



Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária: Relato de Experiência em Ações do Outubro Rosa¹

Eduarda Spaniol Vargas², Larissa Bornholdt³, Caryna Amaral Leite⁴, Pâmela Aparecida Dias⁵, Graciela de Brum Palmeiras⁶

¹ Relato de experiência desenvolvido no âmbito da Liga Acadêmica de Espiritualidade, Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, da Universidade de Passo Fundo, a partir da atividade de extensão realizada durante o Outubro Rosa de 2024, na Estratégia Saúde da Família São José, em Passo Fundo/RS.

² Acadêmica do curso de Enfermagem, do Instituto da Saúde, da Universidade de Passo Fundo (UPF). E-mail: 196067@upf.br

³ Enfermeira, Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano (PPGEH), do Instituto da Saúde, da Universidade de Passo Fundo (UPF). E-mail: 180547@upf.br

⁴ Acadêmica do curso de Enfermagem, do Instituto da Saúde, da Universidade de Passo Fundo (UPF). E-mail: 181679@upf.br

⁵ Acadêmica do curso de Enfermagem, do Instituto da Saúde, da Universidade de Passo Fundo (UPF). E-mail: 199207@upf.br

⁶ Doutora em Enfermagem, Docente Permanente do Programa de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano (PPGEH), do Instituto da Saúde da Universidade de Passo Fundo (UPF). E-mail: gracielabrum@upf.br

Introdução: Às Práticas Integrativas e Complementares (PICS) constituem-se como estratégias de cuidado que complementam os tratamentos tradicionais, visando a promoção, prevenção e recuperação da saúde, através da estreita relação entre ser humano/meio ambiente/sociedade. Essas práticas incluem terapias como aromaterapia, musicoterapia, escalda-pés, entre outras, e vêm ganhando espaço no Sistema Único de Saúde (SUS) devido aos seus benefícios na promoção do bem-estar e na humanização do cuidado. Nesse contexto, ofertar PICS em ambientes de atenção à saúde, especialmente em tempo de crise, promove um atendimento completo, na medida em que engloba aspectos físicos, emocionais e espirituais do paciente, contribuindo para uma experiência de atendimento positiva e acolhedora. **Objetivo:** Relatar a experiência de ações desenvolvidas por acadêmicos de enfermagem através de Práticas Integrativas e Complementares (PICS), no Outubro Rosa. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, desenvolvido por meio de ações alusivas ao Outubro Rosa, com aplicação de PICS por acadêmicos de enfermagem, membros da Liga Acadêmica de Saúde, Espiritualidade e Práticas Integrativas e Complementares, de uma instituição de ensino, durante o segundo semestre de 2024, numa Estratégia Saúde da Família (ESF) localizada ao norte do Rio Grande do Sul. **Resultados:** A atividade resultou de uma parceria da Liga Acadêmica de Saúde juntamente com a equipe de saúde da ESF. Participaram 42 mulheres, incluindo gestantes e profissionais de saúde da ESF, abrangendo diferentes faixas etárias. Devido às limitações do espaço físico, as atividades foram conduzidas em grupos de 10 mulheres por vez. A iniciativa ocorreu na sala de espera da unidade de saúde, onde as participantes aguardavam para realização de exames preventivos (Papanicolau) e testes rápidos (HIV, sífilis e hepatites). Os acadêmicos convidavam as mulheres para a atividade e, mediante aceitação, eram encaminhadas para uma sala reservada, com iluminação reduzida, onde se iniciavam as sessões de escalda-pés. A prática era realizada com água morna, sal grosso e ervas relaxantes, aliada à aplicação de aromaterapia com lavanda, alecrim com limão e hortelã. Além disso, as



participantes eram expostas a musicoterapia por 15 minutos. Durante a sessão, as mulheres eram orientadas a retirar os calçados, respirar profundamente e focar nas sensações proporcionadas pelos aromas e músicas. Ao final, a maioria relatou sentir-se mais relaxadas e afirmaram que a atividade tornou o tempo de espera mais agradável. Algumas demonstraram interesse em replicar a prática em casa e solicitaram a receita do esalda-pés. Houve apenas um caso de reação alérgica leve, e a participante recebeu a assistência necessária, afastando-se da atividade sem maiores complicações. As profissionais da unidade destacaram que a adesão foi acima da média, atribuindo esse resultado à participação ativa da Liga Acadêmica na ação. **Conclusões:** A experiência destacou a importância das PICS na atenção primária, promovendo bem-estar e acolhimento. A parceria entre acadêmicos e profissionais da ESF proporcionou um atendimento humanizado, abrangendo aspectos físicos, emocionais e espirituais. A alta adesão reforça a relevância dessas práticas, que contribuem para a melhoria da experiência do usuário. Sendo assim, recomenda-se sua ampliação no SUS e a capacitação dos profissionais para integrá-las ao cuidado em saúde. **Palavras-chave:** Terapias Complementares; Aromaterapia; Musicoterapia; Assistência Integral à Saúde.

Referência: BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso.** 2. ed. Brasília, 2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf. Acesso em: 20 mar. 2025.