem aproximar o cuidado de enfermagem da comunidade, reforçando a humanização e o caráter educativo da prática. Observou-se que a comunidade aceitou e se engajou nas atividades, evidenciando a eficácia da Fitoterapia e Musicoterapia como ferramentas de promoção da saúde e de complementação ao cuidado convencional (BRASIL, 2023; SANTOS et al., 2022; NUNES, 2024).

4. Conclusão

As Práticas Integrativas, especialmente a Fitoterapia e a Musicoterapia, demonstraram impacto positivo na realidade da comunidade atendida, promovendo educação em saúde de forma menos invasiva e prática. Estas práticas contribuem para o manejo de condições como ansiedade, depressão, obesidade, diabetes e hipertensão, além de favorecer o fortalecimento da imunidade. Observou-se que, quando aplicadas com clareza, acolhimento e orientação adequada, as PICS são bem aceitas e efetivas, reforçando a importância do enfermeiro na promoção de um cuidado integral, humanizado e comunitário.

5. Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS – PNPIC*. Portaria GM/MS nº 971, de 03 de maio de 2006. Brasília, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria SAPS nº 43, de 11 de julho de 2023. Brasília, 2023.

COFEN. Resolução nº 739, de 05 de fevereiro de 2024. Regulamenta a atuação dos profissionais de

enfermagem nas Práticas Integrativas e Complementares. Brasília, 2024.

SANTOS, A. P. et al. O estudo das plantas medicinais e da fitoterapia nos cursos de graduação em enfermagem das instituições públicas de ensino. IFPE, 2022.

NUNES, S. C. A. Atuação da enfermagem na terapia assistencial usando a musicoterapia: uma revisão de literatura. UNIFACIG, 2024.

PINHEIRO, G. D. et al. Eficácia da musicoterapia como ferramenta de cuidado em enfermagem. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, v. 8, n. 18, 2025.