

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE EXITOSAS NO COTIDIANO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA: REVISÃO INTEGRATIVA

Data de aceite: 02/03/2024

Guilherme Mortari Belaver

Mestre em Gestão do Cuidado em Enfermagem (Modalidade Profissional)
Enfermeiro da Secretaria Municipal de Saúde de Florianópolis/SC
<http://lattes.cnpq.br/3991005297751639>

Adriana Dutra Tholl

Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem Universidade Federal de Santa Catarina Florianópolis/SC
<https://lattes.cnpq.br/1606741459027273>

Lúcia Nazareth Amante

Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem Universidade Federal de Santa Catarina Florianópolis/SC
<http://lattes.cnpq.br/3414893302382437>

Rosane Gonçalves Nitschke

Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem Universidade Federal de Santa Catarina Florianópolis/SC
<http://lattes.cnpq.br/0846940738538649>

Selma Maria da Fonseca Viegas

Pós-doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem Universidade São João del-Rei, Campus Centro-Oeste, Divinópolis/MG
<http://lattes.cnpq.br/9926581970130369>

Cristina Maria Alves Marques Vieira

Doutora em Ciências da Saúde. Docente do Instituto de Ciências da Saúde, Universidade Católica Portuguesa, Lisboa, Portuga.
<https://orcid.org/0000-0002-4409-7911>

RESUMO: Objetivo: identificar estudos do uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no cotidiano da Atenção Primária. Metodologia: Revisão Integrativa realizada em seis etapas, com buscas em sete bases de dados, com auxílio de um gerenciador de referências bibliográficas. Resultados: foram selecionados 18 estudos, dos quais sete foram com yoga, três com acupuntura, dois com musicoterapia, dois com aromaterapia, dois com auriculoterapia/acupuntura auricular, um para meditação *mindfulness* e um comparando yoga, *mindfulness* e terapia cognitivo-comportamental. Considerações finais: os estudos possuem robustez científica, que suportam o seu uso como intervenção de enfermagem, complementar ou único, para diversos fenômenos em saúde, contribuindo para melhoria do bem-estar e qualidade de vida no cotidiano das pessoas.

PALAVRAS-CHAVE: Atenção Primária à Saúde. Atividades cotidianas. Enfermagem. Promoção da Saúde. Terapias Complementares.

SUCCESSFUL INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY HEALTH PRACTICES IN EVERYDAY PRIMARY CARE: INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT: Objective: to identify studies on the use of Complementary Therapies in daily Primary Care. Methodology: Integrative Review carried out in six stages, with searches in seven databases, with the help of a bibliographic reference manager. Results: 18 studies were selected, of which seven were with yoga, three with acupuncture, two with music therapy, two with aromatherapy, two with auriculotherapy/ear acupuncture, one for mindfulness meditation and one comparing yoga, mindfulness and cognitive-behavioral therapy. Final considerations: the studies have scientific robustness, which supports their use as a complementary or unique nursing intervention for various health phenomena, contributing to improving well-being and quality of life in people's daily lives.

KEYWORDS: Primary Health Care. Activities Of Daily Living. Nursing. Health Promotion. Complementary Therapies.

INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) trazem em si um estímulo ao autocuidado. Neste sentido, importa refletir sobre as noções de Terapias Complementares, entendida como um complemento à medicina denominada como convencional, o que permite um cuidado mais completo e também diferenciado. Por Terapias Integrativas, compreende-se as atividades terapêuticas que se fundamentam em teorias que associam os aspectos ambientais e comportamentais do processo saúde-doença (Dorneles *et al.*, 2020). Estas PICS compreendem um conjunto de técnicas, ou métodos, que são utilizados na prestação de cuidados à pessoa nos vários níveis de prevenção, desde a promoção da saúde, até a gestão e controle de sintomas, ajudando a pessoa a encontrar o equilíbrio e bem-estar nas atividades cotidianas.

Mundialmente, as PICS têm passado por validação científica a fim de serem aplicadas pelos profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS), tendo destaque os países da Europa (Contatore *et al.*, 2015). Em Portugal, tem-se assistido, ao longo dos últimos anos, a uma evolução técnico-científica nos cuidados de saúde, sendo notória uma preocupação crescente no sentido de que a prática seja congruente com o paradigma da transformação, que fundamenta a academia. A pessoa, a quem prestamos cuidados, é considerada um ser único, maior do que a soma das suas partes, com múltiplas dimensões e indissociável do seu universo, e é nesta perspectiva que se visa manter o bem-estar tal como a pessoa o define (Sousa *et al.*, 2021).

A intervenção de enfermagem tem assim um significado de “ser com” a pessoa, e espera-se que o enfermeiro a acompanhe nas suas experiências de saúde, no seu ritmo,

no seu cotidiano, a partir do reconhecimento da “maneira de viver dos seres humanos que se mostra no dia a dia, expresso por suas interações, crenças, valores, símbolos, significados, imagens e imaginário, que vão delineando seu processo de viver, em um movimento de ser saudável e adoecer, pontuando seu ciclo vital. Esse percurso pelo ciclo vital tem uma determinada cadência que caracteriza nossa maneira de viver, influenciada tanto pelo dever ser, como pelas necessidades e desejos do dia a dia, que se denominam como ritmo de vida e do viver” (Nitschke *et al.*, 2017).

No Brasil, as PICS começaram a ter maior espaço e destaque após a criação do Sistema Único de Saúde (SUS), na década de 80 do século XX, e da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPICS), em 2006 (Brasil, 2015). Estas práticas proporcionam novas oportunidades para a saúde da população (Ferraz *et al.*, 2019) e a APS é a principal forma de acesso a elas (Ruela *et al.*, 2019). Grande parte dessas terapias, entretanto, está dispersa na APS e precisa ser investigada (Tesser; Dallegrove, 2020).

Neste sentido, a comprovação da eficácia das PICS exige estudos que utilizem outras vertentes metodológicas para além da mensuração de dados, avaliando-as qualitativamente na busca de uma razão sensível aos elementos históricos que compõem as PICS, a fim de salientar sua inter-relação com a racionalidade ocidental em saúde (Contatore *et al.*, 2015).

Diante disso, este estudo torna-se relevante ao buscar pela síntese de evidências científicas sobre a aplicação das PICS na APS e as possibilidades de cuidado. Ao integrá-las como práticas de cuidado e de ações cotidianas, como na consulta de Enfermagem, é possível ofertar bem-estar, minimizar o uso de medicamentos, os sinais e sintomas relacionados às condições de saúde e maximizar a qualidade de vida (Mendes *et al.*, 2019).

Esta revisão integrativa tem como objetivo identificar estudos de alto e moderado nível de evidência científica na aplicação de PICS por profissionais da saúde no cotidiano da APS.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa com a finalidade de sintetizar conhecimento de modo sistemático e ordenado (Ercole; Melo; Alcoforado, 2014). Foi desenvolvida seguindo seis etapas: iniciada pela escolha do tema com definição da pergunta de pesquisa; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão e das bases de dados; procura dos artigos nas bases de dados selecionadas; análise crítica dos estudos incluídos; interpretação e discussão dos resultados; elaboração de documento descrevendo a pesquisa realizada (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Definido o tema, a questão norteadora desta revisão foi: “Quais as evidências científicas publicadas sobre a aplicação de PICS por profissionais da saúde no cotidiano da APS? Os estudos incluídos foram elencados a partir da estratégia mnemônica PICO (Santos; Pimenta; Nobre, 2007) empregando “P” de população: profissionais da saúde da

APS; “I” de intervenção: práticas integrativas e complementares em saúde; “O” de desfecho: experiências exitosas. O elemento “C” de comparação entre intervenção ou grupo, não foi utilizado.

Foram incluídas publicações originais sobre experiências exitosas de PICS na APS, com alto e moderado nível de evidência, nos últimos cinco anos (janeiro de 2016 a abril de 2021), disponíveis no formato completo, nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram excluídos artigos de opinião, teses, dissertações, revisões integrativas, pesquisas sem aderência com o tema, de baixo nível de evidência científica, *in vitro* e com animais nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), *Cumulative Index to Nursing & Allied Health Literature* (CINAHL), *US National Library of Medicine* (PUBMED), *SciVerse Scopus* (SCOPUS), *Cochrane Library* e *Excerpta Medica dataBASE* (EMBASE). A seleção dos dados foi estruturada às cegas pelo pesquisador principal e organizada pelo gerenciador de referências *Mendeley*[®].

Realizou-se busca avançada com auxílio de uma bibliotecária, utilizando os operadores booleanos “AND” e “OR” com os descritores / *Medical Subject Headings* (MeSH) entrecruzados, conforme especificidade da plataforma de busca, de acordo com o Quadro 1.

BASES DE DADOS	ESTRATÉGIA DE BUSCA
BVS Scielo Scopus Cochrane CINAHL	((Nursing OR nurse) AND (“ComplementaryTherapies” OR “ComplementaryTherapy” OR “Complementary Medicine” OR “Alternative Medicine” OR “AlternativeTherapies” OR “AlternativeTherapy” OR “alternativepractice” OR “integrativeandcomplementarypractices” OR “integrativepractice” OR “Complementarypractice” OR Apitherapy OR Apitherapies OR Aromatherapies OR “Aroma Therapy” OR “Aroma Therapies” OR Aromatherapy OR “ArtTherapies” OR “Aurvedic Medicine” OR “Hindu Medicine” OR “Siddha Medicine” OR Biodanza OR Bioenergetic OR “Family constellation” OR “Color Therapy” OR Chromatotherapy OR Chromotherapy OR “Circular dance” OR Geotherapy OR Hypnosis OR Hypnotism OR Hypnoanalysis OR Hypnotherapy OR Hypnotherapies OR Mesmerism OR “Therapeutic Touch” OR “layingonofhands” OR Reiki OR “Laying-on-of-Hands” OR “Anthroposophical medicine” OR Anthroposophy OR “Chinese Traditional Medicine” OR “AcupunctureTherapy” OR “AcupunctureTreatment” OR “AcupunctureTreatments” OR Meditation OR “Music Therapy” OR Naturopathy OR “Naturopathic Medicine” OR Osteopathy OR “Ozone Therapy” OR Ozonotherapy OR “Medicinal Plant” OR “Medicinal Plants” OR “Medicinal Herbs” OR “Medicinal Herb” OR “Pharmaceutical Plants” OR “Pharmaceutical Plant” OR “HealingPlants” OR “Healing Plant” OR Phytotherapy OR “Herb Therapy” OR “Herbal Therapy” OR Chiropractic OR “ReflexTherapy” OR Reflexotherapy OR Shantala OR “Integrative Community Therapy” OR “flowertherapy” OR “Social Thermalism” OR Crenotherapy OR Yoga) AND (“Primary Health Care” OR “Primary Healthcare” OR “Primary Care” OR “basichealthcare” OR “basiccare” OR “basicservice” OR “firstlinecare” OR “primarycarenursing” OR “primarynursingcare” OR “Family Health Strategy” OR “Family Health Program” OR “Health Centers” OR “Health Center” OR “Health Posts” OR Polyclinic OR “Hospital Public Health Department”))
Embase	(nursing:ti,ab,kw OR nurse:ti,ab,kw) AND ((‘complementarytherapies’:ti,ab,kw OR ‘complementarytherapy’:ti,ab,kw OR ‘complementary medicine’:ti,ab,kw OR ‘alternative medicine’:ti,ab,kw OR ‘alternativetherapies’:ti,ab,kw OR ‘alternativetherapy’:ti,ab,kw OR ‘alternativepractice’:ti,ab,kw OR integrative:ti,ab,kw) AND ‘complementarypractices’:ti,ab,kw OR ‘integrativepractice’:ti,ab,kw OR ‘complementarypractice’:ti,ab,kw OR apitherapy:ti,ab,kw OR apitherapies:ti,ab,kw OR aromatherapies:ti,ab,kw OR ‘aroma therapy’:ti,ab,kw OR ‘aroma therapies’:ti,ab,kw OR aromatherapy:ti,ab,kw OR ‘arttherapies’:ti,ab,kw OR ‘aurvedic medicine’:ti,ab,kw OR ‘hindu medicine’:ti,ab,kw OR ‘siddha medicine’:ti,ab,kw OR biodanza:ti,ab,kw OR bioenergetic:ti,ab,kw OR ‘familyconstellation’:ti,ab,kw OR ‘color therapy’:ti,ab,kw OR chromatotherapy:ti,ab,kw OR chromotherapy:ti,ab,kw OR ‘circular dance’:ti,ab,kw OR geotherapy:ti,ab,kw OR hypnosis:ti,ab,kw OR hypnotism:ti,ab,kw OR hypnoanalysis:ti,ab,kw OR hypnotherapy:ti,ab,kw OR hypnotherapies:ti,ab,kw OR mesmerism:ti,ab,kw OR ‘therapeutic touch’:ti,ab,kw OR ‘layingonofhands’:ti,ab,kw OR reiki:ti,ab,kw OR ‘laying-on-of-hands’:ti,ab,kw OR ‘anthroposophical medicine’:ti,ab,kw OR anthroposophy:ti,ab,kw OR ‘chinesetraditional medicine’:ti,ab,kw OR ‘acupuncturetherapy’:ti,ab,kw OR ‘acupuncturetreatment’:ti,ab,kw OR ‘acupuncturetreatments’:ti,ab,kw OR meditation:ti,ab,kw OR ‘musictherapy’:ti,ab,kw OR naturopathy:ti,ab,kw OR ‘naturopathic medicine’:ti,ab,kw OR osteopathy:ti,ab,kw OR ‘ozone therapy’:ti,ab,kw OR ozonotherapy:ti,ab,kw OR ‘medicinal plant’:ti,ab,kw OR ‘medicinal plants’:ti,ab,kw OR ‘medicinal herbs’:ti,ab,kw OR ‘medicinal herb’:ti,ab,kw OR ‘pharmaceuticalplants’:ti,ab,kw OR ‘pharmaceuticalplant’:ti,ab,kw OR ‘healingplants’:ti,ab,kw OR ‘healingplant’:ti,ab,kw OR phytotherapy:ti,ab,kw OR ‘herbtherapy’:ti,ab,kw OR ‘herbal therapy’:ti,ab,kw OR chiropractic:ti,ab,kw OR ‘reflextherapy’:ti,ab,kw OR reflexotherapy:ti,ab,kw OR shantala:ti,ab,kw OR ‘integrativecommunitytherapy’:ti,ab,kw OR ‘flowertherapy’:ti,ab,kw OR ‘social thermalism’:ti,ab,kw OR crenotherapy:ti,ab,kw OR yoga:ti,ab,kw) AND (‘primaryhealthcare’:ti,ab,kw OR ‘primary healthcare’:ti,ab,kw OR ‘primarycare’:ti,ab,kw OR ‘basichealthcare’:ti,ab,kw OR ‘basiccare’:ti,ab,kw OR ‘basicservice’:ti,ab,kw OR ‘firstlinecare’:ti,ab,kw OR ‘primarycarenursing’:ti,ab,kw OR ‘primarynursingcare’:ti,ab,kw OR ‘familyhealthstrategy’:ti,ab,kw OR ‘familyhealthprogram’:ti,ab,kw OR ‘health centers’:ti,ab,kw OR ‘health center’:ti,ab,kw OR ‘health posts’:ti,ab,kw OR polyclinic:ti,ab,kw OR ‘hospitalpublichealthdepartment’:ti,ab,kw)

Pubmed	<p>((("nursing"[MeSHTerms] OR "nursing"[Title/Abstract] OR "nurses"[MeSHTerms] OR "nurses"[Title/Abstract]) AND ("ComplementaryTherapies"[Title/Abstract] OR "ComplementaryTherapy"[Title/Abstract] OR "Complementary Medicine"[Title/Abstract] OR "Alternative Medicine"[Title/Abstract] OR "AlternativeTherapies"[Title/Abstract] OR "AlternativeTherapy"[Title/Abstract] OR "alternativepractices"[Title/Abstract] OR "integrativeandcomplementarypractices"[Title/Abstract] OR "integrativepractice"[Title/Abstract] OR "Complementarypractice"[Title/Abstract] OR "ComplementaryTherapies"[MeSHTerms] OR "Apitherapy"[MeSHTerms] OR "Apitherapy"[Title/Abstract]))OR"Aromatherapy"[MeSHTerms]OR"Aromatherapies"[Title/Abstract] OR "Aroma Therapy"[Title/Abstract] OR "Aroma Therapies"[Title/Abstract] OR "Aromatherapy"[Title/Abstract] OR "ArtTherapy"[MeSHTerms] OR "ArtTherapies"[Title/Abstract] OR "medicine, ayurvedic"[MeSHTerms] OR "Aurvedic Medicine"[Title/Abstract] OR "Hindu Medicine"[Title/Abstract] OR "Siddha Medicine"[Title/Abstract] OR "Biodanza"[Title/Abstract] OR "Bioenergetic"[Title/Abstract] OR "Family constellation"[Title/Abstract] OR "Color Therapy"[MeSHTerms] OR "Color Therapy"[Title/Abstract] OR "Chromatotherapy"[Title/Abstract] OR "Chromotherapy"[Title/Abstract] OR "Geotherapy"[Title/Abstract] OR "Hypnosis"[MeSHTerms] OR "Hypnosis"[Title/Abstract] OR "Hypnotism"[Title/Abstract] OR "Hypnoanalysis"[Title/Abstract] OR "Hypnotherapy"[Title/Abstract] OR "Hypnotherapies"[Title/Abstract] OR "Mesmerism"[Title/Abstract] OR "Homeopathy"[MeSHTerms] OR "Homoeopathy"[Title/Abstract] OR "Therapeutic Touch"[MeSHTerms] OR "Therapeutic Touch"[Title/Abstract] OR "Laying-on-of-Hands"[Title/Abstract] OR "Reiki"[Title/Abstract] OR "Laying-on-of-Hands"[Title/Abstract] OR "Anthroposophical medicine"[Title/Abstract] OR "Anthroposophy"[Title/Abstract] OR "medicine, chinesetraditional"[MeSHTerms] OR "Chinese Traditional Medicine"[Title/Abstract] OR "AcupunctureTherapy"[MeSHTerms] OR "AcupunctureTherapy"[Title/Abstract] OR "AcupunctureTreatment"[Title/Abstract] OR "AcupunctureTreatments"[Title/Abstract] OR "Meditation"[MeSHTerms] OR "Meditation"[Title/Abstract] OR "Music Therapy"[MeSHTerms] OR "Music Therapy"[Title/Abstract] OR "Naturopathy"[MeSHTerms] OR "Naturopathy"[Title/Abstract] OR "Naturopathic Medicine"[Title/Abstract] OR "Osteopathy"[Title/Abstract] OR "Ozone Therapy"[Title/Abstract] OR "Ozonotherapy"[Title/Abstract] OR "plants, medicinal"[MeSHTerms] OR "Medicinal Plant"[Title/Abstract] OR "Medicinal Plants"[Title/Abstract] OR "Medicinal Herbs"[Title/Abstract] OR "Medicinal Herb"[Title/Abstract] OR "Pharmaceutical Plants"[Title/Abstract] OR "Pharmaceutical Plant"[Title/Abstract] OR "HealingPlants"[Title/Abstract] OR "Healing Plant"[Title/Abstract] OR "Phytotherapy"[MeSHTerms] OR "Phytotherapy"[Title/Abstract] OR "Herb Therapy"[Title/Abstract] OR "Herbal Therapy"[Title/Abstract] OR "Chiropractic"[MeSHTerms] OR "Chiropractic"[Title/Abstract] OR "ReflexTherapy"[Title/Abstract] OR "Reflexotherapy"[MeSHTerms] OR "Reflexotherapy"[Title/Abstract] OR "Shantala"[Title/Abstract] OR "Integrative Community Therapy"[Title/Abstract] OR "flowertherapy"[Title/Abstract] OR "Social Thermalism"[Title/Abstract] OR "Crenotherapy"[Title/Abstract] OR "Yoga"[Title/Abstract] OR "Yoga"[MeSHTerms]) AND ("Primary Health Care"[Title/Abstract] OR "Primary Healthcare"[Title/Abstract] OR "Primary Care"[Title/Abstract] OR "basichealthcare"[Title/Abstract] OR "basiccare"[Title/Abstract] OR "basicservice"[Title/Abstract] OR "firstlinecare"[Title/Abstract] OR "primarycarenursing"[Title/Abstract] OR "primarynursingcare"[Title/Abstract] OR "Family Health Strategy"[Title/Abstract] OR "Family Health Program"[Title/Abstract] OR "Health Centers"[Title/Abstract] OR "Health Center"[Title/Abstract] OR "Health Posts"[Title/Abstract] OR "Polyclinic"[Title/Abstract])</p>
--------	---

Quadro 1 - Estratégias de busca da Revisão Integrativa por bases de dados, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil, 2022.

A busca considerou o espaço temporal de 2016 a 2022 a fim de elencar estudos mais recentes sobre a temática abordada. Nova busca foi realizada em fevereiro de 2023, a fim de atualizar os achados. Os resultados foram discutidos com os artigos encontrados e com a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde.

RESULTADOS

Obteve-se o total de 365 estudos. Foram excluídos os artigos duplicados (12), resultando em 353 documentos. Foram lidos os títulos e resumos, a fim de verificar a relevância dos estudos, considerando os critérios de inclusão e exclusão. Chegou-se a um total de 96 artigos, oriundos das bases PubMed (39), CINAHL (22), BVS (18), Scopus (8), Cochrane (8) e Embase (1). Posteriormente, os artigos pré-selecionados foram lidos na íntegra com o objetivo de determinar quais eram elegíveis para o estudo, seguindo os critérios de inclusão e exclusão, resultando em 18 artigos. Determinada a seleção dos estudos, os dados foram extraídos e organizados em planilha do Microsoft Excel® com as seguintes informações: referências/bases de dados, objetivo, metodologia e principais resultados. O processo de identificação, seleção, elegibilidade e inclusão dos estudos pode ser observado na figura 1.

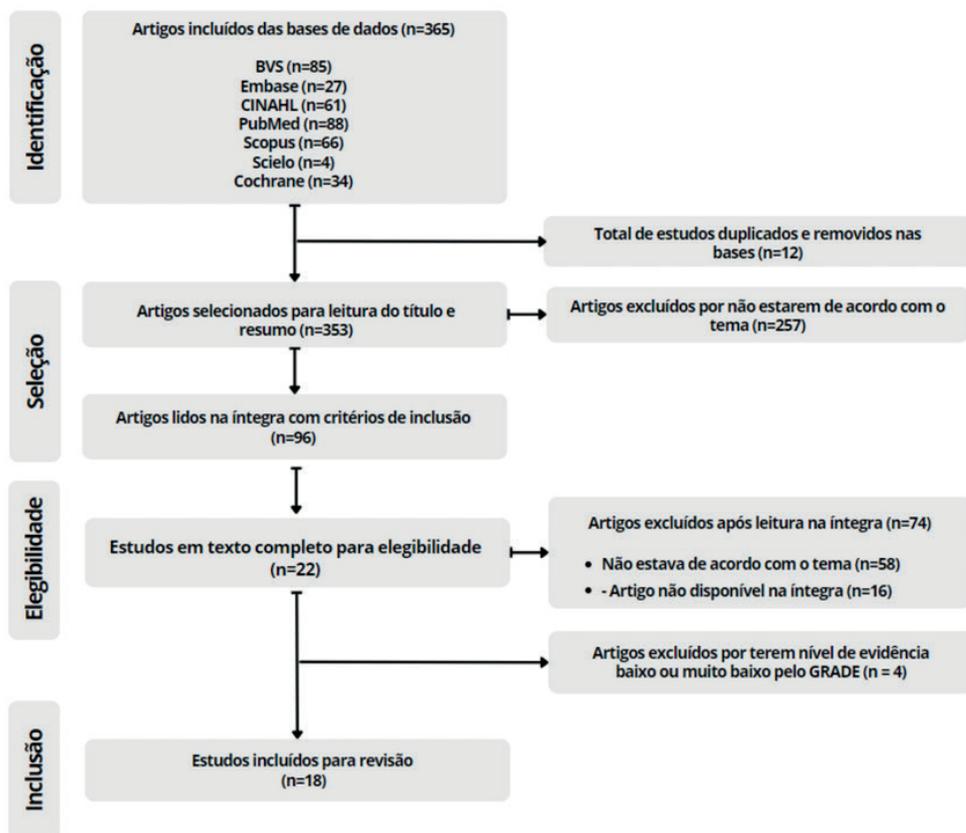


Figura 1 – Fluxograma do processo de identificação, seleção, elegibilidade e inclusão de estudos da Revisão Integrativa. Adaptado do PRISMA, Florianópolis, Santa Catarina, 2022.

Trze estudos foram ensaios clínicos randomizados (Mohammadi *et al.*, 2022; Dhungana *et al.*, 2021; Misra *et al.*, 2021; Marshal *et al.*, 2021; Joyce *et al.*, 2021; Pohl *et al.*, 2020; Lund *et al.*, 2019; Huang *et al.*, 2019; Vas *et al.*, 2019; Mist e Jones, 2018; Grensman *et al.*, 2018; Garner *et al.*, 2018; Landgren e Hallstrom, 2017), uma revisão de meta-análises, revisões sistemáticas e ensaios clínicos randomizados (Hampton; Bartz, 2021), um estudo de métodos mistos (ensaio clínico randomizado com estudo qualitativo) (Low *et al.*, 2019), um ensaio clínico não randomizado (Kazemzadeh *et al.*, 2016), uma revisão sistemática com metanálise (So *et al.*, 2020) e um estudo quase-experimental com controle pré e pós-teste (Kavak; Ekinci, 2016).

Em relação ao ano de publicação, 2021 cinco estudos (Dhungana *et al.*, 2021; Hampton e Bartz, 2021; Misra *et al.*, 2021; Marshal *et al.*, 2021; Joyce *et al.*, 2021), 2020 (Pohl *et al.*, 2020; Low *et al.*, 2020; So *et al.*, 2020), 2019 (Lund *et al.*, 2019; Huang *et al.*, 2019; Vas *et al.*, 2019) e 2018 (Mist e Jones, 2018; Grensman *et al.*, 2018; Garner *et al.*, 2018), tiveram três estudos cada; 2016, dois estudos (Kazemzadeh *et al.*, 2016; Kavak e Ekinci, 2016); e 2022 (Mohammadi *et al.*, 2022) e 2017 (Landgren; Hallstrom, 2017), um estudo cada.

Em relação à população, um estudo foi realizado com pessoas adultas com hipertensão (Dhungana *et al.*, 2021), um com adultos com diabetes (Misra *et al.*, 2021), um com adultos que apresentavam dor crônica (Low *et al.*, 2019) e dor lombar baixa crônica (Marshall *et al.*, 2021), um com adultos apresentando ansiedade e depressão associadas a dor lombar baixa crônica (Joyce *et al.*, 2021), um com pessoas com doença de Parkinson (Pohl *et al.*, 2020), um com adultos que apresentavam diagnóstico de esquizofrenia (Kavak; Ekinci, 2016), uma revisão sistemática que procurou estudos sobre adultos com ansiedade (So *et al.*, 2020) e nas condições mais frequentes da APS (Hampton e Bartz, 2021), dois com mulheres apresentando sintomas de menopausa (Lund *et al.*, 2019; Kazemzadeh *et al.*, 2016), um com mulheres acima de 50 anos apresentando sintomas de incontinência urinária (Huang *et al.*, 2019), um com gestantes entre 24 e 36 semanas apresentando dor lombar (Vas *et al.*, 2019) e insônia (Mohammadi *et al.*, 2022), um com mulheres adultas apresentando fibromialgia (Mist; Jones, 2018), um investigando a qualidade de vida em adultos com *burnout* (Grensman *et al.*, 2018), um com militares apresentando dor crônica e insônia (Garner *et al.*, 2018) e um com crianças de duas a oito semanas de vida com cólica (Landgren; Hallstrom, 2017).

As PICS utilizadas foram: sete com *yôga* (Dhungana *et al.*, 2021; Hampton e Bart, 2021; Misra *et al.*, 2021; Marshall *et al.*, 2021; Joyce *et al.*, 2021; Huang *et al.*, 2019; Kavak e Ekinci, 2016), três com *acupuntura* (Lund *et al.*, 2019; Mist e Jones, 2018; Landgren e Hallstrom, 2017), dois com *musicoterapia* (Pohl *et al.*, 2020; Low *et al.*, 2019), dois com *auriculoterapia/acupuntura auricular* (Vas *et al.*, 2019; Garner *et al.*, 2018), um com *meditação mindfulness* (So *et al.*, 2020), dois com *aromaterapia* (Mohammadi *et al.*, 2022; Kazemzadeh *et al.*, 2016) e um comparando *yôga*, *mindfulness* e *terapia cognitivo-comportamental* (Grensman *et al.*, 2018).

Seis estudos foram realizados nos Estados Unidos da América (Hampton e Bartz, 2021; Marshal *et al.*, 2021; Joyce *et al.*, 2021; Huang *et al.*, 2019; Mist e Jones, 2018; Low *et al.*, 2019), três na Suécia (Pohl *et al.*, 2020; Grensman *et al.*, 2018; Landgren e Hallstrom, 2017), dois no Irã (Mohammadi *et al.*, 2022; Kazemzadeh *et al.*, 2016), um na Turquia (Kavak; Ekinci, 2016), um na Austrália (Dhungana *et al.*, 2021), um na Índia (Misra *et al.*, 2021); um na Dinamarca (Lund *et al.*, 2019), um na Espanha (Vas *et al.*, 2019), um na Alemanha (Garner *et al.*, 2018) e um em Hong Kong/China (So *et al.*, 2020).

Considerando a força de evidência, houve predomínio de estudos com nível alto de evidência (Dhungana *et al.*, 2021; Hampton e Bartz, 2021; Pohl *et al.*, 2020; Lund *et al.*, 2019; Huang *et al.*, 2019; Vas *et al.*, 2019; Mist e Jones, 2018; Garner *et al.*, 2018; Low *et al.*, 2019; Kazemzadeh *et al.*, 2016; So *et al.*, 2020; Kavak e Ekinci, 2016). Seis estudos tiveram força de evidência moderada (Mohammadi *et al.*, 2022; Misra *et al.*, 2021; Marshal *et al.*, 2021; Joyce *et al.*, 2021; Grensman *et al.*, 2018; Landgren e Hallstrom, 2017).

O Quadro 2 apresenta uma síntese dos artigos selecionados com as seguintes informações: referências/bases de dados, objetivo, metodologia e principais resultados.

O Quadro 2 apresenta a síntese dos 18 artigos que constituem a amostra final selecionada:

Referências Base de dados	Objetivo	Metodologia	Principais resultados
MOHAMMADI, Freshi, MORADI, Maryam, NIAZI, Azin, JAMALI, Jamshid. 2022 PUBMED	Investigar o impacto da aromaterapia com óleo essencial de <i>Citrus aurantium</i> na qualidade do sono de gestantes com distúrbios do sono	Ensaio clínico randomizado 68 gestantes entre 28-34 semanas com alterações no padrão do sono Local: Irã Instrumento de pesquisa: Índice de qualidade do sono de Pittsburgh	Melhora da qualidade e duração do sono. Não houve efeitos adversos
DHUNGANA, Raja Ram <i>et al.</i> 2021 PUBMED	Avaliar os efeitos da prática estruturada de ioga na redução da pressão arterial entre pacientes hipertensos em instituições de atenção primária à saúde	Ensaio clínico randomizado controlado multicêntrico de dois braços não cego em sete centros de saúde de Ayurveda 121 pessoas com hipertensão arterial Local: Nepal Instrumento de pesquisa: medidas antropométricas, exames clínicos e características sócio-demográficas	Redução média da pressão arterial sistólica em 7,9 mmHg e 4,3 mmHg da pressão diastólica no grupo intervenção
HAMPTON, Adrienne, BARTZ, Megan. 2021 PUBMED	Revisar as evidências do uso de ioga nas condições mais frequentes na APS	Revisão de meta-análises, revisões sistemáticas e ensaios clínicos randomizados 13 estudos Local: E.U.A. Instrumento de pesquisa: síntese de evidências	Há evidência do uso de ioga na melhora da qualidade de vida, função motora, diminuição do estresse no ambiente de trabalho, diminuição da pressão arterial e da dor lombar crônica
MISRA, Punet <i>et al.</i> 2021 PUBMED	Avaliar o efeito de um programa estruturado de ioga em uma população com diabetes vivendo numa colônia de reassentamento urbano	Ensaio clínico randomizado 849 pessoas com diabetes Local: Índia Instrumento de pesquisa: níveis de hemoglobina glicada, glicemia em jejum, colesterol total, triglicérides, HDL e LDL	Diminuição dos valores de hemoglobina glicada e LDL no grupo intervenção
MARSHALL, Allison <i>et al.</i> , 2021 PUBMED	Determinar se yoga e fisioterapia melhoram a avaliação cognitiva da dor entre adultos com dor lombar baixa crônica comparado com intervenção educacional	Ensaio clínico randomizado com cegamento simples 320 pessoas com dor lombar Local: E.U.A. Instrumento de pesquisa: Escala de Auto-eficácia para Dor Crônica	Houve melhora da dor e mobilidade física lombar em todos os grupos

<p>JOYCE, Christopher <i>et al</i>, 2021 PUBMED</p>	<p>Determinar e comparar o efeito da yoga, fisioterapia e educação em sintomas de ansiedade e depressão em pessoas com dor lombar baixa crônica</p>	<p>Ensaio clínico randomizado com cegamento simples 320 pessoas com dor lombar Local: E. U. A. Instrumentos de pesquisa: Questionário de Saúde do Paciente (PHQ-8); Escala Generalized Anxiety Disorder (GAD-7)</p>	<p>Houve melhora dos sintomas nos grupos que receberam yoga e fisioterapia</p>
<p>LOW, Ming Yuan <i>et al</i>, 2020 BVS</p>	<p>Determinar a viabilidade e os efeitos preliminares de um programa de terapia musical vocal no gerenciamento da dor crônica</p>	<p>Estudo de métodos mistos - Ensaio clínico randomizado + estudo qualitativo com entrevista 43 pessoas Local: E. U. A Instrumento de pesquisa: Patient-Reported-Outcomes Measurement Information System (PROMIS); Patient Global Impression of Change Scale (PGIC).</p>	<p>Melhora da autoeficácia relacionada à dor, depressão e habilidade em participar de atividades sociais</p>
<p>POHL, Petra <i>et al</i>, 2020 PUBMED</p>	<p>Avaliar uma intervenção em grupo com musicoterapia em pacientes com doença de Parkinson</p>	<p>Ensaio clínico randomizado simples cego com grupo paralelo integrando dados de métodos qualitativos 51 pessoas com Parkinson Local: Suécia Instrumento de pesquisa: Teste Timed Up and Go; Montreal Cognitive Assessment Scale (MoCA); Bateria de Avaliação Frontal (BAF); Falls Efficacy Scale International; Freezing of Gait Questionnaire; Parkinson Disease Questionnaire 39-items Global Index Score.</p>	<p>Melhora do humor, estado de alerta e qualidade de vida. Não houve melhora nas habilidades de dupla-tarefa, cognição, equilíbrio ou congelamento da marcha</p>
<p>SO, Wendy Wing Yan <i>et al</i>, 2020 PUBMED</p>	<p>Comparar a efetividade relativa da intervenção com 2 exercícios, nomeadamente <i>mindfull</i> e não-<i>mindful</i>, na redução da ansiedade como <i>status</i> psicológico em população sem sintomas clínicos</p>	<p>Revisão sistemática com metanálise 14 estudos Local: Hong Kkong Instrumento de pesquisa: síntese de evidências</p>	<p>Há evidência suficiente para sugerir que meditação <i>mindfulness</i> pode ser usada como uma intervenção regular na atenção primária no alívio de sintomas da ansiedade, quando comparada a exercícios não-<i>mindfull</i></p>

<p>LUND, Kamma Sundgaard <i>et al.</i>, 2019 PUBMED</p>	<p>Investigar a eficácia de um tratamento padronizado breve com acupuntura para mulheres com sintomas moderados a severos relacionados à menopausa, principalmente a eficácia nos fogachos mensurados antes da intervenção e 6 semanas após.</p>	<p>Ensaio clínico randomizado 70 mulheres com sintomas moderados a severos da menopausa, principalmente fogachos Local: Dinamarca Instrumento de pesquisa: Questionário MenoScore</p>	<p>Houve redução significativa nos fogachos, suor diurno e noturno, suor generalizado, problemas do sono relacionados à menopausa, sintomas emocionais, sintomas físicos e sintomas na pele e cabelos. O grupo de intervenção relatou 80% de melhora 6 semanas após os sintomas. Não houve eventos adversos graves</p>
<p>HUANG, Alison J. <i>et al.</i>, 2019 PUBMED</p>	<p>Avaliar a viabilidade de recrutar e manter mulheres com incontinência em um programa de ioga; (2) avaliar a segurança e tolerabilidade da ioga; (3) avaliar as mudanças preliminares na incontinência após 3 meses.</p>	<p>Ensaio clínico randomizado com grupo paralelo em um único centro. Incontinência de esforço, urgência ou mista 56 mulheres com incontinência Local: E.U.A. Instrumentos de pesquisa: 28-item Incontinence Impact Questionnaire (IIQ); the 6-item Urogenital Distress Inventory (UDI-6); the single-item Patient Perception of Bladder Condition (PPBC)</p>	<p>Incontinência de esforço diminuiu 61% no grupo intervenção e 35% no grupo controle. Incontinência de urgência diminuiu 30% no grupo intervenção e 17% no grupo controle</p>
<p>VAS, Jorge, <i>et al.</i>, 2019 PUBMED</p>	<p>Avaliar a eficácia da acupuntura na redução da dor lombar baixa e/ou na cintura pélvica posterior em gestantes</p>	<p>Ensaio clínico randomizado multicêntrico com quatro braços. 220 gestantes entre 24-36 semanas com dor lombar Local: Espanha Instrumentos de pesquisa: intensidade da dor; Questionário Roland-Morris</p>	<p>A auriculoterapia reduziu a dor em 80% das gestantes e foi nove vezes mais efetiva que o tratamento convencional e 11 vezes maior na avaliação pós-parto. Melhorou a qualidade de vida e reduziu a incapacidade funcional, com efeitos prolongados por 3 meses e 1 ano pós-parto. 2 gestantes do grupo intervenção tiveram dor e vermelhidão na orelha</p>
<p>MIST, Scott D. JONES, Kim Dupree, 2018 PUBMED</p>	<p>Testar o efeito do tratamento da acupuntura <i>versus</i> o grupo educacional em mulheres com fibromialgia</p>	<p>Ensaio clínico randomizado 30 mulheres com fibromialgia Local: E.U.A. Instrumentos de pesquisa: questionário de impacto da fibromialgia revisado; Índice de Fadiga Global</p>	<p>O grupo intervenção apresentou melhora significativa nos aspectos negativos da fibromialgia, como dor e fadiga, comparado ao grupo controle. Não houve eventos adversos</p>

GRENSMAN, Astrid <i>et al</i> , 2018 PUBMED	<p>Avaliar os efeitos de um tratamento longo (20 semanas) com yoga tradicional, terapia cognitivo-comportamental baseada em mindfulness e terapia cognitivo-comportamental na qualidade de vida relatada de pessoas afastadas do trabalho devido ao burnout.</p>	<p>Ensaio clínico controlado randomizado multicêntrico 94 pessoas Local: Suécia Instrumento de pesquisa: the Swedish health related quality of life survey</p>	<p>Houve melhora significativa no bem-estar emocional, na função cognitiva, sono e nos sintomas físicos, independente da terapia utilizada</p>
GARNER, Betty K. <i>et al</i> , 2018 Cochrane	<p>Avaliar a viabilidade, credibilidade e efeitos da acupuntura auricular na intensidade da dor na gravidade da insônia ao longo de um período de estudo de 8 dias.</p>	<p>Ensaio clínico randomizado 47 pessoas com dor crônica e insônia Local: Alemanha Instrumentos de pesquisa: Insomnia Severity Index e Escala de Credibilidade Modificada de Borkovec e Nau</p>	<p>Tempo de avaliação dos resultados: 1 semana após aplicação. Melhora significativa no controle da dor e sintomas de insônia. Não houve seguimento para checar a manutenção dos efeitos da terapia</p>
LANDGREN, Kajsa. HALLSTROM, Inger., 2017 Scopus	<p>(1) testar se a acupuntura é efetiva como tratamento para cólica infantil em centro de saúde da criança; (2) comparar o efeito de dois tipos de acupuntura versus não acupuntura em crianças com cólica em centros de saúde da criança</p>	<p>Ensaio clínico randomizado multicêntrico com 3 braços 157 crianças Local: Suécia Instrumento de pesquisa: diário para registrar tempo de choro da criança</p>	<p>Redução significativa no tempo de choro em crianças com cólica. Não houve eventos adversos</p>
KAVAK, Funda. EKINCI, Mine. 2016 BVS	<p>Determinar o efeito do yoga no nível de recuperação funcional em pessoas com esquizofrenia</p>	<p>Estudo quase experimental com controle pré e pós-teste 100 pessoas Local: Turquia Instrumentos de pesquisa: formulário de descrição do paciente e Escala de Remissão Funcional Geral da Esquizofrenia</p>	<p>Melhora importante da interação social, nos níveis de saúde e resposta ao tratamento medicamentosos, atividades da vida diária e ocupacionais</p>
KAZEMZADEH, Rafat <i>et al</i> , 2016 PUBMED	<p>Determinar o efeito do óleo essencial de lavanda no fôlego menopausal</p>	<p>Ensaio clínico não randomizado duplo cego cruzado 100 mulheres Local: Irã Instrumento de pesquisa: questionário demográfico e folha de registro de fogachos</p>	<p>Houve diminuição importante do fôlego no grupo intervenção</p>

Quadro 2 - Síntese dos artigos selecionados. Florianópolis, Santa Catarina, Brasil, 2022.

DISCUSSÃO

A prática de yoga mostrou que pode ser utilizada como terapia complementar para auxiliar na redução dos valores da pressão arterial (Dhungana *et al.*, 2021; Hampton e Bartz, 2021), na melhora da qualidade de vida, função motora, diminuição do estresse no ambiente de trabalho e da dor lombar crônica (Hampton; Bartz, 2021), diminuição dos valores de hemoglobina glicada e LDL (Misra *et al.*, 2021), da dor e mobilidade física lombar (Marshall *et al.*, 2021), dos sintomas de ansiedade e depressão em pessoas com dor lombar baixa crônica (Joyce *et al.*, 2021), nos sintomas de incontinência urinária (IU) por esforço e urgência em mulheres (Huang *et al.*, 2019), na melhora dos sintomas de *burnout* (Grensman *et al.*, 2018) e na recuperação física e social de pessoas com esquizofrenia (Kavak; Ekinci, 2016).

A musicoterapia evidenciou melhora nos sintomas de dor, depressão e em convívio social (Low *et al.*, 2019), além de melhora do humor, estado de alerta e qualidade de vida em pessoas com Parkinson (Pohl *et al.*, 2020).

A meditação *mindfulness* mostrou ser efetiva no controle dos sintomas de ansiedade (So *et al.*, 2020) e *burnout* (Grensman *et al.*, 2018), utilizando uma orientação mental específica pela experiência e consciência no momento presente, proporcionando uma mudança de perspectiva e um distanciamento das sensações e do pensamento, permitindo que se aceite ao invés de evitar sensações e desejos (Grensman *et al.*, 2018; So *et al.*, 2020).

O uso da acupuntura foi associado ao bom controle dos sintomas relacionados à menopausa (Lund *et al.*, 2019), fibromialgia (Mist; Jones, 2018) e diminuição do tempo de choro em crianças com cólica (Landgren; Hallstrom, 2017).

A auriculoterapia demonstrou melhora da dor lombar e dificuldades relacionadas em gestantes de 24-36 semanas (Vas *et al.*, 2019), além de dor generalizada e insônia em adultos (Garner *et al.*, 2018). Ao estimular os pontos auriculares, produz-se impacto positivo ao reequilibrar o sistema nervoso central, aliviando uma variedade de condições patológicas (Garner *et al.*, 2018).

A aromaterapia com óleo essencial de laranja demonstrou melhora da qualidade e duração do sono em gestantes entre 28-34 semanas (Mohammadi *et al.*, 2022) e diminuição importante do fogacho em mulheres no período menopausal com uso de óleo essencial de lavanda (Kazemzadeh *et al.*, 2016).

As evidências encontradas neste estudo corroboram com os objetivos e diretrizes da PNPICS e possibilitam aumentar a oferta de ações em saúde através de diferentes abordagens que proporcionam uma visão ampliada do processo saúde-doença. Neste sentido, contribuem para a prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde (Brasil, 2015).

Diante do exposto, embora não tenham sido encontrados estudos clínicos no Brasil sobre a aplicação de PICS na APS, estudos de baixa evidência sobre o uso dessas práticas no país apontam que fitoterapia, homeopatia e acupuntura são as mais utilizadas, contribuindo na diminuição da medicalização, melhora e responsabilização pelo autocuidado, decisão compartilhada de tratamento, promoção da saúde, prevenção e tratamento de condições de saúde, além do baixo custo e ausência de efeitos adversos (Aguiar, Kanan e Masiero, 2019; Perea *et al.*, 2022).

Apesar dos resultados positivos, existem dificuldades para a implementação das PICS, como falta de suporte institucional, treinamento para os profissionais e de insumos, bem como a falta de entendimento sobre o que são as PICS (Aguiar; Kanan; Masiero, 2019). As PICS como fortalecimento das tecnologias leves e leve-duras, são eficazes e seguras na APS, agem de maneira a promover a integralidade do cuidado, escuta acolhedora e visão ampliada do processo saúde-doença (Brasil, 2015).

CONCLUSÃO

As PICS têm sido questionadas especialmente por acadêmicos, antes da sua aplicação na APS. Espera-se que o enfermeiro acompanhe a pessoa nas suas experiências de saúde, no seu ritmo e segundo o caminho que a própria escolhe, ou seja, o enfermeiro e a pessoa são parceiros nos cuidados individualizados. A síntese das evidências encontradas neste estudo se mostra robusta e sustenta o uso de tratamento complementar ou único para diversas condições de saúde, contribuindo para a melhoria na qualidade de vida, promoção da saúde e do autocuidado.

Estudos clínicos com aplicação de PICS são escassos no Brasil, embora seja um território extremamente rico de experiências acerca do tema, o que proporciona uma base bastante sólida para investigações sobre uso de PICS na APS.

CONTRIBUIÇÕES PARA A PRÁTICA DE ENFERMAGEM

As evidências reúnem um apanhado de PICS desenvolvidas em uma população diversa no contexto da APS. Tais práticas podem ser ofertadas por enfermeiros com formação específica, possibilitando novas maneiras de cuidar e de atuar sobre os determinantes do processo saúde-doença

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Jordana; KANAN, Lilia Aparecida; MASIERO, Anelise Viapiana. Integrative and Complementary Practices in basic health care: a bibliometric study of Brazilian production. **Saúde e Debate**, v. 43, n. 123, p.1205-1218, out/dez. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/5NdGgYwFCNsQPWZQmZymcqM/>. Acesso em: 01 fev. 2022.

BRASIL. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 96p.

CONTATORE, Octávio Augusto *et al.* Uso, cuidado e política das práticas integrativas e complementares na Atenção Primária à Saúde. **Ciência e Saúde Coletiva**, v.20, n.10, p. 3263-3273, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320152010.00312015>. Acesso em: 01 fev. 2022.

DORNELES, Flávia Camefet *et al.* Enfermagem e as Práticas Integrativas e Complementares em saúde: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e445997446, 23 ago. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7446>. Acesso em: 4 Abr. 2022.

DHUNGANA, Raja Ram *et al.* Effects of a healthworker-led 3-month yoga intervention on blood pressure of hypertensive patients: a randomized controlled multicentre trial in the primary care setting. **BMC Public Health**, v. 550, n. 21, p. 1-11, 2021. Disponível em: <https://bmcpubhealth.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/s12889-021-10528-y.pdf>. Acesso em: 01 ago. 2021.

ERCOLE, Flávia Falci; MELO, Laís Samara de; ALCOFORADO, Carla Lúcia Goulart Constant. Integrative review versus systematic review. **Remex: Revista Mineira de Enfermagem**, Belo Horizonte, MG, v. 18, n. 1, p. 9-11, 2014. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/remex.org.br/pdf/v18n1a01.pdf>. Acesso em: 06 nov. 2020.

FERRAZ, Ivana Santos *et al.* Expansão das práticas integrativas e complementares no Brasil e o processo de implantação no sistema único de saúde. **Enfermeria Actual En Costa Rica**, Costa Rica, n. 38, p. 1-13, 5 nov. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/enfermeria/n38/1409-4568-enfermeria-38-196.pdf>. Acesso em: 01 fev. 2022.

GALVÃO, Taís Freire. PANSANI, Thais de Souza Andrade. HARRAD, David. Principais itens para relatar Revisões Sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.24, n2, p.335-342, abr-jun 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/TL99XM6YPx3Z4rxn5WmCNCf/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 01 ago. 2021.

GARNER, Betty K *et al.* Auricular Acupuncture for Chronic Pain and Insomnia: A Randomized Clinical Trial. **Medical Acupuncture**, v. 30, n. 5, p.262-272, 2018. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6205765/pdf/acu.2018.1294.pdf>. Acesso em: 01 ago. 2021.

GRENSMAN, Astrid *et al.* Effect of traditional yoga, mindfulness-based cognitive therapy, and cognitive behavioral therapy, on health related quality of life: a randomized controlled trial on patients on sick leave because of burnout. **BMC Complementary and Alternative Medicine**, v. 18, n. 80, p. 1-16, 2018. Disponível em: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1186/s12906-018-2141-9.pdf>. Acesso em: 01 ago. 2021.

HAMPTON, Adrienne. BARTZ, Megan. Therapeutic efficacy of yoga for common primary care conditions. **Wisconsin Medical Journal**, v. 120, n. 4, 293-300, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35025177/>. Acesso em: 01 ago. 2021.

HUANG, Alison J *et al.* A group-based yoga program for urinary incontinence in ambulatory women: feasibility, tolerability, and change in incontinence frequency over 3 months in a single-center randomized trial. **American Journal of Obstetrics and Gynecology**, v.220:87, p. 1-13, 2019. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0002937818309153>. Acesso em: 01 ago. 2021.

JOYCE, Christopher et al. Can yoga or physical therapy for chronic low back pain improve depression and anxiety among adults from a racially diverse, low-income community? A secondary analysis of a randomized controlled trial. **Archives of Physical Medicine and Rehabilitation**, v.102, n.6, p. 1049-1059, 2021. doi: 10.1016/j.apmr.2021.01.072.

KAVAK, Funda. EKINCI, Mine. The Effect of Yoga on Functional Recovery Level in Schizophrenic Patients. **Archives of Psychiatric Nursing**, v. 30, n. 6, p. 761-767, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2016.07.010>. Acesso em: 01 ago. 2021.

KAZEMZADEH, Rafat *et al.* Effect of lavender aromatherapy on menopause hot flushing: A crossover randomized clinical trial. **Journal of the Chinese Medical Association**. v. 79, n. 9, p 489-492, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27388435/>. Acesso em: 01 ago. 2021.

LANDGREN, Kajsa. HALLSTROM, Inger. Effect of minimal acupuncture for infantile colic: a multicentre, three-armed, single-blind, randomized controlled trial (ACU-COL). **Acupuncture in Medicine**, v. 35, p. 171-179, 2017. Disponível em: doi:10.1136/acupmed-2016-011208. Acesso em: 01 ago. 2021.

LOW, Ming Yuan *et al.* Vocal Music Therapy for Chronic Pain: A Mixed Methods Feasibility Study. **The Journal of Alternative and Complementary Medicine**, v. 26, n. 2, p. 113-122, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7044781/pdf/acm.2019.0249.pdf> .Acesso em: 01 ago. 2021.

LUND, Kamma Sundgaard *et al.* Efficacy of a standardized acupuncture approach for women with bothersome menopausal symptoms: a pragmatic randomized study in primary care (the ACOM study). **BMJ Open**, v.9:e023637, 2019. Disponível em: doi:10.1136/bmjopen-2018-023637. Acesso em: 01 ago. 2021.

MARSHALL, Allison *et al.* Changes in pain self-efficacy, coping skills, and fear-avoidance beliefs in a randomized controlled trial of yoga, physical therapy, and education for chronic low back pain. **Pain Medicine**, v.23, n.4, p.934-943, 2022. Disponível em: doi: 10.1093/pm/pnab318. Acesso em: 01 ago. 2021.

MENDES, Karina Dal Sasso. SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira. GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**, v.17, n.4, p.728-64, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/>. Acesso em: 01 ago. 2021.

MENDES, Dayana Senger *et al.* Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. **Journal Health Npeps**, Mato Grosso, v. 4, n. 1, p. 302-318, 2019. Universidade do Estado de Mato Grosso - UNEMAT. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3452/2979>. Acesso em: 01 fev. 2022.

MISRA, Punet *et al.* Effect of community-based structured yoga program on Hba1c level among type 2 diabetes mellitus patients: an interventional study. **International Journal of Yoga**, v.14, n.3, p.222-228, 202. Disponível em: https://doi.org/10.4103/ijoy.ijoy_150_21. Acesso em: 01 fev. 2022.

MIST, Scott D. JONES, Kim Dupree. Randomized Controlled Trial of Acupuncture for Women with Fibromyalgia: Group Acupuncture with Traditional Chinese Medicine Diagnosis Based Point Selection. **Pain Medicine**, v. 19, p. 1862-1871, 2018. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6127237/pdf/pnx322.pdf>. Acesso em: 01 ago. 2021.

MOHAMMADI, Freshteh. MORADI, Maryam. NIAZI, Azin. JAMALI, Jamshid. The Impact of Aromatherapy with Citrus Aurantium Essential Oil on Sleep Quality in Pregnant Women with Sleep Disorders: A Randomized Controlled Clinical Trial. **International Journal of Community Based Nursing and Midwifery**, v.10, n.3, p.160-171, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.30476/IJCBNM.2022.92696.1900>. Acesso em: 01 ago. 2021.

NITSCHKE, Rosane Gonçalves *et al.* Contributions of Michel Maffesoli's thinking to research in nursing and health. **Texto & Contexto Enfermagem**, v.26, n.4, 2017, p:e3230017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0104-07072017003230017>. Acesso em: 01 ago. 2021.

PEREA, Drieli Fernandes *et al.* Práticas integrativas e complementares na promoção da saúde: uma revisão intergrativa. In: ALMEIDA JUNIOR, Silvio (org.). Práticas integrativas e complementares: visão holística e multidisciplinar. Guarujá, SP: **Científica Digital**, 2022. p. 161-174. E-book. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.org/books/978-65-5360-046-1.pdf>. Acesso em: 01 fev. 2022.

POHL, Petra *et al.* Group-based music intervention in Parkinson's disease – findings from a mixed-methods study. **Clinical Rehabilitation**, v. 34, n. 4, p. 533-544, 2020. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7132435/pdf/10.1177_0269215520907669.pdf. Acesso em: 01 ago. 2021.

RUELA, Ludmila de Oliveira *et al.* Implementação, acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revisão da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, RJ, v. 24, n. 11, p. 4239-4250, nov. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182411.06132018>. Acesso em: 01 fev. 2022.

SANTOS, Cristina Mamédio da Costa. PIMENTA, Cibele Andrucio de Mattos. NOBRE, Moacyr Roberto Cuce. A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v.15, n.3, p. 1-3, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/CfKNnz8mvSqVjZ37Z77pFsy/?lang=en>. Acesso em: 01 ago. 2021.

SO, Wendy Wing Yan *et al.* Comparing Mindful and Non-Mindful Exercises on Alleviating Anxiety Symptoms: A Systematic Review and Meta-Analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17:8692, p.1-16, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7700675/pdf/ijerph-17-08692.pdf>. Acesso em: 01 ago. 2021.

SOUSA, Luis Manuel Mota *et al.* As terapias integrativas na gestão dos cuidados de enfermagem na pessoa com doença aguda. In: MARQUES-VIEIRA, Cristina; SOUSA, Luis Manuel Mota, BAIXINHO, Cristina, editores. **Cuidados de Enfermagem à Pessoa com Doença Aguda**. Loures, Portugal: Sabooks&Lusodidata. 2021. p. 173-182.

TESSER, Charles Dalcanale. DALLEGRAVE, Daniela. Práticas integrativas e complementares e medicalização social: indefinições, riscos e potências na atenção primária à saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v.36, n.9:e00231519, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00231519>. Acesso em: 01 fev. 2022.

VAS, Jorge *et al.* Effect of ear acupuncture on pregnancy-related pain in the lower back and posterior pelvic girdle: A multicenter randomized clinical trial. **Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica**, v. 98, p. 1307-1317, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/aogs.13635>. Acesso em: 01 ago. 2021.