



PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: RELATO DAS AÇÕES EXTENSIONISTAS EM 2022

Larissa Sell Peter*

Teila Ceolin

Adrize Rutz Porto

Diana Cecagno

Rita Maria Heck

Márcia Vaz Ribeiro

DOI: <https://doi.org/10.23901/1679-4605.2025v19n1p361-377>

RESUMO

Objetivo: relatar a experiência na oferta de seis ações extensionistas de práticas integrativas e complementares (PICs) à comunidade em 2022. **Métodos:** Trata-se de um relato de experiência referente a seis ações ofertadas em 2022, promovidas pelo Projeto de Extensão (PE) Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção em Saúde (PIC-RAS), da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). O PE conta com a colaboração de voluntários de diferentes cursos da área da saúde e universidades do Brasil. As ações abordadas foram: 1) Produção e divulgação de materiais sobre PICs nas redes sociais do projeto de extensão; 2) Ciclo de Lives: Diálogos sobre as Práticas Integrativas e Complementares; 3) Oficinas sobre plantas medicinais; 4) Sessões de auriculoterapia; 5) Oficina de arteterapia: cuidando com afeto, com ênfase em crochê; 6) Qualificação sobre as práticas integrativas e complementares. As atividades ocorreram de forma *online* e/ou presencial. Os convites para cada atividade foram divulgados previamente nas redes sociais do projeto. **Resultados:** A produção e divulgação de materiais rendeu 18 publicações inéditas e 17 *Throwback Thursday* (TBT), os materiais relacionados as plantas medicinais apresentaram maior interesse do público, sendo que a publicação mais curtida obteve 149 *likes*. Ocorreram sete *lives*, as quais totalizaram 1.012 visualizações, com uma média de 145 visualizações em cada *live*. Foram realizadas 23 “Oficinas sobre as plantas medicinais” presenciais e quatro encontros *online*, atingindo 550 participantes. As sessões de auriculoterapia foram presenciais, com 15 atendimentos semanais entre agosto a novembro, totalizando 168 participantes. A oficina de arteterapia com ênfase em crochê obteve 25 participantes, com cinco encontros presenciais, resultando na confecção de 10 mantas, as quais foram doadas ao hospital escola da UFPEL. Por fim, na qualificação interna “sobre as práticas integrativas e complementares”, ocorreram três encontros, que oportunizaram aos integrantes do projeto, aprendizado e esclarecimento de dúvidas, totalizando 30 integrantes. **Conclusão:** As ações extensionistas proporcionam trocas de saberes entre universitários e a comunidade, além de promoverem propostas a partir das necessidades da população. O projeto de extensão proporcionou diferentes terapêuticas em variados locais para a comunidade, facilitando o

*Enfermeira. Mestrado, em andamento, no Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). Contato: larissa.s.peter@gmail.com.

acesso das práticas. Destaca-se a relevância em incentivar experiências similares, aumentando a oferta das práticas integrativas à comunidade, auxiliando na implementação da política pública das Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde.

Palavras-chave: Extensão Comunitária. Terapias Complementares. Saúde Pública. Atenção à Saúde. Enfermagem Holística.

INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES: REPORT OF EXTENSION ACTIONS IN 2022

ABSTRACT

Objective: The purpose of this work was to undertake university extension actions in the community, involving the implementation of integrative and complementary practices (ICPs). **Methods:** Six actions were undertaken in 2022, promoted by the extension project (EP) Integrative and Complementary Practices in the Health Care Network (PIC-RAS), of the College of Nursing of the Federal University of Pelotas (UFPel). The EP involved the collaboration of volunteers from different courses in the health area and universities in Brazil. The actions addressed were: 1) Production and dissemination of materials about ICPs on the social networks of the extension project; 2) Cycle of *lives*: dialogues on integrative and complementary practices; 3) Workshops on medicinal plants; 4) Auriculotherapy sessions; 5) Art therapy workshop: Caring with Affection, with an emphasis on crochet; 6) Qualification on integrative and complementary practices. The activities took place online and/or in person. The invitations for each activity were announced in advance on the social networks of the project. **Results:** The production and dissemination of materials yielded 18 new publications and 17 Throwback Thursdays (TBT). The materials related to medicinal plants attracted the greatest public interest, with the most appreciated publication obtaining 149 *likes*. There were seven *lives*, which totaled 1,012 views, with an average of 145 views for each *live*. A total of 23 presential workshops on medicinal plants and four online meetings were held, reaching 550 participants. Presential auriculotherapy sessions were held, with 15 sessions per week between August and November, totaling 168 participants. The art therapy workshop with emphasis on crochet had 25 participants, with five presential meetings, resulting in the fabrication of 10 blankets, which were donated to the UFPel teaching hospital. Finally, in the internal qualification on "Integrative and Complementary Practices" there were three meetings that provided opportunities for project members to learn and clarify doubts, totaling 30 participants. **Conclusion:** The extension actions enabled the exchange of knowledge between the university students and the community, promoting actions directed towards the needs of the population. The extension project provided the community with different therapies in various locations, facilitating access to the practices. The importance is highlighted of encouraging similar experiences that can increase the provision of integrative practices to the community, helping to implement the public policy of Integrative and Complementary Practices in the Unified Health System.

Keywords: Community Extension. Complementary Therapies. Public Health. Health Care. Holistic Nursing.

PRÁCTICAS INTEGRATIVAS Y COMPLEMENTARIAS: INFORME DE ACCIONES EXTENSIONISTAS EN 2022

RESUMEN

Objetivo: reportar la experiencia en la oferta de seis acciones extensionistas de prácticas integradoras y complementarias (PICs) a la comunidad en 2022. **Métodos:** Se trata de un relato de experiencia referente a seis acciones ofertadas en 2022, promovidas por el Proyecto de Extensión (EP) Prácticas Integradoras y Complementarias en la Red de Atención a la Salud (PIC-RAS), de la Facultad de Enfermería de la Universidad Federal de Pelotas (UFPel). La EP cuenta con la colaboración de voluntarios de diferentes carreras del área de la salud y universidades de Brasil. Las acciones abordadas fueron: 1) Producción y difusión de materiales sobre PICs en las redes sociales del proyecto de extensión; 2) Ciclo de Directos: Diálogos sobre Prácticas Integradoras y Complementarias; 3) Talleres sobre plantas medicinales; 4) Sesiones de auriculoterapia; 5) Taller de arteterapia: cuidar con cariño, con énfasis en crochet; 6) Capacitación en prácticas integradoras y complementarias. Las actividades se realizaron online y/o presencialmente. Las invitaciones para cada actividad fueron anunciadas con anticipación en las redes sociales del proyecto. **Resultados:** La producción y difusión de materiales arrojó 18 publicaciones inéditas y 17 *Throwback Thursday* (TBT), los materiales relacionados con las plantas medicinales mostraron mayor interés del público, siendo la publicación con más “*me gusta*” fue la que obtuvo 149. Fueron siete Directos, que totalizaron 1.012 visualizaciones, con un promedio de 145 visualizaciones en cada directo. Se realizaron 23 “Talleres de plantas medicinales” presenciales y cuatro encuentros en línea, llegando a 550 participantes. Las sesiones de auriculoterapia fueron presenciales, con 15 sesiones por semana entre agosto y noviembre, totalizando 168 participantes. El taller de arteterapia con énfasis en crochet contó con 25 participantes, con cinco encuentros presenciales, resultando en la confección de 10 frazadas, que fueron donadas al hospital universitario de la UFPel. Finalmente, en la calificación interna “sobre prácticas integradoras y complementarias”, hubo tres encuentros, que brindaron oportunidades para que los integrantes del proyecto aprendieran y aclararan dudas, totalizando 30 integrantes. **Conclusión:** Las acciones de extensión propician el intercambio de conocimientos entre los estudiantes universitarios y la comunidad, además de promover acciones en función de las necesidades de la población. El proyecto de extensión brindó diferentes terapias en diferentes lugares para la comunidad, facilitando el acceso a las prácticas. Se destaca la importancia de incentivar experiencias similares, aumentando la oferta de prácticas integradoras a la comunidad, ayudando a implementar la política pública de Prácticas Integrativas y Complementarias en el Sistema Único de Salud.

Palabras-clave: Extensión Comunitaria. Terapias complementarias. Salud pública. Cuidado de la salud. Enfermería Holística.

INTRODUÇÃO

Na educação superior há dimensões formativas denominadas ensino, pesquisa e extensão. Essas dimensões são consideradas indissociáveis e são mencionadas, devido a sua importância, no artigo 207 da Constituição Federal Brasileira (Brasil, 1988). Diante disso, os projetos de extensão são desenvolvidos por docentes e estudantes que elaboram atividades universitárias para atender as necessidades da comunidade (Nunes *et al.*, 2021).

Especificamente a dimensão da extensão na área da saúde, vislumbra interação transformadora a partir do compartilhamento e trocas de saberes em comunidades ao seu redor por meio da atuação de docentes, discentes e técnicos administrativos em educação com projetos de extensão. Tais atividades resultam em produtos e podem promover o ensino para os estudantes, sobre a promoção de saúde em múltiplos contextos sociais (Almeida, 2016).

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) são terapias que visam a promoção da saúde e são utilizadas de forma coadjuvante no tratamento de diferentes condições clínicas e morbidades (Calado *et al.*, 2019). Dessa forma, as PICs proporcionam melhoria da qualidade de vida à população, já que apresentam vários benefícios, tais como: relaxamento, alívio da dor, diminuição da ansiedade, redução do uso de medicamentos e fortalecimento do sistema imunológico (Diniz *et al.*, 2022; Mendes *et al.*, 2019).

No Brasil, o processo da oficialização das PICs transcorreu em um período de aproximadamente 30 anos, para serem institucionalizadas no Sistema Único de Saúde (SUS) (Silva *et al.*, 2020). As PICs se expandiram após às recomendações realizadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS), mencionadas na Declaração de Alma-Ata e na 8ª Conferência Nacional de Saúde (CNS) (Júnior, 2016). Recomendações que foram essenciais para garantir o uso racional, integrado e seguro a partir do desenvolvimento de estudos científicos, além de possibilitar aos usuários acesso democrático de escolher a terapêutica desejada (Brasil, 2006).

Em 2006, as PICs foram inseridas no SUS, através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNIPIC) (Brasil, 2018). Inicialmente, a política trouxe cinco PICs. Em 2017, foram inseridas 14 práticas, por fim, em 2018, incluíram 10 práticas na PNIPIC (Brasil, 2006; 2017; 2018). Atualmente, a PNIPIC regulamenta 29¹ PICs a serem ofertadas à população.

A PNIPIC atua no SUS de forma transversal, sendo que suas ações estão presentes em todos os níveis de atenção, mas principalmente na Atenção Primária à Saúde (APS). Contudo, este aumento da oferta das PICs para a população é consequência do esforço dos profissionais da saúde, juntamente com a gestão brasileira (Brasil, 2020).

De acordo com o “Relatório de Monitoramento Nacional das PICs em Saúde nos Sistemas de Informação em Saúde”, os serviços das PICs aumentaram na Rede de Atenção à Saúde (RAS), no período entre 2017 a 2019. Sendo notório um crescimento do uso das práticas nos seguintes estados: São Paulo, Minas Gerais, Rio Grande do Sul, Paraná, Rio de Janeiro e Santa Catarina, respectivamente. Todavia, a auriculoterapia foi o procedimento que obteve mais procura no período mencionado (Brasil, 2020).

¹ Medicina Tradicional Chinesa, Acupuntura, Homeopatia, Termalismo Social/Crenoterapia, Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa, Yoga, Aromaterapia, Apiterapia, Bioenergética, Constelação Familiar, Cromoterapia, Geoterapia, Hipnoterapia, Imposição de mãos, Medicina Antroposófica, Ozonioterapia e Terapia de florais (Brasil, 2006; 2017; 2018).

As práticas são institucionalizadas conforme o cenário sociocultural de cada país, além de contribuir para a humanização da atenção em saúde (WHO, 2013). De acordo com Diniz et al. (2022), o uso das PICs além de ampliar o cuidado integral à saúde, também fundamenta o conhecimento tradicional, já que estas são baseadas em teorias, crenças e experiências de diferentes povos e culturas.

As PICs proporcionam integralidade pelo fato de acolher as particularidades culturais e socioeconômicas das regiões, promovendo o autocuidado, estando presentes no processo saúde-doença-cuidado. Representam também ferramentas para ampliar e efetivar políticas de saúde (Silva et al., 2021; Brasil, 2015; 2018).

Para inserção e ampliação do acesso as PICs no SUS são necessárias diferentes estratégias, como as ações extensionistas ofertadas pelo Projeto de Extensão: (PE) “Práticas Integrativas e Complementares na Rede de Atenção em Saúde” (PIC-RAS), o qual, desde 2017, realiza práticas integrativas e complementares aos indivíduos, usuários e familiares/cuidadores na rede de atenção em saúde. O PE está vinculado à Faculdade de Enfermagem (FE) da Universidade Federal de Pelotas (UFPel)-RS.

O objetivo deste artigo é relatar a experiência na oferta de seis ações extensionistas de práticas integrativas e complementares à comunidade em 2022.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de seis ações que o PE-PIC-RAS ofertou no período de março a dezembro de 2022. O relato de experiência é caracterizado por uma produção de conhecimento a partir de uma vivência dentro do tripé acadêmico (ensino, pesquisa e extensão) (Mussi et al., 2021). A FE-UFPel encontra-se no município de Pelotas, no estado do Rio Grande do Sul (RS), no Campus Anglo da UFPel, localizado na Rua Gomes Carneiro nº 1.

Um relato traz experiências a partir de atividades que foram vivenciadas (Ferla et al., 2021). Além disso, a construção de um relato de experiência precisa apresentar um embasamento científico e uma reflexão crítica, pois isto permite visualizar possíveis intervenções (Mussi et al., 2021). Sendo possível articular a teoria com a prática proposta, a qual pode promover melhorias no cuidado ao usuário (Ferla et al., 2021).

O Projeto de Extensão (PE) conta com a colaboração de discentes, docentes e voluntários, sendo de diferentes cursos da área da saúde e universidades do Brasil: Enfermagem, Medicina, Medicina Veterinária, Nutrição, Terapia Ocupacional, Farmácia e Odontologia. Os acadêmicos estão distribuídos por várias universidades do país, entre elas: Universidade Federal de Pelotas (UFPel), Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Universidade Federal do Rio Grande (FURG), Faculdade de Educação São Francisco (FAESF-Maranhão), UNIVBRASIL, Estácio de Teresina, UniFtc- Campus: Jequié e Universidade Federal do Pará (UFPA).

Em 2020, por conta da pandemia pelo COVID-19, o projeto precisou adaptar-se para continuar a abordagem das PICs. Em 2022, o PE-PIC-RAS retomou as atividades presenciais, conforme as medidas de precaução para COVID-19 propostas pelo Comitê Covid da UFPel.

Em 2022, o PE ofertou 11 ações: 1) Produção e divulgação de materiais sobre PICs; 2) Ciclo de *Lives*: Diálogos sobre as PICs; 3) Oficinas sobre plantas medicinais; 4) Sessões de auriculoterapia; 5) Oficina de arteterapia: cuidando com afeto, com ênfase em crochê;

6) Qualificação sobre as PICs; 7) Prática de meditação (Meditação); 8) Prática de yoga; 9) Tamborterapia: ritmos e batidas que curam; 10) Oficinas de Introdução às Constelações Familiares Sistêmicas; 11) Qualificação sobre as PICs. Cada ação contou com uma docente responsável, além de colaboradoras da UFPel e de outras instituições.

Devido a quantidade de ações realizadas pelo PE, foi necessário dividir as ações em dois subgrupos, para assim descrever como ocorreram. Neste relato serão apresentadas seis ações (Quadro 1).

As ações ocorreram de forma *online* e/ou presencial, visto que a demanda *online* aumentou após 2020, por conta de adaptações devido a pandemia. As ações de produção e divulgação de materiais, e das *lives* sobre as PICs iniciaram durante esse período, já que o projeto teve que adaptar-se e criar novas estratégias para atividades não presenciais.

As atividades *online* foram realizadas através dos sistemas de comunicação: *Webconf* (Serviço de webconferências da Universidade Federal de Pelotas-UFPel), *Google Meet* e *YouTube*. As atividades presenciais, ocorreram em diversos espaços, como: FE da UFPel, Unidades Básicas de Saúde (UBS), Unidade de Cuidado Paliativos-Cuidativa-UFPel, escolas de ensino fundamental ou em Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). Ademais, algumas atividades foram realizadas em outros municípios.

A seguir, no quadro 1, apresenta-se uma síntese das informações de cada ação abordada neste artigo.

Quadro 1. Informações referente às seis ações do PE-PIC-RAS ofertadas em 2022

Ações	Início	Divulgações	Modalidade	Inscrições	Participantes
1) Produção e divulgação de materiais sobre PICs	2020	<i>Facebook, Instagram e YouTube</i>	<i>Online</i>	Disponível nas redes sociais do PE	Destinado ao público em geral
2) Ciclo de <i>Lives</i> : Diálogos sobre as PICs	2020	<i>YouTube</i>	<i>Online</i>	Acessar <i>link</i> disponibilizado no convite	Cerca de 15 telespectadores em cada <i>live</i> , média de 145 visualizações cada
3) Qualificação sobre as PICs	2022	<i>Webconf-UFPel</i>	<i>Online</i>	Acessar <i>link</i> disponibilizado no convite	30 participantes
4) Oficinas sobre plantas medicinais	2017	<i>Facebook e Instagram</i>	<i>Online e/ou Presencial</i>	<i>Google Forms</i>	550 participantes
5) Sessões de auriculoterapia	2022	<i>Facebook e Instagram</i>	Presencial	15 fichas no horário do atendimento	168 participantes
6) Oficina de arteterapia	2022	<i>Facebook e Instagram</i>	Presencial	<i>E-mail</i>	25 participantes

Fonte: Autoras, 2023.

As inscrições foram divulgadas previamente nas redes sociais do projeto, sendo elas: *Instagram* ([@projeto_pic.ras](https://www.instagram.com/projeto_pic.ras)) e *Facebook* (<https://www.facebook.com/picras>), com informações necessárias para finalizar a inscrição e participar da atividade e o número de vagas disponibilizadas. Os interessados necessitavam preencher um formulário, através do *Google Forms*, ou encaminhar um e-mail com as informações solicitadas para realização da inscrição, conforme orientação do convite divulgado nas redes sociais.

Nos convites das ações presenciais foi estipulada uma data limite para inscrição ou ocorreu o encerramento após o preenchimento das vagas disponíveis. Nas sessões de auriculoterapia são atendidas semanalmente, 15 pessoas, por ordem de chegada. A oficina de arteterapia ofertou 10 vagas, porém os participantes não foram sempre os mesmos. Ademais, as oficinas sobre plantas medicinais mantinham um limite de cerca 25 pessoas por atividade.

As ações foram disponibilizadas para a comunidade em geral, para distintos públicos, como: profissionais e usuários dos serviços de saúde, servidores públicos, técnicos administrativos, docentes, discentes, entre outros. Entretanto, a quantidade de participantes variou de forma significativa entre as ações, conforme possibilidade da atividade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na formação acadêmica do enfermeiro, deve-se ter a capacidade de reconhecer os agravos em saúde a partir de uma visão crítica. Logo, apresentar recursos teóricos frente ao presente contexto da saúde no território, para planejar e avaliar políticas, e implementar ações para qualificação da saúde da comunidade (Heck et al., 2020; Mello; Alves; Lemos, 2014).

Diante disso, o saber sobre as práticas de saúde na comunidade, é um desafio durante a formação dos profissionais. No entanto, é um aprendizado que também é oportunizado através da extensão universitária. A extensão é inserida em espaços em que a comunidade está presente, sendo possível identificar as suas necessidades e perspectivas através das trocas de conhecimento (Dias et al., 2019; Heck et al., 2020; Oliveira et al., 2020).

A seguir apresentam-se os resultados e discussão referente às seis ações do Projeto de Extensão.

1) Produção e divulgação de materiais sobre PICs

Entre 2020 e 2021, quando as atividades presenciais estavam suspensas por conta da pandemia, havia divulgações semanais, mas com o retorno das ações presenciais, e as demandas destas aumentaram, reduziu-se a frequência das publicações.

Conforme Silva et al. (2020) as mídias sociais são úteis para disseminar informações acerca de ações para a educação em saúde. Sendo ações com a atuação interprofissional que orientam a comunidade para práticas saudáveis em saúde. A ação “Produção e divulgação de materiais sobre PICs nas redes sociais do projeto de extensão” ocorreu de forma *online*. As publicações foram disponibilizadas através das redes sociais do projeto de extensão, tais como: *Facebook, Instagram e YouTube*.

Nas mídias, havia uma média de 2.800 seguidores no *Facebook*, 2.510 seguidores no *Instagram* e 650 inscritos no *YouTube*. Todos os dados foram contabilizados em 24 de julho de 2024.

No início de cada semestre foi realizada uma reunião, para discutir e definir os conteúdos a serem abordados. Dessa forma, organizou-se uma planilha pelos discentes sobre as temáticas sugeridas e os responsáveis pela elaboração de cada publicação. Todos os materiais divulgados nas redes sociais foram pesquisados a partir de base de dados como, *Public Medline (Pubmed)*, Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *Scientific Eletronic Library Online (SciELO)*. Os(as) autores(as) dos materiais inéditos, preencheram e assinaram um documento, transferindo os direitos autorais da produção ao PE. Ademais, foram revisados por docentes do PE com conhecimento acerca do tema e após, foram publicados nas redes sociais.

As produções eram relacionadas às PICs e ações realizadas pelo projeto, para assim expandir o conhecimento acerca da temática à população. Em 2022 ocorreram 18 publicações inéditas e 17 *Throwback Thursday* (TBT). O TBT é uma gíria popular utilizada para retomar uma nostalgia especificamente na quinta-feira, logo, com o objetivo de recordar, publicações de anos anteriores.

Na figura 1 estão mencionados os três materiais mais repercutidos nas redes sociais em 2022.

Figura 1. Os três materiais mais curtidos divulgados no *Instagram* e no *Facebook* do PE-PIC-RAS



Fonte: Integrantes do projeto, 2022.

A figura 1 traz a capa das três produções mais curtidas do *Instagram* e no *Facebook* do projeto, visto que todos são relacionados ao uso das plantas medicinais. Os materiais estão intitulados como: “Orientações gerais sobre as plantas medicinais” (116 curtidas no *Instagram* e 29 no *Facebook*, totalizando 145); “Efeito embriotóxico, teratogênico e abortivo de plantas medicinais” (126 no *Instagram* e 19 no *Facebook*, atingindo 145 curtidas); e “Plantas medicinais que podem interferir na ação dos antidepressivos (118 no *Instagram* e 20 curtidas no *Facebook*, somando 138)”. Observou-se que as publicações direcionadas ao uso de plantas medicinais apresentaram mais interesse do público.

2) Ciclo de Lives: Diálogos sobre as PICs

A ação “Ciclo de Lives: Diálogos sobre as Práticas Integrativas e Complementares” ocorreu mensalmente, pelo canal do *Youtube* do projeto (<https://www.youtube.com/c/PraticasIntegrativaseComplementaresPICRAS>). Todas as

lives foram transmitidas pela plataforma de transmissão *StreamYard* e ficaram gravadas e disponibilizadas no *Youtube*.

A temática foi voltada a uma PIC, sendo decidida anteriormente, assim como indicação de um(a) convidado(a) especializado(a) para dialogar sobre o assunto. Logo, ocorreu o convite a(o) convidada(o), e em caso de aceite, combinou-se a data e horário para a realização da *live*. Após, aconteceu a divulgação nas redes sociais do projeto.

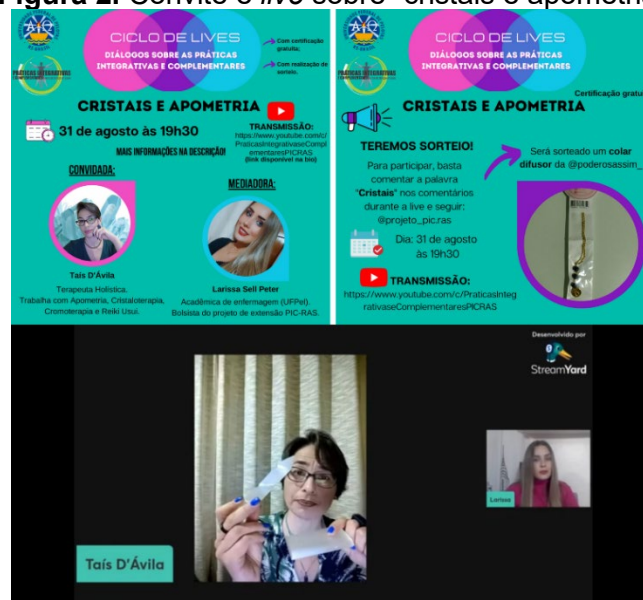
As *lives* foram organizadas pelos(as) integrantes voluntários(as), em um grupo privado do *WhatsApp*, com a divisão para as seguintes atribuições entre cada um: convite, mediação, transmissão, sorteio do prêmio, interação nos comentários e certificação.

Em todas as *lives* ocorreu um sorteio e a emissão de certificado aos participantes que preencheram o formulário disponibilizado durante a transmissão. Os prêmios sorteados foram doados pelos integrantes do PE, por exemplo, livros, óleos essenciais e produtos artesanais. Os sorteios foram realizados conforme o(a) ouvinte comentava a palavra-chave divulgada no início da *live*, a qual era relacionado ao tema abordado, assim quando comentado foi atribuído um número para este participante, em ordem cronológica, no final da *live* o sorteio ocorreu pelo aplicativo “sorteador”, resultando em um número aleatório.

Em 2022, entre abril e novembro, ocorreram sete *lives*. Até 24 de julho de 2024 às sete *lives* totalizaram 1.101 visualizações. Foram abordados os seguintes temas: Constelação Familiar (288), Ozonioterapia (190), Benefícios do Própolis (138), Cristais e apometria (137), Ayurveda (127), Estética Holística (116) e Thetahealing (105). Cada *live* obteve aproximadamente 15 participantes acompanhando ao vivo.

Na figura 2 é demonstrado o convite e *frame* do vídeo da quarta *live* de 2022 sobre “Cristais e apometria”, onde é possível visualizar as informações disponibilizadas.

Figura 2. Convite e *live* sobre “cristais e apometria”



Fonte: Autoras, 2022.

3) Qualificação sobre as PICs:

A ação “Qualificação sobre as práticas integrativas e complementares” foi ofertada aos integrantes do projeto de extensão, objetivando um espaço de discussão e ampliação

do conhecimento acerca das PICs. Dessa forma, em 2022, ocorreram três encontros com os seguintes temas: meditação, plantas medicinais e aromaterapia em gestantes (Figura 4). Todas as atividades sucederam-se de forma *online*, por meio do *Webconf* da UFPel, com duração de aproximadamente uma hora cada. A qualificação interna, totalizou 30 participantes. Todas as palestras ficaram gravadas e podem ser acessadas posteriormente.

A seguir a figura 3 mostra os convites dos três encontros.

Figura 3. Imagens sobre os encontros da qualificação interna do projeto



Fonte: Autoras, 2022.

A meditação é caracterizada por obter atenção ao momento presente promovendo benefícios ao corpo e a mente (Oliveira et al., 2020). O primeiro encontro da qualificação interna ocorreu no dia 18 de maio, com o tema meditação, foi mediado por uma docente, a qual após o momento teórico proporcionou uma prática meditativa aos participantes.

A segunda qualificação ocorreu em 08 de junho e foi abordada pela coordenadora do projeto. A temática sobre as plantas medicinais geralmente é uma das PICs mais procurada no projeto, tanto nas oficinas, quanto no acesso às publicações das redes sociais. Diante disso, é necessário que os integrantes do PE estejam informados acerca das principais orientações e dúvidas sobre o uso das plantas no cuidado à saúde.

O terceiro encontro proporcionou discutir acerca da aromaterapia voltada às gestantes. A qualificação ocorreu na data 25 de agosto e a convidada foi uma enfermeira voluntária do projeto, especialista no assunto. A enfermeira trouxe exemplos de óleos e diferentes formas de uso durante este período. De acordo com Silva et al. (2019), o óleo de lavanda (*Lavandula angustifolia* Mill.) é recomendado por conta de suas ações ansiolíticas e analgésicas.

4) Oficinas sobre plantas medicinais

Ocorreram 23 “Oficinas sobre as plantas medicinais” presenciais e quatro encontros *online* (*Webconf*), atingindo 550 participantes. As atividades *online* aconteceram aos profissionais e acadêmicos da área da saúde na UBS Areal Leste, vinculada à UFPel, os quais posteriormente participaram de oficinas presenciais. Cada oficina deve aproximadamente 23 participantes.

Há evidências, a partir de ações de extensão e pesquisa, apontando que é efetiva a inclusão de plantas medicinais na prática de cuidado, como mostra a pesquisa intitulada “Contribuições do curso de plantas medicinais realizado por uma instituição de ensino do

Sul do Brasil”. Os participantes destacaram importantes contribuições, pois muitos já estavam aplicando no decorrer do curso os conhecimentos adquiridos, como as oficinas realizadas com plantas medicinais eram reproduzidas nas Unidades Básicas de Saúde. Revelaram que compreendem a importância de respeitar o saber popular, estimulando a autonomia do usuário, estabelecendo vínculos que propiciem a integração entre a população e os serviços de saúde, respeitando as particularidades e o contexto social das pessoas (Ceolin; Ceolin; Bonow *et al.*, 2017).

Cada oficina teve em média três horas de duração, com dois momentos. No primeiro houve apresentação teórica dialogada, com troca de saberes entre os participantes, acerca dos principais cuidados no uso das plantas medicinais, evidências científicas e imagens das plantas do tema que foi abordado.

Para utilizar ou indicar uma planta medicinal, é fundamental saber identificá-la corretamente, conhecer sua composição química e contraindicações antes de orientar e/ou fazer uso, além do emprego de uma dosagem adequada para que se possa usufruir de seus benefícios para o cuidado à saúde (Ceolin; Heck; Barbieri *et al.* 2009). Além disso, a prática profissional fundamentada em evidências, como das plantas medicinais, traz credibilidade, favorecendo sua legitimação e incorporação no cotidiano laboral dos serviços de saúde (Ceolin *et al.*, 2013).

No segundo momento, ocorreram diferentes formas de preparo de plantas medicinais, a partir do tema de cada oficina, e ao final cada participante levou uma amostra dos produtos. Os temas abordados foram: cuidados desde o cultivo ao consumo das plantas medicinais; plantas medicinais no cuidado às feridas; plantas medicinais para o tratamento de sintomas respiratórios; sal temperado; e/ou escalda-pés. Nas oficinas os participantes fizeram preparação de tintura/alcoolatura; xarope; pomada; óleo para cicatrização de lesões; e/ou sal temperado, ou usufruíram do escalda-pés.

As oficinas ocorreram no laboratório da Faculdade de Enfermagem UFPel, Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), Unidades Básicas de Saúde (UBSs), escolas de ensino fundamental, Unidade Cuidativa, entre outros. Ademais, sucederam-se três atividades em outros municípios: Pedro Osório, Santo Augusto e Rio Grande. Nos municípios de Pedro Osório e Santo Augusto foram ofertadas aos profissionais de saúde e comunidade em geral, já em Rio Grande aos alunos do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense (IFSul), durante um evento realizado pela instituição. O público das oficinas foi diverso, incluindo profissionais de saúde, professores do ensino fundamental, acadêmicos da área da saúde e demais cursos, servidores da UFPel e comunidade em geral.

Uma pesquisa sobre a utilização de plantas medicinais por famílias acompanhadas por uma equipe de saúde da família de Uruguaiana/RS, identificou que muitas famílias cultivam as plantas em casa, e que a maioria (67,7%) não costuma substituir um tratamento farmacológico por plantas medicinais, sendo essas utilizadas para o tratamento de casos mais simples, como resfriados. O saber acerca das plantas foi repassado entre as gerações familiares (Jacobi *et al.*, 2011).

A ação também ofertou apoio para o cultivo e manutenção de hortas com plantas medicinais em três serviços de saúde (UBS Areal Leste e Guabiroba; e na Unidade Cuidativa), além da produção de material didático e placas de identificação voltadas para as plantas de cada local.

A construção coletiva de uma horta de plantas medicinais fortaleceu o uso das plantas para tratamento complementar, sendo um ponto para disseminar mudas e

sementes para o cultivo domiciliar. Além disso, esses espaços favoreceram acessibilidade destes recursos terapêuticos, visto que promovem um espaço de interação social e troca de experiências (Guedes et al., 2020).

5) Sessões de auriculoterapia

A auriculoterapia é uma PIC que entre seus benefícios, contribui para o tratamento complementar da ansiedade na população de estudantes universitários e na redução das consequências psicológicas da pandemia em profissionais da saúde (Damasceno et al., 2022; Silva et al., 2021), tendo em vista que o período universitário pode apresentar situações que acarretam em sintomas da ansiedade (Silva et al., 2021).

A ação de auriculoterapia ofertou 15 atendimentos semanais, nas sextas-feiras, de 19 de agosto a 25 de novembro de 2023. Foram realizados em 13 turnos, totalizando 168 sessões. Os atendimentos ocorreram no laboratório de práticas de enfermagem 256, do Campus Anglo. Em cada dia de atendimento, eram distribuídas fichas numéricas (15) cerca de meia hora antes de iniciar as sessões. As pessoas foram chamadas de forma individual, conforme ordem numérica das fichas fornecidas pela ordem de chegada. De acordo com a demanda, também foram fornecidas fichas extras. A prática contou com a contribuição de uma docente e duas voluntárias, sendo uma acadêmica de enfermagem e outra técnica de enfermagem do Hospital Escola (HE) da UFPel.

O público atendido foi diverso, entre técnicos-administrativos em educação (90), estudantes de graduação e de pós-graduação (47), terceirizados do serviço de higienização (12), docentes (11) e comunidade em geral (8).

Inicialmente, para aqueles que não conheciam a prática, foi explicado que consiste em uma prática terapêutica na orelha, a qual surge da Medicina Tradicional Chinesa em que envolvem pontos de todo o corpo que são representados na orelha. Ademais foi mencionado um exemplo, sugestivo a forma de um feto invertido, após foi apresentado o mapa auricular.

Além disso, foi relatado todo o processo do desenvolvimento do atendimento: anamnese, inspeção, palpação com o instrumento apalpador e a utilização/ação das sementes de mostarda com fita *micropore*. Ademais, foi informado que nos dois primeiros dias a orelha poderia ficar dolorida e no quinto dia perderia o efeito, assim seria possível remover as sementes. Ao finalizar o procedimento era montado o protocolo e detalhados os resultados.

Além da ansiedade, a prática restabelece o equilíbrio energético do corpo e pode auxiliar os indivíduos que enfrentam insônia, enxaqueca, depressão, compulsão alimentar, dores crônicas músculo esqueléticas, entre outros. Logo, a auriculoterapia auxilia na melhora do desempenho acadêmico e promove qualidade de vida (Silva et al., 2021; Sousa et al., 2022).

6) Oficina de arteterapia

A arteterapia é uma prática que foi inserida na PNPIC em 2017, assim disponibilizada aos usuários e profissionais no âmbito SUS. O PE-PIC-RAS, em 2022, inclui a seguinte ação “Oficina de arteterapia: cuidando com afeto, com ênfase em crochê”. Diante disso, foram realizados cinco encontros sobre a arteterapia direcionada ao crochê.

As oficinas ocorreram no laboratório 257 da Faculdade de Enfermagem da UFPel, com encontros quinzenais. A ação contou com 25 participantes, alguns tinham noções básicas do crochê, outros iniciaram seu aprendizado. O material utilizado, entre eles: linhas, lãs, agulhas, tesouras, foi disponibilizado pela docente e contou com a doação da comunidade. Já no primeiro encontro, quando foi exposto ao grupo sobre o projeto, o objetivo da ação/oficina foi pactuado que, a produção realizada reverteria em confecção de mantas e estas seriam doadas para recém-nascidos da maternidade do Hospital Escola (HE) da UFPel. Foram confeccionadas 10 mantas, as quais ao término dos encontros foram embaladas e doadas.

Durante a realização das oficinas, teve-se o zelo de manter um ambiente de cuidado, troca, escuta, espaço de fala, incentivo ao desafio e oportunidades. Isso foi identificado, por meio de falas, como um ponto positivo e motivacional. Vários participantes relataram estar passando por situações difíceis de vida, inclusive depressão e o fato de estarem participando das oficinas representou significativa melhora.

Isso vai ao encontro de que a arteterapia pode ser manifestada através de diferentes expressões artísticas, sendo um possível recurso à saúde, seja de forma individual ou coletiva, pois efetua na promoção, prevenção e reabilitação, proporcionando expressar a subjetividade do indivíduo, compreensão e redefinição de questões emocionais através da própria arte (Santos; Gonçalves, 2023). Além disso, estabelece a criatividade, autoestima e segurança emocional (Carneiro, 2015).

Na figura 4 apresentam-se as imagens referente as ações presenciais ofertadas pelo projeto de extensão em 2022.

Figura 4. Atividades presenciais das ações de plantas medicinais, auriculoterapia e arteterapia



Fonte: Autoras, 2022.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de extensão ofertou diferentes terapêuticas em variados locais à comunidade, facilitando o acesso das práticas. As PICs oferecem inúmeros benefícios no processo saúde-doença-cuidado, estendendo as possibilidades de cuidado, humanização, integralidade e fortalecendo o diálogo entre os diferentes saberes e contextos culturais.

As ações extensionistas proporcionam trocas de saberes entre universitários e a comunidade, além de promover ações a partir das necessidades da população. A participação dos acadêmicos na oferta das diferentes ações, estimulou-os a ampliarem sua formação profissional em algumas PICs, assim como a inclusão do tema em trabalhos de conclusão de curso, e na oferta das PICs nos serviços que atuarão como futuros profissionais de saúde.

Ademais, as experiências vivenciadas pelos integrantes do projeto de extensão, oportunizaram a ampliação das ações nos anos consecutivos, com a inclusão de novos docentes, voluntários externos e acadêmicos.

Além disso, as ações ofertadas pelo PE também fomentaram a formação de outros projetos de extensão relacionados aos PICs na universidade, assim como em outras instituições, além da ampliação e fortalecimento das discussões para implementação da política de PICs no município.

Destaca-se a relevância em incentivar experiências similares, aumentando a oferta das práticas integrativas à população, auxiliando na implementação da política pública das Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde. Sendo viável ampliar projetos extensionistas relacionados às PICs, tendo iniciativas semelhantes ao PE-PIC-RAS.

SUBMETIDO EM: 28/07/2023.

ACEITO EM: 02/09/2024.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, C. B. de. **Projeto de extensão universitária em taekwondo**: um relato de experiência (2005-2015). 1. ed. Fortaleza: RDS, 2016.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 27 abr. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria nº 702, de 21 de março de 2018**. Brasília, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria nº 849, de 27 de março de 2017**. Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006**. Brasília, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual de implantação de serviços de práticas integrativas e complementares no SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. 56 p. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/manual_implantacao_servicos_pics.pdf. Acesso em: 16 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS**: atitude de ampliação de acesso. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 16 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Saúde da Família. Coordenação Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. **Relatório de Monitoramento Nacional das PICs em Saúde nos Sistemas de Informação em Saúde**. 2020. Disponível em: https://egestorab.saude.gov.br/image/?file=20200804_N_RelatoriodeMonitoramentodasPICsnoBrasil_3839145517810156487.pdf. Acesso em: 02 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica. **Política e Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2016. 190 p.

CALADO, R. S. F. et al. Ensino das Práticas Integrativas e Complementares na formação em enfermagem. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, v. 13, n. 1, p. 261-267, 2019.

CARNEIRO, C. O que é Arteterapia?. **Psique**, São Paulo, p. 76-79, 2015.

CEOLIN, T.; HECK, R. M.; BARBIERI, R. L.; SOUZA, A. D. Z.; RODRIGUES, W. F.; VANINI, M. Plantas medicinais utilizadas como calmantes por agricultores ecológicos da região Sul do Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, v.3, n.4, p. 253-60, 2009.

CEOLIN, T.; CEOLIN, S.; HECK, R. M.; NOGUEZ, P. T.; SOUZA, A. D. Z. de. Relato de experiência do curso de plantas medicinais para profissionais de saúde. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v.37, n.2, p.501-511, 2013.

CEOLIN, T. et al. Contribuições do curso de plantas medicinais realizado por uma instituição de ensino do sul do Brasil. **Revista Ciência em Extensão**, v.13, n.4, p.77-90, 2017.

DAMASCENO, K. S. M. et al. Efetividade da auriculoterapia na redução de estresse em trabalhadores de saúde: ensaio clínico controlado randomizado. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 30, 2022.

DIAS, N. da S. et al. Oficina da Universidade Aberta da Pessoa Idosa: compartilhando saberes sobre plantas medicinais/Open university of the elderly's workshop: sharing knowledge about medicinal plants. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 2, n. 6, p. 6167-6174, 2019.

DINIZ, F. R.; CEOLIN, T.; OLIVEIRA, S. G.; CECAGNO, D.; CASARIN, S. T.; FONSECA, R. A. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde. **Revista Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 21, 2022.

FERLA, A. A.; BUENO, D.; MACHADO, F. V.; PEREIRA, M. G. A.; BITENCOURT, R. R. Relatos de experiência e as articulações entre ensino, pesquisa e práticas profissionais. **Saúde em Redes**, v. 7, n. 2, 2021.

GUEDES, A. *et al.* Implantação e avaliação de horta de plantas medicinais: em uma unidade de saúde do município de Blumenau – SC. **Revista Ciência em Extensão**, v.16, p. 296-307, 2020.

HECK, R. M. *et al.* Saberes e Experiências: Importância da Universidade Aberta à Pessoa Idosa na Formação de Acadêmicos de Enfermagem. **Expressa Extensão**, v. 25, n. 3, p. 391-396, 2020.

JACOBI, C. DA S.; BRACCINI, V.; DA SILVA, S. T. A.; CERETA, L. R.; CASTILHOS, L.; PIRES, M. DA G.; PASINI, L. C.; SORDI, R.; ROESE, A.; CEOLIN, T. Relato de experiência sobre o uso de plantas medicinais por uma comunidade do município de Uruguaiana/RS. **Journal of Nursing and Health**, v. 1, n. 2, p. 334-345, 2011.

JÚNIOR, T. E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. **Estudos Avanços**, v. 30, n. 86, 2016.

MELLO, C. de C. B.; ALVES, R. O.; LEMOS, S. M. A. Metodologias de ensino e formação na área da saúde: revisão de literatura. **Revista CEFAC**, São Paulo. v. 16, n. 6, p. 2015-2028, 2014.

MENDES, D. S. *et al.* Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem/ Benefits of integrative and complementary practices in nursing care/ Beneficios de las prácticas integrativas y complementarias en el cuidado de enfermería. **Journal Health NPEPS**, v.4, n. 1, p. 302–318, 2019.

MUSSI, R. F. F.; FLORES, F. F.; ALMEIDA, C. B. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Revista Práxis Educacional**, Vitória da Conquista, v. 17, n. 48, p. 60-77, 2021.

NUNES, R. K. S. *et al.* Desafios e adaptações da extensão universitária em tempos de pandemia: relato de experiência. **Revista Ciência Plural**, v. 7, n. 1, p. 211-223, 2021.

OLIVEIRA, M. M. *et al.* Formação profissional e extensão universitária: relato de experiência sobre ações de educação em saúde. **Revista Expressa Extensão**, Pelotas, n. 25, v. 2, p. 90-96, 2020.

OLIVEIRA, N. C. S. *et al.* A prática de meditação e alongamento na busca do relaxamento físico e mental em tempos de isolamento social. **Revista Diálogos em Saúde**, v. 3, n. 1, p. 142-152, 2020.

SANTOS, B. S., GONÇALVES, R. P. A arteterapia como recurso na promoção à saúde de residentes em cenário de gestão: relato de experiência. **Health Residencies Journal (HRJ)**, v. 4, p. 171-176, 2023.

SILVA, G. K. F.; DE SOUSA, I. M. C.; CABRAL, M. E. G. S.; BEZERRA, A. F. B.; GUMARÃES, M. B. L. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares: trajetória e desafios em 30 anos do SUS. Physis: **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 1, 2020.

SILVA, L. S. *et al.* Auriculoterapia para tratamento da ansiedade em estudantes universitários: revisão sistemática. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 12, 2021.

SILVA, M. M. S. *et al.* Interseção de Saberes em Mídias Sociais para Educação em Saúde na Pandemia de Covid-19. **SANARE (Sobral, Online)**, v. 19, n. 2, p. 84-91, 2020.

SILVA, P. A. M. *et al.* Práticas integrativas e complementares em saúde: possibilidades para o cuidado integral. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 1, 2021.

SILVA, S. C. S. B. *et al.* A aplicação da aromaterapia como método de alívio da dor em gestantes: uma revisão integrativa. **Vitalle – Revista de Ciências da Saúde**, v. 31, n. 1, p. 61-73, 2019.

SOUSA, T. S. *et al.* A aplicação da Auriculoterapia e seus benefícios: uma revisão da literatura. **Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC)**, v. 9, 2022. Disponível em: <http://publicacoes.unicatolicaquixada.edu.br/index.php/eedic/article/view/285>. Acesso em: 19 jun. 2023.

WHO. World Health Organization (WHO). **Enhancing the role of traditional medicine in health systems: a strategy for the African region (AFR/ RC63/6)**. Session of the Regional Committee for Africa. WHO Regional Office for Africa, World Health Organization (WHO). 2013.