

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL  
ESCOLA DE ENFERMAGEM

JULIANA GORZIZA MADRUGA

**PRÁTICAS INTEGRATIVAS UTILIZADAS POR PROFISSIONAIS DE  
ENFERMAGEM NO CUIDADO EMOCIONAL E PSÍQUICO: uma revisão  
integrativa**

Porto Alegre

2019

JULIANA GORZIZA MADRUGA

**PRÁTICAS INTEGRATIVAS UTILIZADAS POR PROFISSIONAIS DE  
ENFERMAGEM NO CUIDADO EMOCIONAL E PSÍQUICO: uma revisão  
integrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso da Escola de Enfermagem e Saúde Coletiva da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para obtenção do grau de bacharel em Enfermagem.

**Orientador:** Prof. Dr. Marcio Wagner Camatta

Porto Alegre

2019

JULIANA GORZIZA MADRUGA

**Práticas integrativas utilizadas por profissionais de enfermagem no cuidado emocional e psíquico: uma revisão integrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso da Escola de Enfermagem e Saúde Coletiva da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial para obtenção do grau de bacharel em Enfermagem.

Aprovado em \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2019.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Dr. Marcio Wagner Camatta

Orientador

DAOP – Escola de Enfermagem – UFRGS

---

Prof. Dr<sup>a</sup>. Cíntia Nasi

DAOP – Escola de Enfermagem – UFRGS

---

Enf<sup>a</sup>. Doutoranda Alessandra Mendes Calixto

Escola de Enfermagem - UFRGS

## DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho à minha família, que sempre esteve ao meu lado me dando todo o apoio que precisei.

Aos meus amigos do coração, que me encheram de motivação.

Ao Universo, que me colocou neste caminho tão gratificante.

## **AGRADECIMENTOS**

Este trabalho não teria sido possível se não fosse pelas pessoas que estiveram no meu caminho me acompanhando ao longo de todos esses anos, me ajudando a superar obstáculos e a seguir em frente.

Deste modo, agradeço imensamente aos meus pais, que sempre me deram o suporte para eu seguir os meus sonhos, assim como me deram os melhores exemplos de trabalho, força e superação. Eu amo vocês e tenho muito orgulho pelas suas histórias de vida.

Aos meus irmãos, que com cada um sendo singular em sua maneira, me fizeram entender o que é crescer em família e fazer o melhor para ajudar o próximo.

Às minhas amigas, que me escutaram e me aconselharam quando precisei, fazendo com que eu nunca me sentisse sozinha. Vocês são como anjos na minha vida.

Aos meus colegas, que estiveram junto comigo durante toda a graduação, passando por fases difíceis e estressantes, sendo muito pacientes e também gerando momentos de alegria e descontração.

Aos professores da graduação que me passaram grandes ensinamentos sobre a importância de uma saúde humanizada, centrada no bem-estar dos indivíduos.

Às enfermeiras que me orientaram nos estágios finais da graduação, me ajudando no meu crescimento e aprendizagem. Assim como também me levando a ter cada vez mais amor pela profissão que escolhi seguir com os seus exemplos de cuidado e competência.

Ao meu professor orientador deste trabalho, que acolheu minha ideia e me deu o suporte necessário para a colocar em prática, fazendo-se presente e me auxiliando quando precisei.

Por fim, agradeço à Deus, por me dar as intuições das melhores escolhas na minha vida, por me dar força diariamente, por me fornecer resiliência nos momentos mais difíceis e por me apresentar com pessoas tão incríveis em minha jornada da graduação.

Obrigada.

## RESUMO

**Introdução:** Este estudo trata de um levantamento de práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) utilizadas por profissionais de enfermagem no cuidado emocional e psíquico. Essas práticas auxiliam na realização de um cuidado integral que almeja a promoção da saúde. Por não tratar apenas dos agravos que podem ocorrer devido à falta de prevenção, a enfermagem deve estar vinculada à discussão da regulamentação das PICS no SUS. Construiu-se, então, a seguinte questão norteadora: Que Práticas Integrativas e Complementares são utilizadas por profissionais de enfermagem para cuidar dos aspectos emocionais e psíquicos do indivíduo? **Metodologia:** Revisão integrativa (RI) baseada na metodologia de Harris Cooper, em que houve uma coleta de artigos publicados entre os anos 2009 a 2019. As bases de dados escolhidas para a coleta foram a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), a Scientific Electronic Library Online (SCIELO), o Banco de dados em Enfermagem (BDENF), a Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL) e o PubMed. No total, foram encontradas 14 publicações que respondiam à questão problema levantada inicialmente. **Resultados e discussão:** Foram criadas duas categorias temáticas de acordo com os objetivos da pesquisa. A primeira sobre as principais PICS utilizadas pela enfermagem e a segunda sobre resultados na sua utilização. A maior parte dos estudos foi realizada no Brasil. As práticas mais utilizadas pela enfermagem foram as de musicoterapia, yoga e toque terapêutico. Seus principais efeitos psíquicos foram na redução da ansiedade e dos sintomas de depressão. **Conclusões:** A partir dessa revisão integrativa da literatura, foi possível verificar que as PICS estão sendo utilizadas pela enfermagem em diferentes contextos e com diferentes usuários, sendo uma importante maneira de auxiliar no cuidado integral. Percebe-se, dessa forma, a importância do estudo e da aplicação das PICS. Recomenda-se a realização de mais pesquisas relacionadas ao tema.

**Palavras-chave:** Enfermagem; saúde mental, terapias complementares, medicina integrativa; profissionais de enfermagem

## ABSTRACT

**Introduction:** This study is a survey of integrative and complementary health practices (PICS) used by nursing professionals in emotional and psychic care. These practices help in the completion of an integral care aimed at health promotion, nursing should be linked to the discussion of the regulation of PICS in the SUS. The following guiding question was built: What Integrative and Complementary Practices are used by nursing professionals to take care of the emotional and psychic aspects of the individual? **Methodology:** Integrative review (IR) based on Harris Cooper methodology, in which there was a collection of articles published between the years 2009 to 2019. The databases chosen for the collection were the Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (LILACS), the Scientific Electronic Library Online (SCIELO), the Nursing Database (BDENF), the Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), and PubMed. In total, were found 14 publications that answered the problem question initially raised. **Results and discussion:** Two thematic categories were created according to the research objectives. The first is about the main PICS used by nursing and the second about their results in their use. The practices most used by nursing were music therapy, yoga and healing touch. Its main psychic effects were in reducing anxiety and symptoms of depression. **Conclusions:** From this integrative literature review, it was possible to verify that PICS are being used by nursing in different contexts and with different users. Thus, we realize the importance of the study and application of the PICS. Further research related to the topic is recommended.

**Keywords:** Nursing; mental health; complementary therapies; integrative medicine; nurse practitioners

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES E GRÁFICOS

<b>Figura 1</b> - Fluxograma com a busca e publicações coletadas .....	21
<b>Gráfico 1</b> - Locais dos estudos coletados .....	27
<b>Gráfico 2</b> - Tipos de pesquisa .....	28
<b>Gráfico 3</b> - Anos de publicação .....	30
<b>Gráfico 4</b> - Efeitos das PICS nos sintomas emocionais e psíquicos .....	39

## LISTA DE QUADROS E TABELAS

<b>Quadro 1:</b> Cruzamento dos descritores que serão utilizados na pesquisa .....	19
<b>Quadro 2:</b> Caracterização dos estudos .....	23
<b>Quadro 3:</b> PICS utilizadas e seus resultados .....	33
<b>Tabela 1:</b> Periódicos de publicação .....	30
<b>Tabela 2:</b> População estudada e área de conhecimento .....	31
<b>Tabela 3:</b> Locais de intervenções com as PICS .....	32
<b>Tabela 4:</b> PICS citadas nos estudos .....	35

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>10</b>
<b>2 OBJETIVOS.....</b>	<b>16</b>
2.1 Objetivo geral.....	16
2.2 Objetivos específicos.....	16
<b>3 METODOLOGIA.....</b>	<b>17</b>
3.1 Tipo de estudo.....	17
3.2 Formulação do problema.....	18
3.3 Coleta de dados.....	18
3.4 Critérios de inclusão e exclusão.....	20
3.5 Avaliação dos dados.....	20
3.6 Análise e interpretação dos dados.....	21
3.7 Apresentação dos resultados.....	21
3.8 Aspectos Éticos.....	22
<b>4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....</b>	<b>23</b>
4.1 Caracterização dos artigos.....	23
4.2 PICS utilizadas pela enfermagem.....	33
4.3 Resultados na utilização das PICS.....	38
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>43</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>46</b>
<b>APÊNDICE A.....</b>	<b>52</b>
<b>APÊNDICE B.....</b>	<b>53</b>
<b>ANEXO A.....</b>	<b>59</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Este estudo trata de um levantamento de práticas integrativas e complementares em saúde (PICS) utilizadas por profissionais de enfermagem no cuidado emocional e psíquico, mediante a realização de uma revisão integrativa da literatura.

As PICS, também conhecidas em diferentes países como medicina tradicional, alternativa, ou não convencional, referem-se às práticas de saúde passadas de geração a geração que variam conforme a cultura local. Podem ser utilizadas na manutenção da saúde e na prevenção de agravos físicos e mentais. (WHO, 2000). Neste estudo, utiliza-se o termo PICS para contemplar essas práticas.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), criou em 2002 uma estratégia para a ampliação da utilização das PICS através do mundo inteiro. Em 2013, houve uma atualização dessa estratégia, com implementação para o período de 2014 até o ano 2023 (WHO, 2013).

As PICS são utilizadas globalmente, em alguns países de forma complementar à saúde convencional, e em outros atuando como a base dos cuidados em saúde. Cada vez mais estas práticas estão sendo utilizadas, apesar de frequentemente subestimadas. Líderes de diferentes países estão reconhecendo as PICS, e suas demandas nos serviços de saúde estão aumentando. Segundo a OMS, as PICS possuem qualidade, segurança e eficácia comprovadas, e contribuem para a garantia do acesso à saúde e da autonomia dos indivíduos (WHO, 2013).

No Brasil, essas práticas foram contempladas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC), possuindo um aspecto humanizado e integral no atendimento ao indivíduo, buscando o fortalecimento dos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS) (BRASIL, 2015).

Segundo o Glossário Temático das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, lançado em 2018 pelo Ministério da Saúde, a medicina complementar é um modelo de saúde que propõe a combinação das medicinas convencional, tradicional e complementar, sem hegemonia entre elas (BRASIL, 2018). Ou seja, a utilização dessas práticas não pressupõe que a medicina convencional seja

desconsiderada durante a prestação de serviços em saúde, mas sim que tenha uma integração entre estas diferentes formas de cuidado.

Portanto, as PICS possuem como um de seus fundamentos a saúde holística, isto é, há a visão do ser humano em sua totalidade, considerando seu aspecto físico, emocional e energético. Incluindo também os efeitos que o ambiente e os hábitos de vida podem causar no indivíduo (BRASIL, 2018). Dessa forma, enxerga-se o ser humano como um ser biopsicossocial e espiritual, que demanda um cuidado integral pela equipe de saúde e enfermagem.

O holismo vem sendo discutido na saúde e na área da enfermagem há alguns anos. Em 1985, a autora Nogueira (1986), conceitua o holismo como o intercâmbio entre três dimensões do ser humano que são inseparáveis, sendo elas o corpo, a mente e o espírito. De acordo com Toniol (2015), o funcionamento holista do corpo faz com que os profissionais tenham a devida atenção aos aspectos não-orgânicos das doenças, devendo então criar métodos de tratamentos com abordagem holística.

Portanto, a visão holística está relacionada com o cuidado humanizado, pois valoriza a essência do ser humano, o reconhecendo como um ser integral. Dessa forma, integra-se ao conceito de humanização, que considera a cultura, a história e as necessidades subjetivas daquele que está sendo cuidado (LEMOS et al., 2010).

As práticas integrativas reconhecem as concepções vitalistas em saúde, em que o processo de doença ocorre por causa de um desequilíbrio da energia vital (CAZARIN et al., 2017). A antropologia médica vitalista relaciona os conceitos metafísicos e espirituais à saúde do indivíduo e considera que os seres humanos possuem uma força vital que é responsável pela manutenção da vida. Essa força vital pode sofrer influência da mente, da alma ou do espírito da pessoa, podendo assim a levar a alguma doença quando estes aspectos não estão alinhados entre si (TEIXEIRA, 2017).

A utilização dessas práticas pode ser considerada uma oposição ao modelo biomédico, pois estas auxiliam de maneira significativa, através do cuidado contínuo, na prevenção de doenças. Tornam-se, assim, um processo de saúde mais barato e conseqüentemente não lucrativo (TELESI JÚNIOR, 2016).

Por estes aspectos, entende-se que estas práticas integrativas formam bons recursos terapêuticos de promoção em saúde, pois além da perspectiva holística,

geram impactos significativos na vida cotidiana dos indivíduos (LIMA; SILVA; TESSER, 2014).

Apesar de a PNPIC ser recente, as práticas integrativas já vêm sendo abordadas no campo da saúde desde a década de 1970, no contexto mundial, sobretudo com a 1ª Conferência Internacional de Assistência Primária em Saúde. No Brasil, essas práticas ganharam maior visibilidade com a 8ª Conferência Nacional de Saúde de 1986, obtendo um crescimento na sua utilização em alguns serviços de saúde (TELESI JÚNIOR, 2016).

Na área de enfermagem, o Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), no ano de 1997, por meio da resolução nº 197, reconheceu a utilização das Práticas Alternativas (termo utilizado naquele período) como uma especialidade e/ou qualificação para enfermeiros, os quais deveriam comprovar esta titulação com a realização de curso com carga horária mínima de 360 horas. No entanto, esta resolução foi revogada em 2015, pela de nº 0500 (COFEN, 2015). Atualmente, o COFEN considera as Práticas Integrativas e Complementares como uma área de especialização para a enfermagem (COFEN, 2018).

Observa-se que somente em 2006, as PICS foram incorporadas enquanto uma política pública de saúde traduzida pela PNPIC, nas quais foram reconhecidas a acupuntura (da Medicina Tradicional Chinesa - MTC), a homeopatia, a fitoterapia e a utilização das plantas medicinais, o termalismo social, e a medicina antroposófica, totalizando cinco práticas; sendo que todas elas com comprovação científica sobre os efeitos benéficos para a saúde (BRASIL, 2015).

Em 2017 foram incluídas quatorze novas práticas na PNPIC: yoga, arteterapia, musicoterapia, reiki, meditação, ayurveda, biodança, dança circular, shantala, quiropraxia, naturopatia, terapia comunitária integrativa, quiropraxia e reflexoterapia. (BRASIL, 2017). Atualmente, totalizam-se 29 práticas reconhecidas, após a última adição de mais dez novos procedimentos, realizada no ano de 2018, que incluiu os procedimentos de: aromaterapia, constelação familiar, cromoterapia, bioenergética, apiterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, terapia floral e ozonioterapia. (BRASIL, 2018).

Apesar deste cenário, a ampliação do número das práticas reconhecidas pela PNPIC ocorrera sem uma discussão pública sobre o real potencial de efetividade dessas práticas que foram incorporadas posteriormente. Dessa forma, gerou-se

reações contrárias sobre a sua utilização. Além disso, a PNPIC não recebeu, pela União, investimento financeiro adicional desde as suas atualizações (TESSER; SOUSA; NASCIMENTO, 2018).

Encontra-se também algumas barreiras para a sua aplicação no cotidiano dos serviços de saúde. No estudo de Matos et al. (2018), verificou-se que alguns usuários da atenção básica acabavam deixando o tratamento com os fármacos convencionais para utilizarem apenas o tratamento complementar, apesar das enfermeiras constatarem que a utilização isolada das PICS não gerava resultado no estado de saúde dos usuários que elas acompanhavam (MATOS et al., 2018).

Apesar disso, estudos apontam os aspectos positivos da utilização dessas práticas. Por exemplo, a aplicação clínica das diferentes PICS pode trazer alguns benefícios, tais como, a melhora na dor crônica, o aumento do relaxamento corporal e a diminuição da ansiedade na utilização do reiki (FREITAG et al., 2014), a diminuição da ansiedade com a prática da acupuntura (GOYATÁ et al., 2015) e a melhora na depressão e na dor física com a meditação (GOYAL et al., 2014).

Portanto, a aplicabilidade das PICS pode ser bastante variada, como mostrou o estudo de Alvim et al. (2014), em que essas práticas foram utilizadas para depressão, efeitos calmantes, dores musculares, ansiedade, problemas digestivos e respiratórios (ALVIM et al., 2014).

Essas práticas auxiliam na realização de um cuidado integral que almeja a promoção da saúde. Por não tratar apenas dos agravos que podem ocorrer devido à falta de prevenção, a enfermagem deve estar vinculada à discussão da regulamentação das PICS no SUS. Portanto, PICS são uma forma de oferta deste cuidado holístico que está vinculado ao trabalho que é realizado por esta categoria de profissionais (MAGALHÃES; ALVIM, 2013).

Apesar da importância das PICS no cuidado em saúde e enfermagem, um estudo apontou que enfermeiras da atenção básica possuem poucas informações sobre a utilização e os benefícios das PICS (MATOS et al., 2018), bem como também mostrou a necessidade de inserção do tema nos cursos de graduação (SALLES; HOMO; SILVA, 2014; MATOS et al., 2018) e na educação permanente em serviço (MATOS et al., 2018).

A falta de oferta de disciplinas que abordem as PICS nos currículos de enfermagem impacta negativamente no reconhecimento dessas práticas como um

elemento de cuidado em saúde. Isto pode gerar um número insuficiente de enfermeiros que reconheçam os benefícios dessas práticas em seu cotidiano de trabalho (SALLES; HOMO; SILVA, 2014).

Outro estudo, realizado em 2011 no estado do Rio Grande do Sul, traz algumas PICS que são utilizadas por enfermeiros na atenção hospitalar. Entre elas a fitoterapia, o reiki e a acupuntura. A pesquisa também aponta para a falta de conhecimento sobre as PICS pela enfermagem, e a necessidade de inserção de disciplinas sobre estas terapias nos cursos de graduação na área (SANTOS; CUNHA, 2011).

Na área da enfermagem em saúde mental, o enfermeiro se insere como uma importante figura de promoção da saúde integral. Isso porque a saúde mental também é influenciada por todos os aspectos que envolvem o ser humano, inclusive o cultural e o espiritual, não podendo atribuir, portanto, a causa da doença apenas a um desses fatores (STEFANELLI; FUKUDA; ARANTES, 2008).

Nesta época de grandes instituições asilares, em que os pacientes psiquiátricos eram isolados da sociedade, houve um fortalecimento do modelo biomédico, cujo seu principal foco se encontra na doença, e não no sujeito que a experiencia. Prioriza-se um cuidado fragmentado, tratando-se apenas de partes do corpo dos pacientes. Diferente, portanto, da integralidade em saúde, que começou a ser considerada a partir das reformas psiquiátricas (AMARANTE, 2007).

Atualmente, a rede de atenção psicossocial busca uma relação que ultrapassa a dinâmica médico-doença, e faz uma ligação de cuidado, que estabelece vínculo, entre o sujeito profissional da saúde e o sujeito que vivencia problemáticas no âmbito da saúde mental (AMARANTE, 2007).

Esta revisão integrativa objetiva poder ser um meio de conhecimento para que cada vez mais as PICS sejam implementadas nos cuidados referentes aos âmbitos emocionais e psíquicos dos indivíduos, para que a realidade da saúde integral possa ser mais palpável nos serviços de saúde, trazendo dessa forma mais opções de cuidado no trabalho exercido pela enfermagem.

Aliado ao panorama apresentado sobre a utilização das práticas integrativas no Brasil e no mundo, e a atual forma de pensar e fazer a saúde mental, que busca o cuidado integral e que quebra as barreiras do modelo biomédico, surgiu a vontade de realizar o presente estudo.

Além disso, durante a graduação de enfermagem, tive a oportunidade de atuar com as PICS durante o meu estágio curricular num Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), em que fiz terapias meditativas com usuários, equipe e familiares. Anteriormente, também tive experiências com diferentes pessoas fora dos serviços de saúde ao aplicar a terapia com o Reiki.

Ao perceber benefícios na aplicação dessas práticas em diferentes contextos, principalmente em relação à saúde psíquica e emocional, quis trazer este conhecimento para a Academia, e me perguntei se as PICS são utilizadas pela enfermagem e se elas de fato apresentam algum efeito através de sua utilização.

Dessa forma, com este estudo espera-se compreender que práticas desta natureza estão presentes no trabalho cotidiano dos profissionais de enfermagem e como elas são utilizadas no cuidado dos aspectos psíquicos e emocionais das pessoas.

Assim, surgiu o questionamento de como os profissionais de enfermagem têm se apropriado das PICS para a realização de um cuidado integral aos indivíduos que chegam aos serviços de saúde. Construiu-se, então, a seguinte questão norteadora: Que Práticas Integrativas e Complementares são utilizadas por profissionais de enfermagem para cuidar dos aspectos emocionais e psíquicos do indivíduo?

## 2 OBJETIVOS

### 2.1 Objetivo geral

Conhecer as Práticas Integrativas e Complementares utilizadas por profissionais de enfermagem no cuidado dos aspectos emocionais e psíquicos dos indivíduos.

### 2.2 Objetivos específicos

- Caracterizar os artigos científicos sobre as Práticas Integrativas e Complementares utilizadas no cuidado emocional e psíquico quanto ao local de publicação, período, autores, ano, desenho de estudo, local do estudo, população e tipo de análise;
- Identificar os tipos de Práticas Integrativas e Complementares utilizadas no cuidado emocional e psíquico;
- Identificar os principais resultados da utilização das Práticas Integrativas e Complementares.

### 3 METODOLOGIA

#### 3.1 Tipo de estudo

Este estudo é uma Revisão Integrativa (RI), baseada na metodologia de Harris Cooper. Em seu livro de 1989, em que o autor trata sobre o tema, é referida a importância das revisões de literatura para o meio científico. Segundo Cooper, todo projeto de pesquisa deve realizar a etapa de revisão, pois sem ela, não é possível construir uma visão integrada e compreensível do que se pretende estudar (COOPER, 1989).

A revisão de literatura pode ser utilizada tanto para dar embasamento para novas pesquisas, quanto para ser utilizada por si só, independentemente de um futuro estudo. Este é o caso da RI, que sintetiza pesquisas anteriores e forma conclusões gerais através da análise de diferentes estudos que versam sobre o mesmo assunto (COOPER, 1989).

Criou-se esse método de pesquisa por causa do caráter acumulativo da ciência, em que se viu a necessidade de ordenar de forma organizada o conhecimento que é construído com o passar dos anos (COOPER, 1989). Dessa forma, a RI demonstra-se como um importante instrumento na área da saúde ao agrupar os conhecimentos já adquiridos através deste método científico (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

A RI vem sendo cada vez mais recorrente na área da enfermagem, que tem se consolidado como uma profissão que possui suas práticas baseadas em evidências. Muito utilizada em diferentes países, a RI pode ser empregada para encontrar resultados que vão além daqueles encontrados nas pesquisas primárias, podendo ser utilizada para a realização de novas teorias e problemas de pesquisa (SOARES et al., 2014).

Cooper (1989) definiu as seguintes etapas para a elaboração de uma RI: 1) formulação do problema; 2) coleta dos dados; 3) avaliação dos dados; 4) análise e interpretação dos dados; 5) apresentação dos resultados. O passo-a-passo de utilização destas etapas é descrito nos tópicos a seguir.

### 3.2 Formulação do problema

A partir das questões levantadas anteriormente, formulou-se o seguinte problema de pesquisa: “Que Práticas Integrativas e Complementares são utilizadas por profissionais de enfermagem no cuidado dos aspectos emocionais e psíquicos do indivíduo?”.

### 3.3 Coleta de dados

Para a realização da pesquisa, as bases de dados foram escolhidas a partir da relevância que elas possuem para o estudo. Dessa forma, foram utilizadas as seguintes bases: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO), para resultados que abrangem o Brasil e a América Latina como todo; Banco de dados em Enfermagem (BDENF), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL); por serem bases específicas da enfermagem; e PubMed, para a realização de uma busca internacional, de acordo com os objetivos do estudo.

Os termos de pesquisa foram formulados através de busca nos Descritores de Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH), sendo considerados os próprios descritores, assim como também seus sinônimos.

Assim, foram determinados os seguintes termos fixos de pesquisa: Enfermagem (*Nursing*), Saúde Mental (*Mental Health*), Profissionais de enfermagem (Nurse Practitioners).

Em conjunto foram utilizados os termos adicionais: Terapias complementares (Complementary Therapies) e Medicina integrativa (*Integrative Medicine*), junto aos seus sinônimos, listados no quadro abaixo, em que também é possível visualizar como os termos foram cruzados juntamente com os operadores booleanos.

Cada um dos cruzamentos foi realizado uma vez em cada base de dado escolhida. Por exemplo, foi cruzado primeiramente o termo Enfermagem com o termo Terapias complementares. Após, na mesma base de dados, o termo Enfermagem foi cruzado com o termo Terapias alternativas, e assim sucessivamente, até que todos os termos foram cruzados em todas as bases.

A pesquisa nas bases de dados ocorreu dessa forma em virtude do planejamento anteriormente para que as buscas fossem efetivas e realmente trouxessem os estudos que abordam o tema de pesquisa. Inicialmente, foram utilizados também os operadores booleanos “OR” e “NOT”, porém dessa forma não foram encontrados os estudos que respondessem aos objetivos e à questão norteadora. Desse modo, os pesquisadores optaram apenas pela utilização do “AND”, e apenas dois termos de pesquisa por vez, o que resultou nos artigos da amostra.

**Quadro 1:** Cruzamento dos descritores que serão utilizados na pesquisa.

<b>Termos DeCS</b>	
Enfermagem	<b>AND</b> Terapias complementares <b>and</b> Terapias alternativas <b>and</b> Práticas integrativas e complementares  <b>AND</b> Medicina integrativa
Profissionais de Enfermagem	<b>AND</b> Terapias complementares <b>and</b> Terapias alternativas <b>and</b> Práticas integrativas e complementares  <b>AND</b> Medicina integrativa
Saúde Mental	<b>AND</b> Terapias complementares <b>and</b> Terapias alternativas <b>and</b> Práticas integrativas e complementares  <b>AND</b> Medicina integrativa
<b>Termos MeSH</b>	
Nursing	<b>AND</b> Complementary Therapies <b>and</b> Alternative therapies <b>and</b> Complementary and integrative practices  <b>AND</b> Integrative Medicine
Nurse Practitioners	<b>AND</b> Complementary Therapies <b>and</b> Alternative therapies <b>and</b> Complementary and integrative practices  <b>AND</b> Integrative Medicine
Mental Health	<b>AND</b> Complementary Therapies <b>and</b> Alternative therapies <b>and</b> Complementary and integrative practices  <b>AND</b> Integrative Medicine

### 3.4 Critérios de inclusão e exclusão

Esta RI incluiu artigos originais, relatos de experiência e estudos de caso que abordam o tema central do estudo, e que foram realizados nos últimos dez anos (2009 até 2019). O critério de inclusão também selecionou estudos realizados na língua portuguesa, inglesa e espanhola. A pesquisa abrangeu estudos internacionais, sem distinção de países, de modo a obter uma visão internacional do parâmetro de utilização das PICS no mundo, com o objetivo de realizar uma comparação com os diferentes contextos e as diferentes práticas que estão sendo utilizadas.

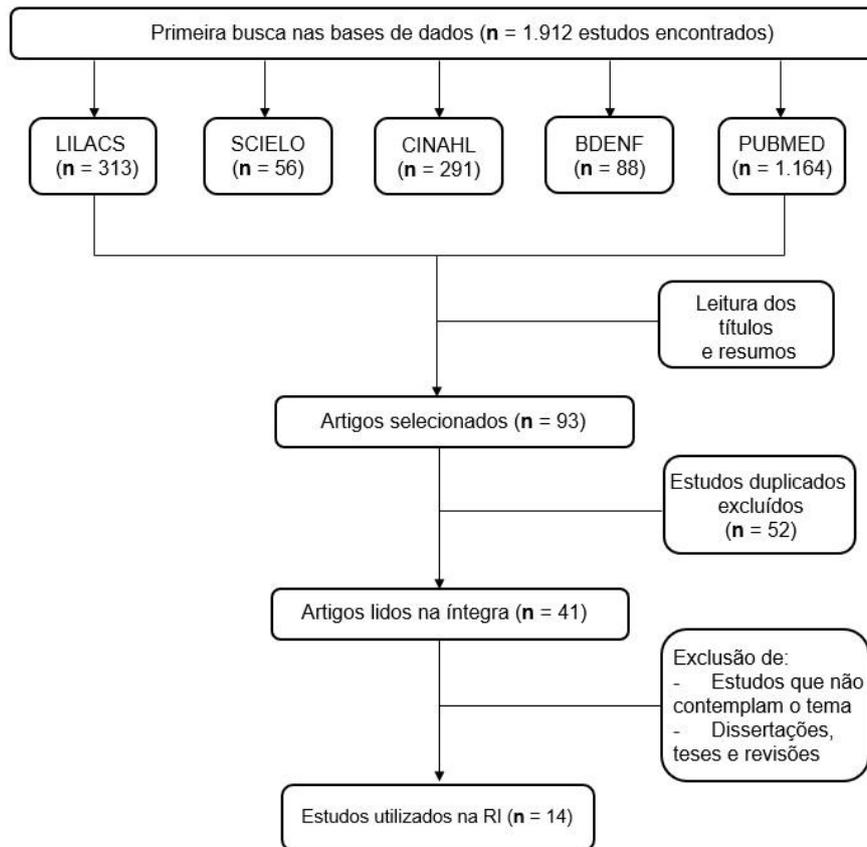
Foram excluídos estudos que não contemplavam o tema da pesquisa, dessa forma, os estudos analisados contêm os profissionais de enfermagem, as práticas integrativas e complementares em saúde, e o cuidado emocional e psíquico. Também foram excluídas dissertações, teses e revisões.

### 3.5 Avaliação dos dados

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão utilizados nas bases de dados, as informações coletadas foram organizadas a partir de um Instrumento de registro de avaliação dos dados (APÊNDICE A).

Este instrumento teve como objetivo analisar se os dados extraídos respondiam ao problema de pesquisa formulado anteriormente. Dessa forma, o Apêndice A conta com informações relevantes dos estudos, como: título, objetivos, métodos, resultados e conclusões.

A seguir, é apresentado o fluxograma com a apresentação do número de artigos coletados nas bases de dados selecionadas, cuja busca ocorreu no período do mês de agosto de 2019.



### 3.6 Análise e interpretação dos dados

Seguido da etapa de avaliação, foi realizada a análise e interpretação dos dados, que compreende a síntese das informações que foram avaliadas anteriormente. Dessa forma, busca-se responder ao problema de pesquisa. Para tanto, foi utilizado um quadro sinóptico dos artigos analisados (APÊNDICE B).

### 3.7 Apresentação dos resultados

Os resultados do estudo foram apresentados por meio de quadros, gráficos e tabelas. Também foram organizados a partir de categorias temáticas em que a discussão foi construída a partir dessas informações.

### 3.8 Aspectos Éticos

As ideias dos autores foram descritas respeitando-se a forma como originalmente foram descritas, sendo citadas conforme as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT), e também sob a luz da lei de número 9.610 de 1998, que consolida a legislação sobre os direitos autorais no Brasil (BRASIL, 1998). Além disso, o projeto do estudo obteve aprovação da Comissão de Pesquisa da Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (COMPESQ), conforme consta no anexo A.

## 4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Após a análise inicial dos artigos, foi feita uma organização e uma extração dos dados relevantes para a questão norteadora da pesquisa. Assim, nesta etapa há a apresentação e a discussão dos resultados encontrados.

Para melhor compreensão e visualização, foram criados gráficos e tabelas, apresentados a seguir. Além disso, a discussão foi organizada em duas diferentes categorias, em resposta aos objetivos inicialmente criados: a primeira em que aborda as principais PICS utilizadas pela enfermagem; e a segunda em que são demonstrados os principais resultados na sua aplicação.

### 4.1 Caracterização dos artigos

Abaixo, é apresentado um quadro que traz as informações sobre os estudos que foram coletados e que compõem a amostra dessa RI. São organizados conforme os seus códigos, e são descritos os autores, os periódicos, os objetivos, os tipos de pesquisa e os tipos de análises realizadas nas pesquisas.

**Quadro 2:** Caracterização dos estudos

Código do estudo	Autores/ Ano/Campo de atuação	Periódico	Objetivos	Tipo de Pesquisa	Tipo de análise
<b>A1</b>	Juliana Souza Caires, Tuanny Argolo de Andrade, Juliana Bezerra do Amaral, Maria Thais de Andrade Calasans, Michelle Daiane da Silva Rocha (2014) / Enfermagem	Cogitare Enfermagem	Analisar a utilização das terapias complementares nos cuidados paliativos, pelas instituições brasileiras credenciadas nas Associações Nacionais e Latino-Americana de Cuidados Paliativos.	Pesquisa exploratória e descritiva com abordagem qualitativa e quantitativa	Dados quantitativos por meio de Análise de Conteúdo; dados qualitativos organizados em categorias temáticas, com o referencial teórico relacionado ao tema.
<b>A2</b>	Paolla Gabrielle Nascimento Novais, Karla de Melo Batista, Eliane da Silva	Revista Latino- Americana de Enfermagem	Avaliar o efeito do Relaxamento Muscular Progressivo, como intervenção de Enfermagem nos níveis de estresse	Ensaio clínico randomizado.	Pacote Estatístico para as Ciências Sociais com nível de confiança de 5% e teste T.

	Grazziano, Maria Helena Costa Amorim (2016) / <b>Enfermagem</b>		em pessoas com Esclerose Múltipla.		
A3	Reginaldo Roque Mafetoni, Mariana Haddad Rodrigues, Lia Maristela da Silva Jacob, Antonieta Keiko Kakuda Shimo (2018) / <b>Enfermagem</b>	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Avaliar a efetividade da auriculoterapia sobre a ansiedade de mulheres durante o trabalho de parto.	Ensaio clínico randomizado, paralelo e triplo-cego.	Kruskal-Wallis, Generalized estimating equations, Quiquadrado e exato de Fisher.
A4	Thiago da Silva Domingos, Eliana Mara Braga (2015) / <b>Enfermagem</b>	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Investigar a efetividade da massagem com aromaterapia utilizando óleos essenciais de Lavandula angustifolia e Pelargonium graveolens (0,5%) para diminuição da ansiedade de pacientes com Transtornos de Personalidade durante a internação psiquiátrica.	Ensaio clínico não controlado	Utilização de referenciais da estatística descritiva e analítica e análise bivariada, para revelar presença de associações entre duas variáveis.
A5	Mayumi Sakamoto, Hiroshi Ando e Akimitsu Tsutou (2013) / <b>Enfermagem</b>	International Psychogeriatrics	Comparar um grupo controle de não-intervenção, com um grupo de intervenção de música passiva e um grupo de intervenção de música interativa.	Ensaio clínico randomizado	Utilização da Behavioral Pathology in Alzheimer's Disease (BEHAVE-AD) Rating Scale para avaliar os sintomas de demência após duas semanas da última intervenção. Houve comparação dos resultados através da ANOVA. Também foi utilizado o teste Tukey's Honestly Significant Difference,

					além dos testes de Wilcoxon signedrank e Mann–Whitney U.
<b>A6</b>	Larissa G. Duncan, Michael A. Cohn, Maria T. Chao, Joseph G. Cook, Jane Riccobono e Nancy Bardacke <b>(2017)</b> / <b>Ecologia humana, medicina e enfermagem</b>	BMC Pregnancy and Childbirth	Comparar os efeitos do grupo Mind in Labor (MIL) de prática de mindfulness com um grupo de tratamento usual de educação padrão sobre o parto sem o foco mente-corpo.	Ensaio clínico randomizado	Uso do aplicativo online SurveyGizmo e utilização do teste t student.
<b>A7</b>	Wanda Scherrer de Araújo, Walckiria Garcia Romero, Eliana Zandonade, Maria Helena Costa Amorim <b>(2016)</b> / <b>Enfermagem</b>	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Analisar os efeitos do relaxamento como uma intervenção de enfermagem sobre os níveis de depressão de mulheres internadas com gravidez de alto risco.	Ensaio clínico randomizado	Utilização do Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 20.0, com nível de significância de 5%; além dos testes qui-quadrado, Mann-Whitney, Wilcoxon e McNemar.
<b>A8</b>	Patricia Anne Kinser, Cheryl Bourguignon, Diane Whaley, Emily Hauenstein, Ann Gill Taylor <b>(2013)</b> / <b>Enfermagem</b>	Archives of Psychiatric Nursing	Comparar uma intervenção de 8 semanas de yoga com uma atividade de atenção em um grupo controle com 27 mulheres com Distúrbio depressivo maior.	Estudo randomizado, controlado e com métodos mistos em comunidade	Dados coletados foram analisados em círculo hermenêutico. Os dados quantitativos foram analisados através do SPSS Version 19. Uso de desvios padrão, frequências e porcentagens, testes t, qui quadrado, teste de Fisher, teste de Levene, Critério Akaike's AIC
<b>A9</b>	Márcia Marques dos Santos Felix, Maria Beatriz Guimarães Ferreira, Lucas	Revista Latino-Americana de enfermagem	Avaliar o efeito da terapia de relaxamento com imagem guiada sobre a ansiedade-estado	Ensaio clínico randomizado, triplo-cego	Utilização do software Statistical Package Social Science (SPSS 21.0), Teste t e

	Felix de Oliveira, Elizabeth Barichello, Patricia da Silva Pires, Maria Helena Barbosa <b>(2018) / Enfermagem</b>		e o cortisol no pré-operatório imediato, em pacientes submetidos à cirurgia bariátrica por videolaparoscopia .		teste qui-quadrado. Além do Teste de Shapiro-Wilk, Teste t Pareado e Teste t de Student.
<b>A10</b>	Kikikipa Kretzer, Andrew J. Evelo, Robert L. Durham <b>(2013) / Enfermagem</b>	Holistic Nursing Practice	Avaliar uma intervenção havaiana de autogestão para a redução da pressão sanguínea e do estresse em mulheres.	Estudo experimental	Teste qui-quadrado de Fischer.
<b>A11</b>	Carol E. Fletcher, Allison R. Mitchinson, Erika Trumble, Daniel B. Hinshaw, Jeffery A. Dusek <b>(2017) / Enfermagem</b>	The journal of alternative and complementary medicine	Explorar se as percepções das terapias complementares e integrativas em um Centro Médico de Administração de Saúde para Veteranos (CMAV) é similar às percepções de amostras de outros estudos em diferentes CMAVs.	Estudo exploratório	Uso da abordagem fenomenológica e do software NVivo.
<b>A12</b>	Marta et al. <b>(2010) / Enfermagem</b>	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Verificar a efetividade do Toque Terapêutico na diminuição da intensidade da dor, escores de auto-avaliação de depressão e melhora da qualidade do sono.	Ensaio clínico do tipo “antes e depois”	Teste t Student pareado com valores de significância de $p < 0,05$ .
<b>A13</b>	Salles e Silva <b>(2012) / Enfermagem</b>	Acta Paulista de Enfermagem	Investigar os efeitos dos florais Impatiens, Cherry Plum, White Chestnut e Beech em pessoas ansiosas.	Estudo quantitativo, ensaio clínico randomizado e duplo cego.	Teste t com nível de significância de 5% para comparação da ansiedade entre os dois grupos.
<b>A14</b>	Abadi et al. <b>(2018) / Enfermagem</b>	Journal of Acupuncture and Meridian Studies	Avaliar o efeito da acupressão na ansiedade pré-operatória da Cesariana.	Ensaio clínico randomizado duplo cego.	Para a normalização dos dados, foi utilizado o teste de Kolmogorov-Smirnov. Uso

					do Test t para determinar o efeito da intervenção, com significância de $p < 0,05$ .
--	--	--	--	--	--

Fonte: Dados da pesquisa

Dos 14 artigos encontrados, oito (57%) são estudos realizados no Brasil, enquanto quatro (29%) foram feitos nos Estados Unidos, um (7%) no Japão e um (7%) no Irã.

**Gráfico 1:** Locais dos estudos coletados



Fonte: Dados da pesquisa

O fato da maioria dos artigos ter sido realizada no Brasil, pode ser um reflexo do modo como a busca foi realizada, em que foram utilizadas quatro bases de dados latino-americanas, e duas com abrangência internacional.

Segundo a publicação da OMS sobre as estratégias de implementação do uso das PICS no mundo, o Brasil se destaca como exemplo de iniciativa na utilização das práticas integrativas através da criação da PNPIC. Já os Estados Unidos, destacam-se em relação às políticas sobre suplementos alimentares e o uso de ervas nessa suplementação (WHO, 2014).

O mesmo documento também descreve sobre as práticas utilizadas no Japão, em que 84% dos médicos japoneses recorrem à Medicina Tradicional Chinesa em suas rotinas diárias de trabalho. Entre elas, destacam-se a acupuntura, a massagem

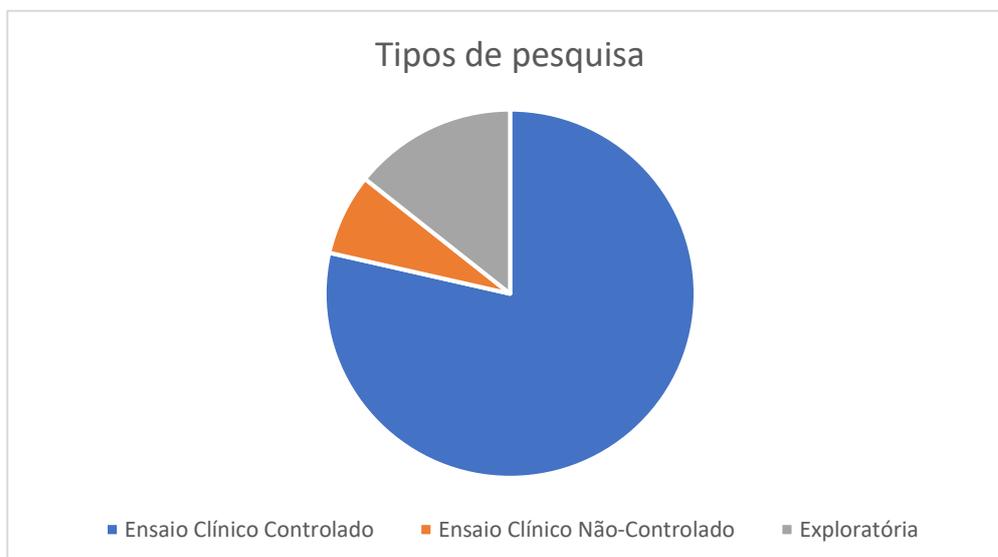
e a terapia com judô. Enquanto no Sudeste da Ásia, diferentes países reconheceram sistemas de PICS regionais, como no caso da ayurveda e o unani em Bangladesh, na Índia, no Nepal e no Sri Lanka; o sowa rigpa no Butão e o uso do jamu na Indonésia. (WHO, 2014).

Diferentes PICS são descritas na publicação da OMS, o que demonstra uma enorme diversidade de práticas que são reconhecidas pelo mundo. A característica das PICS de serem terapias tradicionais passadas de geração em geração reflete o contexto cultural em que são inseridas, explicando, de certo modo, a prevalência do uso de determinadas PICS em determinados países. Como no caso do Japão e da China, em que as práticas da MTC são as mais relevantes (WHO, 2014).

Ao mesmo tempo, observa-se uma globalização no uso das PICS, visto que, a exemplo da própria MTC, estas são utilizadas em diferentes regiões do mundo. Assim como a ayurveda, prática tradicional de países como a Índia, que é reconhecida como uma PICS no Brasil pela PNPIC (BRASIL, 2014). Ou seja, este panorama do uso das práticas integrativas pode ser um demonstrativo da possibilidade em sua utilização em diferentes contextos culturais.

Sobre o tipo de pesquisa, o mais encontrado foi o ensaio clínico controlado, totalizando 11 artigos da amostra (79%). Dois artigos (14%) foram caracterizados como pesquisa exploratória e apenas um (7%) como ensaio clínico não controlado, como demonstrado no gráfico a seguir.

**Gráfico 2:** Tipos de pesquisa



Fonte: Dados da pesquisa

Segundo a classificação sobre os níveis de evidência de pesquisas na área da enfermagem, os estudos classificados como nível 1 compreendem as revisões sistemáticas ou metanálises de relevantes ensaios clínicos randomizados controlados (MELNYK, 2011), como é o caso da maior parte das pesquisas coletadas na presente revisão, totalizando onze artigos.

Os ensaios clínicos envolvem uma intervenção, em que um grupo de interesse é submetido à um determinado tipo de terapia, que pode ser medicamentosa ou não, e outro grupo que não recebe a mesma terapia, podendo-se avaliar os diferentes efeitos que ocorrem nestes grupos. Pode ser um estudo randomizado, em que a alocação dos sujeitos nos grupos é feita de forma aleatória, ou não randomizado (OLIVEIRA; PARENTE, 2010).

O ensaio clínico randomizado é considerado como padrão-ouro dos estudos para avaliar intervenções e tratamentos (BUEHLER et al., 2009). Apesar de sua importância, frequentemente o custo para realizar um ensaio clínico randomizado é alto, e sua randomização pode envolver viés de seleção, especialmente se há fortes crenças sobre a intervenção a ser realizada. Outro ponto fraco que esse tipo de estudo pode apresentar, é o fato de negligenciar a diferença que existe entre a intervenção e o contexto em que esta é aplicada (PORTELA et al., 2015).

Dentre os estudos recuperados, por exemplo, um não mostrou diferença entre o grupo intervenção e o grupo controle. A pesquisa se refere sobre a utilização da prática denominada h'oponopono na redução da pressão sanguínea e do estresse em mulheres. Segundo as autoras, o resultado pode ter sido encontrado dessa forma por não ter sido feito o melhor delineamento de pesquisa, em que não se considerou as preferências pessoais das participantes (KRETZER; EVELO; DURHAM, 2013).

Entre os artigos coletados com metodologia exploratória, um deles é identificado como estudo descritivo e qualitativo, enquanto o outro apenas como estudo qualitativo. Ainda sobre a importância das evidências, os estudos descritivos ou qualitativos são classificados em nível 6, que representa nesta parametrização, nível baixo de evidência, ou seja, há limitações na generalização dos resultados (MELNYK, 2011).

Para a busca dos artigos, foi utilizado o recorte temporal de 10 anos, de 2009 até 2019, conforme orientações do referencial metodológico utilizado. A partir da coleta, os artigos encontrados que respondem à questão norteadora do presente estudo foram do período de 2010 a 2018. Os anos de 2013 e 2018 foram os que mais tiveram artigos publicados, com um total de três estudos para cada ano. O gráfico abaixo mostra essa relação dos anos de publicação dos artigos.

**Gráfico 3:** Anos de publicação



Fonte: Dados da pesquisa

A Revista Latino-Americana de Enfermagem concentrou a maior parte das publicações dos artigos, totalizando quatro. Do total de 10 periódicos, seis são da área da enfermagem; sendo quatro nacionais e dois internacionais. Destas revistas, uma está relacionada à saúde holística e outra à saúde mental.

Quanto às demais revistas, todas internacionais, duas estão relacionadas às PICS propriamente ditas, uma à área da saúde da mulher e uma à área da geriatria.

**Tabela 1:** Periódicos de publicação

Periódicos	N	%
Revista Latino-Americana de Enfermagem	4	58
Revista da Escola de Enfermagem da USP	2	8
Cogitare Enfermagem	1	4
International Psychogeriatrics	1	4
BMC Pregnancy and Childbirth	1	4

Archives of Psychiatric Nursing	1	4
Holistic Nursing Practice	1	4
The Journal of Alternative and Complementary Medicine	1	4
Acta Paulista de Enfermagem	1	4
Journal of Acupuncture and Meridian Studies	1	4
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Fonte: Dados da pesquisa

A maioria dos artigos está relacionada à área de conhecimento da Saúde da Mulher, sendo quatro deles sobre gestantes durante o período do pré-natal e/ou trabalho de parto e parto.

Três dos artigos estão relacionados à saúde mental; um deles trata sobre a diminuição da ansiedade em indivíduos com transtornos de personalidade. O segundo artigo versa sobre a depressão em mulheres, o que consequentemente também se relaciona com a área da Saúde da Mulher; e o terceiro trata sobre indivíduos ansiosos que trabalham em uma faculdade de ciências da saúde.

Outros três artigos tratam sobre geriatria, sendo um deles realizados com idosos usuários de uma unidade básica de saúde; outro sobre idosos institucionalizados em um residencial geriátrico; e o último relacionado com os cuidados paliativos.

O restante dos artigos relata sobre o uso das PICS em pacientes com esclerose múltipla; no pré-operatório de cirurgia bariátrica; e com veteranos de guerra.

Evidencia-se, portanto, uma variedade de áreas em que o cuidado emocional e psíquico é ofertado, não restringindo-se apenas à saúde mental, o que é importante ressaltar, já que é a área que está diretamente ligada a este conceito. Observa-se que a enfermagem tem utilizado as PICS para este fim também em diferentes espaços e com diferentes tipos de perfil de usuários da saúde, demonstrando-se a multiplicidade de uso e aplicações que as práticas integrativas podem ter.

**Tabela 2:** Área de conhecimento dos estudos

Área de conhecimento	N	%
Saúde da Mulher	5	36
Saúde Mental	3	21

Geriatria	3	21
Esclerose Múltipla	1	7
Pré-operatório	1	7
Militares	1	7
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>100</b>

Fonte: Dados da pesquisa

Quanto aos locais em que os estudos com as PICS foram realizados, destacaram-se os serviços hospitalares, sendo citados nove vezes (60%). As faculdades foram citadas duas vezes (13%) como locais de uso das PICS, sendo no estudo A13 a intervenção feita com funcionários da universidade, e no estudo A8 com pessoas da comunidade, mas utilizando os espaços acadêmicos. O ambulatório, a unidade básica de saúde, e o residencial geriátrico também foram citados como locais em que houve algum tipo de intervenção com as PIC.

**Tabela 3:** Locais de intervenções com as PICS

<b>Locais das intervenções</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Hospital	9	60
Faculdade	2	13
Comunidade	1	7
Ambulatório	1	7
Unidade Básica de Saúde	1	7
Residencial Geriátrico	1	7
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

Fonte: Dados da pesquisa

Nota-se a pluralidade das PICS que podem ser utilizadas pela enfermagem em seu cuidado e suas diferentes aplicabilidades, assim como os variados contextos em que estas terapias são encontradas.

Isso torna-se evidente, principalmente por se tratar, em sua maioria, de práticas que não envolvem materiais ou estruturas complexas. Portanto, infere-se, através deste resultado, que é possível utilizar as práticas integrativas em ambientes como na própria comunidade, e também em ambientes que oferecem cuidados em serviços de saúde, mesmo aqueles com alta densidade de uso de tecnologias e equipamentos como os hospitais.

## 4.2 PICS utilizadas pela enfermagem

Neste tópico, são exibidas as práticas integrativas e complementares que foram encontradas através dos estudos selecionados. O quadro a seguir demonstra os achados dos artigos coletados.

**Quadro 3:** PICS utilizadas e seus resultados

Código do estudo	Resultados	
	PICs utilizadas	Principais resultados da utilização das PICs
A1	Musicoterapia, Acupuntura, Massagem, Reiki, Visualização, Auriculoterapia, Cromoterapia, Do-In, Fitoterapia, Ioga, Reflexologia, Shiatsu, Terapia da dança e Toque terapêutico.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Complementação do tratamento clínico e o alívio dos sintomas de ansiedade, depressão e insônia.</li> <li>- Melhora da qualidade de vida com promoção do relaxamento e do prazer, bem como fortalecimento do vínculo entre paciente/família/profissional.</li> </ul>
A2	Relaxamento Muscular Progressivo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diminuição nos níveis de estresse após a prática do relaxamento.</li> </ul>
A3	Auriculoterapia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Efeito útil para controle da ansiedade no pós-parto.</li> </ul>
A4	Aromaterapia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diminuição da ansiedade em pacientes com transtornos de personalidade.</li> </ul>
A5	Musicoterapia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Redução do estresse em indivíduos com demência grave e melhora na qualidade de vida.</li> </ul>
A6	Mindfulness.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diminuição nos sintomas de depressão pós-parto.</li> <li>- Melhorias nas avaliações relacionadas ao parto.</li> </ul>
A7	Técnica de relaxamento de Benson.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Redução dos sintomas de depressão em mulheres com gravidez de alto risco.</li> <li>- Fortalecimento do vínculo enfermeiro-paciente.</li> </ul>
A8	Yoga.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diminuição na ruminação de pensamentos negativos.</li> <li>- Maior conexão consigo e com os outros ao redor, sendo assim uma nova estratégia para o enfrentamento da depressão.</li> </ul>

<b>A9</b>	Relaxamento com imagem guiada.	- Diminuição da ansiedade e do cortisol sanguíneo em pacientes submetidos à cirurgia bariátrica.
<b>A10</b>	H'oponopono.	- Não houve diferença entre os grupos intervenção e controle nos níveis de estresse.
<b>A11</b>	Massagem, acupuntura, quiropraxia, meditação, música, yoga, aromaterapia, hipnose, biofeedback, pet terapia, fitoterapia, qi gong, reiki, toque terapêutico e Tai chi.	- Melhora na dor mental e física em veteranos de guerra, especialmente em relação ao estresse pós-traumático. Melhora na ansiedade e nos transtornos de humor.
<b>A12</b>	Toque Terapêutico Método Krieger-Kunz.	- Redução significativa na dor crônica. - Redução dos sintomas de depressão, no desejo de autopunição, no isolamento social, na inibição para o trabalho, nos distúrbios do sono e na fadiga.
<b>A13</b>	Terapia com florais de Bach.	- Diminuição da ansiedade, manutenção da calma, clareza de ideias e concentração em momentos de estresse. - Diminuição da irritação e da impaciência.
<b>A14</b>	Acupressão (Do-in).	- Redução da ansiedade em pacientes pré-cirúrgicos.

Fonte: Dados da pesquisa

Entre os 14 artigos analisados, observou-se que 28 práticas integrativas e complementares foram mencionadas por eles. As práticas que mais apareceram nos estudos foram a musicoterapia, a yoga e o toque terapêutico. As práticas de acupuntura, massagem, reiki, auriculoterapia, acupressura, fitoterapia e aromaterapia também foram mencionadas mais de uma vez nos diferentes estudos coletados, como demonstrado na tabela abaixo.

**Tabela 4:** PICS citadas nos estudos

<b>Práticas Integrativas e Complementares</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Musicoterapia	3	8
Yoga	3	8
Toque Terapêutico	3	8
Acupuntura	2	5
Massagem	2	5
Reiki	2	5
Auriculoterapia	2	5
Do-In / Acupressão	2	5
Fitoterapia	2	5
Aromaterapia	2	5
Visualização	1	3
Cromoterapia	1	3
Reflexologia	1	3
Shiatsu	1	3
Terapia da dança	1	3
Relaxamento Muscular Progressivo	1	3
Mindfulness	1	3
Técnica de relaxamento de Benson	1	3
Relaxamento com imagem guiada	1	3
H'oponopono	1	3
Quiropraxia	1	3
Meditação	1	3
Hipnose	1	3
Biofeedback	1	3
Qi gong	1	3
Tai chi	1	3
Florais de Bach	1	3
Pet Terapia	1	3
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100</b>

Fonte: Dados da pesquisa

As PICS podem ser classificadas em diferentes grupos para melhor compreensão, conforme a sua forma de aplicação. Estes grupos são os de: 1) Terapias energéticas; 2) Técnicas mente-corpo; 3) Manipulação corporal; 4) Práticas baseadas na biologia; 5) Sistemas médicos tradicionais (SIEGEL; BARROS, 2013).

O primeiro grupo, das terapias energéticas, traz o conceito de equilíbrio energético para a saúde do corpo físico. Essa classe inclui as práticas de reiki, toque terapêutico, imposição de mãos, e de qi gong (SIEGEL; BARROS, 2013).

Algumas dessas práticas podem gerar confusão quanto à diferença em suas denominações e suas semelhanças nas aplicações, como no caso do toque terapêutico e do reiki. O primeiro, desenvolvido por Dolores Krieger, refere-se sobre

a capacidade humana na promoção do reequilíbrio da energia vital mediada pelo toque (SOUSA; GUIMARÃES, 2014). Igualmente ao reiki, que apesar de sua diferente origem baseada na cultura oriental, também relaciona o toque das mãos com o estabelecimento do equilíbrio energético, utilizando-se também a imposição de mãos (FREITAG; ANDRADE; BADKE, 2015).

Contudo, no Brasil o toque terapêutico não é reconhecido pela PNPIC, diferente do reiki. Apesar disso, a política traz sobre a técnica de imposição das mãos, outra terapia que também está relacionada à transferência de energia vital em busca do equilíbrio do campo energético humano (BRASIL, 2018).

Outro grupo das terapias integrativas é o que inclui as técnicas de mente-corpo, o que se relaciona com as terapias meditativas, tais como a visualização, a yoga e a meditação. Também são consideradas como atividades mente-corpo as artes expressivas, como a musicoterapia e a terapia da dança (SIEGEL; BARROS, 2013). Também foram identificadas as práticas mente-corpo de *mindfulness* e *h'oponopono* nos estudos selecionados.

Estas terapias de técnicas mente-corpo envolvem a realização de práticas meditativas, o que consiste na focalização da atenção, obtendo dessa forma uma maior integração entre a mente, o corpo e o mundo externo. Essas práticas podem gerar a diminuição de pensamentos repetitivos e a melhora na cognição e no humor (BRASIL, 2018).

A yoga é integrante da filosofia hindu, muito presente na Índia que, de acordo com conhecimentos orientais antigos, é uma prática que auxilia na unificação do espírito com a energia divina, através do processo mental e da disciplina que a mesma exige. Contudo, cabe destacar que existem diversos tipos de yoga difundidos pelo mundo, não estando todos necessariamente conectados ao hinduísmo (TAIMNI, 2011).

A hatha-yoga representa uma de suas vertentes mais populares e sua prática ocorre através da união do físico e da mente. Ela consiste no controle da respiração, nas posturas corporais e no processo do estado meditativo, o que a relaciona com as técnicas de mente-corpo (FRAGNANI et al., 2016). Na PNPIC são citados diferentes tipos de yoga: o hatha-yoga, o mantra-yoga e a laya-yoga, porém a política não especifica um determinado tipo de yoga para a sua prática no SUS, deixando aberta essa escolha (BRASIL, 2018). Isso pode ocorrer de tal forma

justamente por causa da existência de muitos estilos de yoga. Além disso, todos devem conservar a mesma base de ser um processo meditativo de mente-corpo.

Por outro lado, a musicoterapia, junto à yoga, foi uma das práticas mais citadas pelos estudos coletados. Essa prática pode ser realizada de diversas formas, desde através de uma escuta passiva de diferentes sons e músicas, até uma escuta ativa e interativa com outras pessoas, como traz o estudo de Sakamoto, Ando e Tsutou (2013).

Já o *mindfulness* é um estilo de meditação que trabalha a atenção plena, ou seja, ajuda o indivíduo a estar presente no momento do aqui-agora. É uma meditação encontrada em diversas formas em todas as tradições de sabedoria contemplativa, como no Budismo, por exemplo, em que auxilia na compreensão do sofrimento emocional e faz o indivíduo compreender as vulnerabilidades e os desafios que são inerentes à vida humana (CRANE, 2017).

Outro conjunto de práticas abrange a manipulação corporal, o qual inclui as técnicas de massagem, quiropraxia, do-in, shiatsu e reflexologia, por exemplo. A massagem é uma técnica de manipulação corporal que pode estimular o sistema imunológico, a circulação, o sistema nervoso e o sistema muscular. Assim como o do-in, quando relacionada à origem oriental, também trabalha o sistema energético do indivíduo. A diferença, é que no do-in a técnica ocorre através da pressão utilizada em pontos meridianos energéticos do corpo, semelhante à acupuntura (BRASIL, 2018).

O shiatsu também utiliza os pontos da acupuntura através de massagem corporal. Enquanto a reflexologia utiliza pontos localizados nas mãos, nos pés e nas orelhas para o alívio de dor e outros sintomas. Já a quiropraxia, que também consiste em um tratamento manual, é utilizada tanto para o alívio de dor, quanto para a correção postural, ao ajustar a coluna vertebral e outras regiões do corpo, através da manipulação das articulações (BRASIL, 2018).

Além dessas práticas, há também o grupo de práticas baseadas na biologia, sendo representado pelos remédios à base de ervas, pelo uso de vitaminas e outros suplementos dietéticos (SIEGEL; BARROS, 2013). Das PICS citadas nos estudos selecionados, a fitoterapia, junto à terapia de florais e a aromaterapia podem ser encaixadas nesse grupo. Na fitoterapia plantas medicinais são utilizadas de diferentes formas no tratamento de agravos à saúde, tendo efeitos calmante, anti-

inflamatório e de indução do sono, por exemplo. Essa é uma das práticas mais populares utilizadas em todo o mundo (ROSA; CÂMARA; BÉRIA, 2011).

A naturologia é um conjunto de conhecimentos que utiliza as práticas naturais no cuidado integral do ser humano. No Brasil, sua formação é em nível superior, e traz os conhecimentos sobre práticas como a aromaterapia, a terapia de florais e a cromoterapia. As práticas incluídas na naturologia visam à manutenção e à melhora da qualidade de vida e do bem-estar dos indivíduos (BRASIL, 2018).

Os sistemas médicos tradicionais também formam um grupo de PICS, os quais estão inseridos a medicina tradicional chinesa e a ayurveda, por exemplo (ROSA; CÂMARA; BÉRIA, 2011). Nesta revisão também foi possível encontrar outros tipos de PICS que, a princípio, não se encaixariam nos grupos citados anteriormente, como as técnicas de relaxamento, o tai chi, o biofeedback, a hipnose e a pet terapia.

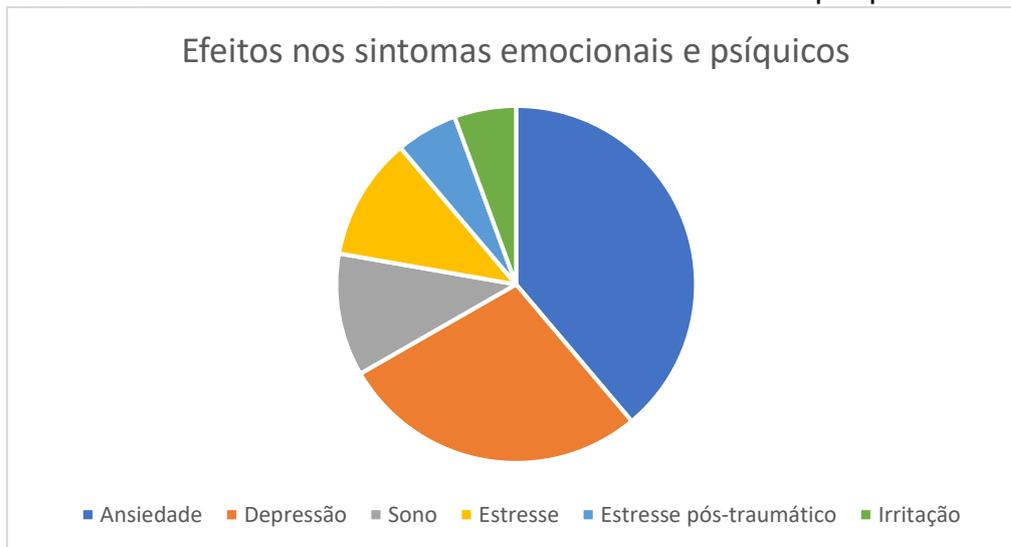
No total, foram encontradas 28 PICS utilizadas pela enfermagem, denotando-se a diversidade de terapias que podem ser encontradas sendo utilizadas pela enfermagem.

#### 4.3 Resultados na utilização das PICS

Neste tópico, são abordados os resultados que as PICS demonstraram ter a partir da sua utilização pela equipe de enfermagem. Demonstrando-se apenas efeitos positivos nos estudos coletados da amostra.

Referente a esses efeitos das PICS frente aos sintomas emocionais e psíquicos, as pesquisas demonstraram melhora nos sinais de estresse, irritação, depressão, ansiedade, qualidade do sono e estresse pós-traumático. Destacando-se os efeitos sobre a ansiedade e depressão, citados em sete (39%) e cinco (28%) dos artigos, respectivamente.

O gráfico abaixo mostra essa relação dos efeitos emocionais e psíquicos na aplicação das PICS, conforme os estudos que foram analisados na presente revisão integrativa.

**Gráfico 4:** Efeitos das PICS nos sintomas emocionais e psíquicos

Fonte: Dados da pesquisa

A ansiedade é um estado natural do ser humano, e que serve como importante fator para o desenvolvimento de determinadas tarefas. Este estado, porém, pode muitas vezes causar desconforto quando passa a interferir nas tarefas cotidianas e nas relações interpessoais. A ansiedade patológica pode ser desencadeada a partir de eventos traumáticos, o que pode gerar, por exemplo, um estresse pós-traumático (STEFANELLI; FUKUDA; ARANTES, 2008).

No processo saúde-doença, a ansiedade pode surgir em diversos cenários, como em situações de pré-operatório, por exemplo. Segundo Costa, Silva e Lima (2010), a ansiedade pode interferir no curso do procedimento cirúrgico, assim também como em sua recuperação. Ela está relacionada com os sentimentos de angústia e medo que acompanham este momento, aliada também à falta de informação que o paciente pode ter sobre o procedimento cirúrgico que irá se submeter (COSTA; SILVA; LIMA, 2010).

As mais diversas situações da vida podem causar uma ansiedade exacerbada no indivíduo. Uma pessoa que se encontra vulnerável, em um processo de doença, estando hospitalizada ou não, pode ser acometida pela ansiedade, assim como seus familiares e outras pessoas envolvidas neste processo. Percebe-se, nesse sentido, a importância do conhecimento que a equipe de enfermagem precisa possuir saber lidar com essa emoção, que pode muitas vezes ser diminuída com terapias não medicamentosas, como no caso das PICS.

As práticas integrativas que demonstraram efeitos positivos sobre a ansiedade, segundo os estudos coletados nesta revisão, foram: a musicoterapia, a acupuntura, a massagem, o reiki, a prática de visualização, a auriculoterapia, a cromoterapia, o do-in, a fitoterapia, a yoga, a reflexologia, o shiatsu, a terapia da dança e o toque terapêutico, em pacientes em cuidados paliativos (CAIRES et al., 2014).

Para o manejo da ansiedade, também foram citados os pacientes em momento de pré-operatório, com as práticas de relaxamento com imagem guiada e a acupressão (FELIX et al., 2018; ABADI et al., 2018). Mulheres em trabalho de parto também mostraram serem beneficiadas pelo uso das PICS para a diminuição da ansiedade, através da auriculoterapia (MAFETONI et al., 2018). E pacientes com transtornos de personalidades internados em uma unidade psiquiátrica tiveram sua ansiedade diminuída através do uso a aromaterapia (DOMINGOS; BRAGA, 2015).

Cinco estudos (28%) trouxeram os efeitos benéficos que as PICS podem ter no tratamento dos sintomas de depressão, são eles os estudos dos códigos A1, A6, A7, A8 e A12. Três destes estudos (A6, A7 e A8) foram realizados com mulheres, sendo este o gênero que mais sofre com a patologia no mundo (WHO, 2017).

O *mindfulness* demonstrou ser uma prática efetiva para a diminuição dos sintomas de depressão pós-parto em mulheres, (DUNCAN et al., 2017). A técnica de relaxamento de Benson também foi utilizada para este propósito, porém em mulheres com gravidez de alto risco (ARAÚJO et al., 2016).

Ainda em relação à saúde da mulher, também se verificou um efeito benéfico através da yoga em mulheres com o diagnóstico de distúrbio depressivo maior. A yoga pode auxiliar na diminuição na repetição dos pensamentos negativos e na melhora da conexão consigo mesmo e com os outros indivíduos (KINSER et al., 2013).

O toque terapêutico demonstrou eficiência na diminuição da dor em pacientes com dores crônicas, do mesmo modo que, no estudo coletado, diminuiu o desejo de autopunição e de isolamento social, demonstrando melhora na depressão destes pacientes (MARTA et al., 2010). De modo semelhante, outro estudo também citou a melhora dos sintomas depressivos através da prática de diferentes PICS, como a cromoterapia, a reflexologia e a terapia de dança, em pacientes em cuidados paliativos (CAIRES et al., 2014).

De acordo com a 5ª edição do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V), os transtornos depressivos são uma das condições mais comumente diagnosticadas na área da psiquiatria. Existem diferentes tipos de transtornos, sendo o transtorno depressivo maior a representação clássica deste grupo de patologias. Seus sintomas incluem o humor deprimido, a ideação suicida, a alteração do peso, perturbação no sono, fadiga, entre outros (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Sua prevalência de um ano é de 7% em indivíduos que moram nos Estados Unidos, sendo maior em mulheres e na faixa etária entre os 18 e os 29 anos (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014). Enquanto no Brasil, a porcentagem de pessoas que referiram possuir diagnóstico médico de depressão foi em torno de 7,6% em indivíduos maiores de 18 anos. A faixa etária mais acometida foi entre os 60 a 64 anos de idade, e as regiões que mais apresentaram indivíduos com depressão foram o Sul e o Sudeste do país (IBGE, 2014).

Segundo um relatório da OMS, lançado em 2017, o número de pessoas vivendo com depressão aumentou 18,4% em todo o mundo entre 2005 e 2015, atingindo um total de 322 milhões de indivíduos (WHO, 2017). Estes dados demonstram a dimensão que a depressão possui, e o quanto ela pode influenciar na vida de inúmeros usuários da saúde. Como exposto anteriormente, as PICS podem auxiliar no tratamento dos sintomas depressivos, sendo um importante aliado do tratamento não farmacológico dessa condição clínica.

Em relação aos distúrbios do sono, como a insônia, dois estudos relatam sua melhora após o uso de práticas integrativas, sendo muitas vezes relacionados com a depressão e a ansiedade. O toque terapêutico se destacou como a terapia utilizada para os distúrbios do sono, aparecendo nas duas pesquisas (A1 e A12) que mencionam problemas com essa questão. Além dele, também foram citadas outras terapias que auxiliam na diminuição da insônia, como o reiki, a musicoterapia, entre outros (CAIRES et al., 2014).

O estresse pode ser conceituado como uma resposta do corpo desencadeada por um fator estressor que o levou a um desequilíbrio (SOUSA; SILVA; COELHO, 2015). Ele depende da percepção que o indivíduo tem por certas situações e ambientes, e da sua capacidade de lidar com as suas demandas (REIS; FERNANDES; GOMES, 2010).

As terapias que se mostraram efetivas para a diminuição dos níveis de estresse foram o relaxamento muscular progressivo, em pessoas com esclerose múltipla (NOVAIS et al., 2016), e a musicoterapia, em idosos com demência grave (SAMAKO; ANDO; TSUTOU, 2015). No entanto, o estudo que utilizou a meditação do h'oponopono para avaliar a diminuição do estresse entre mulheres não obteve resultado significativo sobre essa condição emocional (KRETZER; EVELO; DURHAM, 2013).

Um dos estudos coletados também ressaltou a importância da utilização das PICS em pacientes com estresse pós-traumático, relacionado também com os sintomas de ansiedade e de transtornos de humor. As práticas realizadas neste caso, que tiveram resultados satisfatórios, foram a massagem, a acupuntura, a meditação, a pet terapia, o tai chi, entre outras (FLETCHER et al., 2017).

Por fim, uma das pesquisas também citou a melhora da irritação e da impaciência, em situações que anteriormente traziam algum desconforto, com o uso da terapia com florais de Bach, proporcionando calma e tranquilidade nos momentos estressantes (SALLES; SILVA, 2012).

Apesar do estudo A10 não haver demonstrado resultado significativo na utilização do h'oponopono na diminuição do estresse, foi possível encontrar benefícios na aplicação das outras PICS sobre os sintomas emocionais e psíquicos dos indivíduos.

Sobre as práticas integrativas mais citadas, que foram a musicoterapia, a yoga e o toque terapêutico, houve semelhança em seus efeitos, sendo todas citadas na melhora no estresse pós-traumático, por exemplo (FLETCHER et al., 2017), e na melhora dos sintomas depressivos, ansiosos e de insônia, e no aumento do relaxamento e do prazer (CAIRES et al., 2014).

De acordo com os resultados, percebe-se que as PICS estão de fato sendo utilizadas pela enfermagem e que elas estão trazendo benefícios aos usuários quando são aplicadas, principalmente no que diz respeito aos sintomas relacionados à ansiedade e à depressão.

A enfermagem, como uma das categorias de profissionais de saúde que mais entra em contato com os pacientes, pode se apropriar cada vez mais do uso dessas terapias, auxiliando no cuidado aos pacientes que se encontram de certa forma vulneráveis por causa de seus estados de saúde.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da presente RI, foi possível caracterizar os estudos coletados referentes ao tema proposto, além de conhecer quais práticas integrativas e complementares são utilizadas pela enfermagem no cuidado emocional e psíquico, bem como seus efeitos sobre os indivíduos.

Em relação à caracterização dos artigos científicos da amostra final, verificou-se que a maioria foi realizada no Brasil, ficando os Estados Unidos em segundo lugar, também sendo mencionados os países Japão e Irã.

O tipo de pesquisa mais realizado em relação à utilização das PICS pela enfermagem no cuidado emocional e psíquico são os ensaios clínicos, o que demonstra a importância da realização da verificação da efetividade das intervenções para testar essas terapias. Além disso, os anos em que houve o maior número de publicações sobre o tema foram os 2013 e 2018.

Dentre as análises de estudo mais utilizadas, destacaram-se os testes de significância, que apareceram na maior parte dos estudos coletados. Entre os testes, é possível citar os testes T, qui quadrado e o teste de Fisher. Também foram utilizados softwares estatísticos, pois muitos dos dados eram quantitativos.

Os periódicos que publicaram sobre o tema são de diferentes áreas de conhecimento, incluindo os da enfermagem propriamente dita, os da área das práticas integrativas, e os da saúde mental, da geriatria e da saúde da mulher. Inclusive, as áreas de conhecimento mais abordadas nos artigos foram as de saúde da mulher, saúde mental e geriatria.

A partir dessa revisão integrativa da literatura sobre a utilização das práticas integrativas e complementares pela equipe de enfermagem, foi possível encontrar diferentes estudos com resultados semelhantes em relação aos efeitos dessas práticas. Resultados estes relacionados aos benefícios e melhora dos sintomas emocionais e psíquicos que os indivíduos enfrentam nos mais variados contextos na saúde.

Como futura enfermeira que já atuou com a terapia do reiki e terapias meditativas, pude reconhecer semelhantes efeitos nas pessoas em que receberam as aplicações dessas práticas. Sendo observada principalmente a diminuição da ansiedade, assim como nos estudos analisados.

Sobre as PICS mais relevantes, as práticas de musicoterapia e yoga, classificadas como práticas de mente-corpo, e o toque terapêutico, que é uma terapia energética, recebem destaque por terem sido as mais citadas nos artigos científicos. Ao total, foram encontradas 28 práticas integrativas utilizadas pela enfermagem em diferentes contextos e tipos de usuários da saúde.

Foi possível reconhecer os efeitos emocionais e psíquicos das PICS sobre os indivíduos. Entre eles, a diminuição da ansiedade e dos sintomas depressivos, tais como o isolamento social, as perturbações do sono e a fadiga. Além também dos efeitos positivos sobre os níveis de estresse e irritação.

Desse modo, percebo o quão importante é o estudo e a aplicação das práticas integrativas, pois estas demonstram-se eficazes na melhoria do estado de saúde de diferentes indivíduos. Apesar disso, e com uma política de saúde que incentiva as terapias complementares, em determinados locais ainda pode existir resistência na sua utilização.

De fato, as PICS podem representar uma mudança de visão de mundo que está cada vez mais presente, e cujo processo já ocorre há anos na área da saúde. Porém, uma mudança deste porte pode exigir tempo e persistência, sendo natural o encontro de resistência.

As PICS, por oferecerem um cuidado mais subjetivo, apesar das diferentes evidências científicas dos seus benefícios, podem encontrar barreiras em sua implementação devido ao modelo biomédico ainda muito enraizado em nosso meio cultural.

Apesar disso, nota-se que a visão de um ser humano integral que deve ser cuidado além do seu corpo físico já é uma realidade nos serviços de saúde, o que também é demonstrado através das políticas de saúde. Penso que esta realidade pode ser fortalecida com o uso das terapias complementares, que também podem oportunizar uma autonomia para os usuários de saúde. Visto que existem diferentes PICS, com histórias e origens culturais diferentes, que cada indivíduo pode se identificar se assim o desejar.

O estudo demonstrou que de fato a equipe de enfermagem está se apropriando cada vez mais da utilização das PICS, demonstrando-se os efeitos positivos que as terapias integrativas podem ter. Tornando-se, desse modo, um

importante coadjuvante no cuidado integral que pode ser ofertado nos mais diferentes serviços de saúde.

Em relação à quantidade e diversidade de PICS, certamente o presente estudo trouxe apenas uma parcela das práticas que existem. E essa grande quantidade de diferentes terapias pode vir a ser um obstáculo para a sua inclusão num sistema de saúde que possui fortes padronizações no modo de cuidar.

Dessa forma, a equipe de enfermagem deve escolher as PICS que mais possuem embasamento científico, em conjunto com a maior aceitação e benefício do uso pelos usuários de saúde. Acredito que num meio tão diversificado de terapias, possa vir a ser comum a confusão no modo como estas podem ser utilizadas na prática. O que pode ser um fator de dificuldade para a implementação e difusão dessas terapias.

Visto isso, se reconhece a importância dos profissionais da área da enfermagem buscarem formação específica sobre a temática e não banalizarem o uso das PICS como modismo, sempre em busca do embasamento científico de suas práticas.

Durante a busca dos artigos, muitos estudos foram excluídos por não estarem relacionados com os enfermeiros aplicando as terapias, o que pode ser um indicativo de uma dificuldade que a enfermagem possa ter de se apropriar desses conhecimentos em suas práticas.

Recomenda-se a realização de mais pesquisas relacionadas ao tema, e que possam abranger os diferentes tipos de PICS que existem, à procura de maiores efeitos das mesmas sobre a saúde.

Com os resultados deste trabalho, espero poder contribuir nessa mudança de visão sobre as práticas integrativas, que demonstram possuir muitos benefícios para a saúde emocional e psíquica, sendo importante na contribuição para um cuidado de enfermagem mais integral e humanizado.

## REFERÊNCIAS

ABADI, Foziyeh et al. Effect of Acupressure on Preoperative Cesarean Section Anxiety. **J Acpunct Meridian Stud**, Irã, v. 11, n. 6, p.361-366, jul. 2018.

AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. 4. ed. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM 5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ARAÚJO, Wanda Scherrer de et al. Effects of relaxation on depression levels in women with high-risk pregnancies: a randomised clinical trial. **Revista Latino-americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 24, n. 2806, p.1-8, 2016.

ALVIM, Neide Aparecida Titonelli et al. Práticas integrativas e complementares no cuidado: aplicabilidade e implicações para a enfermagem. In: 17 SENPE, 2014, Natal. Anais do 17 SENPE, 2013.

AMARANTE, Paulo. **Saúde mental e atenção psicossocial**. 4. ed. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Glossário temático: **Práticas integrativas e complementares em saúde**. Brasília, 2018.

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

BRASIL. Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998. **Altera, atualiza e consolida a legislação sobre direitos autorais e dá outras providências**. Brasília, DF, fev. 1998.

BRASIL. Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001. **Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental**. Brasília, DF, abr. 2001.

BRASIL. Portaria nº 702, de 21 de mar. de 2018. **Altera a Portaria de Consolidação n. 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na PNPIC**, Brasília, DF, mar. 2018.

BRASIL. Portaria nº 849, de 27 de mar. de 2017. **Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares**, Brasília, DF, mar. 2017.

BUEHLER, Anna Maria et al. Como avaliar criticamente um ensaio clínico de alocação aleatória em terapia intensiva. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, São Paulo, v. 21, n. 2, p.219-225, jun. 2009.

CAIRES, Juliana Souza et al. A utilização das terapias complementares os cuidados paliativos: benefícios e finalidades. **Cogitare Enferm.**, Bahia, v. 19, n. 3, p.514-520, jul. 2014.

CAZARIN, Gisele et al. Monitoramento das Práticas Integrativas e Complementares em Minas Gerais: a utilização de um instrumento de apoio aos sistemas de informação. **J Manag Prim Heal Care**, Minas Gerais, v. 8, n. 2, p.278-289, 2017.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. **Resolução nº 0500 de 8 de dezembro de 2015**. Revoga, expressamente, a Resolução Cofen nº 197, de 19 de março de 1997, a qual dispõe sobre o estabelecimento e reconhecimento de Terapias Alternativas como especialidade e/ou qualificação do profissional de Enfermagem, e dá outras providências. Disponível em: <[http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-05002015\\_36848.html](http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-05002015_36848.html)>. Acesso em: 09 mai. 2019.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. **Resolução nº 581 de 15 de fevereiro de 2018**. Atualiza, no âmbito do Sistema Cofen/Conselhos Regionais de Enfermagem, os procedimentos para Registro de Títulos de Pós - Graduação Lato e Stricto Sensu concedido a Enfermeiros e aprova a lista das especialidades. Disponível em: <[http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-581-2018\\_64383.html](http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-581-2018_64383.html)>. Acesso em: 24 jul. 2019.

COOPER, Harris. **Integrating Research: a guide for literature reviews**. London SAGE publication, 2 ed, v.2 .155p,1989.

COSTA-ROSA, Abílio da. O modo psicossocial: um paradigma das práticas substitutivas ao modo asilar. In: AMARANTE, Paulo. **Ensaio**: subjetividade, saúde mental, sociedade. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2000. Cap. 8. p. 141-168.

COSTA, Veridiana Alves de Sousa Ferreira; SILVA, Sandra Cibelly Ferreira da; LIMA, Vivian Caroline Pimentel de. O pré-operatório e a ansiedade do paciente: a aliança entre o enfermeiro e o psicólogo. **Rev. Sbph**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p.282-298, jul. 2010.

CRANE, Rebecca. **Mindfulness-Based Cognitive Therapy**. 2. ed. Londres: Routledge, 2017.

DOMINGOS, Thiago da Silva; BRAGA, Eliana Mara. Massage with aromatherapy: effectiveness on anxiety of users with personality disorders in psychiatric hospitalization. **Rev Esc Enferm Usp**, São Paulo, v. 49, n. 3, p.450-456, jun. 2015.

DUNCAN, Larissa G. et al. Benefits of preparing for childbirth with mindfulness training: a randomized controlled trial with active comparison. **Bmc Pregnancy And Childbirth**, California, v. 17, n. 1, p.1-11, 12 maio 2017.

FELIX, Márcia Marques dos Santos et al. Guided imagery relaxation therapy on preoperative anxiety: a randomized clinical trial. **Rev. Latino-am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 26, n. 3101, p.1-10, 29 nov. 2018.

FERREIRA, Jhennipher Tortola et al. Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS): Uma Instituição de Referência no Atendimento à Saúde Mental. **Rev. Saberes**, Rolim de Moura, v. 4, n. 1, p.72-86, jan. 2016.

FLETCHER, Carol E. et al. Providers' and Administrators' Perceptions of Complementary and Integrative Health Practices Across the Veterans Health Administration. **The Journal Of Alternative And Complementary Medicine**, Estados Unidos, v. 23, n. 1, p.26-34, jan. 2017.

FRAGNANI, Samuel Geraldi et al. Proposta de um programa de prática em grupo composto por fisioterapia, yoga e musicoterapia para pacientes com doença de parkinson. **Rev Bras Neurol.**, Rio de Janeiro, v. 52, n. 3, p.12-19, jul. 2016.

FREITAG, Vera Lucia; ANDRADE, Andressa de; BADKE, Marcio Rossato. O Reiki como forma terapêutica no cuidado à saúde: uma revisão narrativa da literatura. **Enfermería Global**, [S.L.], v. 14, n. 2, p.346-356, abr. 2015.

GOYAL, Madhav et al. Meditation Programs for Psychological Stress and Well-being. **Jama Internal Medicine**, [S.L.], v. 174, n. 3, p.357-368, 1 mar. 2014.

GOYATÁ, Sueli Leiko Takamatsu et al. Efeitos da acupuntura no tratamento da ansiedade: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [S.L.], v. 69, n. 3, p.602-609, jun. 2016.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde: percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas não transmissíveis**. Rio de Janeiro: IBGE, 2014.

KINSER, Patricia Anne et al. Feasibility, Acceptability, and Effects of Gentle Hatha Yoga for Women With Major Depression: Findings From a Randomized Controlled Mixed-Methods Study. **Archives Of Psychiatric Nursing**, Virgínia, v. 27, n. 3, p.137-147, jun. 2013.

KRETZER, Kikikipa; EVELO, Andrew J.; DURHAM, Robert L.. Lessons Learned From a Study of a Complementary Therapy for Self-Managing Hypertension and Stress in Women. **Holistic Nursing Practice**, Estados Unidos, v. 27, n. 6, p.336-343, nov. 2013.

LEMOS, Rejane Cussi Assunção et al. Visão dos enfermeiros sobre a assistência holística ao cliente hospitalizado. **Rev. Eletr. Enf**, [S. L.], v. 12, n. 2, p.354-359, jun. 2010.

LIMA, Karla Morais Seabra Vieira; SILVA, Kênia Lara; TESSER, Charles Dalcanale. Práticas integrativas e complementares e relação com promoção da saúde: experiência de um serviço municipal de saúde. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, [S.L.], v. 18, n. 49, p.261-272, 10 mar. 2014.

MAFETONI, Reginaldo Roque et al. Effectiveness of auriculotherapy on anxiety during labor: a randomized clinical trial. **Rev. Latino-am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 26, n. 3030, p.1-9, 6 set. 2018.

MAGALHÃES, Mariana Gonzalez Martins de; ALVIM, Neide Aparecida Titonelli. Complementary and integrative therapies in nursing care: an ethical focus. **Esc Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 4, p.646-653, out. 2013.

MARTA, Ilda Estefani Ribeiro et al. Efetividade do Toque Terapêutico sobre a dor, depressão e sono em pacientes com dor crônica: ensaio clínico. **Rev Esc Enferm Usp**, São Paulo, v. 44, n. 4, p.1100-1106, abr. 2010.

MATOS, Pollyane da Costa et al. Práticas integrativas complementares na atenção primária à saúde. **Cogitare Enfermagem**, Goiás, v. 23, n. 2, p.1-8, 23 maio 2018. Universidade Federal do Paraná. <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v23i2.54781>.

MELNYK, Bernadette Mazurek. **Evidence-based practice in nursing and health: a guide to best practice**. 2. ed. Philadelphia: Wolters Kluwer/lippincott Williams & Wilkins Health, 2011.

NOGUEIRA, Maria Jacyra de Campos. **Abordagem holística**: uma proposta para a enfermagem brasileira. In: Anais do XXXVII Congresso Brasileiro de Enfermagem. Recife: ABEn, p. 508-526, 1986.

NOVAIS, Paolla Gabrielle Nascimento et al. The effects of progressive muscular relaxation as a nursing procedure used for those who suffer from stress due to multiple sclerosis. **Rev. Latino-am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 24, n. 2789, p.1-9, set. 2016.

OLIVEIRA, Marco Aurélio Pinho de; PARENTE, Raphael Câmara Medeiros. Entendendo Ensaio Clínicos Randomizados. **Bras. J. Video-sur**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 4, p.176-180, out. 2010.

PORTELA, Margareth Crisóstomo et al. How to study improvement interventions: a brief overview of possible study types. **Bmj Quality & Safety**, [S.L.], v. 24, n. 5, p.325-336, 25 mar. 2015.

REIS, Ana Lúcia Pellegrini Pessoa dos; FERNANDES, Sônia Regina Pereira; GOMES, Almira Ferraz. Estresse e Fatores Psicossociais. **Psicol. Cienc. Prof.**, Brasília, v. 30, n. 4, p.712-725, dez. 2010.

ROSA, Caroline da; CÂMARA, Sheila Gonçalves; BÉRIA, Jorge Umberto. Representações e intenção de uso da fitoterapia na atenção básica à saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p.311-318, jan. 2011.

SALLES, Léia Fortes; HOMO, Rafael Fernandes Bel; SILVA, Maria Júlia Paes da. Práticas Integrativas e Complementares: Situação do seu ensino na graduação de enfermagem no Brasil. **Revista Saúde**, [S.L.], v. 3, n. 8, p.37-44, 2014.

SALLES, Léia Fortes; SILVA, Maria Júlia Paes da. Efeito das essências florais em indivíduos ansiosos. **Acta Paul Enferm.**, São Paulo, v. 25, n. 2, p.238-242, jan. 2012.

SANTOS, Laura Ferraz dos; CUNHA, Ana Zoé Schilling da. A utilização de práticas complementares por enfermeiros do Rio Grande do Sul. **R. Enferm. Ufsm**, Santa Maria, p.369-376, set. 2011.

SAKAMOTO, Mayumi; ANDO, Hiroshi; TSUTOU, Akimitsu. Comparing the effects of different individualized music interventions for elderly individuals with severe dementia. **International Psychogeriatrics**, Japan, v. 25, n. 5, p.775-784, 8 jan. 2013.

SIEGEL, Pamela; BARROS, Nelson Filice de. O que é a Oncologia Integrativa? **Cad. Saúde Colet.**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 3, p.348-354, jan. 2013.

SOARES, Cassia Baldini et al. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. **Rev Esc Enferm Usp**, São Paulo, v. 48, n. 2, p.335-345, jan. 2014.

SOUSA, Maria Bernardete Cordeiro de; SILVA, Hélderes Peregrino A.; COELHO, Nicole Leite Galvão. Resposta ao estresse: I. Homeostase e teoria da alostase. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 20, n. 1, p.1-10, jan. 2015.

SOUSA, Raquel Melo de; GUIMARÃES, Celma Martins. Aplicação do toque terapêutico na assistência complementar em enfermagem. **Estudos Vida e Saúde**, Goiânia, v. 41, n. 1, p.151-163, out. 2014.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p.102-106, jan. 2010.

STEFANELLI, Maguida Costa; FUKUDA, Ilza Marlene Kuae; ARANTES, Evalda Cançado. **Enfermagem psiquiátrica em suas dimensões assistenciais**. Barueri, Sp: Manole, 2008.

TAIMNI, I. K.. **A ciência do Yoga: Comentários sobre os YOGA-SUTRAS de Patañjali à luz do pensamento moderno**. 5. ed. Brasília: Editora Teosófica, 2011.

TEIXEIRA, Marcus Zulian. Antropologia Médica Vitalista: uma ampliação ao entendimento do processo de adoecimento humano. **Rev Med**, São Paulo, v. 96, n. 3, p.145-158, jul. 2017.

TELESI JÚNIOR, Emílio. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. **Estudos Avançados**, São Paulo, v. 30, n. 86, p.99-112, abr. 2016.

TESSER, Charles Dalcanale; SOUSA, Islandia Maria Carvalho de; NASCIMENTO, Marilene Cabral do. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 1, p.174-188, set. 2018.

TONIOL, Rodrigo. Espiritualidade que faz bem.: Pesquisas, políticas públicas e práticas clínicas pela promoção da espiritualidade como saúde. **Soc. Relig.**, Buenos Aires, v. 25, n. 43, p.110-143, maio 2015.

World Health Organization. **General Guidelines for Methodologies on Research and Evaluation of Traditional Medicine**, Geneva: WHO Publications, 2000.

World Health Organization. **WHO Traditional Medicine Strategy: 2014-2023**, Geneva: WHO Publications, 2013.

World Health Organization. **Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates**, Geneva: WHO Publications, 2017.

**APÊNDICE A****INSTRUMENTO DE REGISTRO DA AVALIAÇÃO DOS DADOS**

<b>Dados de Identificação</b>
Código:
Título:
Autores:
Periódico:
Ano:
Volume:
Número:
<b>Objetivos</b>
<b>Métodos</b>
Tipo de pesquisa:
População/Amostra:
Local em que ocorreu o estudo:
Técnica de coleta de dados:
Técnica de Análise de dados:
<b>Resultados</b>
<b>Conclusões</b>
<b>Observações</b>

## APÊNDICE B

### QUADRO SINÓPTICO DOS ARTIGOS ANALISADOS

Código do estudo	Autores/ Ano/Campo de atuação	Periódico	Objetivos	Tipo de Pesquisa	Resultados	
					PICs utilizadas	Principais resultados da utilização das PICs
A1	Caires et al. (2014) / Enfermagem	Cogitare Enfermagem	Analisar a utilização das terapias complementares nos cuidados paliativos, pelas instituições brasileiras credenciadas nas Associações Nacionais e Latino-Americana de Cuidados Paliativos.	Estudo exploratório-descriptivo	- Musicoterapia, Acupuntura, Massagem, Reiki, Visualização, Auriculoterapia, Cromoterapia, Do-In, Fitoterapia, Ioga, Reflexologia, Shiatsu, Terapia da dança e Toque terapêutico.  - Sendo a musicoterapia, a massagem e a acupuntura as mais utilizadas.	- Complementação do tratamento clínico e o alívio dos sintomas de ansiedade, depressão e insônia. - Melhora da qualidade de vida com promoção do relaxamento e do prazer, bem como fortalecimento do vínculo entre paciente/família/profissional.
A2	Novais et al. (2016) / Enfermagem	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Avaliar o efeito do Relaxamento Muscular Progressivo, como intervenção de Enfermagem nos níveis de estresse em pessoas com Esclerose Múltipla.	Ensaio clínico randomizado	- Relaxamento Muscular Progressivo	- Diminuição nos níveis de estresse após a prática do relaxamento.
A3	Mafetoni et al.	Revista Latino-	Avaliar a efetividade	Ensaio clínico	- Auriculoterapia	- Não houve aumento dos

	(2018) / Enfermagem	Americana de Enfermagem	da auriculoterapia sobre a ansiedade de mulheres durante o trabalho de parto.	randomizado, paralelo e triplo- cego.		scores de ansiedade no pós-parto no grupo intervenção, diferente do que ocorreu nos grupos de placebo e controle. Evidenciando-se um efeito útil da auriculoterapia.
<b>A4</b>	Domingos e Braga, (2015) / Enfermagem	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Investigar a efetividade da massagem com aromaterapia utilizando óleos essenciais de Lavandula angustifolia e Pelargonium graveolens (0,5%) para diminuição da ansiedade de pacientes com Transtornos de Personalidade durante a internação psiquiátrica.	Ensaio clínico não controlado.	- Aromaterapia	- A massagem com aromaterapia foi efetiva para a diminuição da ansiedade em pacientes com transtornos de personalidade, considerando os valores de frequência cardíaca e frequência respiratória e a escala IDATE-Estado.
<b>A5</b>	Sakamoto, Ando e Tsutou (2015) / Enfermagem	International Psychogeriatrics	Comparar um grupo controle de não- intervenção, com um grupo de intervenção de música passiva e um grupo de intervenção de música interativa.	Ensaio clínico randomizado	- Musicoterapia	A intervenção com a música pode reduzir o estresse em indivíduos com demência grave, sendo que a intervenção interativa exhibe os efeitos benéficos mais fortes. A abordagem pode ser útil para melhorar a qualidade de vida.
<b>A6</b>	Duncan et al. (2017) / Ecologia humana, medicina e	BMC Pregnancy and Childbirth	Comparar os efeitos do grupo Mind in Labor (MIL) de prática	Ensaio clínico randomizado	- Mindfulness	- Diminuição nos sintomas de depressão pós-parto.

	enfermagem		de mindfulness com um grupo de tratamento usual de educação padrão sobre o parto sem o foco mente-corpo.			- Melhorias nas avaliações relacionadas ao parto.
<b>A7</b>	Araújo et al. (2016) / Enfermagem	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Analisar os efeitos do relaxamento como uma intervenção de enfermagem sobre os níveis de depressão de mulheres internadas com gravidez de alto risco.	Ensaio clínico randomizado	- Técnica de relaxamento de Benson	- Redução dos sintomas de depressão em mulheres com gravidez de alto risco. - Fortalecimento do vínculo enfermeiro-paciente.
<b>A8</b>	Kinser et al. (2013) / Enfermagem	Archives of Psychiatric Nursing	Comparar uma intervenção de 8 semanas de yoga com uma atividade de atenção em um grupo controle com 27 mulheres com Distúrbio depressivo maior.	Estudo randomizado, controlado e com métodos mistos em comunidade	- Yoga	- Diminuição na ruminação de pensamentos negativos. - Maior conexão consigo e com os outros ao redor, sendo assim uma nova estratégia para o enfrentamento da depressão.
<b>A9</b>	Felix et al. (2018) / Enfermagem	Revista Latino-Americana de enfermagem	Avaliar o efeito da terapia de relaxamento com imagem guiada sobre a ansiedade-estado e o cortisol no pré-operatório imediato, em pacientes submetidos à cirurgia bariátrica por videolaparoscopia.	Ensaio clínico randomizado, triplo-cego	- Relaxamento com imagem guiada	- Diminuição da ansiedade e do cortisol sanguíneo em pacientes submetidos à cirurgia bariátrica.
<b>A10</b>	Kretzer, Evelo e	Holistic Nursing	Avaliar uma	Estudo	- H'oponopono	- Não houve diferença entre

	Durham (2013) / Enfermagem	Practice	intervenção havaiana de auto gestão para a redução da pressão sanguínea e do estresse em mulheres.	experimental		os grupos intervenção e controle nos níveis de estresse.
<b>A11</b>	Fletcher et al., (2017) / Enfermagem	The journal of alternative and complementary medicine	Explorar se as percepções das terapias complementares e integrativas em um Centro Médico de Administração de Saúde para Veteranos (CMAV) é similar às percepções de amostras de outros estudos em diferentes CMAVs.	Estudo exploratório	- Massagem, acupuntura, quiropraxia, meditação, música, yoga, aromaterapia, hipnose, biofeedback, pet terapia, fitoterapia, qi gong, reiki, toque terapêutico e Tai chi.	- As terapias complementares são uma forma de tratar tanto a dor mental quanto a física em veteranos de guerra, especialmente em relação ao estresse pós-traumático. Também podem ser utilizadas para tratar ansiedade e transtornos de humor.
<b>A12</b>	Marta et al. (2010) / Enfermagem	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Verificar a efetividade do Toque Terapêutico na diminuição da intensidade da dor, escores de auto-avaliação de depressão e melhora da qualidade do sono.	Ensaio clínico do tipo “antes e depois”	- Toque Terapêutico Método Krieger-Kunz	- Redução significativa na dor crônica. - Houve redução no escore de autoavaliação de depressão, além de diminuição significativa nas categorias avaliadas de humor, desejo de autopunição, isolamento social, inibição para o

						trabalho, distúrbios do sono e fadiga. Não houve diferença no score para a perda de libido. - O estudo também apresentou melhora no score relacionado à qualidade do sono.
<b>A13</b>	Salles e Silva (2012) / Enfermagem	Acta Paulista de Enfermagem	Investigar os efeitos dos florais Impatiens, Cherry Plum, White Chestnut e Beech em pessoas ansiosas.	Estudo quantitativo, ensaio clínico randomizado e duplo cego.	- Terapia com florais de Bach	- O grupo experimental apresentou diferença significativa no escore de ansiedade após o uso da terapia com florais. - 80% das pessoas do grupo experimental referiu ter conseguido manter a calma, a clareza de ideias e a concentração em momentos de estresse. 60% dos participantes deste grupo referiu que teve menos irritação e impaciência com situações que normalmente incomodavam.

<b>A14</b>	Abadi et al. (2018) / Enfermagem	Journal of Acupuncture and Meridian Studies	Avaliar o efeito da acupressão na ansiedade pré- operatória da Cesariana.	Ensaio clínico randomizado duplo cego.	- Acupressão (Do-in)	- Houve diminuição diferença significativa nos escores de ansiedade pós- intervenção entre os grupos do estudo, sugerindo que a acupressão pode reduzir a ansiedade em pacientes antes da cirurgia.
------------	-------------------------------------	---	---	--	----------------------	--

## ANEXO A

### APROVAÇÃO DA COMPESQ



Sistema Pesquisa - Pesquisador: Marcio Wagner Camatta

#### Dados Gerais:

<b>Projeto Nº:</b>	37766	<b>Título:</b>	PRÁTICAS INTEGRATIVAS UTILIZADAS POR PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM NO CUIDADO EMOCIONAL E PSÍQUICO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	
<b>Área de conhecimento:</b>	Enfermagem Psiquiátrica	<b>Início:</b>	31/07/2019	<b>Previsão de conclusão:</b> 31/03/2020
<b>Situação:</b>	Projeto em Andamento			
<b>Origem:</b>	Escola de Enfermagem Departamento de Assistência e Orientação Profissional	<b>Projeto Isolado</b>		
<b>Local de Realização:</b>	não informado			
<b>Não apresenta relação com Patrimônio Genético ou Conhecimento Tradicional Associado.</b>				
<b>Objetivo:</b>	Conhecer as Práticas Integrativas e Complementares utilizadas por profissionais de enfermagem no cuidado dos aspectos emocionais e psíquicos dos indivíduos.			

#### Palavras Chave:

ENFERMAGEM.  
 MEDICINA INTEGRATIVA  
 PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES  
 SAÚDE MENTAL  
 TERAPIAS COMPLEMENTARES

#### Equipe UFRGS:

**Nome:** MARCIO WAGNER CAMATTA  
 Coordenador - Início: 31/07/2019 Previsão de término: 31/03/2020  
**Nome:** JULIANA GORZIZA MADRUGA  
 Técnico: zzz Outra Função zzz - Início: 31/07/2019 Previsão de término: 31/03/2020

#### Avaliações:

**Comissão de Pesquisa de Enfermagem - Aprovado** em 28/08/2019 [Clique aqui para visualizar o parecer](#)

#### Anexos:

[Projeto Completo](#)

**Data de Envio:** 31/07/2019