

VALORIZANDO NOSSO BAIRRO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A OFERTA DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES À POPULAÇÃO DE UM BAIRRO DE PAU DOS FERROS-RN

Jonathas Vieira de Carvalho Marinho¹
Klebeson Jonnatas de Almeida Araujo²
Maria Lúcia Lira de Andrade³
Rayssa Ciríaco da Costa Ramalho⁴
Tiago Firmino de Carvalho⁵

RESUMO

Com o avanço da humanidade e o apropriação de técnicas e costumes que compõem as formas de viver dos indivíduos, as Práticas Integrativas e Complementares (PICs), se apresentam como recursos milenares criados para contribuir na promoção e prevenção da saúde, ganhando cada vez mais espaço na sociedade atual. O presente trabalho objetiva relatar o período de experiência que os discentes e docentes membros do Projeto de Extensão Universitária Núcleo de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (NUPICS), tiveram em uma ação em parceria com a Prefeitura Municipal, intitulada “Valorizando Nosso Bairro”. A ação ocorreu no dia 18 de abril de 2024 em ambiente livre, no centro do bairro e contou como a comunidade lá vivente. Foram ofertados atendimentos de ventosaterapia, auriculoterapia, e massoterapia. A extensão é visualizada através desse projeto como uma ferramenta capaz de ampliar o conhecimento sobre as PICs, disseminando essas práticas nas mais diversas camadas da população. Na ação relatada, foi garantida a apresentação das terapias holísticas nas quais a comunidade não possuía vivência. Deste modo, foi promovida a conscientização de práticas de autocuidado, causando bom impacto da universidade na comunidade. Ainda, é notório sua importância na integração social e científica.

Palavras-chave: Práticas Integrativas e Complementares; Extensão Universitária; Impacto Social.

VALUING OUR NEIGHBORHOOD: AN EXPERIENCE REPORT ON THE OFFER OF INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES TO THE POPULATION OF A NEIGHBORHOOD IN PAU DOS FERROS-RN

ABSTRACT

With the advancement of humanity and the appropriation of techniques and customs that make up the ways of living of individuals, Integrative and Complementary Practices (PICs) are presented as millennial resources created to contribute to the promotion and prevention of health, gaining more and more space in today's society. The present work aims to report the period of

1 Graduando em Enfermagem pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. jonathas20230020861@alu.uern.br

2 Graduando em Educação Física pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. jonnataklebeson13@gmail.com.

3 Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. Doutora em Bioquímica e Biologia Molecular pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. lucialira@uern.br

4 Graduanda em Educação Física pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. rayssaramalho@alu.uern.br

5 Graduando em Enfermagem pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. tiago20230036530@alu.uern.br

experience that the students and professors who are members of the university extension project Center for Integrative and Complementary Practices in Health – NUPICS, had in an action in partnership with the City Hall, entitled “Valuing Our Neighborhood”. The action took place on April 18, 2024 in a free environment, in the center of the neighborhood and told how the community living there. Cupping, auriculotherapy, and massage therapy were offered. Extension is viewed through this project as a tool capable of expanding knowledge about PICs, disseminating these practices in the most diverse layers of the population. In the reported action, the presentation of holistic therapies in which the community had no experience was guaranteed. In this way, awareness of self-care practices was promoted, causing a good impact of the university in the community. Still, its importance in social and scientific integration is notorious.

Keywords: Integrative and Complementary Practices; University Extension; Social impact

1 INTRODUÇÃO

No contexto atual da saúde, os desafios impostos pela Medicina moderna tornam-se cada vez mais complexos, levando as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) a emergirem como uma abordagem relevante que expande a visão tradicional de cuidado (Silva *et al.*, 2020). Essas práticas introduzem não apenas novas formas de atendimento integral ao indivíduo, mas também aplicam saberes e técnicas que abordam problemas anteriormente negligenciados na assistência médica (Tesser; Dallegrove, 2020). Assim, as PICs se configuram como uma alternativa que busca preencher lacunas deixadas pelo modelo biomédico convencional.

Esse movimento é caracterizado por um modelo de atenção humanizada, que integra corpo, mente, espírito e ambiente, promovendo um cuidado mais completo e individualizado (Ruela *et al.*, 2019). Nesse sentido, o crescente interesse por tratamentos diversificados reflete a necessidade de uma compreensão completa do indivíduo, que vai além do simples tratamento de doenças (Aguilar; Kanan; Masiero, 2019). A inclusão das PICs no Sistema Único de Saúde (SUS) não apenas valida essa abordagem, mas também sinaliza uma mudança significativa na política de saúde, valorizando a diversidade de métodos terapêuticos e promovendo o diálogo entre ciência e tradição (Schwambach; Queiroz, 2023).

Além disso, as PICs ajudam a reduzir a dependência de medicamentos alopáticos, diminuindo custos com tratamentos de longa duração e promovendo alternativas com menos efeitos colaterais (Nogueira *et al.*, 2024).

Estudos recentes mostram que a adoção de terapias complementares contribui para a redução no uso de medicamentos psicotrópicos e anti-inflamatórios, além de auxiliar no controle da dor e na melhora do sono (Lopes Munhoz *et al.*, 2020). Também se destacam no manejo do estresse e da ansiedade, condições intensificadas pelo estilo de vida moderno e muitas vezes tratadas de forma limitada pela Medicina tradicional (Harasim *et al.*, 2021).

Dentro desse panorama, a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) busca superar as lacunas históricas na produção do cuidado (Bezerra *et al.*, 2019). Tais práticas, que incluem Acupuntura, Fitoterapia, Homeopatia, Yoga, Meditação, Ventosaterapia e Massoterapia, promovem o equilíbrio entre corpo e ambiente, controlando alterações fisiológicas e psicológicas, além de reduzir a sintomatologia (Nogueira *et al.*, 2023). Assim, as PICs contribuem para o bem-estar e prevenção de doenças crônicas, representando uma evolução na atenção à saúde e um atendimento mais humanizado (Magalhães *et al.*,

2024). Em contrapartida, nem todas as práticas estabelecidas pela PNPS estão à disposição da população pelo SUS, principalmente no que se refere a nossa região. Por esta razão, a realização de ações do Projeto de Extensão NUPICS vem com o objetivo de apresentar as diversas camadas populacionais as PICS, de forma responsável e acolhedora.

Nesse sentido, as PICS emergem como um campo promissor para a investigação acadêmica e a prática profissional em saúde, representando uma nova abordagem que desafia os modelos tradicionais (Gemeli; Silva; Kato, 2020). Nas universidades, observa-se um crescimento significativo do interesse por essas práticas, refletido no aumento de espaços dedicados ao ensino e à pesquisa.

Projetos de extensão universitária desempenham um papel crucial nesse contexto, pois proporcionam experiências práticas que conectam os futuros profissionais com a comunidade (Santana *et al.*, 2021). Essa interação não apenas enriquece a formação acadêmica, mas também promove a troca de saberes entre os conhecimentos científicos e as práticas populares, contribuindo para uma formação mais completa e contextualizada dos estudantes e comunidade.

Este estudo busca relatar as atividades desenvolvidas por alunos no contexto de um projeto de extensão universitária focado em Práticas Integrativas e Complementares. A ação, realizada em parceria com a prefeitura do Município de Pau dos Ferros, intitulada “Valorizando Nosso Bairro” no bairro Perímetro Irrigado.

A relevância deste relato reside na necessidade de compartilhar as atividades do projeto, que desempenha um papel crucial no fortalecimento da extensão no *Campus*.

2 RELATO DA EXPERIÊNCIA

Este estudo trata-se de um relato de experiência acerca do Projeto de Extensão Núcleo de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (NUPICS), da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte - *Campus* Avançado de Pau dos Ferros/RN. O relato de experiência é uma expressão escrita de vivências que contribui de forma relevante para a produção de conhecimentos sobre diversas temáticas (Mussi *et al.*, 2021). Este estudo segue todos os princípios éticos que regulamentam a pesquisa em seres humanos (Resolução nº 466/12 e nº 510/16): autonomia, beneficência, não maleficência, justiça e equidade.

Ademais, o Projeto de Extensão NUPICS foi incentivado pelo Programa de Extensão (PROEX) da UERN, promovido pelo Departamento de Educação Física do *Campus* Avançado de Pau dos Ferros. Suas atividades tiveram início em 31 de maio de 2022 e seguem de forma contínua até os dias atuais. Contudo, este relato aborda especificamente a ação realizada em 18 de abril de 2024, que contou com a participação da coordenação do projeto, estudantes dos cursos de Educação Física e Enfermagem, além de outros profissionais por meio de parcerias.

Por conseguinte, para que fosse possível a realização da proposta do projeto, que, de forma geral, trata do fortalecimento do ensino, da pesquisa e da extensão, atuando de maneira integrativa ao oferecer Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) à comunidade acadêmica e externa, as atividades são gratuitas e destinadas a professores, alunos, funcionários, técnicos administrativos, equipe terceirizada e principalmente membros da comunidade externa.

O funcionamento do NUPICS se inicia por meio de agendamento dos atendimentos, que é feito previamente através de uma conta exclusiva no

Instagram, a qual também serve para divulgar as ações e modalidades de terapia oferecidas. Além disso, a equipe do NUPICS realiza reuniões semanais via *Google Meet* para organizar a agenda semanal e discutir pontos relevantes sobre o andamento do projeto, atendimentos, apresentação de artigos científicos e planejamento das ações externas. Um grupo no *WhatsApp* foi criado para facilitar a comunicação e o agendamento de interessados nas atividades. Os atendimentos são realizados na sala do Grupo de Pesquisa Educação Física, Sociedade e Saúde, que foi cedida temporariamente pelo Departamento de Educação Física, e os materiais utilizados incluem kits de ventosaterapia, acupuntura auricular, óleos de massagem, ervas terapêuticas, óleos essenciais, entre outros.

Assim sendo, como prioridade de um projeto de extensão, o NUPICS CAPF visa atender também a comunidade que o cerca, recebendo para atendimentos individualizados pessoas externas à universidade. Os sujeitos da comunidade que frequentam o projeto tomaram conhecimento deste a partir das ações realizadas externamente, bem como divulgação em redes sociais, entre amigos e familiares. Também são realizadas ações frequentemente fora dos muros universitários.

A ação em destaque foi denominada “Valorizando Nosso Bairro”, na qual a equipe participou em parceria com a prefeitura da cidade sede do *Campus*, especificamente, na Vila Perímetro Irrigado, em Pau dos Ferros - RN, com o intuito de apresentar à comunidade as atividades que lhe são ofertadas, em prol da disseminação das PICS e da cultura do cuidado. O evento contou com a participação de várias outras atividades ofertadas à comunidade, como jogos e brincadeiras para crianças, apresentações de música, teatro, exposição de poemas, programas de ortodontia, atendimento de assistência social.

Essas atividades foram oferecidas em tendas bem estruturadas e organizadas, dispostas uma ao lado da outra em uma certa distância, onde cada uma era responsável por apresentar seus respectivos projetos e objetivos. O ambiente da vila era amplo, proporcionando bastante espaço para a circulação das pessoas que estavam conhecendo os serviços. Em se tratando da estruturação e elaboração do evento, este foi bem organizado, contando com a participação de fotógrafos profissionais, equipamentos novos e suficientes à disposição dos atendimentos, bem como a utilização de três macas para que os membros do projeto atendam com mais tranquilidade e espaço. Os atendimentos ofertados pelo NUPICS foram Massoterapia, Ventosaterapia e Auriculoterapia, realizados pelos membros professores e discentes da UERN, conforme visualizado na figura 1.

Figura 1. Atendimentos de Ventosaterapia e Auriculoterapia realizados pela equipe do NUPICS na ação Valorizando Nosso Bairro.



Fonte: Acervo NUPICS, 2024

A maioria das pessoas atendidas naquele local ainda não conhecia o projeto ou nunca havia vivenciado nenhum contato com as PICs, havendo participantes que inclusive nunca ouviram falar nas práticas que lá foram ofertadas. A princípio foi encontrado resistência por algumas pessoas, com receio de se machucar ou de algum efeito colateral. Nessa situação, foi explicado de forma compreensiva, clara e didática os benefícios dos tratamentos ofertados, bem como a segurança. Sendo desta forma, atendimentos foram satisfatórios trazendo alívio e relaxamento a quem os recebeu, acompanhados sempre de boas considerações, elogios e relatos de indicações a familiares e amigos. Por existir alta rotatividade de participantes naquele local, foi possível disseminar as práticas a diversas pessoas, aumentando o público e favorecendo o conhecimento sobre as PICs.

E o material utilizado nessa ação, além do já em uso nos atendimentos individuais, incluiu macas, que foram disponibilizadas pela organização do evento, além de álcool etílico para a devida limpeza dos materiais, dos membros da equipe e dos pacientes. Foram utilizados também copos de ventosa (Dong Yang), papel toalha e óleos corporais para realizar as massagens e kit de Auriculoterapia com sementes de mostarda. O evento foi um ponto importante na atuação do NUPICS, pois muitos indivíduos da população atendida nunca haviam ouvido falar em PICs e se permitiram vivenciar esse momento de atenção e cuidado pessoal, compreendendo que é um direito desta receber cuidados integrativos de forma igualitária, independente do extrato social.

Além disso, participar de um projeto como esse, na figura de discente e docente, ampliou o entendimento não somente sobre as técnicas exercidas, mas revelou internamente o desejo de cada dia mais adquirir habilidades e conhecer outros tipos de terapias. Além disso, ao realizar os atendimentos, foi possível construir uma interação maior com as pessoas, exigindo uma maior desenvoltura na fala e a adoção de uma postura mais profissional para facilitar a comunicação com todos que diariamente passavam pelos atendimentos.

Por fim, incontáveis foram os ganhos proporcionados por essa experiência. Participar deste projeto de extensão contribuiu para o crescimento pessoal e para a construção de um profissional mais ético e humano, onde foi possível direcionar o olhar ao indivíduo de forma mais integral, conforme apresentavam suas necessidades e queixas. Logo, à medida que o projeto se mostrou relevante para o *Campus*, pode-se dizer que ele também foi essencial para o crescimento pessoal de todos os seus membros.

3 CONCLUSÃO

A ação realizada no dia 18 de abril de 2024, no Perímetro Irrigado, em Pau dos Ferros, destacou-se como um momento crucial para a efetivação dos direitos humanos através da promoção de saúde e bem-estar na comunidade. Ao oferecer atendimentos gratuitos e acessíveis, o Projeto de Extensão Núcleo de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (NUPICS) não apenas atendeu às necessidades imediatas dos participantes, mas também reafirmou o compromisso com a saúde como um direito humano fundamental.

Os *feedbacks* recebidos demonstraram que os atendimentos foram extremamente proveitosos, contribuindo para o alívio de sintomas como ansiedade, estresse e dores musculares. Essa resposta positiva da comunidade é um indicativo claro de que ações como essa são essenciais para garantir que todos tenham acesso a práticas de saúde integrativas, fortalecendo a ideia de que a saúde não deve ser um privilégio, mas um direito garantido a todos.

Além do impacto direto nos atendimentos, a interação entre os discentes e docentes das áreas de Enfermagem e Educação Física propiciou um espaço rico para a troca de conhecimentos e experiências. A interdisciplinaridade demonstrou ser um elemento-chave, permitindo que cada membro da equipe contribuísse com suas *expertises* para oferecer um atendimento mais completo e humanizado. Essa colaboração não apenas enriqueceu a prática, mas também reforçou a importância da capacitação contínua dos profissionais envolvidos.

Portanto, a continuidade e a ampliação do projeto são de suma importância, especialmente considerando a aceitação positiva por parte da comunidade do *Campus* Pau dos Ferros. Expandir a oferta de modalidades terapêuticas e promover ações regulares não apenas ampliará o alcance das Práticas Integrativas e Complementares (PICs), mas também será fundamental para fortalecer o vínculo da comunidade com os serviços de saúde, promovendo uma cultura de cuidado e bem-estar. Ao final, iniciativas como a do NUPICS não são apenas intervenções de saúde; são passos significativos na luta pela garantia de direitos humanos, essencial para a construção de uma sociedade mais justa e saudável.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Jordana; KANAN, Lilia Aparecida; MASIERO, Anelise Viapiana. Práticas Integrativas e Complementares na atenção básica em saúde: um estudo bibliométrico da produção brasileira. **Saúde em Debate**, [s. l.], v. 43, n. 123, p. 12051218, 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042019000401205&lng=pt.

BEZERRA, Isaac Newton Machado *et al.* Práticas integrativas e complementares em saúde junto a profissionais da atenção primária. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, [s. l.], v. 32, p. 1–7, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/9265>.

GEMELI, T; SILVA, H; KATO, M. Integrative and Complementary Health Practices Building a New Health Paradigm. **European Journal of Public Health**, [s. l.], v. 30, n. Supplement_5, 2020. Disponível em: <https://academic.oup.com/eurpub/article/doi/10.1093/eurpub/ckaa166.443/5913654>.

HARASIM, Anna S. *et al.* Use of Complementary and Alternative Medicine in Patients with Primary Immunodeficiency: a Multicentric Analysis of 101 Patients. **Journal of Clinical Immunology**, [s. l.], v. 41, n. 3, p. 585-594, 2021. Disponível em: <http://link.springer.com/10.1007/s10875-020-00955-8>.

LOPES MUNHOZ, Oclaris *et al.* Práticas integrativas e complementares para promoção e recuperação da saúde. **Revista Recien - Revista Científica de Enfermagem**, [s. l.], v. 10, n. 30, p. 209-221, 2020. Disponível em: <https://recien.com.br/index.php/Recien/article/view/280>.

MAGALHÃES, Pedro Salvatore Franco *et al.*, **PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE: IMPACTOS DO CULTIVO COMUNITÁRIO NA QUALIDADE DE VIDA**. In: PRÁTICAS DE SAÚDE PÚBLICA NO BRASIL. [S. l.]: Editora Científica Digital, 2024. p. 89-101. Disponível em: <http://www.editoracientifica.com.br/articles/code/240917644>.



NOGUEIRA, Cintia Mikaelle Cunha de Santiago *et al.* Evidências científicas sobre os benefícios do uso de PICS para a qualidade de vida de mulheres climatéricas: revisão de escopo. **CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES**, [s. l.], v. 16, n. 9, p. 16641-16662, 2023. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/1511>.

NOGUEIRA, Mário Círio *et al.*, Prevalência de uso de práticas integrativas e complementares e doenças crônicas: Pesquisa Nacional de Saúde 2019. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s. l.], v. 29, n. 9, 2024. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232024000900805&tlng=pt.

RUELA, Ludmila de Oliveira *et al.*, Implementação, acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revisão da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s. l.], v. 24, n. 11, p. 4239-4250, 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019001104239&tlng=pt.

SANTANA, Regis Rodrigues *et al.* Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde. **Educação & Realidade**, [s. l.], v. 46, n. 2, 2021. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-62362021000200601&tlng=pt.

SCHWAMBACH, Lulaira Bermudes; QUEIROZ, Lorena Carnielli. Uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no tratamento da depressão. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, [s. l.], v. 33, 2023. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312023000100664&tlng=pt.

SILVA, Gisléa Kândida Ferreira da *et al.* Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares: trajetória e desafios em 30 anos do SUS. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, [s. l.], v. 30, n. 1, 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312020000100607&tlng=pt.

TESSER, Charles Dalcanale; DALLEGRAVE, Daniela. Práticas integrativas e complementares e medicalização social: indefinições, riscos e potências na atenção primária à saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, [s. l.], v. 36, n. 9, 2020. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2020000903001&tlng=pt.