

# **CARTILHA DE PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO CUIDADO EM SAÚDE DAS CRIANÇAS**

**ORGANIZAÇÃO:**



Projeto de Estimulação Precoce da Primeira Infância



## **AUTORES**

**Lindynês Amorim de Almeida**

**Rillary Caroline de Melo Silva**

**Barbara Vitória dos Santos Torres**

**Jislene dos Santos Silva**

**Ana Carolina Santana Vieira**

## **EDITOR RESPONSÁVEL**

**Guilherme Barroso L De Freitas**

### **Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (Editora Pasteur, PR, Brasil)**

L754 ALMEIDA, Lindynês Amorim de. Cartilha de práticas integrativas e complementares no cuidado em saúde das crianças / Lindynês Amorim de Almeida; Rillary Caroline de Melo Silva; Barbara Vitória dos Santos Torres; Jislene dos Santos Silva & Ana Carolina Santana Vieira - 1 ed. 1 vol - Irati: Pasteur, 2021.  
1 livro digital; 20 p.; il.

Modo de acesso: Internet  
<https://doi.org/10.29327/539665>  
ISBN: 978-65-86700-40-4

1. Pediatria 2. Práticas Integrativas e Complementares 3. Ciências da Saúde I. Título.

CDD 610  
CDU 614

# APRESENTAÇÃO

Prezados leitores,

A cartilha “Práticas Integrativas e Complementares (PICS) no cuidado em saúde das crianças” possui como objetivo trazer a abordagem das PICS na realidade pediátrica, como um método terapêutico complementar ao tratamento tradicional, evidenciando os benefícios das práticas para a saúde das crianças. É fruto de ações desenvolvidas durante o Projeto de Estimulação Precoce da Primeira Infância-PEPPI-vinculado à Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas em Maceió, Alagoas.

Esperamos que gostem!

---

MACEIÓ, AL

2021



Projeto de Estimulação Precoce da Primeira Infância

**2** APRESENTAÇÃO

**4** O QUE SÃO PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES (PICS)?

**4** ONDE ENCONTRAR?

**4** QUAIS SÃO OS BENEFÍCIOS?

**5** QUAL O PÚBLICO?

**6** TIPOS DE PICS MAIS UTILIZADAS EM CRIANÇAS:

Reiki  
Meditação  
Hipnoterapia  
Fitoterapia  
Musicoterapia  
Quiropraxia  
Osteopatia  
Aromaterapia  
Naturopatia  
Yoga

**16** CONSIDERAÇÕES FINAIS  
Agradecimentos

**17** AUTORAS

**18** REFERÊNCIAS  
Créditos

**PEPPI**



## O QUE SÃO PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES (PICS)?

São práticas que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de doenças e recuperação da saúde por meio de ações seguras. Sendo utilizado recursos naturais para atender os procedimentos das PICS, recusando assim, o uso de substâncias que não existam na natureza (MENDES et al., 2019).

As PICS não substituem o tratamento tradicional. Devem ser utilizadas como um complemento e indicadas por profissionais específicos conforme a necessidade de cada caso (BRASIL, 2020).

## ONDE ENCONTRAR?

Atualmente, o Sistema Único de Saúde (SUS) oferece, de forma integral e gratuita, 29 procedimentos das PICS à população, as quais são: Apiterapia, Aromaterapia, Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Bioenergética, Constelação familiar, Crenoterapia, Cromoterapia, Dança circular, Fitoterapia, Geoterapia, Hipnoterapia, Homeopatia, Imposição de mãos, Medicina antroposófica, Medicina tradicional chinesa/Acupuntura, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Ozonioterapia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa, Terapia de florais e Yoga. Os atendimentos começam na Atenção Básica, principal porta de entrada para o SUS (BRASIL, 2020).

## QUAIS SÃO OS BENEFÍCIOS?

Estudos têm mostrado a eficiência das PICS, além disso, existem profissionais capacitados e habilitados para realizar as práticas integrativas, bem como uma maior valorização do conhecimento popular, o qual se originam grande parte dessas práticas (BRASIL, 2020).

## **QUAL O PÚBLICO?**

As PICs podem ser utilizadas em todas as fases da vida dos indivíduos, sejam crianças, adolescentes, adultos, idosos e gestantes, mas para isso se faz necessário entender as particularidades de cada indivíduo e as limitações da idade (BRASIL, 2012).

**ELISA ALEIXO LESSA  
JOANA ALEIXO LESSA**

# REIKI



**BERNARDO AMORIM MACEDO VILELA**

O reiki é uma prática espiritual caracterizada pela imposição das mãos no ser humano com objetivo de restabelecer o equilíbrio físico, mental e espiritual, baseando-se na ideia de que a energia flui através de corpos e pode ser usada para estimular o processo de cura. A prática pode tratar muitas enfermidades agudas e crônicas, sem restrição de faixa etária e sem contra-indicações, como: sinusite, rinite, cistite, asma, insônia e depressão, promovendo bem estar e melhora do humor (FREITAS; ANDRADE; BADKE, 2015).

# MEDITAÇÃO

LETÍCIA AMORIM DE OLIVEIRA BARROS

A meditação equivale a um conjunto de técnicas que treinam a focalização da atenção e da mente de tal modo que seja capaz de produzir maior integração entre a mente, o corpo e o mundo externo, diminuindo a ansiedade e o estresse, a aplicação desta técnica pode repercutir na saúde e no bem-estar de seus praticantes (MEDEIROS, 2017).

# HIPNOTERAPIA

---

A hipnose é um conjunto de técnicas que, por meio de intenso relaxamento, concentração e/ou foco, induz a pessoa a alcançar um estado de consciência expansiva no qual os poderosos recursos internos e o conhecimento que adquirimos durante toda a vida, e que usamos de forma inconsciente, tornam-se de repente disponíveis. É uma terapia baseada na mente e no corpo e é mais utilizada para ansiedade, estresse, insônia, náusea/ vômito, além de permitir alterar condições ou até mesmo comportamentos indesejados, como medos, fobias, insônia, depressão, angústia, estresse, dores crônicas (CAMPOS; OLIVEIRA, 2017; BIRDEE et al., 2010).

---



**TANNIERY SOUZA MORAIS**

# FITOTERAPIA

A fitoterapia é mencionada como uma das práticas integrativas mais utilizadas em crianças. Os principais motivos para uso pediátrico são no tratamento de distúrbios gastrointestinais, do trato respiratório superior e dermatológicos e geralmente na forma de banhos e chás. As ervas mais utilizadas na forma de chás para crianças são: erva-doce, camomila e hortelã, tendo em grande parte sucesso terapêutico (BIRDEE et al., 2010; AGUIAR JÚNIOR; COSTA, 2011; GENTIL; ROBLES; GROSSEMAN, 2010).

Apesar dos benefícios, a população deve evitar o uso indiscriminado de plantas medicinais, pois algumas plantas podem ocasionar efeitos adversos quando ingeridas/aplicadas de formas inadequadas. Assim, se faz necessário um conhecimento por parte dos profissionais de saúde que atuam diretamente na atenção primária, através de conhecimentos técnicos, que vão desde o preparo para fins terapêuticos, indicações, cuidados e dosagem, e conhecimentos sobre a percepção quanto à relação saúde-doença (BRUNING; MOSEGUI; VIANNA, 2012).

## ATENÇÃO!

Para crianças menores de dois anos a ingestão de chás pode ser tóxica.



HELLEN VICTORIA SILVA  
SANTOS AMORIM

# MUSICOTERAPIA



**MIGUEL FELIX DE OLIVEIRA**

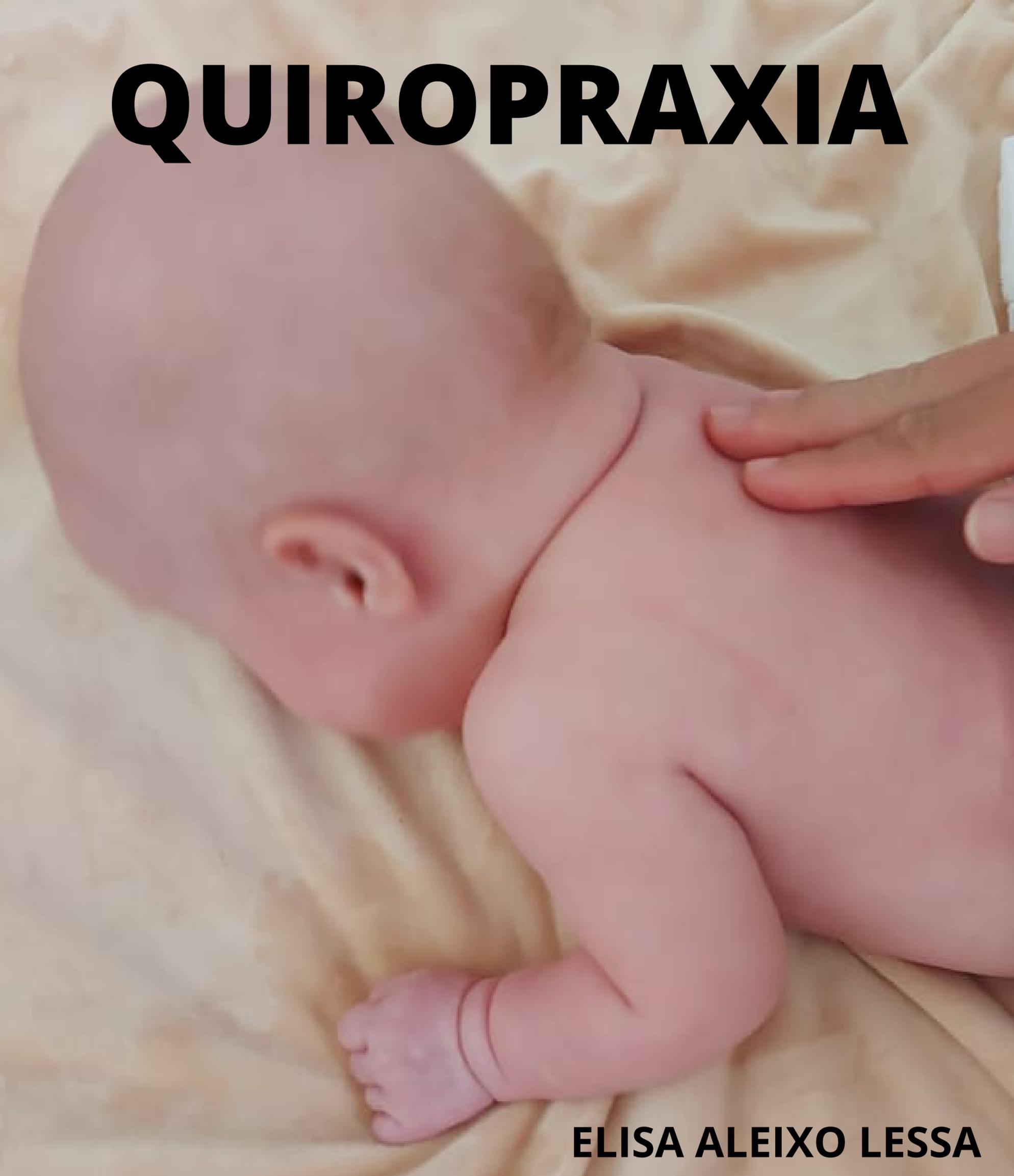


**TANNIERY SOUZA MORAIS**

A música contribui para fortalecer os vínculos, já que facilita a comunicação entre o paciente e sua família, bem como com a equipe de saúde, proporcionando o cuidado integral, individualizado e humanizado. A música é um recurso sem grandes custos financeiros para as instituições de saúde e há um retorno substancial na qualidade dos cuidados oferecidos. Além de sua utilização melhorar o bem-estar físico e mental da criança diante de uma doença grave e seu tratamento (SILVA; BARAN; MERCÊS, 2016).

O principal objetivo da musicoterapia é diminuir a ansiedade, além de contribuir na diminuição da dor em crianças (CADILLO et al., 2017; SOUSA et al., 2019).

# QUIROPRAXIA



**ELISA ALEIXO LESSA**

É uma prática terapêutica voltada para as disfunções mecânicas nos ossos, músculos, articulações e nervos, como também na função normal do sistema nervoso e na saúde geral. A quiropraxia visa a correção de problemas posturais, o alívio da dor e favorece a capacidade natural do organismo de auto cura (BRASIL, 2020).

Os métodos da quiropraxia aplicados pelos profissionais, irão adaptar-se de acordo com o tamanho do paciente, desenvolvimento estrutural, flexibilidade e preferência. Os procedimentos que tratam bebês e crianças pequenas são tipicamente modificados em força e velocidade para se adequar a cada um (TODD; CARROLL; MITCHELL, 2016).



**JOANA ALEIXO LESSA**

# **OSTEOPATIA**

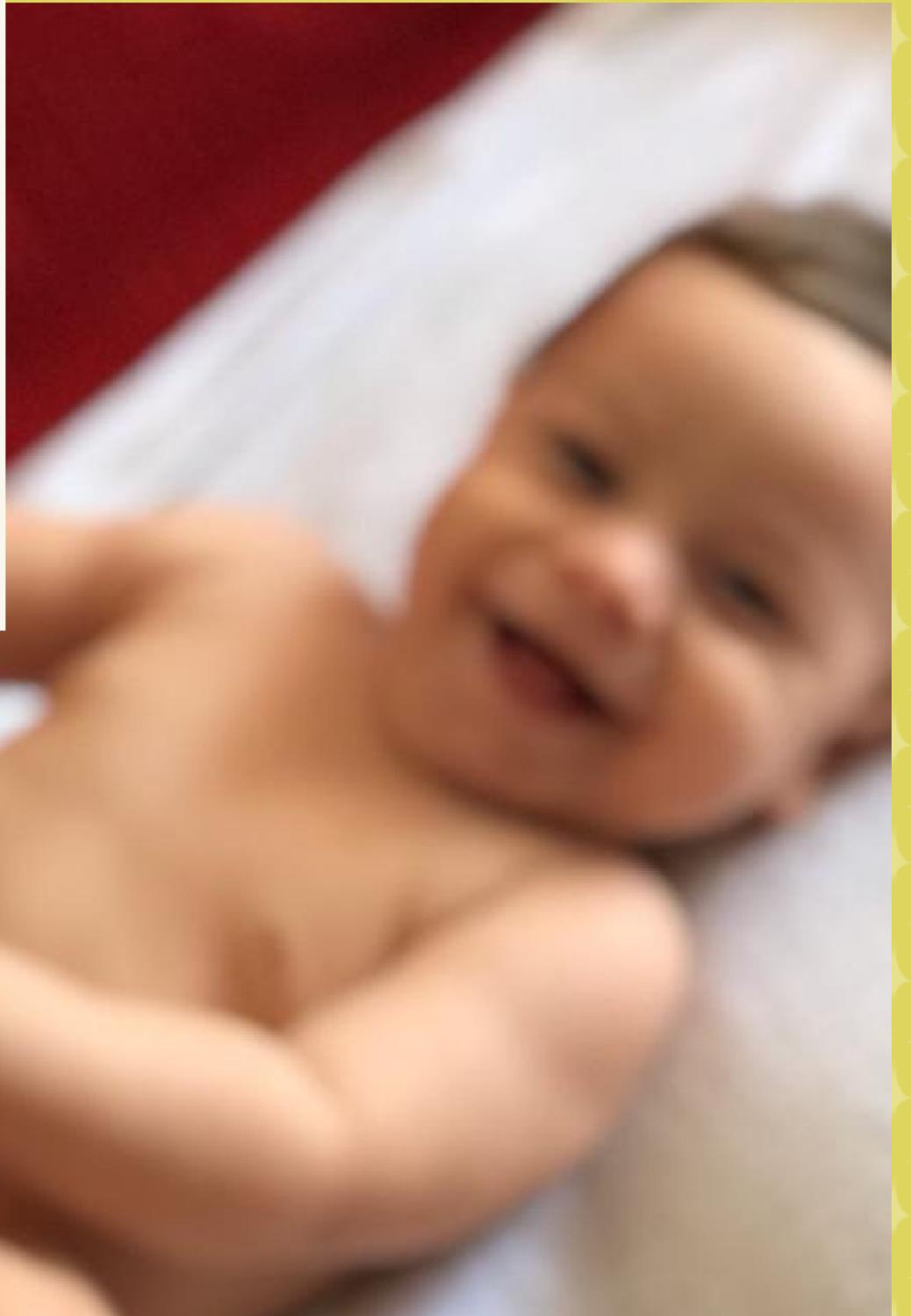
**A osteopatia é uma terapia manipulativa e baseada no corpo, a qual utiliza várias técnicas manuais para auxiliar no tratamento do sistema músculo esquelético (ossos, músculos e articulações) e da articulação temporo-mandibular (ATM) (BRASIL, 2020).**

**A abordagem osteopática tem a capacidade de produzir modificações clínicas positivas na intensidade da dor, além de contribuir para a melhoria das assimetrias cranianas em lactentes, em que o exame osteopático neonatal pode identificar indivíduos predispostos a desenvolver plagiocefalia (FERREIRA; FERREIRA, 2018).**

# AROMATERAPIA

Prática que utiliza as propriedades dos óleos essenciais, com o objetivo de recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo visando à promoção da saúde física e mental, ao bem-estar e à higiene.

Ela é considerada um recurso terapêutico seguro que pode ser administrado por via olfativa (cheiro) ou dérmica (pele), podendo ser associada à outras práticas, como a massagem. A utilização de óleos durante a prática da massagem proporciona resultado positivo imediatamente após o procedimento (NASCIMENTO; PRADE, 2020).



# NATUROPATIA

O termo naturopatia descreve uma ampla gama de terapias que são consideradas "medicamentos naturais", a prática utiliza um conjunto de métodos e recursos naturais no cuidado e na atenção à saúde. Os médicos naturopatas acreditam que o corpo tem um poder forte, vital e inato para curar a si próprio, sendo bastante utilizado no ramo da pediatria (TORRES et al., 2021).



**MARIA LETHICIA  
SILVA DOS SANTOS**

# YOGA

**Prática corporal, mental e de origem oriental, utilizada como técnica para controlar corpo e mente, associada à meditação. Envolve posturas corporais e exercícios respiratórios, possuindo como objetivo a busca de uma vivência com o sagrado que conduz a união entre o Corpo-Mente-Alma e entre a alma e Deus (TORRES et al., 2021).**



**CAMILLE VITÓRIA LOPES DA SILVA**

**Os seus principais benefícios são: redução do estresse, equilíbrio do sono, fortalecimento do sistema imunológico, aumento da capacidade de concentração e de criatividade, promoção da reeducação mental, melhorando assim os quadros de humor e também a qualidade de vida dos praticantes (TORRES et al., 2021).**



**HELLEN VICTORIA SILVA  
SANTOS AMORIM**



**MARIA EDUARDA PASCOAL DA  
SILVA**

# **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Foi perceptível os benefícios provenientes da atuação das terapias complementares e integrativas em saúde da criança com o intuito do cuidado em saúde, como o auxílio no alívio da dor, seja física ou mental. Contudo, essas práticas não substituem o tratamento convencional, sendo assim utilizadas como um complemento. Dessa maneira, faz-se necessário o acompanhamento adequado por profissionais da saúde e, previamente, a orientação e atualização do assunto à população, considerando assim, a integralidade da assistência.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos à Universidade Federal de Alagoas (UFAL) pela continuidade do Projeto de Estimulação Precoce na Primeira Infância (PEPPI), pois a partir dele tivemos a oportunidade de estendermos nossas atividades.

A escola de enfermagem que, mesmo diante da pandemia da Covid-19, possibilitou o seguimento dos projetos de extensão no formato online.

A todos os(as) pequenos(as) que participaram como nossos modelos e contribuíram para a construção desta cartilha.

Aos pais que autorizaram e se disponibilizaram a tirar e enviar as fotos das crianças que estão na cartilha.

A todos que de alguma forma contribuíram direta ou indiretamente na execução desta cartilha.

# AUTORAS

## LINDYNÊS AMORIM DE ALMEIDA

Acadêmica de Enfermagem na Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, Campus A.C. Simões (EENF/UFAL). Musicista formada pela academia de Educação Musical FFortissimum. Monitora do Projeto de Estimulação Precoce na Primeira Infância - PEPPI - UFAL. Atualmente, colaboradora do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC/CNPq). Membro dos grupos de pesquisas: Grupo de Estudos Trabalho, Enfermagem e Saúde Coletiva - GETESCO; Atenção Integral a Saúde da Criança e do Adolescente (AISCA/Cnpq/UFAL) e Grupo de Estudos Dona Isabel MacIntyre (GEDIM/UFAL).



## RILLARY CAROLINE DE MELO SILVA

Acadêmica de Enfermagem na Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, Campus A.C. Simões (EENF/UFAL). Monitora do Projeto de Estimulação Precoce na Primeira Infância (PEPPI). Membro do Grupo de Pesquisa de Atenção Integral à Saúde da Criança e do Adolescente (AISCA/Cnpq/EENF/UFAL). Membro da Liga Interdisciplinar de Neonatologia da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (LINEO/UNCISAL). Técnica em Química pelo Instituto Federal de Alagoas (IFAL).



## BARBARA VITÓRIA DOS SANTOS TORRES

Acadêmica de Enfermagem na Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, Campus A.C. Simões (EENF/UFAL). Monitora do Projeto de Estimulação Precoce na Primeira Infância - PEPPI - UFAL. Diretora de Marketing da Liga Interdisciplinar de Neonatologia da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (LINEO/UNCISAL). Membro da Liga Acadêmica de Pediatria Multidisciplinar da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (LAPEM/UNIRIO). Membro do grupo de pesquisa: Atenção Integral a Saúde da Criança e do Adolescente (AISCA/Cnpq/UFAL).



## JISLENE DOS SANTOS SILVA

Acadêmica de Enfermagem na Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, Campus A.C. Simões (EENF/UFAL). Atualmente, bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC). Monitora do Projeto de Estimulação Precoce na Primeira Infância (PEPPI/UFAL). Membro dos grupos de pesquisas: Atenção Integral a Saúde da Criança e do Adolescente (AISCA/Cnpq/UFAL) e Grupo de Estudos Dona Isabel MacIntyre (GEDIM/UFAL).



## ANA CAROLINA SANTANA VIEIRA

Professora do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas. Doutora em Ciências da Saúde. Líder do Grupo de Pesquisa de Atenção Integral à Saúde da Criança e do Adolescente (AISCA/Cnpq/UFAL).



# REFERÊNCIAS:

- AGUIAR JÚNIOR, N. R.; COSTA, I. M. C. O uso da medicina alternativa ou complementar em crianças com dermatite atópica. **Anais Brasileiros de Dermatologia**, Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/abd/v86n1/v86n1a33.pdf>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- BIRDEE, G. S. et al. Factors Associated With Pediatric Use of Complementary and Alternative Medicine. **Official Journal of the Academy of Pediatrics**, v. 125, n. 2, p. 249-256, 2010. Disponível em: <<https://pediatrics.aappublications.org/content/125/2/249>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica (Brasil). **Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento**. Cadernos de Atenção Básica. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2012.
- BRASIL. Práticas Integrativas e Complementares (PICS): quais são e para que servem. **Ministério da Saúde**. 2020. Disponível em: <<https://saude.gov.br/saude-de-a-z/praticas-integrativas-e-complementares>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- BRUNING, M. C. R.; MOSEGUI, G. B. G.; VIANNA, C. M. M. A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu - Paraná: a visão dos profissionais de saúde. **Ciência & saúde coletiva**, v. 17, n. 10, p. 2675-2685, 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232012001000017&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232012001000017&lng=en)>. Acesso em: 04 dez 2020.
- CADILLO, L. A. et al. Comparação de duas técnicas alternativas de abordagem comportamental: musicoterapia e distração audiovisual no controle da ansiedade em crianças de 5 a 10 anos. **Revista de Odontopediatria Latinoamericana**, v. 7, n.1, p. 16-24, 2017. Disponível em: <<https://www.revistaodontopediatria.org/ediciones/2017/1/art-3/#art2>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- CAMPOS J. F.; OLIVEIRA, A. O.; HIPNOSE ERICKSONIANA, APLICAÇÕES NA CLÍNICA PSICOLÓGICA. **Revista Científica Univiçosa**, v. 9, n. 1, p. 382-386, 2017. Disponível em: <<https://academico.univicoso.com.br/revista/index.php/RevistaSimpac/article/view/895/1006>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- FERREIRA, A. P. A.; FERREIRA, G. A. Contribuições da osteopatia: período peri e neonatal. **Brazilian Journal Health Review**, v. 1, n. 2, p. 275-281, 2018. Disponível em: <<http://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/683/581>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- FREITAS, V. L.; ANDRADE, A.; BADKE, M. R. O Reiki como forma terapêutica no cuidado à saúde: uma revisão narrativa da literatura. **Enfermería global**, n. 38, p. 346-356, 2015. Disponível em: <[http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v14n38/pt\\_revision5.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v14n38/pt_revision5.pdf)>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- GENTIL, L. B.; ROBLES, A. C. C.; GROSSEMAN, S. Uso de terapias complementares por mães em seus filhos: estudo em um hospital universitário. **Ciência & saúde coletiva**, v. 15, n. supl. 1, p. 1293-1299, 2010. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-555661>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- MEDEIROS, A. M. Práticas integrativas e complementares no SUS: os benefícios do Yoga e da Meditação para a saúde do corpo e da alma. **Revista Eletrônica Correlatio**, v. 16, n. 2, p. 283-301, 2017. Disponível em: <<https://www.metodista.br/revistas/revistasims/index.php/COR/article/view/8369/6145>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- MENDES, D. S. et al. Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. **Journal Health NPEPS**, v. 4, n. 1, p. 302-318, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3452>>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- NASCIMENTO, A.; PRADE, A. C. K. Aromaterapia: o poder das plantas e dos óleos essenciais. **ObservaPICS**, Recife, n.2, p. 1-33, 2020. Disponível em: <<http://observapics.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/06/Cuidado-integral-na-Covid-Aromaterapia-ObservaPICS.pdf>>. Acesso em: 10 dez. 2020.
- SILVA, L. A. G. P.; BARAN, F. D. P.; MERCÊS, N. N. A. A música no cuidado às crianças e adolescentes com câncer: revisão integrativa. **Texto contexto - enfermagem**, v. 25, n.4, 2016. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010407072016000400308&script=sci\\_arttext&lng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010407072016000400308&script=sci_arttext&lng=pt)>. Acesso em: 03 dez. 2020.
- SOUSA, G. C. C. et al. Gerenciamento da dor de crianças e adolescentes no período pós-transplante de células-tronco hematopoéticas: revisão integrativa. **Enfermería global**, v. 18, n. 53, p. 535-550, 2019. Disponível em: <[http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v18n53/pt\\_1695-6141-eg-18-53-535.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v18n53/pt_1695-6141-eg-18-53-535.pdf)>. Acesso em: 01 dez. 2020.
- TODD, A. J.; CARROLL, M. T.; MITCHELL, E. K. L. Forces of Commonly Used Chiropractic Techniques for Children: A Review of the Literature. **Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics**, v. 39, n. 6, p. 401-410, 2016. Disponível em: <[https://www.jmptonline.org/article/S0161-4754\(16\)30108-7/fulltext#secst2035](https://www.jmptonline.org/article/S0161-4754(16)30108-7/fulltext#secst2035)>. Acesso em: 03 dez. 2020.
- TORRES, B.V. et al. Práticas integrativas e complementares no cuidado em saúde de crianças. **Enfermagem em Foco**, v. 12, n. 1, p. 154-162, 2021. Disponível em: <<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3753/1112>>. Acesso em: 20 jun. 2021.

# CRÉDITOS

**BERNARDO AMORIM MACEDO VILELA**

**CAMILLE VITÓRIA LOPES DA SILVA**

**ELISA ALEIXO LESSA**

**HELLEN VICTORIA SILVA SANTOS AMORIM**

**JOANA ALEIXO LESSA**

**LETÍCIA AMORIM DE OLIVEIRA BARROS**

**MARIA EDUARDA PASCOAL DA SILVA**

**MARIA LETHICIA SILVA DOS SANTOS**

**MIGUEL FELIX DE OLIVEIRA**

**TANNIERY SOUZA MORAIS**



Projeto de Estimulação Precoce da Primeira Infância

