



Divulgação de evidências científicas sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

Luciana Fernandes Paulino¹, Maria Eduarda Ramos da Silva², Yasmin Aguiar Faria Lima², Marina Soares Gonçalves², Thaís Matera Ferraro Teixeira², Neemias Lima da Silva², Bárbara de Lacerda Santos Oliveira², Bianca Nunes Gomes², Fátima Helena do Espírito Santo¹, Gleyce Moreno Barbosa³

Resumo: A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, instituída em 2006, prevê o atendimento à população pelo Sistema Único de Saúde. Neste contexto, considera-se o conceito de cuidado humanizado e de saúde em sua multidimensionalidade: física, psicoemocional, mental e social. Contudo, o acesso à informação e aos atendimentos no campo das PICS ainda se mostra incipiente, devido ao desconhecimento ou resistência, inclusive por profissionais de saúde e do âmbito acadêmico. O projeto PICS UFF, descrito neste relato de experiência, objetiva promover a divulgação de evidências científicas, em linguagem acessível, em *blog* e mídias digitais, bem como oferecer práticas em eventos internos e externos à Universidade, possibilitando aos indivíduos conhecerem e vivenciarem as PICS. Com este intuito, foram postados 212 textos resumidos, elaborados pela equipe e baseados em artigos científicos, além da veiculação de outros conteúdos e atividades pertinentes à área. As práticas oferecidas foram realizadas de forma presencial e *online*, possibilitando a participação de públicos diversos, em diferentes localidades. A participação em eventos acadêmico-científicos e outros espaços também fez parte das ações, favorecendo tanto a divulgação das PICS quanto seu arcabouço teórico metodológico. Destaca-se que o blog teve 47.973 acessos de 2019 a agosto de 2023, sendo a aromaterapia e homeopatia os temas mais buscados. Os desafios enfrentados contribuíram para o aprimoramento do trabalho, em constante construção e de forma conjunta, em busca da democratização do acesso à saúde em toda sua integralidade.

Palavras-chave: Difusão de Conhecimento; Saúde Integral; Autocuidado; Saúde Pública

Dissemination of scientific evidence about Health Integrative and Complementary Practices

Abstract: The Brazilian National Policy on Integrative and Complementary Practices, established in 2006, aims to provide services to the population by the Unified Health System (SUS). In this context, the concept of humanized care and understanding of health occur in physical, psycho-emotional, mental, and social dimensions. However, access to information and health care with PICS is still incipient due to a lack of knowledge or even resistance, including health and academic professionals. The PICS UFF university extension action, described in this report, aims (i) to promote the dissemination of scientific evidence in accessible language through blogs and digital media and (ii) to offer practices in university and external events, enabling individuals to learn about and experience PICS. For this purpose, 212 summarized texts were posted, elaborated by the team, and based on scientific articles, in addition to dissemination of other content and activities relevant to this area. The PICS were carried out in person and online, contributing to the participation of different audiences in various places. Participation in academic-scientific events and other places was also part of the actions, contributing to the propagation of PICS and its methodologic theoretical framework. An Important highlight was the blog access, with 47,973 views from 2019 to August 2023, and aromatherapy and homeopathy were the most searched topics. The challenges contributed to improving this work, which was constantly built jointly by the team to democratize health access in its integrality.

Keywords: Knowledge Diffusion; Integral Health; Self-Care; Public Health

*Originais recebidos em
31 de agosto de 2023*

*Aceito para publicação em
13 de novembro de 2024*

1

Escola de Enfermagem, Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói-RJ, Brasil

2

Faculdade de Farmácia, Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói-RJ, Brasil.

3

Faculdade de Farmácia, Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói-RJ, Brasil.

(autora para correspondência)

gleycemorenobarbosa@id.uff.br

Introdução

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC) foi implementada no Brasil em 2006, visando ampliar a oferta de atendimentos e ações em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no Sistema Único de Saúde (SUS), considerando a integração ensino, pesquisa, extensão e assistência. As PICS atuam na prevenção de agravos e na promoção, manutenção e recuperação da saúde, com base no modelo de atenção humanizada, individualizada e centrada na integralidade, considerando o indivíduo na sua dimensão global (Portaria n. 971 de 3 de maio de 2006 do Ministério da Saúde).

Por meio da portaria referida acima, cinco práticas foram incluídas na PNPIC: medicina tradicional chinesa/acupuntura, homeopatia, plantas medicinais e fitoterapia, termalismo/crenoterapia e medicina antroposófica. A Portaria 849 de 27 de março de 2017 incluiu mais quatorze PICS, e a Portaria 702 de 21 de março de 2018 incluiu mais dez práticas, totalizando 29, entre elas: aromaterapia, arteterapia, ayurveda, dança circular, meditação, ozonioterapia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, terapia floral e yoga.

A visão ampliada de saúde já havia sido legitimada pela Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde, realizada pela Organização Mundial de Saúde (Declaração de Alma-Ata, 1978), que considerou as dimensões física, mental e social, não se reduzindo somente à ausência de doenças. Em 1986, a Primeira Conferência Internacional sobre Promoção de Saúde (Carta de Ottawa, 1986) e a VIII Conferência Nacional de Saúde (Brasil, 1986) consideraram a multidimensionalidade do processo saúde-doença, contemplando também as dimensões sociais, econômicas e culturais, prevendo ainda maior participação popular na gestão da saúde. Esta visão ampliada de saúde foi incorporada à Constituição Federal do Brasil de 1988 e à Lei 8080, de 19 de setembro de 1990, que instituiu o SUS.

Apesar dos avanços conceituais, na rede pública de saúde brasileira ainda se observa uma disponibilidade incipiente de atendimentos com PICS. Tal cenário contrasta com a grande demanda por este serviço e o potencial benefício que poderia trazer à população, a qual carece de informação sobre sua existência e seus benefícios, e de seu direito ao acesso pelo SUS. A tímida visibilidade das PICS pode ser percebida inclusive nos profissionais de saúde e na comunidade acadêmica, o que traz implicações importantes para o processo de implementação e/ou ampliação de forma mais efetiva. Patrício et al. (2022) corroboram com este cenário ao versarem sobre o acesso precário desses conhecimentos junto aos profissionais de saúde, inclusive na formação, tendo como desdobramentos comuns: resistência a esta abordagem; pouco interesse e investimento em pesquisas; e baixo incentivo à divulgação e oferta desse serviço.

Mediante tal conjuntura, o projeto de extensão "Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: divulgação de evidências científicas para a população", popularmente conhecido como "PICS UFF", iniciado em 2019, busca viabilizar maior acesso à informação e possibilitar vivências com PICS à população em geral (incluindo profissionais da saúde e da educação), bem como contribuir para a ampliação da divulgação científica nesta área de conhecimento. A referida ação foi iniciada a partir de um evento científico em que se levantou a necessidade de investir na divulgação de evidências em PICS, devido ao desconhecimento da população, ou ainda, devido a informações incorretas divulgadas na mídia.

A extensão universitária é um ambiente propício para a construção do saber e para a educação em saúde. Atualmente, com a disponibilidade de infinitos recursos tecnológicos, cada vez mais estão sendo divulgadas informações sobre saúde, entretanto nem todas são confiáveis. Logo, ações provenientes da universidade apresentam a responsabilidade e o compromisso com a população de divulgar informações baseadas em pesquisas científicas. Como a extensão não se limita à divulgação científica, este projeto cumpre seu papel extensionista, extrapolando as atividades para a realização de oficinas, permitindo que as PICS sejam

vivenciadas na prática. Assim, este trabalho se propõe a descrever a experiência do projeto, discutindo seus desafios e possibilidades.

Metodologia

O projeto PICS UFF, nome criado pelos alunos integrantes da equipe, foi iniciado em fevereiro de 2019. Até agosto de 2023, momento de desenvolvimento deste relato, a equipe contou com 19 alunos de graduação voluntários, 2 alunas de graduação bolsistas, 3 colaboradores externos, 6 professores e 2 pós-doutorandas. Ao longo do tempo, houve modificações na equipe, e no momento deste relato (2023) incluía 4 discentes voluntários, 1 colaboradora externa, 6 docentes e 2 pós-doutorandas. Ao longo de todo o período relatado (2019-2023), entre os alunos de graduação, 19 eram da própria universidade, dos cursos de farmácia (17), nutrição (1) e medicina (1). Com a divulgação *online* do projeto, 2 alunas de outros estados brasileiros (Bahia e Pernambuco) - 1 do curso de enfermagem e 1 de biomedicina - também se integraram ao grupo a partir de 2020.

Ao iniciar em 2019, foi sugerido aos alunos que elaborassem um logotipo, o que foi realizado a partir da colaboração de toda equipe. Diante das propostas, foi realizada uma votação para eleger qual representaria o projeto. Em 2022, o logotipo foi atualizado com a colaboração dos alunos, a partir da percepção da necessidade de uma atualização gráfica (Figura 1).

Em relação à dinâmica para planejamento e execução, em 2019 eram realizadas reuniões presenciais com a equipe, inicialmente semanais, e posteriormente quinzenais, para a apresentação, discussão e construção conjunta das atividades como: preparação do material a ser divulgado; planejamento de vivências e oficinas; participação em eventos acadêmico-científicos; e elaboração de materiais como *folders* e vídeos. Um diferencial das reuniões foi a realização de vivências com os alunos de graduação, visto que eram do curso de Farmácia e ainda não haviam tido contato com as PICS; o que foi importante para que pudessem se integrar a este conhecimento. Em 2020, a partir da pandemia de COVID-19, as reuniões foram realizadas mensalmente no formato *online*, utilizando a plataforma *Google Meet*.



Figura 1. Logotipos elaborados pelos alunos participantes da ação de extensão PICS UFF em 2019 e 2022, respectivamente.

Uma ação essencial do projeto consiste na elaboração de resumos em linguagem acessível, baseados em artigos científicos, para divulgação em *blog* e mídias digitais, a fim de demonstrar a eficácia, efetividade e benefícios das PICS. Em 2019, cada membro da equipe se responsabilizava por uma das onze práticas elencadas naquele ano: acupuntura, medicina antroposófica, aromaterapia, ayurveda, dança circular, homeopatia, meditação, plantas medicinais/fitoterapia, reiki, terapia floral e yoga. Cada aluno elaborava um material semanal, e a meta diária de divulgação era de um a dois resumos.

Os alunos realizavam a busca por artigos científicos dos temas de acordo com a programação sobre a característica ou tipo de estudo, havendo uma alternância, para que fossem apresentados estudos com características distintas em cada semana. As categorias de estudos incluíam: clínicos; *in vivo*; *in vitro*; realizados na própria universidade ou em instituições do estado do Rio de Janeiro; publicados em revistas de alto impacto; direcionados a saúde de estudantes; direcionadas a profissionais de saúde; recente (publicado há no máximo 2 anos); e artigo livre, no qual o aluno selecionava o tipo de estudo de seu interesse sobre a prática. Para determinadas PICS, foram observadas dificuldades, pois nem todas apresentavam estudos correspondentes às categorias propostas. Neste caso, poderia ser selecionado outro tipo de estudo naquela semana.

As bases de dados utilizadas foram predominantemente: BVS MTCI¹, MEDLINE² e Portal de Periódicos da CAPES³, além de dissertações e teses.

Após a leitura dos artigos selecionados, seguia-se com a escrita individual do resumo, utilizando linguagem simples, clara e de fácil compreensão (sem “jargões acadêmicos”), apresentando os conteúdos relevantes e resultados. Antes da publicação, era realizada a revisão do texto pela docente coordenadora da ação extensionista.

Em seguida, os textos eram postados no *blog* e nas redes sociais vinculadas ao projeto (*Facebook*, *Instagram* e *Twitter*)⁴, todos utilizados de forma gratuita. No *blog*, ao final do resumo, é incluída a referência com o *link* de acesso ao artigo original, para interessados em aprofundar a leitura.

A oferta de práticas, vivências e atendimentos com PICS ocorreram no modo presencial e *online*, sendo este último iniciado a partir de 2020. Mediante o advento da pandemia de COVID-19 e seus múltiplos rebatimentos, inclusive na saúde física, psicoemocional e mental, foram oferecidos atendimentos *online* e gratuitos de reiki e terapia floral por membros da equipe com formação nestas áreas, sendo que os atendimentos com reiki permaneceram até a elaboração deste relato.

Inicialmente as vivências eram realizadas no âmbito acadêmico, a partir da programação da universidade, mas, conforme o trabalho foi ganhando vulto, seu alcance foi estendido a eventos externos à UFF, como a participação em ações a convite da Coordenação de PICS da Fundação Municipal de Saúde de Niterói.

Esta proposta teve o intuito de difundir o conhecimento sobre as práticas, no que consistem e seus benefícios, bem como proporcionar vivências simples, algumas das quais os indivíduos poderiam integrar em sua rotina diária como práticas de autocuidado, além da possibilidade de experienciar outros recursos terapêuticos que contribuem para a qualidade de vida.

Adicionalmente, foram elaborados materiais impressos e imagéticos, como *folders* e vídeos, para disponibilizar à população em ações presenciais (*folders*). Em relação aos vídeos, previamente gravados ou transmissões ao vivo (no formato de mesa redonda ou vivências), estes foram hospedados no canal PICS UFF do *YouTube*, que posteriormente foi renomeado para o grupo de pesquisa no qual o projeto está inserido: GIPETIS UFF (Grupo Interdisciplinar de Pesquisa, Ensino, Tecnologia e Inovação em Saúde), vinculado à Escola de Enfermagem e à Faculdade de Farmácia da UFF.

A equipe também participou de eventos acadêmico-científicos, internos e externos à universidade, com o envio de resumos, sendo mais um recurso para divulgar a proposta e convidar à ampliação do olhar, do saber e fazer neste campo.

É importante enfatizar que a partir de 2020, com a mudança na estrutura de trabalho decorrente da pandemia e com o surgimento de novas demandas para a docente coordenadora do projeto, responsável pela revisão de todos os materiais antes da divulgação, ocorreu uma queda acentuada no número de publicações, e novas estratégias foram geradas periodicamente, conduzindo a alterações na dinâmica do planejamento e realização do trabalho. A proposta foi alterada para 1 a 2 postagens semanais de resumos baseados em artigos científicos, e foram incluídos outros formatos a partir da sugestão de alunos, como postagens contendo curiosidades sobre PICS e elaboração de vídeos (nomeados como "*reels*" no *Instagram*). Apesar disso, a equipe espera reverter este quadro, com o apoio de alunos de pós-graduação na revisão dos textos.

Relato de Experiência

Muitos frutos foram colhidos desde a implantação deste trabalho, os quais serão descritos a seguir. Sobre a caracterização das informações divulgadas, foram realizadas publicações de resumos de artigos científicos, em linguagem popular (no *blog* e redes sociais); bem como curiosidades sobre PICS, e divulgação de atividades oferecidas pela própria ação de extensão ou por parceiros e iniciativas semelhantes. Os últimos conteúdos citados foram divulgados apenas nas redes sociais, pois o foco do *blog* é predominantemente a divulgação de evidências científicas.

De fevereiro de 2019 (mês de início da ação extensionista) a agosto de 2023 (momento de elaboração deste relato), foram realizadas 212 postagens sobre evidências científicas, sendo 148 em 2019; 26 em 2020; 20 em 2021; 14 em 2022; e 4 em 2023 (dado parcial até agosto) (Figura 2A). Em relação às visualizações no *blog*, foram contabilizadas 47.973 durante todo o período, sendo 9.288 em 2019; 11.230 em 2020; 10.986 em 2021; 9.182 em 2022; e 7.287 em 2023 (dado parcial até agosto), conforme demonstrado na Figura 2B.

Foi observada uma diminuição considerável de postagens ao longo dos anos, o que se deve a desafios enfrentados ao longo do processo, sendo o principal a pandemia de COVID-19, que exigiu muitos ajustes pelos membros da equipe, em todos os âmbitos da vida, inclusive nas dinâmicas de trabalho. Foi necessário um grande investimento na rearticulação de estratégias para dar continuidade às postagens sobre evidências científicas, assim como de outras demandas que se apresentavam, devido a este atravessamento de ordem global. Dentre os principais desafios, podem ser citadas a readaptação da equipe ao novo contexto e à crescente requisição de outras iniciativas vinculadas à universidade, que requeriam urgência de resolutividade.

Cabe observar que, embora o quantitativo de postagens no *blog* tenha diminuído ao longo dos anos, a quantidade de visualizações não reduziu na mesma proporção, mantendo um número semelhante de acessos a 2019. A equipe atribui isto a outras divulgações, como atividades oferecidas e eventos da área, possibilitando um fluxo contínuo de informações compartilhadas nas redes sociais.

Ainda em relação aos dados provenientes da aba "Estatísticas" do *blog*, destaca-se a busca de informações sobre aromaterapia e homeopatia, situadas entre aquelas com maior número de visualizações em 2023 (Figura 3).

Outro dado relevante refere-se ao alcance das informações disponibilizadas no *blog*. As visualizações são oriundas majoritariamente do Brasil, entretanto percebe-se o acesso por outros países, principalmente Portugal e Estados Unidos, conforme dados de 2023 (Figura 4). Como o idioma utilizado no *blog* é português, a equipe sugere que o acesso é realizado por indivíduos que conhecem este idioma.

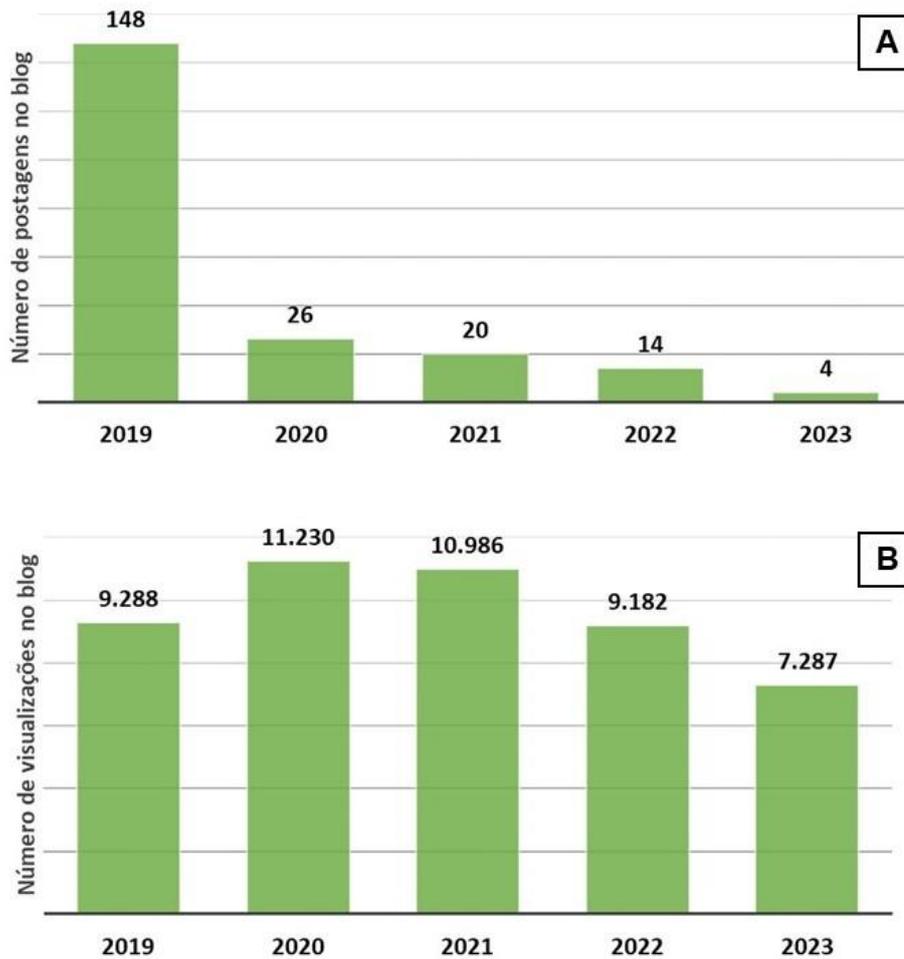


Figura 2. Quantidade de postagens (A) e visualizações (B) dos materiais postados no *blog*, de fevereiro de 2019 a agosto de 2023. Fonte: imagem extraída da aba Estatísticas do *blog* do projeto⁵.

Posts & Páginas	Visualizações
Aromaterapia na dor da vacinação infantil	1.699
Óleos essenciais como tratamento para o pé diabético	851
Página inicial / Arquivos	651
A Homeopatia para pacientes com Tireoidite de Hashimoto	499
Tratamento homeopático em onicomicose	481
Tratamento de arritmia cardíaca com Homeopatia	324
Aromaterapia para dor em pacientes com membros fraturados	311
Aromaterapia na qualidade de vida de pessoas em hemodiálise	241
Reiki no alívio da dor lombar em pacientes com hérnia de disco	178
A aromaterapia pode contribuir em quadros de diabetes?	159

Figura 3. Textos mais acessados no *blog* em 2023 (janeiro a agosto), com os respectivos títulos e número de visualizações. Fonte: imagem extraída da aba Estatísticas do *blog* do projeto⁵.

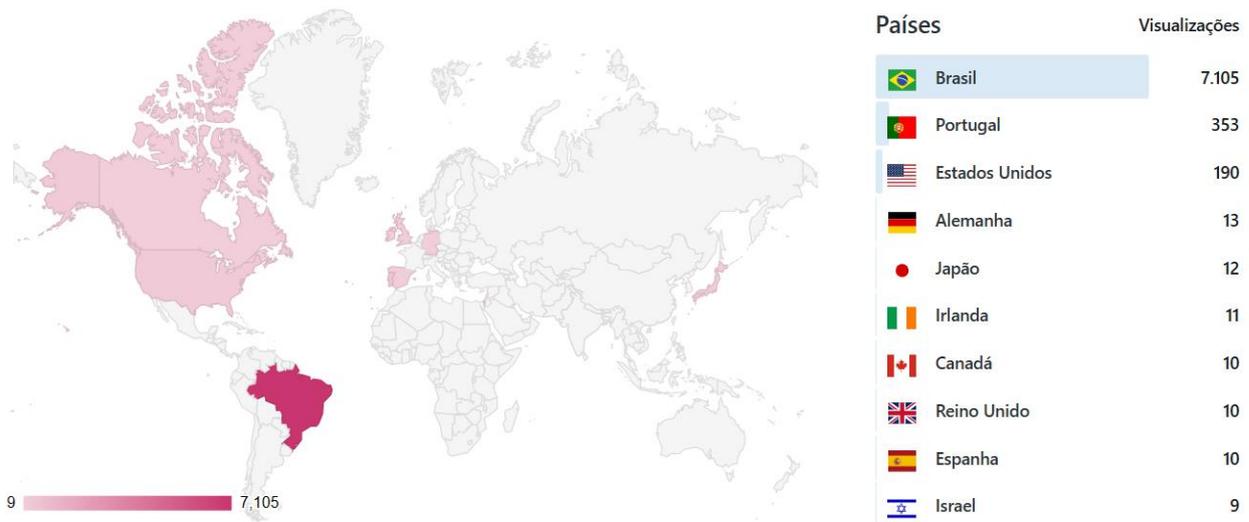


Figura 4. Visualizações do *blog* por país em 2023 (janeiro a agosto). Fonte: imagem extraída da aba Estatísticas do *blog* do projeto.

Sobre as redes sociais, o *Twitter* foi a plataforma que gerou menor engajamento e menor número de seguidores (121). Em 2019, o *Facebook* apresentava bastante destaque, inclusive em interações, e, em agosto de 2023, apresentava 1325 seguidores. Entretanto, nos últimos anos destacou-se o *Instagram*, que apresentava 3.008 seguidores, e 277 publicações em agosto de 2023. Apesar da diferença no número de seguidores, ao longo do projeto sempre ocorreu a divulgação das evidências científicas nas três redes sociais.

É importante ressaltar que a ação extensionista adaptou-se às demandas que se apresentavam. Em 2019, houve um grande número de postagens, conforme Figura 2A. Entretanto, a partir de 2020, se intensificou a oferta *online* de atividades práticas, vivências e atendimentos, que eram divulgadas nas redes sociais, o que provavelmente manteve o acesso ativo. Isto foi de grande contribuição naquele momento, além da divulgação científica, pois foi possível colocar em prática o que as PICS preconizam: escuta atenta e profunda, acolhimento e cuidado humanizado.

Durante todo o período, foram realizadas ações presenciais e *online* para a comunidade interna e externa da UFF. Foram realizados atendimentos com reiki, auriculoterapia e terapia floral; e oficinas e vivências relacionadas a aromaterapia, fitoterapia, meditação/atenção plena (*mindfulness*), yoga, constelação familiar e danças circulares.

Dentre os eventos nos quais a equipe participou, principalmente com assistência e divulgação, podem ser citados: Acolhimento Estudantil e Agenda Acadêmica da UFF; Mostra PICS, organizada pelo NEPIC (Núcleo de Estudos em Práticas Integrativas e Complementares) da UFF; evento comemorativo de 15 anos do MPEA (Mestrado Profissional em Enfermagem Assistencial/UFF); Seminário Setembro Amarelo – UFF; assim como outras programações na universidade, como UFF nas Praças, Semana do Servidor, Outubro Rosa, Simplesmente Mulher e Dia Nacional da Saúde. Também foram realizadas transmissões pelo *Instagram* e *YouTube*, além de *Google Meet* e *Zoom*. As ações externas à universidade ocorreram principalmente em parceria com a Coordenação de PICS da Fundação Municipal de Saúde de Niterói. A Figura 5 ilustra a participação em um evento na universidade.



Figura 5. Participação em evento na universidade: apresentação do projeto, distribuição de folder e oferta de PICS. Fonte: elaboração própria da equipe.

A ampla participação nas atividades, bem como os *feedbacks* enviados pelos participantes, além das visualizações e comentários dos materiais postados nas mídias digitais, remete à percepção de adesão às propostas desta ação extensionista. Outro desdobramento importante do trabalho foram os convites para parcerias, internas e externas à universidade, bem como o interesse de alguns seguidores e/ou participantes das atividades em compor a equipe de colaboradores.

Com relação à produção acadêmico-científica, foram elaborados resumos, *ebook*, capítulo de livro, além da participação em palestras e mesas redondas, e apresentação de trabalhos. Estas produções vêm contribuindo para o fortalecimento de uma rede na área, assim como para seu arcabouço teórico metodológico. Vale destacar que a apresentação de resumo desta ação no II Congresso Nacional de PICS e IV Encontro Nordestino de PICS (2019) recebeu Menção Honrosa, demonstrando a importância em realizar esta comunicação científica.

Alguns desdobramentos importantes, a partir deste projeto extensionista, relacionados ao ensino, pesquisa e cuidado em saúde, foram: (1) criação de uma disciplina optativa sobre PICS para a graduação em Farmácia da universidade; (2) realização de uma ação extensionista iniciada em 2020 sobre cuidado farmacêutico e orientações para o autocuidado baseadas em PICS; (3) aprovação do projeto “Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no município de Niterói: promoção da saúde e conscientização sobre autocuidado” no Edital PDPA (Programa de Desenvolvimento de Projetos Aplicados), que consiste em uma parceria entre a Prefeitura de Niterói, a Universidade Federal Fluminense e a Fundação Euclides da Cunha.

Por fim, enriquecendo este relato de experiência, a seguir são apresentados alguns depoimentos de membros da equipe sobre a participação na ação extensionista, sendo cada relato de um integrante.

“Fui voluntária por 2 anos. O projeto me acrescentou muito, tanto na trajetória acadêmica, pois fazer parte de um projeto de extensão universitária agrega muito no currículo, além da experiência de tratar com o público geral, levando conhecimento para a população; quanto para a minha evolução pessoal, pois aprendi muitas coisas em relação ao autocuidado e sua importância, aprendi diversas

formas de tratamento que vão além do foco nos medicamentos sintéticos. E todo conhecimento que adquiri foram fundamentais para formar a profissional de saúde que sou hoje, que aprendeu a ter um olhar mais humano e integral ao paciente.” (relato 1)

“Minha experiência com as PICS foi, sem dúvidas, um divisor de águas em minha visão como futuro farmacêutico. Hoje, antes de recorrer a medicina convencional, primeiro vejo o vasto leque de possibilidades terapêuticas comprovados cientificamente, os quais tive o privilégio de adquiri-los em minha caminhada no projeto. Pude aprender a avaliar o indivíduo como um todo, não apenas com o foco na doença, impactando significativamente de forma positiva na melhora de um quadro clínico patológico ou garantindo a prática do autocuidado mesmo na ausência de doenças.” (relato 2)

“Poder participar do projeto, ainda mais no início da graduação, me proporcionou o aprendizado das PICS, um assunto que eu ainda desconhecia, mas que tinha acesso no meu dia a dia. Como profissional, sinto que um viés holístico é muito necessário na complementação da educação, o que beneficia os indivíduos que temos contato no ambiente de trabalho. Pude aprender sobre as práticas, sobre a necessidade delas no SUS, e também sobre a metodologia de pesquisa, o entendimento de artigos científicos, a elaboração textual própria e ativamente bastante de como as práticas são feitas, experimentando também seus benefícios.” (relato 3)

“Tendo começado no projeto há pouco mais de dois anos, posso afirmar que fazer parte dele só me trouxe momentos, aprendizados e experiências positivas. É o tipo de projeto que me faz querer aprender mais, participar mais e ter mais momentos de troca, seja dentro ou fora do grupo de membros.” (relato 4)

“Durante o ano de 2019, tive o privilégio de participar do projeto de extensão com caráter inovador e desenvolvido pela professora, que esteve sempre presente liderando e organizando com maestria os nossos encontros semanais. Graças a minha participação, pude expandir meus horizontes de conhecimento para além daqueles ofertados pelas disciplinas obrigatórias do curso; aprendi a manusear com mais agilidade as ferramentas para criação de artes em plataformas virtuais e desenvolver melhor o trabalho em equipe. Por estes e vários outros motivos, eu encorajo a todos os colegas a participarem de projetos de extensão oferecidos pela faculdade, ainda mais se tratando de temas tão relevantes quanto esse. Vale muito a pena e é uma experiência que você levará para sempre com você. É gratificante saber que você pode contribuir para a divulgação do saber científico para a população.” (relato 5)

“O projeto PICS UFF foi precursor na ampliação do ensino na faculdade de farmácia da UFF. Até então, apenas a homeopatia era vista no curso, apesar da PNPIC ser de 2006. Com a extensão, trouxemos à tona várias práticas integrativas que poderiam fazer parte da atuação do profissional farmacêutico. A partir do estudo mais aprofundado da aromaterapia, prática que estive mais próxima, reuni conhecimentos relacionados à farmacologia, botânica, química orgânica, microbiologia e farmacotécnica. Além disso, a participação no projeto traz uma perspectiva diferenciada de saúde para o profissional que nela atua, permitindo traçar outros tratamentos além do alopático, tradicionalmente ensinado.” (relato 6)

“Com gratidão e grande contentamento, participo do projeto PICS UFF desde sua criação, o que me trouxe muitas oportunidades de desenvolvimento, em todos os âmbitos: acadêmico, profissional e pessoal. Foram muitas as experiências enriquecedoras, inclusive a partir dos impasses e desafios, que igualmente nos propiciou ensejos de aprendizado e crescimento. É um projeto que vem colocando em prática o que preconiza a Política Nacional das Práticas Integrativas e Complementares de Saúde, começando pela equipe, estendendo-se a toda comunidade, interna e externa à Universidade. Orgulho por fazer parte!” (relato 7)

“Este projeto surgiu a partir da conexão de ideias provenientes de dois momentos: (1) a revisão de trabalhos da Semana de Extensão, alguns desenvolvidos em redes sociais sobre diversos temas; (2) e um encontro de PICS em 2018 (ESPICS, em Belo Horizonte), no qual foi sinalizada a importância de

difundirmos informações científicas sobre PICS. A partir disso, nasceu o projeto de divulgação de evidências científicas em PICS, nomeado pelos alunos participantes como PICS UFF. Apesar deste nome, sempre reforço que esta não é a única iniciativa de PICS na universidade, apesar das redes sociais terem ganhado destaque ou notoriedade. Existem diversas iniciativas, entretanto não temos conhecimento de todas devido ao tamanho da instituição.

O início do projeto (e a sua continuidade) vem sendo desenhado e planejado com a contribuição dos alunos e colaboradores externos voluntários. No início tivemos um movimento grande de divulgação de evidências, que foram reduzindo ao longo do tempo, e dando mais espaço à realização de oficinas e vivências, e possibilitando convites para a participação em eventos externos e na UFF.

Sempre tenho muitas ideias para o projeto, mas infelizmente não conseguimos colocar todas em prática. Uma ideia presente desde o início, que vem ganhando força, é a realização de oficinas e vivências, que possuem o objetivo de apresentar estas práticas, tanto à comunidade acadêmica quanto à comunidade não acadêmica. O meu desejo é que um dia possamos construir um ambulatório em PICS bastante expressivo dentro da universidade, que também possa atender a comunidade não acadêmica. Já existem algumas iniciativas neste sentido, mas sempre temos oportunidade e espaço para ampliar!" (relato 8)

"Durante a graduação em farmácia, tive a grande oportunidade de participar do projeto de extensão. Pude aprender e contribuir com a sociedade sobre a aplicação e a importância dessas práticas no âmbito da saúde, evidenciando que elas podem ser uma ajuda promissora em cuidados com saúde e prevenção de doenças. Também tive imensa satisfação em vivenciar algumas práticas como reiki e danças circulares, que possuem diversos benefícios para a saúde. Após as sessões de reiki pude perceber um maior bem-estar físico e mental. Fico extremamente feliz em ter participado de um projeto de extensão com um poder tão grande de disseminação de conhecimento sobre como essas práticas podem ser utilizadas em conjunto com a medicina convencional para proporcionar o bem-estar e a saúde de forma holística." (relato 9)

Discussão

Embora a PNPIC apresente mais de 15 anos, sua implementação tem se dado ainda de forma tímida e limitada; pois o acesso ao conhecimento e aos atendimentos ainda se mostra incipiente, tanto para a população como para profissionais de saúde e comunidade acadêmica. Neste contexto, Marques et al. (2011) ressaltaram a importância da divulgação sobre as PICS e seus benefícios, para profissionais e usuários dos serviços de saúde, visto que os usuários entrevistados não as conheciam e, após receberem informações sobre o tema, demonstraram interesse no atendimento com PICS. Em relação aos profissionais de saúde, o conhecimento sobre o tema contribuiria para ampliar as possibilidades de intervenção terapêutica, para além da medicina hegemônica. Soares et al. (2019) também destacaram o desconhecimento de enfermeiros da Atenção Básica sobre a PNPIC, o que demonstra a importância da divulgação científica sobre o tema.

Diferentes iniciativas vêm ganhando mais expressividade a cada ano, como a experiência de Almeida e Rosa (2022) sobre a criação de um perfil no *Instagram* para divulgar informações sobre PICS, com boa aceitação pelo público. Dessa forma, consideraram esta ferramenta um potente recurso de apoio pedagógico, trazendo contribuições para a divulgação, multiplicação e popularização de conhecimentos técnico-científicos; além de representar um convite à população para o exercício do autocuidado.

Com relação às ferramentas digitais desta ação, foi essencial ancorar todo o conteúdo científico em uma plataforma distinta das redes sociais (neste caso, um *blog*). Dentre os benefícios, observa-se a disponibilidade do histórico completo desde a criação; além de elevado acesso mesmo diante da redução e oscilação de postagens nas redes sociais. Ressalta-se também a fragilidade das redes sociais, devido a uma migração em

massa da utilização de uma plataforma para outra periodicamente, levando a uma menor interação da rede social anterior. Isto também foi observado nesta ação, por meio da redução de interações no *Facebook*, com consequente aumento no *Instagram*.

Ampliar a difusão de conhecimento em PICS é essencial, como demonstra Júnior (2016), que aponta que são práticas potentes para fazer a diferença ao se pensar em processos renovados de promoção de saúde, estabelecendo estratégias que possibilitem ressignificar a estrutura da saúde pública, viabilizando diferentes formas de aprender, praticar e cuidar da saúde, de si e do outro.

Esta ação extensionista destaca-se pelo seu ano de início (2019), anterior ao período pandêmico; pois, apesar de já serem utilizados recursos digitais naquele momento, isto se ampliou consideravelmente durante e após a pandemia, apontando para um novo caminho de fazer divulgação científica a partir de instituições de ensino e pesquisa. Esta ação já estava trilhando este caminho desde 2019, com um público considerável. Apesar da redução de postagens a partir de 2020, as redes sociais continuam ativas com o compartilhamento de *stories* no *Instagram*, divulgando o projeto e iniciativas afins.

Extrapolando as iniciativas em mídias digitais, há projetos de extensão que realizam capacitações e oferecem as PICS para a comunidade (Zanella et al., 2018), inclusive em Unidades Básicas de Saúde (Batista et al., 2024); além de possibilitar a realização de atendimentos em PICS como um campo de estágio durante a formação (Gasparotto et al., 2018), associando a extensão ao processo de ensino-aprendizagem.

Na UFF, existem outras iniciativas sobre o tema, ancoradas em diferentes campos de saber, como saúde e educação, apresentando dinâmicas de ação distintas. Em encontros pontuais, ocorreram trocas entre diferentes projetos da universidade, por exemplo na Mostra PICS e na Agenda Acadêmica, o que foi de grande riqueza para as equipes e participantes. Percebe-se a importância e necessidade de estreitar o diálogo dentro da instituição para o fortalecimento da rede.

Tesser et al. (2018) destacaram que a inserção deste tema no campo da educação se mostra incipiente, pois observaram que as publicações são reduzidas e o potencial é pouco explorado, apesar da crescente aceitação. A tímida inserção nas formações profissionais traz desdobramentos pouco produtores para seu usufruto. Assim, ressaltaram a importância de investir no ensino, tanto na formação profissional, quanto na educação permanente e qualificação, abrangendo desde a graduação até a pós-graduação, contribuindo para a aceitação e oferta das PICS. Em relação às instituições de ensino, Nascimento et al. (2018) demonstraram que a formação representa um grande desafio para seu avanço no SUS, pois, entre as universidades públicas do estado do Rio de Janeiro, foram observadas apenas 46 disciplinas sobre PICS para graduações da área de saúde, sendo 63% não obrigatórias, e com perfil predominante de disciplina informativa, o que demonstra o acesso restrito ao tema durante a graduação. Silva et al. (2021) destacaram que a formação profissional para trabalhadores da Atenção Primária à Saúde vem acontecendo principalmente por meio da oferta de capacitações realizadas pela gestão federal ou municipal, assim como pelos conselhos de categorias profissionais; destacando-se ainda as formações em instituições privadas custeadas pelos próprios profissionais; e a realização de PICS sem capacitação por meio de conhecimento obtido por fontes informais, como internet, livros e revistas. Portanto, a formação em PICS ainda demonstra fragilidade e necessidade de estruturação para que avance no SUS.

Apesar desse contexto, estudos realizados com estudantes de medicina apontaram o interesse de 57,6% dos discentes para a oferta de uma disciplina optativa sobre PICS, sendo que este interesse poderia estar associado à participação em disciplina ou atividade de extensão sobre o tema, de acordo com o estudo (Santos et al., 2018); além de uma receptividade de 82,1% em saber mais sobre as PICS (Camargo et al., 2021). No caso deste relato de experiência, os depoimentos demonstraram que os membros da equipe tiveram este primeiro

contato com o tema PICS na extensão, o que promoveu a sensibilização dos estudantes para uma visão ampliada, que estará presente durante a atuação profissional.

Ao longo do percurso, ocorreram alguns impasses e desafios. Em primeiro lugar, o acesso à internet pode ser um fator limitante, para aqueles que não possuem, impedindo a visualização das informações. Em segundo lugar, a ausência de um especialista em mídias digitais na equipe dificulta o domínio e a atualização contínua e no momento correto, para se tornar mais atrativo ao público. Em terceiro lugar, a necessidade de investir em estratégias para a retomada de atividades presenciais após o período afetado pela pandemia. Em quarto lugar, a rotatividade de integrantes do grupo, composto majoritariamente por alunos de graduação, exigindo um movimento contínuo de recepção, atualização, treinamento e adaptação de novos membros. Em quinto lugar, a manutenção da frequência de publicações nas redes sociais é um desafio, visto que a coordenadora do projeto ainda é a principal responsável pela revisão dos resumos e postagens, desde 2019 até o momento. Desta forma, faz-se necessária a ampliação da equipe, que visa contar também com pós-graduandos para contribuir nesta etapa.

Seja de forma *online* ou presencial, extrapolar os muros da Universidade ainda se mostra um desafio, pois, na prática, o acesso a essas informações ainda fica muito circunscrito ao ambiente acadêmico, mesmo disponibilizando ações para além do âmbito universitário, sendo preciso buscar estratégias que ampliem o alcance de forma mais significativa para a comunidade não acadêmica.

Uma relevante contribuição deste relato, esquematizada na Figura 6, reside no fato de perceber que a extensão universitária é capaz de abrir caminhos e possibilitar estratégias que, em médio e longo prazo, podem impactar na implementação efetiva de políticas públicas no SUS, como é o caso da PNPIC, o que exige persistência e manutenção das ações pelos atores envolvidos. Diferentes etapas podem surgir a partir da extensão ou serem integradas como ações de extensão, por exemplo: sensibilização de estudantes e da população; presença do tema durante a graduação em saúde; capacitação de profissionais; e oferta de PICS em unidades de saúde. Como perspectivas destas ações, podem vir a ser observadas a conscientização da população em relação ao autocuidado e a redução de custos para o SUS. Apesar de representar uma trilha longa, diversas iniciativas extensionistas sobre o tema possibilitarão a criação e a construção de espaços como um dos caminhos para ampliação das PICS, com a consequente oferta de um cuidado em saúde mais integral e humanizado. Portanto, as ações extensionistas são capazes de plantar sementes importantes para o conhecimento sobre outros paradigmas, proporcionando um olhar ampliado para estudantes, profissionais e população.

Considerações Finais

O projeto de extensão PICS UFF vem investindo em educação, prevenção e promoção da saúde, ao considerar o diálogo com a população sobre as PICS e seus benefícios, o incentivo ao autocuidado e o estímulo à busca e à reivindicação por estes atendimentos em diferentes espaços de saúde.

Toda produção advinda deste trabalho, a partir do estudo e discussão sobre o tema, bem como a democratização do conhecimento científico e as participações em eventos, demonstram um amplo potencial para a disseminação do conhecimento sobre PICS, incentivando a promoção destas práticas e o aprofundamento das investigações na área, observando-se a articulação entre o ensino, pesquisa e extensão.

Em consonância à proposta das PICS, neste projeto foi possível perceber, a partir da partilha da experiência de membros do grupo, sua efetivação começando internamente, de forma dinâmica, no próprio PICS UFF, como um espaço de construção conjunta de novas formas de acesso à ciência e aos próprios serviços, abrindo-se e lançando-se a múltiplas possibilidades de se pensar e fazer em saúde, em sua integralidade.

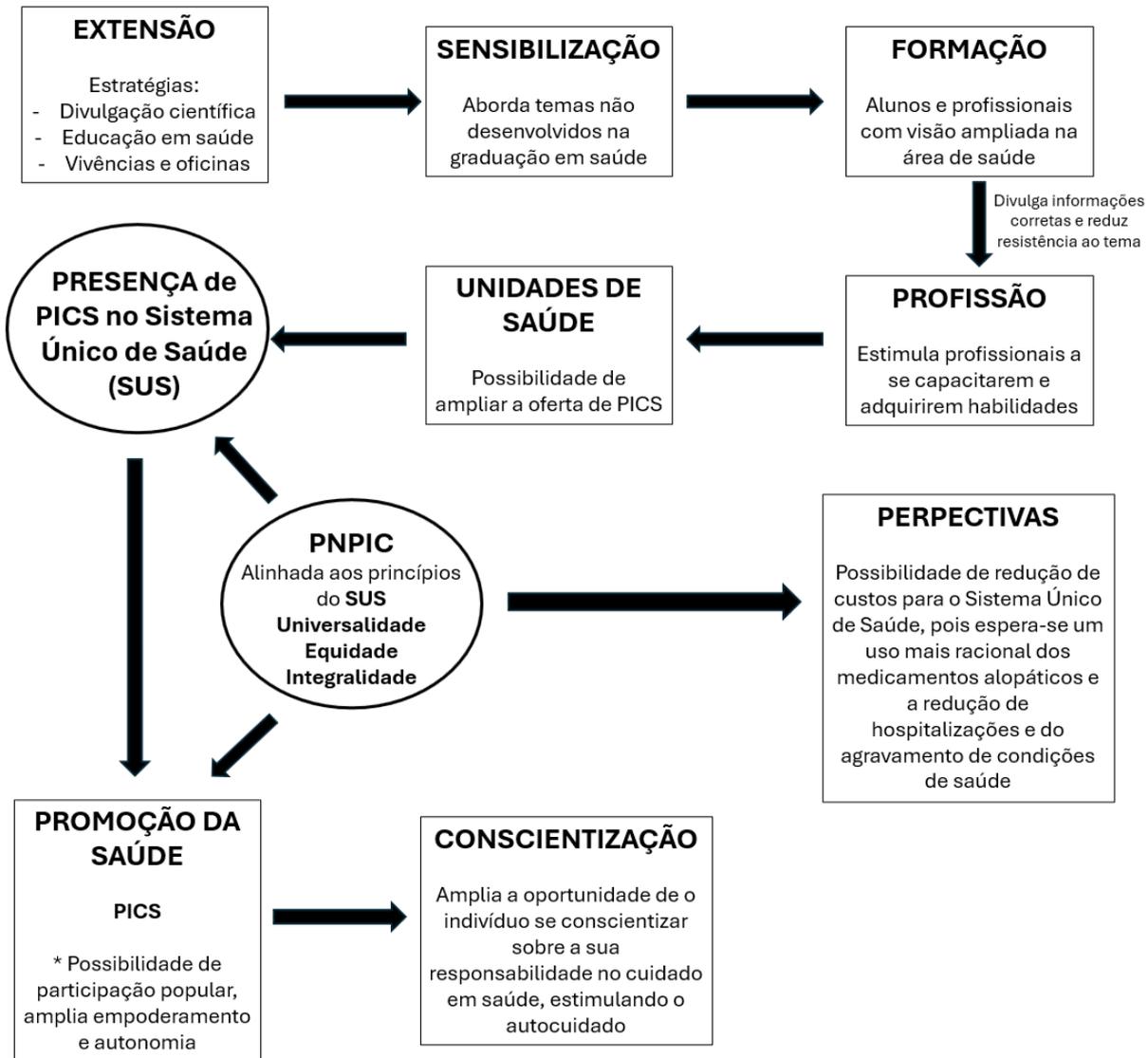


Figura 6. A contribuição da extensão para estimular a implementação de políticas públicas na área de saúde, considerando o contexto das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS).

Agradecimentos

Agradecemos à Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) da Universidade Federal Fluminense, que contemplou o projeto com bolsas para alunos de graduação. Agradecemos a Glauce Moreno Barbosa pela revisão do *abstract*.

Contribuição de cada autor

L.F.P. realizou a análise dos dados e escrita do artigo. M.E.R.S., Y.A.F.L., M.S.G., T.M.F.T., N.L.S., B.L.S.O. e B.N.G. participaram da concepção, planejamento e análise de dados. F.H.E.S. realizou a escrita, revisão e aprovação

final do texto. G.M.B. realizou a concepção, planejamento e coordenação do projeto, assim como a orientação dos alunos, análise de dados, escrita, revisão e aprovação da versão final do texto.

Notas

1. Biblioteca Virtual em Saúde. Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas. Acesso: <https://mtci.bvsalud.org/pt/>
2. Medline. Biblioteca Virtual em Saúde. Ministério da Saúde. acesso: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>
3. Portal de Periódicos da CAPES. acesso: <https://www-periodicos-capes-gov-br.ez1.periodicos.capes.gov.br/index.php?>
4. Endereços eletrônicos relacionados ao projeto: <https://picsuff.wordpress.com>, <https://www.facebook.com/picsuff/>, <https://www.instagram.com/uffpics/>, <https://mobile.twitter.com/picsuff>
5. <https://picsuff.wordpress.com>

Referências

- Almeida, N. M., & Rosa, C. M. (2022). Ensino-aprendizagem nas redes sociais: Divulgação e multiplicação do conhecimento em práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) na rede social Instagram. *Revista Eletrônica Pesquiseduca*, 14(34), 548-564. <https://doi.org/10.58422/repesq.2022.e1232>
- Batista, C. A. S., Lima, M. A., Alves, T. M., Santos, K. V., Abreu Candido, G., & Beltrão, I. C. S. L. (2024). Projeto de extensão cantinho das PICS: Práticas integrativas e complementares em unidade básica de saúde. *Revista de Extensão da URCA*, 3(1), 525-535.
- Camargos, V. F., Silva, A. L. D. V. F., Ribeiro, H. S. N., & Rodrigues, M. C. C. (2021). Conhecimento, acesso e aceitação das práticas integrativas em saúde por estudantes de medicina. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(6), 26836-26847. <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n6-255>
- Carta de Ottawa (1986). *Primeira Conferência Internacional sobre promoção da saúde*. Ottawa, Canadá. Recuperado de https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf
- Declaração de Alma-Ata (1978). *Primeira Conferência Internacional sobre Cuidados Primários de Saúde*. Alma-Ata. Recuperado de https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/declaracao_alma_ata.pdf
- Gasparotto, L. P. R., dos Santos Bontorin, C. M., Alves, T., & Foss, J. A. (2018). Impacto da iniciativa extensionista na comunidade local e na formação do estudante do curso técnico em massoterapia: projeto “Mãos Itinerantes–Massoterapia em eventos”. *Revista Brasileira da Educação Profissional e Tecnológica*, 1(14), e7025. <https://doi.org/10.15628/rbept.2018.7025>
- Júnior, E T. (2016). Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estudos Avançados* 30 (86), 99-112. <https://doi.org/10.1590/S0103-40142016.00100007>
- Marques, L. A. M., Vale, F. V. V. R., Nogueira, V. A. S., Mialhe, F. L., & Silva, L. C. (2011). Atenção farmacêutica e práticas integrativas e complementares no SUS: Conhecimento e aceitação por parte da população são-joanense. *Physis Revista de Saúde Coletiva*, 21(2), 663-674. <https://doi.org/10.1590/S0103-73312011000200017>
- Ministério da Saúde (MS). (1986). *Relatório final da VIII Conferência Nacional de Saúde*. [S. l.]: Ministério da Saúde. Recuperado de <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/relatorios/relatorio-final-da-8a-conferencia-nacional-de-saude/@@download/file>
- Nascimento, M. C., Romano, V. F., Chazan, A. C. S., & Quaresma, C. H. (2018). Formação em práticas integrativas e complementares em saúde: Desafios para as universidades públicas. *Trabalho, Educação e Saúde*, 16(2), 751-772. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00130>

-
- Patrício, K. P., Minato, A. C. S., Brolio, A. F., Lopes, M. A., Barros, G. R., Moraes, V., & Barbosa, G. C. (2022). O uso de plantas medicinais na atenção primária à saúde: Revisão integrativa. *Ciência & Saúde Coletiva*, 27(2), 677-686. <https://doi.org/10.1590/1413-81232022272.46312020>
- Santos, L. L., de Miranda, S. P., Clemente, V. C., & Nogueira, M. C. (2018). Conhecimento e aceitação das práticas integrativas e complementares por estudantes de medicina. *Revista de APS*, 21(4),646-666. <https://doi.org/10.34019/1809-8363.2018.v21.16546>
- Silva, P. H. B., Barros, L. C. N., Barros, N. F., Teixeira, R. A. G., & Oliveira, E. S. F. (2021). Formação profissional em Práticas Integrativas e Complementares: o sentido atribuído por trabalhadores da Atenção Primária à Saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(2), 399-408. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021262.40732020>
- Soares, D. P., Coelho, A. M., da Silva, L. E. A., da Silva, R. J. R., de Figueiredo, C. R., & Fernandes, M. C. (2019). Política nacional de práticas integrativas e complementares em saúde: Discurso dos enfermeiros da atenção básica. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 9, e3265. <https://doi.org/10.19175/recom.v9i0.3265>
- Tesser, C. D., Sousa, I. M C., & Nascimento, M. C. (2018). Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. *Saúde em Debate*, 42(1), 174-188. <https://doi.org/10.1590/0103-11042018S112>
- Zanella, Â. K., Ramires, C. C., Rocco, C. P., & da Silva, M. D. (2018). Proposta de intervenção ensino-serviço de Práticas Integrativas e Complementares. *VITTALLE-Revista de Ciências da Saúde*, 30(1), 63-71. <https://doi.org/10.14295/vittalle.v30i1.7449>

Como citar este artigo:

Paulino, L. F., da Silva, M. E. R., Lima, Y. A. F., Gonçalves, M. S., Teixeira, T. M. F., da Silva, N. L., Oliveira, B. de L. S., Gomes, B. N., do Espírito Santo, F. H., & Barbosa, G. M. (2025). Divulgação de evidências científicas sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 16(1), 63-77.
