



Práticas integrativas e complementares no autocuidado dos profissionais da atenção primária em saúde

Integrative and complementary practices in the self-care of primary health care professionals

Prácticas integradoras y complementarias en el autocuidado de los profesionales de la atención primaria de salud

Jailton Gomes Amancio da Silva¹, Herika de Arruda Mauricio¹, Afonso Henrique Fernandes de Melo¹, Wellida Lais da Silva Rosendo¹, Sanmyra Lopes Araújo¹, Agatha Christie Lima da Paz¹, Júlia de Souza Simões¹, Fernanda Caroline Santos Sena¹, Ana Lethícia Leão Santos¹, Maria Beatriz Araújo Silva¹.

RESUMO

Objetivo: Descrever as atividades de extensão aplicando às Práticas Integrativas e Complementares (PICS) em uma equipe multiprofissional da atenção primária à saúde enfatizando a importância de hábitos saudáveis no ambiente de trabalho. **Relato de experiência:** As ações de extensão foram vinculadas ao “Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde: Gestão e Assistência-2022/2023)”. O planejamento teve seu início no segundo semestre de 2022 com a adesão dos cursos de Bacharelado Interdisciplinar em Saúde, Enfermagem, Odontologia e Saúde Coletiva que consistiu em um diagnóstico situacional com o intuito de conhecer o perfil sociodemográfico e de adoecimento dos trabalhadores da atenção básica. As intervenções consistiram no formato de Oficinas de PICS, organizadas em 4 encontros, com a periodicidade de um encontro semanal, conduzida com a abordagem de temáticas consideradas relevantes para a saúde dos trabalhadores. As PICS selecionadas para compor a oficina foram a Fitoterapia e Aromaterapia. **Considerações finais:** As atividades de extensão com a utilização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde foram fundamentais para promover a saúde física, emocional e mental dos profissionais da área da saúde. Além disso, fortaleceram o vínculo entre os membros da equipe e trouxeram benefícios para o ambiente de trabalho.

Palavras-chave: Práticas Integrativas e Complementares, Profissionais da Saúde, Autocuidado.

ABSTRACT

Objective: To describe extension activities applied to Integrative and Complementary Practices (ICP) in a multidisciplinary primary health care team, emphasizing the importance of healthy habits in the work environment. **Experience report:** The extension actions were linked to the “Education through Work for Health Program (PET-Saúde: Gestão e Assistência-2022/2023)”. The planning began in the second half of 2022 with the adherence of the Interdisciplinary Bachelor's Degree courses in Health, Nursing, Dentistry and Public Health, which consisted of a situational diagnosis with the aim of understanding the sociodemographic and illness profile of primary care workers. The interventions consisted of the format of PICS Workshops, organized in 4 meetings, with the frequency of a weekly meeting, conducted with an approach to themes considered relevant to workers' health. The PICS selected to compose the workshop were Phytotherapy and Aromatherapy. **Final considerations:** Extension activities using Integrative and Complementary Health Practices were fundamental to promoting the physical, emotional and mental health of health professionals. Furthermore, they strengthened the bond between team members and brought benefits to the work environment.

Keywords: Complementary Therapies, Health Care Professional, Self Care.

¹ Universidade de Pernambuco (UPE), Recife - PE.

RESUMEN

Objetivo: Describir las actividades de extensión aplicadas al Prácticas Integrativas y Complementarias (PICS) en un equipo multidisciplinario de atención primaria de salud, enfatizando la importancia de los hábitos saludables en el ambiente laboral. **Informe de experiencia:** Las acciones de extensión estuvieron vinculadas al “Programa Educación a través del Trabajo para la Salud (PET-Saúde: Gestão e Assistência-2022/2023)”. La planificación se inició en el segundo semestre de 2022 con la adhesión de las Licenciaturas Interdisciplinarias en Salud, Enfermería, Odontología y Salud Pública, la cual consistió en un diagnóstico situacional con el objetivo de comprender el perfil sociodemográfico y de enfermedad de los trabajadores de atención primaria. Las intervenciones consistieron en el formato de Talleres PICS, organizados en 4 reuniones, con frecuencia de una reunión semanal, realizadas con abordaje de temas considerados relevantes para la salud de los trabajadores. Los PICS seleccionados para componer el taller fueron Fitoterapia y Aromaterapia. **Consideraciones finales:** Las actividades de extensión utilizando Prácticas Integrativas y Complementarias de Salud fueron fundamentales para promover la salud física, emocional y mental de los profesionales de la salud. Además, fortalecieron el vínculo entre los miembros del equipo y aportaron beneficios al ambiente laboral.

Palabras clave: Terapias Complementarias, Profesionales de la Salud, Autocuidado.

INTRODUÇÃO

O Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde) Gestão e Assistência, apresenta como objetivos a possibilidade de ordenar a formação de profissionais de saúde por meio da indução e do apoio ao desenvolvimento dos processos formativos necessários em todo o país de acordo com as características sociais e regionais. Além de estimular a formação de profissionais e docentes de elevada qualificação técnica, científica, tecnológica e acadêmica, estabelece a atuação profissional pautada pelo espírito crítico, pela cidadania e pela função social da educação superior, partindo da indissociabilidade entre os três pilares universitários: ensino, pesquisa e extensão (BRASIL, 2021; MANGILI J, et al., 2023).

A extensão é uma das atividades realizadas no âmbito acadêmico voltada a atender as necessidades da comunidade interna e, principalmente, externa. Através da extensão, são desenvolvidas ações sociais nas quais os universitários, sob a orientação de professores, elaboram atividades que visam a promoção do bem-estar da população em geral ou em grupos-alvo. Além disso, possibilita ao aluno extensionista o contato antecipado com seu futuro exercício profissional, bem como, proporcionando benefícios à sociedade (SILVA AFL, et al., 2013; OLIVEIRA EE, et al., 2019; NUNES RKS, et al., 2021).

A saúde do trabalhador configura-se como um campo de práticas e de conhecimentos estratégicos interdisciplinares, técnicos, sociais, políticos, humanos, multiprofissionais e interinstitucionais, voltados para analisar e intervir nas relações de trabalho que provocam doenças e agravos. Estudos apontam que existe um crescimento no número de trabalhadores da área da saúde acometidos pelo adoecimento no trabalho. Isso evidencia a necessidade de se continuar investindo na busca de ações que contribuam para melhoria do trabalho em saúde e, conseqüentemente, da saúde do trabalhador (MINAYO-GOMEZ CM, et al., 1997). Ao longo das experiências profissionais observaram-se as diferentes e complexas demandas físicas e psíquicas que os trabalhadores das Unidades de Saúde da Família (USF) vivenciam em seu cotidiano de trabalho. Nessa modalidade de atenção, a qual é carente em múltiplos aspectos, o que pode afetá-los, tanto física como emocionalmente (PRAÇA LA, et al., 2020).

A demanda por Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), em particular as tradicionais como acupuntura, homeopatia e fitoterapia, vêm crescendo no Brasil a partir dos anos 2000 (OMS, 2011). Os motivos atribuídos a este crescimento foram: novos modos de aprender e praticar a saúde o aumento da demanda decorrente das doenças crônicas e dos custos dos serviços de saúde; a insatisfação com os serviços de saúde existentes; o ressurgimento do interesse por um cuidado holístico e preventivo às doenças e os tratamentos que ofereçam qualidade de vida quando não é possível a cura (TESSER CD, 2009; TELES JE, 2016; TESSER I, 2018). Em 2006 foi aprovada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares com o objetivo de complementar os tratamentos oferecidos na rede pública de saúde e estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos (BRASIL 2006).

Neste contexto, as PICS surgem como parceiras na promoção da saúde dos profissionais da área da saúde, que atuam na linha de frente no combate e prevenção de doenças. Ao implementar essas práticas como recursos terapêuticos complementares, de forma responsável, ampliam-se as possibilidades de enfrentamento aos problemas de saúde, ao mesmo tempo em que se valoriza o conhecimento da cultura popular (GUIMARÃES MD, et al., 2020; ROCHA EMS, et al., 2022). Frente a esses pressupostos, o objetivo deste trabalho é descrever as atividades de extensão aplicando às PICS em uma equipe multiprofissional da atenção primária à saúde enfatizando a importância de hábitos saudáveis no ambiente de trabalho.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

As ações de extensão foram vinculadas ao “Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde: Gestão e Assistência-2022/2023)”. O planejamento teve seu início no segundo semestre de 2022 com a adesão dos cursos de Bacharelado Interdisciplinar em Saúde, Enfermagem, Odontologia e Saúde Coletiva que consistiu em um diagnóstico situacional com o intuito de conhecer o perfil sociodemográfico e de adoecimento dos trabalhadores da atenção básica.

Além disso, foi realizado um levantamento de custos com aquisição de equipamentos e material de consumo, elaboração de projetos gráficos e documentais. A intervenção foi realizada na atenção básica do Distrito Sanitário II (DSII) da cidade do Recife, Pernambuco.

As intervenções consistiram no formato de Oficinas de PICS, organizadas em 4 encontros, com a periodicidade de um encontro semanal, conduzida com a abordagem de temáticas consideradas relevantes para a saúde dos trabalhadores. As PICS selecionadas para compor a oficina foram a Fitoterapia e Aromaterapia.

Semanalmente, com o auxílio dos responsáveis da Unidade Básica de Saúde, organizou-se uma sala com cadeiras dispostas em círculo. Após isso, os extensionistas responsáveis pela ação do dia prepararam todo o material necessário para a oficina.

Primeiro encontro com o tema central sobre dores articulares

A primeira ação do projeto de intervenção denominado "Cuidando de quem Cuida" foi iniciada pela equipe com a exibição da temática sobre dores articulares. O objetivo era demonstrar as influências dos exercícios físicos e a aplicação da fitoterapia sobre os elementos que compõem a articulação, levando em consideração as doenças articulares. A intervenção foi composta por cinco momentos.

Dinâmica de Entrosamento: Os participantes que estavam com um novelo em mãos tinham que dizer seus nomes, suas profissões e o que mais gostavam nelas. Em seguida, o participante segurava uma ponta do novelo e passava adiante para outro integrante, continuando assim até que todos participassem. Durante toda a atividade, a equipe da unidade demonstrou-se participativa e comunicativa, resultando em momentos engraçados e discussões importantes sobre a profissão de cada um.

Introdução sobre os fatores das dores articulares: no segundo momento, foi feita uma explanação introdutória sobre as doenças articulares. Utilizando slides, abordamos o que são as doenças articulares, os sintomas mais frequentes, quais são as doenças comuns que afetam as articulações, formas de tratamento e as Práticas Integrativas em Saúde focadas nas dores articulares.

O objetivo era contextualizar o público sobre os principais fatores das doenças articulares, a fim de propor um tratamento fitoterápico como alternativa de cuidado na vida laboral dos profissionais. Foi apresentado o uso de óleos vegetais massageadores, confeccionado pelos extensionistas, que possuem o objetivo de reduzir o consumo de medicamentos, fortalecer os ossos e aliviar dores crônicas e agudas nas articulações.

Alongamento com foco em dores articulares: Neste momento, o grupo foi guiado por uma sequência de alongamentos desenvolvida por um graduando da Escola Superior de Educação Física (ESEF) da Universidade de Pernambuco (UPE). Esses exercícios foram idealizados para serem realizados em um curto intervalo de tempo e no ambiente de trabalho, facilitando a adesão do alongamento na rotina dos profissionais.

Foram enfatizados os benefícios do alongamento para o bem-estar e diminuição das dores articulares, como melhora da flexibilidade, aumento da circulação sanguínea nas articulações, melhora da postura, relaxamento muscular e prevenção de lesões.

Apresentação de como fazer o óleo vegetal: Foi exibido um vídeo elaborado pelo grupo sobre como produzir o óleo vegetal de camomila para massagear as áreas com dores articulares. O vídeo estava disponível no YouTube (https://youtu.be/Z8_gB-nF5ag).

Segundo encontro com o tema central sobre saúde mental

A segunda ação do projeto de intervenção iniciou-se com a apresentação de uma Psicóloga e Professora da UPE, que foi convidada para compartilhar a importância da Saúde Mental. Ela explicou sobre o conceito de “bem-estar” e falou sobre a harmonia no ambiente de trabalho e como lidar com a ansiedade nesse local.

Dinâmica dos Óleos Essenciais: utilizamos três óleos essenciais: 01 de lavanda, que serve para reduzir a ansiedade, estresse, aliviar dores de cabeça, entre outros; 01 de eucalipto, ideal para pessoas que possuem algum problema respiratório; 01 de bergamota, que ajuda a aliviar a tensão e auxilia no tratamento de problemas digestivos. Cada óleo essencial foi colocado em um pedaço de algodão e entregue a cada profissional. A partir dessa dinâmica, eles puderam compartilhar o que cada cheiro lhes remetia e suas respectivas lembranças.

Dinâmica da Dança Circular: todos de mãos dadas formaram uma roda e dançaram juntos ao som da música "Era uma Vez", da cantora Kell Smith. Foi um momento incrível onde os profissionais puderam se conectar e aumentar a harmonia entre eles.

Momento de diálogo: o grupo se dividiu em trios e conversaram sobre seus gostos, a fim de compreenderem o que tinham em comum. Ao fim, apresentaram para toda a roda. As semelhanças identificadas foram: Sistema Único de Saúde (SUS), times de futebol, carnaval, dançar, sair com os amigos, alegrar as pessoas, praticidade, abordagens e organização, empatia, cumplicidade, descanso e passeios. Por fim, foi feita a entrega de uma sacola contendo escalda pés de camomila que os participantes usariam em suas casas para relaxar.

Terceiro encontro com o tema central sobre doenças respiratórias

Realizou-se uma apresentação do que são as doenças respiratórias e seguimos para as dinâmicas.

Dinâmica da respiração: demonstramos aos profissionais técnicas de respiração para auxiliar no controle da ansiedade, melhorar o sono e exercitar o sistema respiratório. Durante esse momento, os profissionais reproduziram o que lhes foi ensinado, com a ajuda de um vídeo explicativo.

Dinâmica do balão: os participantes sopravam o balão para observarmos sua capacidade respiratória. O profissional que estourasse o balão mais rápido seria premiado com um brinde.

Foram fornecidas orientações sobre os distúrbios respiratórios, como gripe, resfriado e rinite, e como a fitoterapia pode ser uma ótima alternativa para aliviar os sintomas, bem como preveni-los. Em seguida, foi apresentado um tutorial, em vídeo produzido pelos extensionistas, sobre a receita do lambedor de gengibre com limão, uma ótima opção de fitoterápico para casos de distúrbios respiratórios. Por fim, o evento foi encerrado com a distribuição dos lambedores de gengibre com limão produzidos pelos extensionistas.

Quarto encontro com o tema central sobre alimentação saudável

Os participantes foram questionados sobre como uma alimentação saudável pode afetar suas vidas no dia a dia, bem como a importância do equilíbrio nas refeições diárias.

A oficina foi dividida em duas dinâmicas. A primeira consistiu em um momento em que os profissionais da unidade foram questionados a respeito dos níveis de sal e açúcar na alimentação cotidiana. Nessa dinâmica, os participantes puderam avaliar na prática as recomendações de quantidade de açúcar ou sal nos alimentos apresentados em um slide, com o objetivo de despertar a consciência crítica sobre a quantidade utilizada no dia a dia.

Dinâmica do paladar: Foram disponibilizadas três opções de pipoca em três recipientes diferentes: a primeira opção sem sal, a segunda opção com uma maior quantidade de sal e a terceira com sal de ervas, sendo esta última considerada mais saudável. Os trabalhadores foram incentivados a experimentar as três possibilidades e escolher a que mais os agradasse. Após essa atividade, foi possível observar que a alternativa da pipoca com sal de ervas foi a mais aprovada e considerada a mais saborosa.

Ao finalizar as dinâmicas, foi introduzida uma discussão a respeito da fitoterapia e de como essa prática permite que o ser humano se conecte com seu ambiente e com a natureza, ajudando o corpo a restaurar funções fisiológicas prejudicadas e a fortalecer a imunidade enfraquecida. Os servidores se mostraram empolgados com a prática e como ela pode reduzir sintomas de doenças crônicas. Ao final da reunião, entregamos barras de cereal aos profissionais, que foram produzidas pelo grupo no dia da ação.

DISCUSSÃO

Deve incluir a interpretação dos autores sobre os resultados obtidos e sobre suas principais implicações, a comparação dos achados com a literatura, as limitações do estudo e eventuais indicações de caminhos para novas pesquisas.

Para a realização das atividades no formato de Oficinas de PICS propostas, as intervenções contaram com um momento inicial de estudo de quem iria receber as intervenções foi possível que os estudantes conhecessem melhor os trabalhadores, suas necessidades e condições de trabalho, realizando um mapeamento adequado afim de planejar e executar uma atividade a partir dos anseios identificados. Ao mesmo tempo, propiciou momentos de interação para o fortalecimento dos vínculos entre os extensionistas, melhorando a qualidade do planejamento das futuras intervenções.

As práticas integrativas e complementares caracterizam-se pela interdisciplinaridade e por linguagens que se contrapõem a visão altamente tecnológica de saúde fragmentada em especialidades, expressando assim novos modos de aprender e praticar a saúde (TESSER JE, 2016). Diante disso as PICS desenvolvem uma reconstrução e reformulação, já fragmentada, no cuidado à saúde.

Acerca do observado, a maioria dos profissionais já conheciam as PICS através das suas respectivas formações e do conhecimento popular compartilhado nos momentos de trabalhos. Pode-se dizer que são importantes esses conhecimentos dos profissionais, pois segunda a portaria 971 (BRASIL, 2006), que institui as PICS no SUS, há a necessidade de implantação de diretrizes e responsabilidades institucionais que procuram implantar e adequar as ações da medicina tradicional chinesa de maneira eficaz, eficiente e segura, garantindo qualidade em sua distribuição e utilização (MEDEIROS ACLV, 2021).

A utilização das PICS propôs abordar o cuidado em saúde de modo adaptado de maneira individual e em grupo, as necessidades e a cada realidade, fugindo da restrição a protocolos clínicos pré-estabelecidos. Grande parte dos estudos já evidenciam que tais práticas são potencialmente benéficas a saúde geral dos participantes o que foi atribuído a essência dessas práticas (HOWARD-WILSHER S, 2016). Seguindo essa lógica, compreendeu-se que as potencialidades das PICS que organizam o processo de trabalho com os grupos e que facilitam o acesso as terapêuticas em saúde com a participação autonomia de todos (VIEIRA ABD, et al., 2018), justificando a sua aplicação. Nesse contexto, as PICS foram usadas em meio às dinâmicas para melhorar o ambiente de trabalho, identificando efeito e causa das doenças crônicas, e disseminando mais informações sobre as PICS.

Os profissionais de saúde são apresentados como sendo os mais estressados em seus cotidianos visto que necessitam de um número elevado de horas de trabalho para compensar as baixas remunerações. Logo, processos que produzam saúde para trabalhadores que sejam capazes de estimular profissionais mais saudáveis e que ao mesmo tempo em que se fabrica o cuidado possa-se tecer sujeitos emancipados capazes de lutar pela própria saúde e pela saúde dos outros (MOARES MMS, et al., 2023; FARIA HX, 2010).

A partir das práticas oferecidas na oficina, os trabalhadores demonstraram interesses em conhece-las de forma mais profunda e o desejo de recebe-las em mais intervenções. Esse bom desempenho da estratégia

indica a necessidade da implementação dessas práticas nos serviços de saúde, não apenas para pacientes, mas também para os trabalhadores, já que a construção de redes de apoio e a sistematização da oferta de PICS diante a jornada de trabalho podem auxiliar no cuidado a saúde mental e promoção de saúde (PEREIRA EC, 2022).

Diante do exposto, pode-se afirmar que, as práticas integrativas proporcionam ao indivíduo uma identidade de cuidado oposta ao modelo dominante, pois cuidar do indivíduo na sua totalidade é um modo alternativo de promover saúde, não lucrativo e menos oneroso ao sistema de saúde pública (TELESSI J, 2016).

As atividades de extensão com a utilização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde foram fundamentais para promover a saúde física, emocional e mental dos profissionais da área da saúde. Além disso, fortaleceram o vínculo entre os membros da equipe e trouxeram benefícios para o ambiente de trabalho como um todo. A continuidade e expansão dessas práticas podem contribuir ainda mais para a melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores da saúde e, conseqüentemente, para a qualidade do atendimento prestado à comunidade.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Edital Nº1/2022seleção Para O Programa De Educação Pelo Trabalho Para A Saúde (Pet-Saúde-2022/2023). 2021. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/edital-n1/2022selecao-para-o-programa-de-educacao-pelo-trabalho-para-a-saude-pet-saude-2022/2023-373185459>. Acessado em: 23 de janeiro de 2024.
2. BRASIL. Portaria Nº 971, De 03 De Maio De 2006 Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html. Acessado em: 23 de janeiro de 2024.
3. FARIA HX, et al. Uma perspectiva de análise sobre o processo de trabalho em saúde: produção do cuidado e produção de sujeitos. *Saúde e sociedade*, 2010; 19: 429-439.
4. GUIMARÃES MB, et al. As práticas integrativas e complementares no campo da saúde: para uma descolonização dos saberes e práticas. *Saúde e Sociedade*, 2020; 29: 1.
5. HOWARD-WILSHER S, et al. Systematic overview of economic evaluations of health-related rehabilitation. *Disability and Health Journal*, 2016; 9(1): 11-25.
6. MANGILI J, et al. A vacinação como tema de educação em saúde: Relato de experiência do projeto PET-Saúde. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 2023; 14(3): 307-312.
7. MEDEIROS ACLV, et al. O uso das práticas integrativas e complementares em saúde no estímulo à qualidade de vida e ao autocuidado: relato de experiência. *Brazilian Journal of Health Review*, 2021; 4(3): 12075-12093.
8. MINAYO-GOMEZ CM e THEDIM-COSTA SMF. A construção do campo de saúde do trabalhador: percurso e dilemas. *CadSaude*, 1997; 13(Supl. 2): 21-32.
9. MOARES MMS. Programa de Educação pelo Trabalho pela Saúde - Interprofissionalidade: Experiência da Universidade Federal do Sul da Bahia. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2023; 23(12): e14188.
10. NUNES RKS. Desafios e adaptações da extensão universitária em tempos de pandemia: relato de experiência. *Revista Ciência Plural*, 2021; 7(1): 211-223.
11. OLIVEIRA EE. Um auto relato sobre a participação no projeto "Ateliê do sorriso": um caminho percorrido da extensão à sociedade. *Revista Ciência Plural*, 2019; 5(3): 72-88.
12. OMS. The World Medicines Situation 2011- Access to controlled medicines, 3rd edition. 2011. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-EMP-MIE-2011-2.4>. Acessado em: 23 de janeiro de 2024.
13. PEREIRA EC, et al. Saúde do trabalhador, práticas integrativas e complementares na atenção básica e pandemia da COVID-19. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2022; 56: e20210362
14. PRAÇA LA. Qualidade de vida no trabalho em tempos de pandemia de COVID-19: os desafios e oportunidades dos docentes do ensino superior. *Gestão-Revista Científica* 2020; 2: 2.

15. ROCHA EMS, et al. Mapeamento do ensino de práticas integrativas e complementares nas graduações de Enfermagem, Medicina e Odontologia. *Revista Docência do Ensino Superior*, 2022; 12: 1-21.
16. SILVA AFL, et al. Pensando extensão universitária como campo de formação em saúde: uma experiência na Universidade Federal Fluminense, Brasil. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, 2013; 7(45): 371-384.
17. TELES JE. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estudos Avançados*, 2016; 30(86): 99-112.
18. TESSER CD. Práticas complementares, racionalidades médicas e promoção da saúde: contribuições pouco exploradas. *Cadernos de Saúde Pública*, 2009; 25(8): 1.732-1.742.
19. TESSER I, et al. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde Brasileira. *Saúde Debate*, 2018; 42(1): 174-188.
20. VIEIRA ABD, et al. As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde como um caminho para a sensibilização e formação de acadêmicos da saúde: relato de experiência. *Vittale - Revista de Ciências da Saúde*, 2018; 30(1): 137-143.