



Universidade de Brasília  
Faculdade de Ceilândia  
Curso de Graduação em Saúde Coletiva

Rayane Ferreira Sampaio

**Práticas Integrativas e Complementares em Saúde em  
Escolares: uma reflexão sobre a saúde emocional dos  
estudantes**

Brasil, 2019

Rayane Ferreira Sampaio

**Práticas Integrativas e Complementares em Saúde em  
Escolares: uma reflexão sobre a saúde emocional dos  
estudantes**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado na Universidade de  
Brasília/UnB - Faculdade de Ceilândia,  
como requisito para à obtenção do título  
de Bacharel em Saúde Coletiva.  
Orientadora: Profª. Drª. Priscila Almeida  
Andrade

Brasília, 2019

Rayane Ferreira Sampaio

Práticas Integrativas e Complementares em Saúde em Escolares: uma reflexão  
sobre a saúde emocional dos estudantes

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Banca Examinadora do Curso de Graduação em Saúde Coletiva da Universidade de Brasília, Faculdade de Ceilândia como requisito para obtenção do grau de Bacharel em Saúde Coletiva.

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Priscila Almeida Andrade  
Universidade de Brasília – UnB  
Faculdade de Ceilândia  
Curso de Saúde Coletiva -UnB  
Orientadora

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Grasielle Silveira Tavares Paulin  
Universidade de Brasília – UnB  
Faculdade de Ceilândia  
Curso de Terapia Ocupacional - UnB  
Avaliadora

---

Prof<sup>a</sup>. Mestre Silvia Marcela de Oliveira Magalhães  
Instituto Federal de Brasília - IFB  
Curso de Pedagogia  
Avaliadora

Dedico este trabalho à minha família; namorado e amigos que com muito amor, carinho e incentivo me ajudaram a vencer mais uma etapa da minha vida.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, que permitiu que tudo isso acontecesse, ao longo de minha vida, e não somente nestes anos como universitária, por ter me dado força e saúde para concluir mais essa etapa da minha vida, e não ter permitido que eu desistisse nos momentos de fraqueza e angústia.

Aos meus pais, Lucileide e Davidson, pelo amor, carinho, dedicação e por todo o apoio dado durante a minha vida e a graduação. Sem vocês nada disso seria possível. Agradeço a todos os familiares. Obrigado pelo apoio, carinho e compreensão.

Ao meu namorado Augusto, que acima de tudo é um grande amigo, sempre presente nos momentos difíceis com uma palavra de incentivo, agradeço por todo apoio, compreensão e paciência durante esses anos de graduação.

À minha orientadora, prof<sup>a</sup> Dra. Priscila Almeida Andrade, pela paciência, tranquilidade, conhecimento, suporte, pelas suas correções e incentivos ao longo desta etapa, por nunca descreditar no meu potencial.

Aos amigos que fiz na UnB, foi um prazer conhecê-los e partilhar tantos momentos legais com vocês. Em especial a Valéria, Verônica e Guilherme companheiros de todas as horas, nas boas e ruins, obrigada pelos sorrisos, companhia e desabafos que passamos juntos no decorrer dos anos.

Aos meus professores que contribuíram para minha formação através de seus ensinamentos.

E agradeço a banca examinadora, a Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Grasielle Silveira e Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Silvia Marcela por terem aceitado estar presente neste momento tão especial.

“Não é o quanto fazemos, mas quanto amor colocamos naquilo que fazemos. Não é o quanto damos, mas quanto amor colocamos em dar.”

Madre Teresa de Calcutá

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Cronologia das institucionalizações das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no Brasil .....	25
--	----

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1.</b> Quantitativo de reportagens utilizadas .....	30
<b>Gráfico 2.</b> Quantitativo de notícias vinculadas por ano .....	32
<b>Gráfico 3.</b> Percentual de notícias publicadas por mês .....	33
<b>Gráfico 4.</b> Quantitativo de reportagens encontradas por sites eletrônicos .....	33
<b>Gráfico 5.</b> Quantitativo de escolas por estado brasileiro .....	34
<b>Gráfico 6.</b> Idades dos alunos que realizam as práticas integrativas em saúde .....	36
<b>Gráfico 7.</b> As Práticas Integrativas e Complementares em saúde mais ofertadas nas escolas .....	38



## LISTA DE QUADROS

<b>Quadro 1.</b> Distribuição do universo da pesquisa por ano e sites eletrônicos.....	31
<b>Quadro 2.</b> Escolas que realizam as PICS com os estudantes .....	34
<b>Quadro 3.</b> Descrição das Práticas Integrativas e Complementares em saúde citadas nas reportagens .....	40
<b>Quadro 4.</b> Benefícios das Práticas Integrativas e Complementares em saúde na saúde do aluno .....	43
<b>Quadro 5.</b> Comentários da notícia sobre o efeito das PICS na saúde emocional de escolares .....	45

## LISTA DE SIGLAS

<b>BNCC</b>	–	Base Nacional Comum Curricular
<b>BVS</b>	–	Biblioteca Virtual de Saúde
<b>MEC</b>	–	Ministério da Educação
<b>MS</b>	–	Ministério da Saúde
<b>OMS</b>	–	Organização Mundial da Saúde
<b>OPS</b>	–	Organização Panamericana de Saúde
<b>PICs</b>	–	Práticas Integrativas e Complementares em saúde
<b>PNPIC</b>	–	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
<b>PNPS</b>	–	Política Nacional de Promoção da Saúde
<b>Scielo</b>	–	Electronic Library Online
<b>SUS</b>	–	Sistema Único de Saúde

## SUMÁRIO

RESUMO.....	12
ABSTRACT .....	13
INTRODUÇÃO .....	14
JUSTIFICATIVA .....	16
OBJETIVO GERAL .....	18
REFERENCIAL TEÓRICO.....	19
1. Emoções.....	19
1.1. As emoções ano processo de desenvolvimento infantil .....	20
1.2. A educação emocional .....	21
2. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde .	25
METODOLOGIA.....	28
RESULTADO E DISCUSSÃO .....	30
CONSIDERACOES FINAIS .....	47
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	49

## RESUMO

As PICS têm um papel cada vez mais importante nas ações educativas, pois suas intervenções tem como objetivo a prevenção de doenças no corpo e na mente e a melhoria da qualidade de vida. A realização desse estudo possibilita a contribuição para divulgar as vantagens e os benefícios que as PICS trazem como forma de cuidado e atividade alternativa. Este estudo tem como objetivo analisar as reportagens vinculadas na mídia eletrônica sobre as PICS como estratégia de promoção para à saúde emocional dos alunos nas escolas, divulgadas na internet no ano de 2016 a 2019. Trata-se de um estudo qualitativo e quantitativo de caráter exploratório, descritivo com base em fontes secundárias públicas disponíveis na internet, como publicações no facebook e notícias no google. Foram encontradas durante o período de 2016 a 2019, 14 reportagens, que foram consideradas o universo da pesquisa. As notícias analisadas são em sua maioria no ano de 2019 e os meses em que mais tiveram notícias foi junho e setembro. Foram citadas um total de 42 escolas, que realizam as práticas integrativas com os alunos. O estado que teve o maior índice de escolas que ofertam as práticas foi o Distrito Federal, com um total de 18 escolas, a maior faixa etária citadas nas reportagens são de 7 a 12 anos sendo um total de 41%. As PICS que é mais implementada nas escolas é a meditação com um percentual de 27%, pois com ela os alunos aprendem a lidar com os sentimentos e a ter maior familiarização das emoções, sendo a prática que mais ajuda com a saúde emocional deles. Diante desses e outros fatos as notícias encontradas e analisadas na mídia eletrônica apresentam informações relevantes quanto aos benefícios das práticas integrativas, dando uma visão positiva sobre as PICS na saúde emocional dos estudantes. Porém o assunto relacionado com o tema é pouco transmitido pela mídia e até mesmo pela própria área, a pesquisa revela que é preciso utilizar os meios de comunicação para divulgar suas ações efetivas.

**Palavras Chaves:** Práticas Integrativas e Complementares em Saúde - Escolares – Saúde Emocional – Estudantes – Mídia Eletrônica.

## ABSTRACT

PICS play an increasingly important role in educational actions, as their interventions aim to prevent disease in the body and mind and improve the quality of life. The realization of this study enables the contribution to publicize the advantages and benefits that PICS bring as a form of care and alternative activity. The aim of this study is to analyze the linked articles in the electronic media about PICS as a strategy for promoting the emotional health of students in schools, published on the Internet from 2016 to 2019. This is a qualitative and quantitative exploratory study, descriptive based on public secondary sources available on the internet, such as facebook posts and news on google. During the period from 2016 to 2019, 14 reports were found, which were considered the research universe. The news analyzed is mostly in the year 2019 and the months with the most news were June and September. They were cited a total of 42 schools, which perform the integrative practices with students. The state that had the highest index of schools offering the practices was the Federal District, with a total of 18 schools, the largest age group cited in the reports are from 7 to 12 years, a total of 41%. The PICS that is most implemented in schools is meditation with a percentage of 27%, because with it students learn to deal with feelings and have greater control of emotions, being the practice that helps most with their emotional health. Given these and other facts, the news found and analyzed in the electronic media provide relevant information regarding the benefits of integrative practices, giving a positive view on PICS in the emotional health of students. However, the subject related to the theme is little transmitted by the media and even by the area itself, the research reveals that it is necessary to use the media to publicize their effective actions.

**Keywords:** Integrative and Complementary Health Practices - School - Emotional Health - Students - Electronic Media.

## INTRODUÇÃO

O ambiente escolar é um local favorável para a corresponsabilização sobre o processo saúde e sendo reconhecido como um espaço social, aonde são disponibilizadas informações gerais, além de ser um espaço com a possibilidade de educar para a saúde. Assim, o ambiente físico escolar é um local adequado para a promoção em saúde, pois por meio de ações de conscientização é onde gera a promoção da saúde e sendo possível criar a autonomia do indivíduo. A promoção em saúde deve estar emendada com práticas educativas a fim de instituir ações individuais e coletivas em prol da melhor qualidade de vida dos alunos (IERVOLINO, 2000; PIRES et al, 2012).

No ambiente escolar a promoção da saúde deve ser estimulada em todos os setores envolvidos, tanto a comunidade local, profissionais de saúde e a comunidade escolar, desenvolvendo atividades de autocuidado em saúde e a prevenção dos procedimentos de risco em todas as oportunidades educativas (SILVA, 2002).

Segundo a Organização Pan-americana de Saúde (OPAS) (1995):

A promoção da saúde no âmbito escolar é multidisciplinar, pois considera os sujeitos nas dimensões familiar, comunitária, social e ambiental. A educação é indispensável para a assistência à saúde, pois é o principal meio de veiculação de práticas educativas na promoção de saúde.

As ações de educativas em saúde, não devem ser centradas na falha da criança ou do adolescente e sim estimular a mudança de comportamento. Assim, as práticas educativas em saúde no âmbito escolar devem incentivar os alunos no autocuidado, responsabilizando-o por suas ações e promover a participação no processo saúde (DUARTE, 2015).

Alguns recursos que podem influenciar de forma positiva ou negativa, na vida ou escolhas de crianças e adolescentes no comportamento em relação a promoção da saúde, são as instituições de saúde, a família e o ambiente escolar. Sendo assim, as Práticas Integrativas e Complementares em saúde (PICs), vêm se tornando cada vez mais, um instrumento de promoção a saúde e ajudando na saúde emocional dos alunos (GUEDES, et al, 2009).

As PICs têm um papel cada vez mais importante nas ações educativas, pois as práticas consideram o indivíduo um ser holístico, sendo as suas

intervenções baseadas na integralidade e tem como objetivo a prevenção de doenças no corpo e na mente e a melhoria da qualidade de vida.

Dando continuidade a este estudo, será apresentada a seguir a justificativa onde é mostrada a motivação, e a importância sobre o tema na formação e profissão dos sanitaristas. Em seguida, o objetivo explicando o foco do estudo. Posteriormente é apresentado um referencial teórico. Dando continuidade e apresentado a metodologia do estudo explicando quais as ferramentas utilizadas na laboração deste. A seguir, é apresentada uma seção de resultados e discussão e a descrição e análise dos dados coletados. Por fim, são abordadas as conclusões do estudo.

## JUSTIFICATIVA

As PICs vêm sendo utilizadas como recursos terapêuticos para tratamentos e vem auxiliando as práticas tradicionais nas escolas, onde está obtendo melhorias no desempenho escolar dos estudantes e melhorando comportamentos depressivos e melhorias nos convívios sociais desses alunos.

Tais práticas integrativas, mediante estudos publicados, apoiam o interesse dos gestores, professores, diretores ou outros, na adoção de programas preventivos de doenças, sobretudo as de fundo emocional e de ações que propiciem qualidade de vida e bem-estar para os servidores e alunos.

A motivação para pesquisar sobre o tema se deu por interesse após o contato com as de matéria de Práticas Integradas em Saúde e Promoção à Saúde na universidade, com essas matérias aprendi sobre o que era as práticas integrativas e os benefícios que ela traz e após uma conversa com minha professora Priscila sobre o quanto as práticas integrativas nas escolas estão crescendo cada vez mais, acabou me motivando a pesquisar sobre esse tema. Na literatura nacional e internacional há poucas produções científica sobre Práticas Integrativas em Saúde com foco na saúde emocional das crianças e adolescentes.

As práticas integrativas compõem um campo pouco explorado quando associado à área da educação, bem como à conceituação de saúde em suas dimensões subjetivas, sendo necessária a investigação conceitual para orientar ideologicamente a atuação profissional.

A realização desse estudo possibilita a contribuição para divulgar as vantagens e os benefícios que as práticas integrativas e complementares trazem para a saúde emocional dos alunos como uma forma de cuidado e atividade alternativo.

A Saúde Coletiva se concentra na organização dos serviços de saúde, envolvendo; a formulação de políticas, planos, programas e projetos; sendo o tema de suma importância para o profissional sanitaria, garantindo a integralidade do serviço em suas diversas esferas de atuação e gerando uma compreensão sobre a área de PICs na saúde emocional, podendo aumentar a visão do sanitaria e colaborar para sua atuação profissional, como no campo



da pesquisa, com futuras pesquisas sobre experiências sobre as PICs em escolas ou da gestão.

## **OBJETIVO GERAL**

Analisar as reportagens vinculadas na mídia eletrônica sobre as Práticas Integrativas e Complementares em saúde como estratégia de promoção para à saúde emocional dos alunos nas escolas, divulgadas na internet no ano de 2016 a 2019.

## REFERENCIAL TEÓRICO

O referencial teórico a seguir está estruturado em duas seções, a primeira seção trata sobre as emoções, onde é abordado conceitos sobre as emoções; as emoções no processo de desenvolvimento infantil e a educação emocional e a segunda parte com foco na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC).

### 1. Emoções

A origem da palavra emoção resulta num conjunto de reações de ordem química e neural, constituída por componentes inatos, que são as reações automáticas que nos acompanham desde o nascimento, sendo as emoções primárias (raiva, medo, tristeza, repulsa, desprezo, surpresa, felicidade ou alegria) e por componentes contextuais ou sociais (SILVA, 2006).

Damásio (2000, p.74,75) apresenta o seguinte conceito:

Emoções são conjuntos complexos de reações químicas e neurais, formando um padrão; todas as emoções têm algum tipo de papel regulador a desempenhar, levando, de um modo ou de outro, à criação de circunstâncias vantajosas para o organismo em que o fenômeno se manifesta; as emoções estão ligadas à vida de um organismo, ao seu corpo, para ser exato, e seu papel é auxiliar o organismo a conservar a vida.

Uma definição de emoção, sendo simplificação do processo neurobiológico, para esse autor, ele classifica que as emoções tem duas funções, pois consiste em variações psíquica, física e biológicas: A primeira função é de produzir uma reação específica para a situação indutora e a segunda função é de Homeostase, regulando o estado interno do organismo, visando essa reação específica. Ou seja, as emoções são a forma que a natureza encontrou para proporcionar aos organismos comportamentos rápidos e eficazes orientados para a sua sobrevivência (DAMÁSIO, 2000).

Pinto (2001, p. 243) acrescenta a essa reflexão, apresentando o seguinte conceito:

A emoção é uma experiência subjetiva que envolve a pessoa toda, a mente e o corpo. É uma reação complexa desencadeada por um estímulo ou

pensamento e envolve reações orgânicas e sensações pessoais. É uma resposta que envolve diferentes componentes, nomeadamente uma reação observável, uma excitação fisiológica, uma interpretação cognitiva e uma experiência subjetiva.

Por seu lado, Goleman (2012a), diz que as emoções são como sentimentos e raciocínios derivados, dos psicológicos e biológicos, sendo um conjunto de ações, havendo milhares de emoções, incluindo respectivas combinações, variações, mutações e tonalidades.

Nós somos capazes de produzir dois tipos de hormônios, os hormônios da saúde, que são sentimentos que nos causam bem-estar, como: relaxamento, paz mental, alegria, motivação, compaixão, entre outros. E os hormônios da doença, que são emoções que interfere e dificulta na recuperação e no sistema imunológico do indivíduo, como: medo, depressão, tristeza, mágoa, pessimismo, entre outros. Sendo assim, que devemos nos cuidar para tentar amenizar ou acabar com produções desses hormônios que não nos fazem bem (NASCIMENTO/QUINTA,1998).

### **1.1. As emoções no processo de desenvolvimento infantil**

Ao longo do desenvolvimento infantil, as crianças aprendem a manejar os próprios estados emocionais e criam estratégias para identificar os diferentes tipos de emoções, sendo processos que envolve tanto fatores cognitivos e neurofisiológicos, como o funcionamento dos sistemas nervoso e endócrino, além de fatores intrínsecos e extrínsecos. Inclui-se como intrínseco o temperamento que se relaciona às características individuais. Já os fatores extrínsecos envolvem a cultura, com uma expectativa social relacionada à maneira pela qual as emoções devam ser demonstradas, o ambiente em que a emoção ocorre, a relação das crianças com os cuidadores e as características parentais (ALMEIDA, 2006; SANTOS, 2005).

De fato, ao crescer, as crianças tornam-se mais conscientes dos diferentes aspetos das suas experiências emocionais. A idade tem demonstrado ter efeitos diretos e indiretos sobre a emoção pela mediação da cognição. Desde muito nova, as crianças mostram um certo interesse especial pelos rostos e pelas expressões faciais das pessoas. Além dessas capacidades inatas e rapidamente desenvolvidas, por meio da modelagem e exposição, a socialização

do reconhecimento de emoções ocorre imediatamente após o nascimento. As crianças conseguem imitar as expressões faciais e gestos de outras pessoas desde os primeiros dias de vida, sendo que aos 18 meses as crianças já podem identificar emoções simples como a compreensão da alegria e tristeza, seguidos da compreensão da raiva e surpresa (FRANCO, 2008).

Ao longo do desenvolvimento, “as emoções acabam por ajudar a ligar a regulação homeostática e os “valores” de sobrevivência a muitos eventos e objetos de nossa experiência autobiográfica” (DAMÁSIO, 2000, p.80).

É por meio do desenvolvimento emocional que o indivíduo adota um comportamento que garante a maior probabilidade de sobrevivência, além de que esta capacidade está diretamente associada às nossas ideias e sentimentos acerca de reforços positivos ou punições, prazer ou sofrimento, junção ou separação, por exemplo (SANTOS, 2007).

No entanto, o campo das emoções possui uma característica que é comum a todos os indivíduos, sendo ela o facto de se tratar de uma atitude reativa, contudo coordenada, automática e até mesmo complexa, a qual, se traduz em expressões faciais e corporais, tanto internas como externas ao indivíduo (SANTOS, 2007).

Para os autores Anton e Piccinini (2011) temos algumas circunstâncias em que o desenvolvimento emocional pode sofrer alterações negativas, são as relacionadas com situação de doença. Pois desta forma, especialmente se a doença for grave e se desenvolve na infância, a criança pode desenvolver perturbações emocionais, comportamentais e sociais, às quais, acrescem problemas relacionados com ansiedade de perda e de separação, regressão, depressão, inibição, distorção da imagem corporal, entre outros.

## **1.2. A educação emocional**

O MEC (Ministério da Educação) incluiu na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), as habilidades socioemocionais na competência 8, onde diz:

Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas (BRASIL, 2018a).

A proposta da BNCC é colocar o estudante como agente ativo da sua própria educação e saúde, onde o estudante consegue identificar os problemas, propor soluções e interagir mais com os colegas e professores. Assim a aprendizagem harmonizar-se com as necessidades dos alunos, gerando maior engajamento e o adequando aos desafios da sociedade atual.

O processo de educação, envolve vários relacionamentos, principalmente o relacionamento entre professor e alunos e entre os próprios alunos, eles têm que saber conviver com um com o outro e consigo mesmo, pois isso também é um aprendizado. Um aprendizado que envolve respeito, familiarização das emoções em

“desenvolvimento harmonioso e dinâmico, no ser humano, do conjunto das suas potencialidades (...) do sentido de autonomia, de responsabilidade, de decisão, de valores humanos e de felicidade na pessoa; transformação dinâmica, positiva e contínua” (LEGENDRE, 1993 apud LARANJEIRO, 2011, p.14).

Paulo Freire aponta a necessidade de reinventar a escola em outra perspectiva, que possibilite aos educandos serem sujeitos do seu conhecimento e aprendizagem, com autonomia para escolher e decidir sobre suas ações sociais e educacionais. Escola em que os educandos exerçam o direito de serem sujeitos.

Uma escola que seja vivida ou cujos conteúdos programáticos correspondam à ansiedade dos educandos, e historicamente, culturalmente, socialmente, uma escola em que os educandos exercitem o direito de ser sujeitos (FREIRE, 2004, p.35).

A escola na visão de Paulo Freire, envolve a participação e a criatividade dos estudantes e dos professores na escola, colocando os alunos como sujeitos de conhecimento. Os estudantes são vistos como sujeito do seu processo de construção de conhecimento.

É impossível ensinarmos conteúdo sem saber como pensam os alunos no seu contexto real, na sua cotidianidade. Sem saber o que eles sabem independentemente da escola para que os ajudemos a saber melhor o que já sabem, de um lado e, de outro, para, a partir daí ensinar-lhes o que ainda não sabem (FREIRE, 1993, p. 105).

Isso significa que os estudantes precisam ser escutados, terem voz ativa, não escutando apenas a voz dos professores, para desenvolverem a sua autonomia.

A relação que se estabelece entre a aprendizagem emocional e o processo de ensino propriamente dito ultrapassa os ensinamentos dos professores e a aquisição de conhecimentos por parte dos alunos, uma vez que o ensino e a aprendizagem emocional devem funcionar de forma complementar, visando um desenvolvimento cognitivo, emocional e social da criança (RÊGO e ROCHA 2009).

A alfabetização emocional amplia a nossa visão acerca do que é a escola, explicitando-a como um agente da sociedade encarregado de constatar se as crianças estão obtendo os ensinamentos essenciais para a vida – isto significa um retorno ao papel da educação. Esse projeto maior exige, além de qualquer coisa específica no currículo, o aproveitamento das oportunidades, dentro e fora das salas de aula, para ajudar os alunos a transformar momentos de crise pessoal em lições de competência emocional (GOLEMAN, 2001 apud RÊGO e ROCHA, 2009, p.140).

Quanto maior for a capacidade do ambiente escolar oferecer e cultivar, de forma genuína, os sentimentos ligados à consideração positiva, ao desejo de compreender o outro e à valorização da própria pessoa” maior será o contributo para que essa integração se concretize de forma harmoniosa. Neste sentido, diversas escolas têm-se mostrado voltadas para o desenvolvimento da aprendizagem emocional, através da promoção de competências emocionais como algo essencial ao desenvolvimento infantil (TEIXEIRA, 2010).

Ser emocionalmente alfabetizado é tão importante na aprendizagem quanto a matemática e a leitura (...) A ideia básica é elevar o nível de competência social e emocional nas crianças como parte da sua educação regular — não apenas uma coisa ensinada como paliativo para crianças que estão ficando para trás e que são “perturbadas”, mas um conjunto de aptidões e compreensões essenciais para cada criança (GOLEMAN, 2001 apud RÊGO E ROCHA 2009, p.144).

A necessidade de uma educação afetiva ou interpessoal que possa estimular a boa convivência, a amorosidade e a participação comunitária que

tanto fazem falta no mundo atual. Ele também critica a Educação que omite a dimensão afetiva, destacando que:

[...] se seguimos desatendendo o campo afetivo na educação, continuaremos devolvendo ao mundo indivíduos fixados em pautas infantis de conduta, sentimento e pensamento, e certamente estaremos nos afastando do objetivo de educar pessoas para que possam desenvolver-se em plenitude (NARANJO, 2013 apud MENDES, 2016).

A compreensão emocional que vem do vínculo entre professores e alunos, estabelecendo que essa compreensão gera situações propícias para aprendizagem, bons resultados acadêmicos, sentimentos de satisfação e bem-estar nos professores, em um entendimento que a sala de aula é um espaço de interação humana com a finalidade de que as pessoas implicadas aprendam ‘tópicos’ específicos (CASASSUS, 2009).

Em educação as experiências de fluxo poderiam despertar o interesse de forma mais natural dos estudantes para a escola. Por fluxo ele esclarece como “a conquista de maestria em qualquer ofício ou conjunto de conhecimentos”. O autor coloca que a escola poderia aproveitar uma área de interesse espontâneo do estudante e estimulá-lo a explorar isso em níveis maiores até alcançar o fluxo nesse aprendizado, conseqüentemente ele se sentiria, em função dessa experiência bem-sucedida, mobilizado a procurar desafios em outras áreas. A busca do fluxo por meio da aprendizagem é “uma maneira mais humana, natural e muito provavelmente mais eficaz de arregimentar as emoções a serviço da educação” (GOLEMAN, 2012b).

Uma alternativa para a busca do equilíbrio emocional está nas PICS, onde tais práticas têm como foco na vida integral do individual, usando métodos terapêuticos que buscam integrar no ser humano junto ao físico, os aspectos mentais, emocionais e espirituais, pois entende-se que os aspectos emocionais influenciam na qualidade de vida dos indivíduos. As práticas integrativas permitem que o indivíduo volte o olhar para si mesmo, levando-o a ter mais consciência de si e identificando os aspectos que precisam de mais atenção e cuidado e ensinando a desenvolver a capacidade do autoconhecimento. (FERREIRA, 2017)



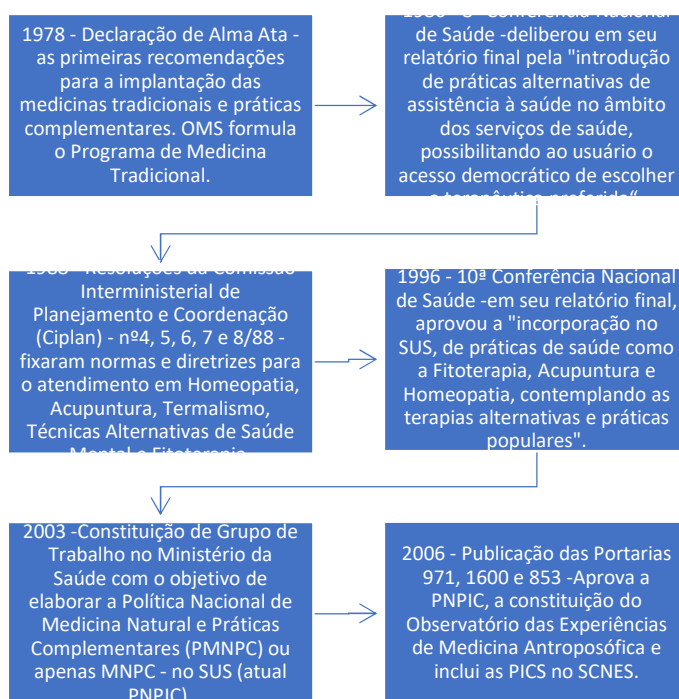
## 2. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

Com a Constituição Federal de 1988, no Brasil foi criado o Sistema Único de Saúde (SUS), através da Lei nº 8.08 em 1990, onde todos tem o direito a saúde e sendo definidas como princípios éticos e diretrizes do SUS a universalidade, a integralidade, a igualdade, o controle social e a descentralização, sendo a integralidade uma forma de ter atividades voltadas para a prevenção da saúde e sendo um serviço contínuo (BRASIL, 2000).

A muitos anos a Organização Mundial de Saúde (OMS), vem estimulando o uso das PICs, onde para fortalecer o seu uso foi elaborado um documento, para o uso integrado e racional das PICs no SUS, sendo esse documento: “Estratégia da OMS para a Medicina Tradicional para 2002 – 2005”, neste documento está explicando sobre a Medicina Tradicional e Medicina Complementar e trazendo estratégias de implantação dessa medicinas tanto em âmbito nacional como internacional (BRASIL, 2012; WHO, 2002).

Alguns eventos e documentos foram necessários para a regulamentação e construção da política, conforme mostra a figura 1:

**Figura 1 – Cronologia das institucionalizações para a criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no Brasil.**



Fonte: OMS. 2006.

No Brasil, no ano de 2006, o Ministério da Saúde estabeleceu uma política que garantisse a integralidade na saúde, sendo assim criada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC) no SUS, onde contempla, diretrizes e responsabilidades para implantação de ações ou serviços de medicina tradicional chinesa-acupuntura, homeopatia, plantas medicinais e fitoterapia, termalismo e crenoterapia e medicina antroposófica (BRASIL, 2006). A OMS vem recomendando o uso dessas práticas, como uma alternativa para prevenção, recuperação e promoção da saúde (BRASIL, 2012).

A implementação envolve justificativas de natureza política, técnica, econômica, social e cultural. Esta política atende, sobretudo, à necessidade de se conhecer, apoiar, incorporar e implementar experiências que já vêm sendo desenvolvidas na rede pública de muitos municípios e estados, entre as quais destacam-se aquelas no âmbito da Medicina Tradicional Chinesa Acupuntura, da Homeopatia, da Fitoterapia, da Medicina Antroposófica e do Termalismo-Crenoterapia (BRASIL, 2015).

A OMS utiliza o termo 'Medicina Tradicional' para se referir as práticas médicas originárias de cada país, como: medicina tradicional, ayuverda hindu, entre outros. Entretanto, a OMS faz também utilização do termo 'Medicina alternativa/complementar' para se referir algumas práticas. Porém, no que se refere ao Brasil é denominado de 'Práticas Integrativas e Complementares em Saúde'.

De acordo com OMS, a medicina tradicional é definida como:

'Medicina Tradicional' é a soma total dos conhecimentos, habilidades e práticas baseadas nas teorias, crenças e experiências indígenas de diferentes culturas, sendo explicáveis ou não, usadas na manutenção da saúde, bem como na prevenção, diagnóstico, melhoria ou tratamento de doenças físicas e mentais. 'Medicina alternativa/complementar' se referem a um amplo conjunto de práticas de cuidado de saúde que não fazem parte da própria tradição do país e não são integrados no sistema de saúde dominante (WHO, 2016).

E as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde são definidas como:

Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, masc. pl. Sin. PICS. Práticas de saúde, baseadas no modelo de atenção humanizada e centrada na integralidade do indivíduo, que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade (BRASIL, 2018b).

A PNPIC juntamente com as Políticas Nacionais de Promoção da Saúde (PNPS), de Atenção Básica são exemplos de marcos da saúde coletiva que

contemplam e estimulam ações intersetoriais e transversais num esforço de integração de políticas públicas com foco, entre outros, na promoção da saúde (BRASIL 2010).

As reflexões sobre promoção da saúde e modos de viver saudáveis marcam as ações do Ministério da Saúde relacionadas à suas políticas de incentivo à atividade física pelo SUS. O incentivo às práticas corporais deve privilegiar estratégias de garantia de espaços prazerosos e adequados, segurança, transporte público, entre outras (BRASIL, 2010).

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo qualitativo e quantitativo de caráter exploratório descritivo com base em fontes secundárias públicas disponíveis na internet, como as notícias dos programas de jornais, publicações no facebook e notícias no google, no ano de 2016 a 2019. Na parte bibliográfica, foram utilizados os artigos científicos, livros, tese de doutorado e documentos oficiais do Ministério da Saúde.

O marco temporal escolhido neste estudo foi o ano de 2016 a 2019, pois nesses anos aconteceu uma expansão das PICS ofertados pelo SUS, onde aconteceu uma revisão dessas técnicas a partir do ano de 2017.

Como estratégia de busca, utilizamos as seguintes plataformas: google e facebook através dos descritores: escolas e PICS; crianças e práticas integrativas e saúde emocional; escola e práticas integrativas e saúde emocional e por meio dessa estratégia de busca, foram encontradas 14 notícias sobre o objeto deste estudo.

Método utilizado para identificação dos dados, organização e discussão dos resultados é a análise de documental, podendo complementar a pesquisa, subsidiando dados encontrados por outras fontes, no sentido de corroborar a confiabilidade dos dados.

A pesquisa documental se caracteriza pela:

Busca de informações em documentos que não receberam nenhum tratamento científico, como relatórios, reportagens de jornais, revistas, cartas, filmes, gravações, entre outras matérias de divulgação. (OLIVEIRA, 2007, p. 69 apud SÁ-SILVA, ALMEIDA; GUINDANI, 2009, p. 6).

A mídia eletrônica foi escolhida neste trabalho, pois além de ser um meio de comunicação de fácil acesso a sociedade, tem também um papel que é cada vez mais relevante na compreensão do mundo modelado por palavras, pois a mídia pode enfatizar tanto negativa quanto positivamente na qualidade sobre notícias e serviços que lhes são ofertadas (NASCIMENTO, 2005).

As unidades de análise das reportagens coletadas foram as seguintes:

- Tipo de mídia (revista eletrônica ou notícia de site institucional).
- Título da notícia.

- Data da publicação da notícia.
- Indicação relatada para a aplicação das PICS.
- Comentários da notícia sobre o efeito das PICS na saúde emocional de escolares.
- Nome da escola.
- Localidade geográfica da escola abordada na notícia.
- Público – alvo.
- Faixa etária.
- Benefícios das PICS.

Com base na estratégia de busca e os procedimentos de coleta de dados alcançou-se como amostra 14 notícias, as quais foram consideradas como universo desse estudo.

## RESULTADO E DISCUSSÃO

No ano de 2016 a 2019 o universo da presente pesquisa foi de 246 notícias. Foram excluídas 232 notícias através dos seguintes critérios: por serem em inglês, por não constarem nas notícias as práticas integrativas nas escolas, por serem notícias relacionando práticas integrativas com as unidades básicas de saúde, por serem notícias repetidas e por ser as práticas integrativas realizadas por adultos. De um total de 246 notícias achadas, somente 14 foram então selecionados para a pesquisa, representando um total de 5%, sendo esta, a amostra deste estudo, representada no gráfico 1.

**Gráfico 1 - Quantitativo de reportagens utilizadas.**



**Fonte:** Elaboração própria.

O quadro a seguir apresenta a distribuição das notícias encontradas por site eletrônico, data da publicação e título da notícia.

**Quadro 1 - Distribuição do universo da pesquisa por site eletrônico, data da publicação e título da notícia.**

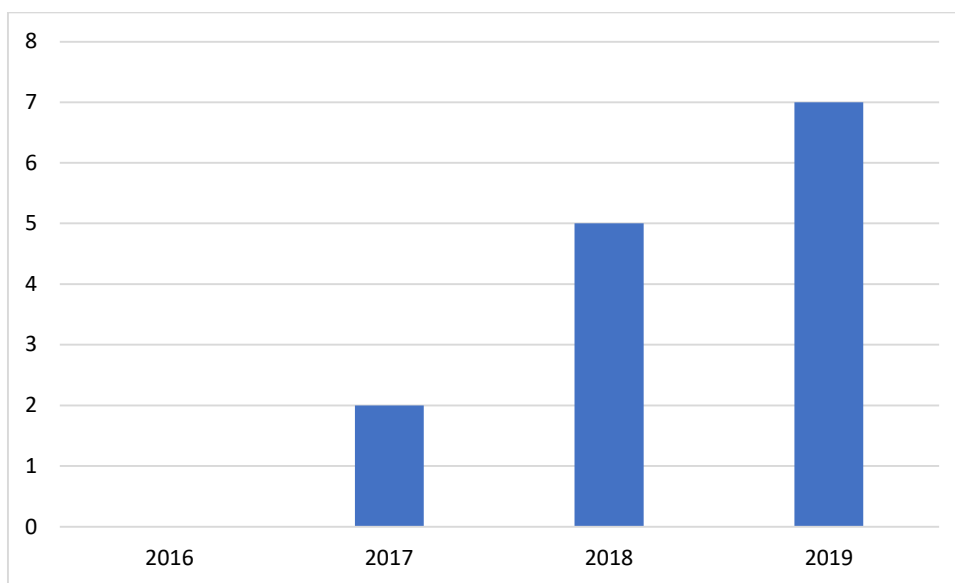
<b>Site Eletrônico</b>	<b>Data da publicação</b>	<b>Título da notícia</b>
Piauí Governo	13/07/2017	Meditação é utilizada como forma de promoção a saúde em escola estadual
Facebook	25/09/2017	O projeto pioneiro “Práticas Integrativas na Escola Pública: caminhos possíveis para uma cultura de paz”
O Globo	03/07/2018	Meditação adotada em escolas e beneficia crianças e adolescentes
O Globo	03/07/2018	Meditação adotada em escolas
O Globo	03/07/2018	Meditação benefícios das crianças e adolescentes
ABC do ABC	12/09/2018	Profissionais estimulam concentração e promovem saúde nas escolas
Porvir	23/11/2018	Com yoga e meditação creche estimula desenvolvimento integral das crianças
Porvir	01/03/2019	Meditação é aliada de escolas para melhorar a atenção e lidar com as emoções
Porvir	01/03/2019	Meditação ajuda a lidar com as emoções
R7 notícias	06/03/2019	Escola pública no DF atua para prevenir depressão e automutilação
Secretaria de Saúde	26/04/2019	Parceria entre secretarias leva práticas integrativas as escolas públicas
GDF	03/05/2019	Comitativa conhece práticas integrativas oferecidas pela saúde em escola
Agência Brasília	03/09/2019	Escola de Brazlândia realiza semana falando sobre a vida
A tarde OUL	11/09/2019	Caravana de luz cultural promove práticas integrativas em Lauro de Freitas

Fonte: Elaboração própria.

Como é possível observar no quadro acima, no ano de 2016 não foram encontradas nenhuma notícia relacionada com o tema, além disso, é possível observar que com o passar dos anos a quantidade de notícias encontradas cresce, o que se supõe que o assunto sobre as práticas integrativas no meio escolar vem sendo mais pesquisado, sendo assim, as notícias analisadas são em sua maioria no ano de 2019 (gráfico 2) e os meses em que mais tiveram notícias sobre o tema pesquisado foi junho e setembro, pois 14 notícias publicadas entre os anos de 2016 a 2019, 29% dessas notícias foram nesses meses (gráfico 3).

Os sites eletrônicos que mais forneceu notícias sobre as práticas integrativas nas escolas, foi o O Globo e o Porvir (gráfico 4). O site O Globo é noticiado assuntos diversificados e o site Porvir reúne diversas notícias e informações sobre inovações na área da educação.

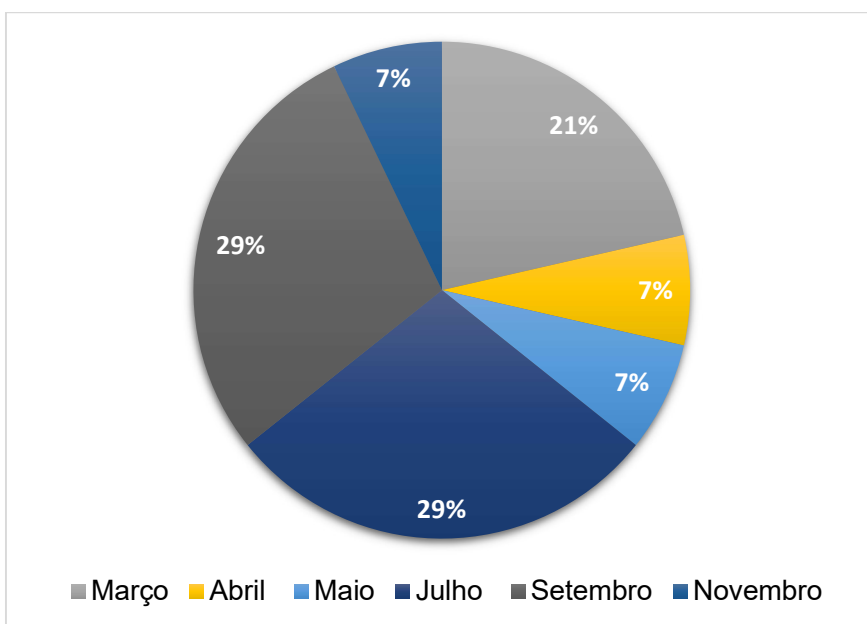
**Gráfico 2 – Quantitativo de notícias por ano.**



**Fonte:** Elaboração própria.

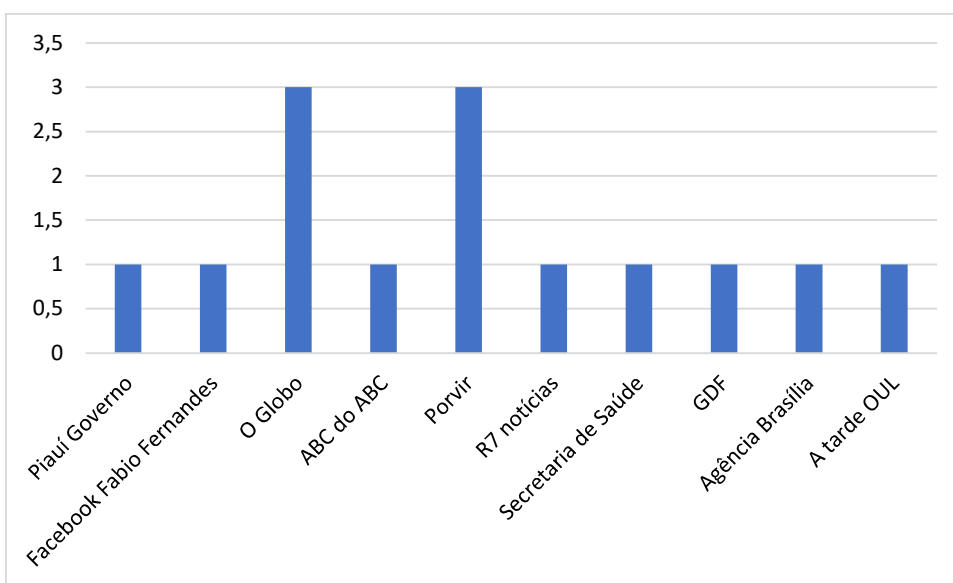


**Gráfico 3 – Percentual de notícias publicadas por mês.**



Fonte: Elaboração própria.

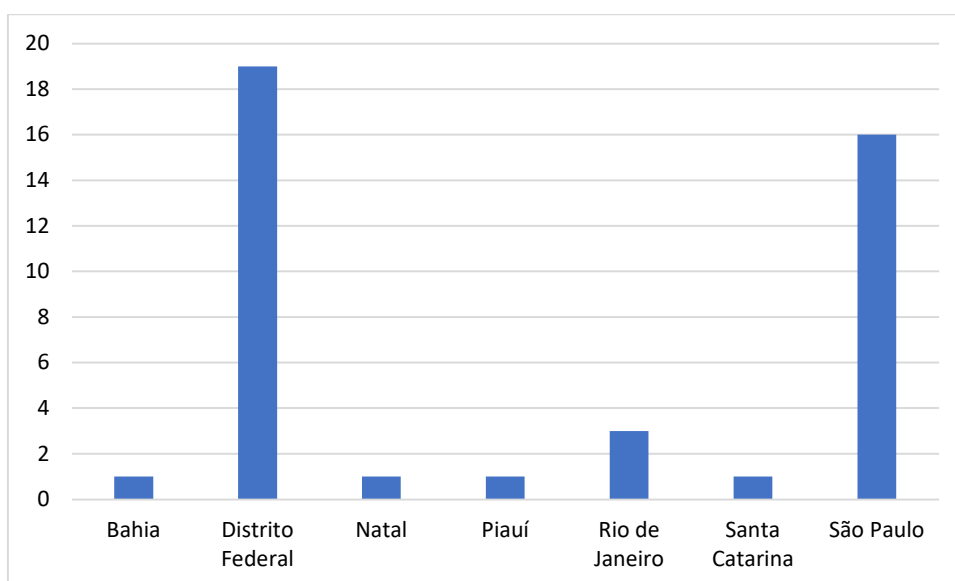
**Gráfico 4 – Quantitativo de reportagens encontradas por sites eletrônicos.**



Fonte: Elaboração própria.

A seguir, serão apresentados gráficos com base na frequência de assuntos que apareceram nas notícias. O gráfico 5, é referente ao quantitativo de escolas por estado brasileiro.

**Gráfico 5 – Quantitativo de escolas por estado brasileiro.**



**Fonte:** Elaboração própria

Nas notícias analisadas, foram citadas um total de 42 escolas, que realizam as práticas integrativas com os alunos. No gráfico 5 é realizado um comparativo do quantitativo de escolas por estado que oferta as práticas.

A análise estadual demonstrou que os quatro estados com menor oferta são: Bahia, Natal, Piauí e Santa Catarina, totalizando uma escola por estado. O estado que teve o maior índice de escolas que ofertam as práticas foi o Distrito Federal, com um total de 18 escolas. No quadro abaixo podemos observar as escolas citadas nas reportagens, referente a cada cidade e que em sua maioria são escolas públicas.

**Quadro 2 – Escolas que realizam as PICS com os estudantes.**

<b>Nome das escolas</b>	<b>Cidade</b>	<b>Pública ou Privada</b>
Escola Darcy Araújo	Piauí	Pública
Escola Municipal Paulino Siqueira	Natal	Pública
Escola Municipal Dom Pedro I	Rio de Janeiro – Barra da Tijuca	Pública
Escola Pedra da Gávea	Rio de Janeiro	Privada

Colégio Bahiense	Rio de Janeiro	Privada
Centro de Educação Infantil Lar de Criança Ananda Marga	São Paulo - Jardim Perni	Privada
Centro Educacional Gesner Teixeira	Gama – Distrito Federal	Pública
Escola Estadual Professora Dulce Leite da Silva	São Paulo	Pública
Escola Básica Municipal Henrique Veras	Santa Catarina – Florianópolis	Pública
Centro de Ensino Fundamental 25	Ceilândia – Distrito Federal	Pública
Centro de Ensino Fundamental 02	Brazlândia – Distrito Federal	Pública
Escola Municipal do Quingoma	Bahia	Pública

**Fonte:** Elaboração própria.

A escola é um local onde os alunos aprendem sobre diversos assuntos, e adquirem conhecimentos importantes para a suas vidas. Passamos boa parte da nossa vida na escola, por isso a importância em incluir a preparação para a vida, que inclui as habilidades socioemocionais e não somente habilidades cognitivas e levar o que é saúde pra dentro da escola, é romper o paradigma entre o que é saúde para os indivíduos. Diante da importância da escola na formação de um cidadão, é importante que a saúde seja abordada em sala de aula e que os alunos sejam ensinados como estimulá-los a trabalhar o corpo e a mente, para que de alguma forma seja melhorada a sua qualidade de vida.

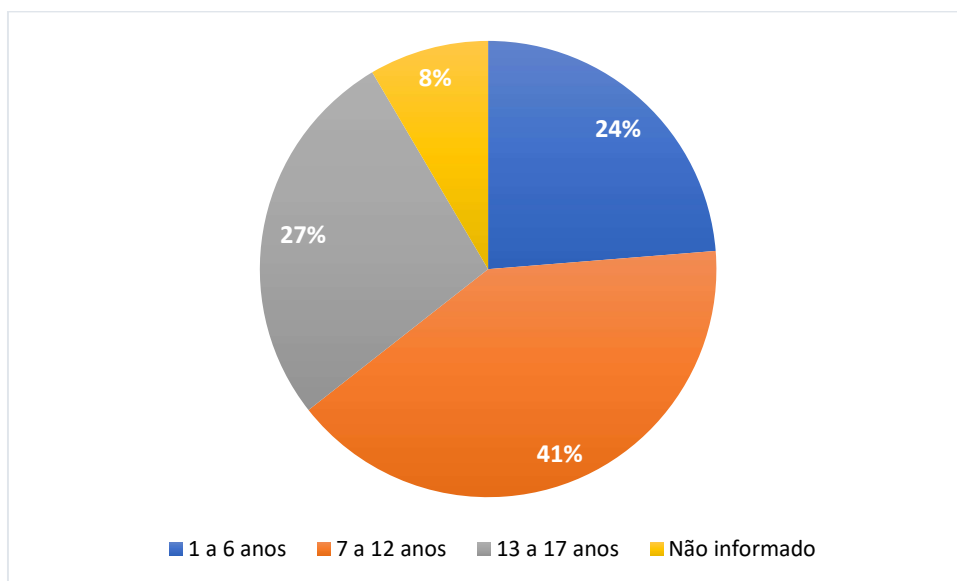
(...) a educação para a saúde infantil é uma prioridade do Plano Nacional de Saúde; as crianças em idade escolar (entre os oito e doze anos) estão na fase de desenvolvimento favorável à promoção de estratégias criativas de educação para a saúde; a intervenção mais precoce possível na cadeia educativa ajuda a construção de atitudes facilitadoras para ter melhor saúde e também na aquisição de comportamentos saudáveis; a escola é um setting adequado à promoção da educação para a saúde, sobretudo quando se envolvem as crianças, os pais e os professores (NORONHA E RODRIGUES, 2011).

Contudo, sabe-se que muitas crianças não têm um ambiente familiar adequado a aprendizagem, por isso a escola tem esse papel de ampliar o conhecimento e apresentar o que o aluno ainda não conhece.

Quando o assunto é saúde emocional, é muito importante que o indivíduo se conheça, entenda seus limites e os efeitos da sua rotina em seu bem-estar. No entanto, a escola tem um papel importante na prevenção dos quadros de esgotamento, cansaço e estresse.

No gráfico abaixo, podemos observar a idade dos alunos que realizam as práticas integrativas nas escolas, onde é destacada que a maior faixa etária citadas nas reportagens são de 7 a 12 anos sendo um total de 41% das reportagens, seguido dos alunos que tem entre 13 a 17 anos com 27 % e os alunos de 1 a 6 anos com 24% e algumas reportagens não citaram a faixa etária dos alunos, tendo um total de 8%.

**Gráfico 6 – Idades dos alunos que realizam as práticas integrativas em saúde.**



**Fonte:** Elaboração própria.

A infância é a fase da vida mais importante para se estabelecer hábitos portanto, é bom reforçar os positivos. Crianças e adolescentes fisicamente ativos têm o raciocínio estimulado, o que se reflete em um melhor desenvolvimento cognitivo e emocional.

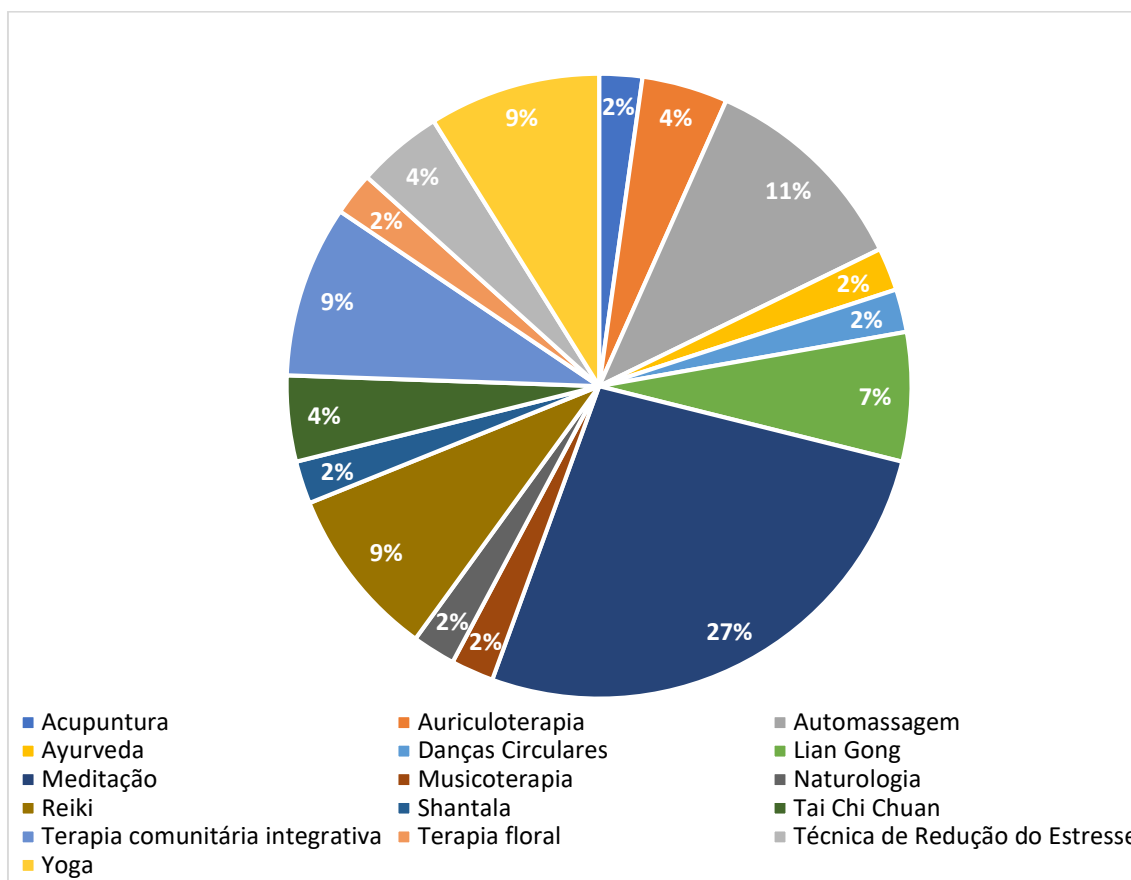
É na infância que se dá início a aprendizagem que será levada para toda a vida, é o período onde as crianças estão abertas a novas descobertas, uma fase onde ela se torna muito questionadora e muito curiosa com as coisas. Nesta fase, o indivíduo inicia o entendimento do mundo, e a partir daí começa a construir sua própria forma de pensar e agir. Quanto maior for o estímulo na infância, melhor será o desenvolvimento e crescimento até chegar à vida adulta.

O Adolescente passa pelo período de transição entre a infância e a vida adulta e se encontra emocionalmente fragilizado, que quando criança o corpo era conhecido e a relação com os pais era de dependência, nesta nova fase terá que enfrentar a necessidade de se reconhecer em relação ao corpo, à sua identidade psíquica, seu espaço social e seu relacionamento com a família, sobretudo com os pais. E após essas mudanças, pode acabar surgindo a depressão na adolescência, dependendo da maneira como o adolescente irá suporta e reagi às pressões internas e externas dessa fase.

Na medida em que a criança e o adolescentes vai crescendo e convivendo, ela vai mudando seu modo de pensar e agir, o que será importante para a formação do pensamento deste adulto futuramente, ou seja, estas modificações vão influenciar seu comportamento no futuro.

Então as PICs estão cada vez mais sendo utilizadas pelas escolas na prevenção e cuidado de doenças físicas, mentais e emocionais. As diversas práticas oferecidas pelas escolas contribuem para restabelecer o equilíbrio emocional dos alunos promovendo o bem-estar e a saúde. Elas servem como auxiliadoras, por exemplo, na cura da depressão, do estresse, da insônia, da ansiedade, entre outros. Ajudam no desbloqueio de medos, traumas emocionais e no processo de autoconhecimento entre outros problemas.

**Gráfico 7 – Práticas Integrativas e Complementares em saúde mais ofertadas nas escolas.**



**Fonte:** Elaboração própria.

De acordo com as reportagens, as práticas integrativas em saúde que é mais implementada nas escolas é a meditação com um percentual de 27%, seguido da automassagem com 11%, na sequência a terapia comunitária integrativa, yoga e reiki com 9%, seguido do lian gong com 7% e as práticas integrativas que tiveram menor índice de implementação foram, a auriculoterapia, técnica de redução de estresse e o tai chi chuan com 4%, seguido da, danças circulares, ayurveda, acupuntura, terapia floral, shantala, naturopatia e musicoterapia com 2%. Para um melhor entendimento sobre as descrições das práticas integrativas abordadas nas reportagens, se faz necessário leitura sobre o quadro 2.

Segunda a reportagem publicada pelo site Provir, diz que existe estudos que mostram, que as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde ajudam a fortalecer a habilidade de sustentar a atenção por mais tempo, a lidar com as

emoções e a manter o equilíbrio emocional, trazendo então bem-estar, calma e a redução do estresse.

Atualmente é preciso um olhar mais cuidadoso dos professores com seus alunos e a meditação torna-se um aliado na sala de aula, pois ela possui várias influências tanto cognitivas, como emocionais e corporais, sendo assim uma técnica que ajuda a focalizar a atenção do aluno.

A saúde emocional e o bem-estar das crianças são fatores cruciais no progresso escolar e têm influência direta na habilidade de aprender, concentrar, construir e manter relacionamentos, na vontade de frequentar a escola, entre outros. Com os níveis de ansiedade e depressão sem precedentes no mundo de hoje, criar proativamente as crianças para efetivamente lidar com esses problemas pode ser o melhor antídoto que podemos oferecer a elas, e, por isso, é hora de pais e escolas revisarem e redefinirem o propósito da educação no mundo competitivo de hoje.

As emoções desempenham um papel crítico na forma como a informação é recebida, processada e armazenada na mente humana, pois o cérebro atribui um valor ao que foi aprendido, dependendo das emoções que foram experimentadas no momento do aprendizado. Isso significa que, se um aluno percebe que algo é agradável eles serão mais propensos reter e usar aquela informação no futuro, enquanto que se ele está entediado ou passando por problemas, aquela informação pode ser rejeitada pelo cérebro. Se o aluno não aprende desde jovem a lidar com questões emocionais, não conseguirá se adaptar a desafios futuros também.

Programas escolares focados no desenvolvimento social e emocional podem melhorar significativamente a autopercepção dos alunos, a conexão escolar, os comportamentos sociais, gerando uma redução de comportamentos de risco e antissociais. A incorporação da educação emocional é essencial no ambiente escolar, e por isso, a necessidade da inserção de programas de capacitação da equipe pedagógica para o fim de se utilizar cada vez mais atividades que promovam o crescimento e o desenvolvimento emocional, tanto da criança como do adolescente. (OMAIS, 2017)

As PICs, agregam na educação tradicional ao estudo do bem-estar e da felicidade humana, mostrando ter um impacto na mudança de comportamento dos alunos. Ela ensina alunos quais fatores o ajudam a prosperar, cria

estudantes mais curiosos e ajuda a desenvolver o amor geral da aprendizagem. Isso por sua vez, facilita a vida dos professores, pois à medida que aumenta a motivação dos estudantes, se torna mais fácil se envolver com os alunos e persistir no trabalho que eles precisam para dominar as habilidades acadêmicas. Alunos mais equilibrados e felizes emocionalmente mantêm amizades por mais tempo, cooperam mais, desenvolvem o respeito, valorizam as diferenças, aprendem a lidar com conflitos e resolver problemas sozinho, são mais independentes, recuperam-se mais rápido de frustrações, raiva e tristeza, além de ter maior persistência diante das dificuldades.

Promover a saúde emocional e o bem-estar dos alunos pode trazer benefícios valiosos para as escolas, ajudando-os a se sentirem mais felizes e motivados, prevenindo distúrbios mentais e emocionais, além, de contribuir positivamente para a melhora do processo de ensino-aprendizagem e do envolvimento e engajamento em sala de aula. No quadro 3 observamos os benefícios que as PICs promovem na saúde emocional dos estudantes, citados pelas escolas.

**Quadro 3 – Descrição das Práticas Integrativas e Complementares em saúde citadas nas reportagens.**

<b>Práticas Integrativas e Complementares em saúde</b>	<b>Descrição</b>
Acupuntura	É uma tecnologia de intervenção em saúde que estimula pontos espalhados por todo o corpo, ao longo dos meridianos, por meio da inserção de finas agulhas filiformes metálicas, visando à promoção, manutenção e recuperação da saúde, bem como a prevenção de agravos e doenças.
Auriculoterapia	É uma técnica terapêutica que promove a regulação psíquico-orgânica do indivíduo por meio de estímulos nos pontos energéticos localizados na orelha, por meio de agulhas, esferas de aço, ouro, prata, plástico, ou sementes de mostarda.
Automassagem	A Automassagem é uma Prática da Medicina Tradicional Chinesa que tem



	por finalidade manter e restabelecer a saúde por meio da promoção do equilíbrio da circulação de sangue e energia por todas as partes do corpo.
Ayurveda	A OMS, reconhecendo sua utilização para prevenir e curar doenças, e reconhece que esta não é apenas um sistema terapêutico, mas também uma maneira de viver.
Danças Circulares	Prática expressiva corporal, ancestral e profunda, geralmente realizada em grupos, que utiliza a dança de roda, o canto e o ritmo para favorecer a aprendizagem e a interconexão harmoniosa e promover a integração humana, o auxílio mútuo e a igualdade visando o bem-estar físico, mental, emocional e social
Lian Gong	Promove o fortalecimento e o funcionamento harmonioso do organismo. Cuidar e previne dores no corpo, trabalhando toda a musculatura, as articulações, os tendões e combinando técnicas de respiração e relaxamento para o equilíbrio do corpo e da mente.
Meditação	Prática mental individual milenar, que consiste em treinar a focalização da atenção de modo não analítico ou discriminativo, a diminuição do pensamento repetitivo e a reorientação cognitiva, promovendo alterações favoráveis no humor e melhora no desempenho cognitivo, além de proporcionar maior integração entre mente, corpo e mundo exterior.
Musicoterapia	Prática expressiva integrativa conduzida em grupo ou de forma individualizada, que utiliza a música e/ou seus elementos num processo facilitador e promotor da comunicação, da relação, da aprendizagem, da mobilização, entre outros objetivos terapêuticos relevantes, no sentido de atender necessidades físicas, emocionais, mentais, espirituais, sociais e cognitivas do indivíduo ou do grupo.

Naturologia	Prática terapêutica que adota visão ampliada e multidimensional do processo vida-saúde-doença e utiliza um conjunto de métodos e recursos naturais no cuidado e na atenção à saúde.
Reiki	Prática terapêutica que utiliza a imposição das mãos para canalização da energia vital visando promover o equilíbrio energético, necessário ao bem-estar físico e mental.
Shantala	Prática terapêutica que consiste na massagem para bebês e crianças pelos pais, composta por uma série de movimentos que favorecem o vínculo entre estes e proporcionam uma série de benefícios decorrentes do alongamento dos membros e da ativação da circulação.
Tai Chi Chuan	Uma das práticas corporais da Medicina Tradicional Chinesa, realizada através de movimentos lentos e calma mental.
Terapia comunitária integrativa	Prática terapêutica coletiva que atua em espaço aberto e envolve os membros da comunidade numa atividade de construção de redes sociais solidárias para promoção da vida e mobilização dos recursos e competências dos indivíduos, famílias e comunidades.
Terapia floral	Prática terapêutica que utiliza essências derivadas de flores para atuar nos estados mentais e emocionais.
Técnica de Redução do Estresse	É uma técnica simples que usa exercícios para liberar estresse e tensão que se acumula no corpo decorrente das circunstâncias da vida
Yoga	Prática corporal e mental de origem oriental utilizada como técnica para controlar corpo e mente, associada à meditação.

Fonte: OMS (2014). Elaboração própria.

**Quadro 4 – Benefícios das Práticas Integrativas e Complementares em saúde na saúde do aluno.**

<b>Cidade</b>	<b>Escola</b>	<b>Prática Integrativa</b>	<b>Benefícios</b>
Piauí	Escola Darcy Araújo	- Meditação	- Concentração mental - Aspectos cognitivos e emocionais - Desenvolvimento da criatividade - Assimilação de conteúdo - Melhoria na vida pessoal
Natal	Escola municipal Paulino Siqueira	- Terapia Floral - Meditação - Acupuntura	- Bem-estar físico, emocional e psicológico - Melhoria do dia a dia na escola
Rio de Janeiro	Escola Municipal Dom Pedro I	- Meditação	- Concentração - Ajuda a acalmar
Rio de Janeiro	Escola Pedra Gávea	- Yoga - Meditação	- Autoconhecimento - Autorregulação do controle das emoções
Rio de Janeiro	Colégio Bahiense	- Meditação	- Melhoria na saúde mental - Auxilia as pessoas com TDAH
São Paulo	14 escolas	- Lian Gong - Danças circulares	- Concentração motora - Concentração e melhoria da integração entre os alunos.
São Paulo	Centro de Educação Infantil Lar de Criança Ananda Marga	- Meditação - Shantala - Yoga	- Estimulação do desenvolvimento integral das crianças, considerando suas dimensões física, cognitiva, afetiva, emocional e social
São Paulo	Escola Estadual Professora Dulce Leite da Silva	- Meditação	- Ajuda a fortalecer a atenção por mais tempo - Ajuda a lidar com as emoções - Mantem o equilíbrio emocional
Distrito Federal	Centro Educacional Gesner Teixeira	- Terapia comunitária integrativa - Automassagem - Meditação - Reiki	- Melhoria no desempenho escolar - Interromperam comportamentos depressivos e automutilação - Melhoria no convívio social

Distrito Federal	16 escolas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tai Chi Chuan</li> <li>- Meditação</li> <li>- Terapia comunitária integrativa</li> <li>- Reiki</li> <li>- Técnica de redução de estresse</li> <li>- Ayurveda</li> <li>- Yoga</li> <li>- Automassagem</li> <li>- Auriculoterapia</li> <li>- Lian Gong</li> <li>- Naturologi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alívio das tensões</li> <li>- Diminui a ansiedade</li> <li>- Melhoria do sono</li> <li>- Ajuda a lidar com as emoções</li> <li>- Melhoria no desempenho escolar</li> <li>- Melhoria no convívio social</li> <li>- Bem-estar físico, emocional e psicológico</li> </ul>
Distrito Federal	Centro de Ensino Fundamental 25	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Terapia comunitária</li> <li>- Automassagem</li> <li>- Meditação</li> <li>- Reiki</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diminui a ansiedade</li> <li>- Ajuda a lidar com as emoções</li> <li>- Melhoria no desempenho escolar</li> <li>- Melhoria no convívio social</li> <li>- Bem-estar físico, emocional e psicológico</li> </ul>
Distrito Federal	Centro de Ensino Fundamental 02	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terapia de redução de estresse</li> <li>- Reiki</li> <li>- Auriculoterapia</li> <li>- Meditação</li> <li>- Yoga</li> <li>- Tai Chi Chuan</li> <li>- Automassagem</li> <li>- Lian Gong</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alívio das tensões</li> <li>- Diminui a ansiedade</li> <li>- Melhoria do sono</li> <li>- Ajuda a lidar com as emoções</li> </ul>
Santa Catarina	Escola Básica Municipal Henrique Veras	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Meditação</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equilíbrio emocional</li> <li>- Diminuição do nervosismo</li> <li>- Redução de estresse</li> </ul>
Bahia	Escola Municipal do Quingoma	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Automassagem</li> <li>- Musicoterapia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melhoria na qualidade de vida</li> <li>- Melhoria no emocional</li> <li>- Combate ao estresse</li> </ul>

Fonte: Elaboração própria.

No quadro abaixo podemos observar os comentários, realizados por estudantes e servidores em algumas reportagens, em relação aos benefícios que as PICS têm para a saúde emocional dos estudantes nas escolas.

**Quadro 5 – Comentários da notícia sobre o efeito das PICS na saúde emocional de escolares.**

Site eletrônico	Comentários
O Globo	“O maior lucro da meditação é o autoconhecimento e a autorregulação. Eles aprendem a lidar com os sentimentos e a ter maior controle das emoções desde cedo. Já tivemos o retorno de crianças que falaram assim: “eu estava nervoso e respirei”
ABC do ABC	“Quando a gente trabalha o movimento corporal, eles acabam percebendo melhor o próprio corpo, os seus próprios limites, é muito importante para a educação deles de uma forma geral”
Porvir	“Eu era muito explosiva e não conseguia controlar minhas emoções. Isso me prejudicava muito, mas quando me apresentaram a meditação, isso tudo mudou, comecei a ficar com mais calma, mais concentrada nos estudos e vários outros tipos de benefícios”.
R7 notícias	“Aspectos emocionais estavam interferindo também nas relações.

	<p>Alguns conflitos que existiam na escola passaram a ser mediados. As rodas de terapia, colocaram em foco problemas de relacionamento. Além da automutilação, as rodas ajudaram nas questões interpessoais”, afirmou.</p>
R7 notícias	<p>“Na época, ninguém falava disso. A depressão era uma coisa que ninguém levava a sério. A escola foi o lugar que mais me abriu fronteiras. Ninguém imagina esse como um papel da escola, mas foi maravilhoso”.</p>
Agência Brasília	<p>“A terapia alivia tensões, diminui a ansiedade, melhora o sono e ajuda até mesmo a lidar com conteúdo emocionais”</p>

**Fonte:** Elaboração própria.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são conjuntos de técnicas, tendo uma abordagem inovadora e integrada do sistema corpo e mente que faz parte do SUS e é uma potente ferramenta a ser desenvolvidas nas escolas, como uma forma intersetorial que é uma das diretrizes do SUS, porém é pouco transmitida pela mídia e até mesmo pela própria área, a pesquisa revela que é preciso utilizar os meios de comunicação para divulgar suas ações efetivas, por conta das poucas reportagens encontradas relacionada ao tema, daí cabem realizarem outros estudos com essa temática.

As notícias encontradas e analisadas na mídia eletrônica apresentam informações relevantes quanto aos benefícios das práticas integrativas além de mostrar as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde mais implementadas nas escolas, dando uma visão positiva sobre as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde na saúde emocional dos estudantes. A prática integrativa que teve maior destaque entre as reportagens, foi a meditação, sendo a prática que mais desenvolve bem-estar físico, mental e emocional dos alunos, sendo assim a prática que mais ajuda na saúde emocional deles.

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde têm uma grande contribuição junto com a promoção a saúde, pois através de suas práticas ela estimula os indivíduos a encontrar uma forma de se responsabilizar pela sua saúde e de viver mais saudável, buscando um equilíbrio entre o corpo e mente.

A escola deve saber colaborar para a formação emocional do aluno. É importante notar que o trabalho pedagógico deve agregar o aspecto emocional a determinadas emoções que influenciam, negativa ou positivamente, no processo de aprendizagem do estudante, desenvolvendo nele a capacidade de lidar com suas emoções, para que ele saiba agir emocionalmente através do pensamento.

Assim, trabalhar com as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde é uma estratégia de saúde nas escolas, otimizando e agregando no processo de aprendizado dos alunos, através da familiarização das emoções. Onde podemos tornar um indivíduo, conhecedor de si, dentro de um contexto

social para atuar, em todas as esferas de sua vida, com consciência e saber lidar com suas emoções.

É imprescindível que o profissional da área de saúde coletiva se insira no contexto abordado e entenda da importância do presente estudo, indo para o campo de mestrado para ver a eficácia da política, trabalhando junto com a gestão do SUS para que seja fortalecidas as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, ampliando as ofertas em abordagem intersectorial e articulando com outras políticas setoriais, como as políticas relacionadas as crianças e a promoção da saúde, pois reconhecer a criança como sujeito de sua saúde é um fator a mais para se pensar em programas de saúde que as englobem.

Trabalhar as práticas integrativas junto com a gestão do SUS é buscar algo que vá além da visão biomédica, trabalhando o vínculo e promovendo o bem-estar e a qualidade de vida por meio de ações de autocuidado, sendo uma forma de atuar na melhoria da integralidade na atenção à saúde, podendo ser verificada a eficácia das PICS através de estudos econômicos ou avaliação econômica, quantas vezes diminuiu as visitas das crianças ao sistema de saúde.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANTON, M.; PICCININI, C. **O desenvolvimento emocional em crianças submetidas a transplante hepático**. Estudos de Psicologia. Rio de Janeiro. 2011.

ALMEIDA, M. **Socialização Parental das Emoções e a Competência Social da Criança**. Dissertação de Mestrado. Instituto Superior de Psicologia Aplicada. 2006.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular: Ensino Médio**. Brasília: MEC/Secretaria de Educação Básica, 2018a.

BRASIL. Constituição 1988. **Emenda Constitucional nº 29**, de 13 de setembro de 2000. Dá nova redação ao art. 198 da Constituição Federal, alterando e inserindo parágrafos. Diário Oficial da União, 13 set 2000.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. **Glossário temático : práticas integrativas e complementares em saúde / Ministério da Saúde, Secretaria-Executiva, Secretaria de Atenção à Saúde**. – Brasília: Ministério da Saúde, 2018b. 180 p.

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 / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde**. – 3. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. - Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Práticas integrativas e complementares: plantas medicinais e fitoterapia na Atenção Básica/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. – Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

CASASSUS, J. **Fundamentos da Educação emocional**. Brasília: UNESCO, Liber Livro Editora, 2009.

DAMÁSIO, A. **O sentimento de si**. O corpo, a emoção e a neurobiologia da consciência. Mem Martins: Publicações Europa-América.2000.

DUARTE, A. **Práticas educativas em saúde no ambiente escolar: uma proposta de intervenção.** 2015.

FERREIRA, R. **As emoções e as práticas integrativas e complementares em saúde.** Universidade Federal da Paraíba. Paraíba, 2017.

FRANCO, M. **Inteligência emocional: O que se sabe hoje.** São Paulo: Casa do Psicólogo. 2008.

FREIRE, P. **Pedagogia da Tolerância.** Organização Ana Maria Araújo. – São Paulo: Editora UNESP, 2004.

FREIRE, P. **Professora sim tia não: cartas a quem ousa ensinar.** 2. ed. São Paulo: Olho D'Água, 1993.

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente.** Rio de Janeiro: Objetiva, 2012a.

GOLEMAN, D. **O cérebro e a inteligência emocional: novas perspectivas.** Rio de Janeiro: Objetiva, 2012b.

GUEDES, N.; MOREIRA, R.; CALVACANTE, T.; ARAUJO, T.; XIMENES, L. **Atividade física de escolares: análise segundo o modelo teórico de promoção da saúde de Pender.** Revista da Escola de Enfermagem-USP, São Paulo, v. 43, n. 4, p. 774-780, 2009.

IERVOLINO, S. **Escola promotora de saúde: um projeto de qualidade de vida.** 2000. Dissertação (Mestrado) Faculdade de Saúde Pública da USP, São Paulo, 2000.

LARANJEIRO, M. **Educação Pré-Escolar e Primeiro Ano do Primeiro Ciclo do Ensino Básico: que relações pedagógicas e vínculos didáticos.** Dissertação de Mestrado. Universidade Aberta; Lisboa, 2011.

MENDES, A. **Educação emocional na escola: uma proposta possível.** 2016

NASCIMENTO, C. **Medicamento, comunicação e cultura.** Ciência & Saúde Coletiva. Rio de Janeiro, v. 10, 2005.

NASCIMENTO, E.; QUINTA, E. M. **Terapia do riso.** São Paulo: Harbra, 1998.

NORONHA, M.; RODRIGUES, M. Saúde e bem-estar de crianças em idade escolar. **Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2. 2011.

OMAS, S. **Educação emocional na escola: uma necessidade urgente.** Mato Grosso do Sul, 2017.

ORGANIZAÇÃO PANAMERICANA DE SAÚDE. **Educação para a saúde: um enfoque integral.** Washington: OPS, 1995.

PINTO, A. **Psicologia Geral.** Lisboa: Universidade Aberta. 2001.

PIRES, L.; QUEIRÓS, P.; MUNARI, D.; MELO, C.; SOUZA, M. **A Enfermagem no Contexto da Saúde do Escolar: Revisão Integrativa da Literatura.** *Rev. Enferm. UERJ*, Rio de Janeiro, v.20, n5, p.668-675 dez. 2012.

RÊGO, C.; ROCHA, N. **Avaliando a educação emocional: subsídios para um repensar da sala de aula.** 2009.

SANTOS, S. **Raciocínio emocional e regulação afetiva numa perspectiva desenvolvimental na infância.** 2005.

SÁ-SILVA, J.; ALMEIDA, C., GUINDANI, J. **Pesquisa documental: pistas teóricas e metodológicas.** *Rev. Bras. de História & Ciências Sociais.* n. I, p. 1-15, jul., 2009.

SANTOS, F. **As emoções nas interações e a aprendizagem significativa.** *Ensaio Pesquisa em Educação em Ciências.* Belo Horizonte. 2007.

SILVA, A. **A saúde bucal coletiva sob a ótica de professores da rede estadual de ensino de São Paulo.** São Paulo, 2002.

SILVA, N. **Literatura infantil e os conflitos emocionais na infância: tecendo caminhos para uma pedagogia das emoções.** Universidade Federal do Rio Grande do Norte. 2006.

TEIXEIRA, M. **Estudo sobre a eficácia de um programa de inteligência emocional no auto-conceito de alunos do 2º ciclo do ensino básico.** Dissertação de mestrado. Universidade Fernando Pessoa: Porto, 2010.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Medicina tradicional e medicina alternativa/complementar.** 2016. Disponível em <[http://www.who.int/topics/traditional\\_medicine/definitions/es/](http://www.who.int/topics/traditional_medicine/definitions/es/)>. [online]. 2016. Acesso em: Junho/ 2019.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Historia** [online]. 2016. Disponível em: <<http://www.who.int/about/history/en/>>. Acesso em: Junho/2019.

WHO. World Health Organization. **Estrategia de la OMS sobre a medicina tradicional 2002 - 2005.** Genebra: 2002.