

UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA

FACULDADE DE CEILÂNDIA

CURSO DE GRADUAÇÃO EM FARMÁCIA

NATHÁLIA SILVA MENDES

A importância da ampliação das práticas integrativas nas unidades básicas de saúde do Distrito Federal.

BRASÍLIA - DF.

2024

NATHÁLIA SILVA MENDES

A importância da ampliação das práticas integrativas nas unidades básicas de saúde do Distrito Federal.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à FCE/UnB como parte dos requisitos para obtenção do título de Bacharel em Farmácia, Orientado pela prof.a Dra. Livia Cristina Lira de Sá Barreto.

BRASÍLIA, 2024.

A importância da ampliação das práticas integrativas nas unidades básicas de saúde do Distrito Federal.

Nathália Silva Mendes

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade de Brasília, Faculdade de Ceilândia, como requisito para a obtenção do grau de Bacharel em Farmácia da Universidade de Brasília.

Brasília 01/2024

Comissão Avaliadora

Profa. Dra. Lívia Cristina Lira de Sá Barreto – Orientadora Farmácia/FCE/UnB

– Avaliadora Interna

– Avaliadora Externa

Dedico o presente trabalho a meu filho, que foi o meu maior incentivo nos momentos mais difíceis. Também quero homenagear meu pai, que me deu todo apoio para concluir a faculdade.

RESUMO

As práticas integrativas são reconhecidas mundialmente como tratamento complementar proporcionando benefícios para a saúde da população, o presente estudo aborda a importância da ampliação dessas práticas nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) do Distrito Federal, destacando seus benefícios para a saúde dos pacientes e para o sistema de saúde como um todo. O objetivo deste trabalho é coletar, expor e analisar informações sobre a disponibilidade e expansão das práticas integrativas nas UBS do DF, contribuindo para o debate acerca do tema. Justificando o estudo, destaca-se a lacuna na implementação das práticas integrativas nas UBS, sendo elas, a porta de entrada do sistema de saúde para a maioria da população. A metodologia utilizada consiste em uma revisão bibliográfica e levantamento de dados, utilizando bases de dados eletrônicas e critérios pré-estabelecidos para seleção dos estudos. Foram analisados 35 artigos, dos quais 13 foram escolhidos para a revisão bibliográfica. Além disso, os dados foram coletados dos sites oficiais da Secretaria de Saúde do Distrito Federal. Os resultados indicam que, das 175 UBS no Distrito Federal, apenas 55 oferecem práticas integrativas à população, fortificando a teoria abordada no estudo e destacando a necessidade de ampliação, enfrentando os desafios existentes.

Palavras-chave: Medicina Alternativa; Atenção Primária à Saúde; Sistema Único de Saúde.

ABSTRACT

Integrative practices are recognized worldwide as a complementary treatment providing benefits for the population's health. This study addresses the importance of expanding these practices in Basic Health Units (UBS) in the Federal District, highlighting their benefits for the health of patients and the health system as a whole. The objective of this work is to collect, present and analyze information about the availability and expansion of integrative practices in UBS in the Federal District, contributing to the debate on the topic. Justifying the study, the gap in the implementation of integrative practices in UBS stands out, as they are the gateway to the health system for the majority of the population. The methodology used consists of a bibliographic review and data collection, using electronic databases and pre-established criteria for selecting studies. 35 articles were analyzed, of which 13 were chosen for the bibliographic review. Furthermore, data was collected from the official websites of the Federal District Health Department. The results indicate that, of the 175 UBS in the Federal District, only 55 offer integrative practices to the population, strengthening the theory addressed in the study and highlighting the need for expansion, facing existing challenges.

Keywords: Alternative Medicine; Primary Health Care; Health Unic System.

LISTA DE ABREVIAÇÕES E SIGLAS

APS - Atenção Primária à Saúde

CERPIS - Centro de Referência em Práticas Integrativas em Saúde

OMS - Organização Mundial da Saúde

PDPIS - Política Distrital de Práticas Integrativas em Saúde

PICs - Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

PNPIC - Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares

SUS - Sistema Único de Saúde

SES - Secretaria de Saúde

UBS - Unidade Básica de Saúde

SUMÁRIO

1. Introdução..... 9
2. Justificativa……..... 10
3. Objetivo……..... 10
3.1. Objetivo geral..... 10
3.2. Objetivo específico..... 11
4. Referencial Teórico..... 11
5. Metodologia..... 19
6. Resultados e Discussão..... 19
7. Conclusão……..... 30
8. Referências Bibliográficas..... 30

1. Introdução

Segundo a Constituição Federal de 1988 (CF/88), a saúde é um direito social fundamental para o bem-estar e a qualidade de vida de todas as pessoas. Dessa forma, a CF/88 criou as bases para a criação do Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil (Brasil, 1988).

Desde sua criação, o SUS é responsável por fornecer assistência médica e garantir o acesso a tratamentos e medicamentos para a população. No entanto, há casos em que a medicina convencional não é capaz de tratar de forma eficiente as doenças crônicas e complexas que afetam a sociedade. Diversos estudos demonstraram a eficácia de métodos e práticas alternativas de cuidado com a saúde no tratamento dessas doenças. Logo, o interesse e a demanda por práticas integrativas e complementares (PICS) cresceram significativamente, levando a sua inclusão na Atenção Primária à Saúde (APS) do SUS (Brasil, 1988; Brasil, 2015).

A APS é um conjunto de ações, serviços e práticas de saúde, que têm como objetivo oferecer atendimento integral e humanizado com foco na promoção da saúde, prevenção de doenças e tratamento das condições de saúde mais comuns, oferecendo cuidados personalizados, integrados e contínuos, ou seja, acompanhando o paciente ao longo de toda a vida e em todas as suas necessidades de saúde. O princípio fundamental da APS é o cuidado centrado no paciente, que busca compreender as necessidades individuais de cada pessoa, levando em consideração não apenas os aspectos físicos, mas também sociais, emocionais e culturais. A principal porta de entrada da Atenção Primária são as Unidades Básicas de Saúde (UBS) (Brasil, 2015).

As Unidades Básicas de Saúde (UBS) são o principal acesso para o sistema de saúde, são responsáveis pela organização da atenção primária à saúde em sua área de abrangência, que pode ser um bairro, uma região ou um município. Elas oferecem serviços básicos e essenciais de saúde, como consultas médicas, atendimento odontológico, exames laboratoriais, vacinação, tratamento de doenças crônicas e orientações sobre saúde, nelas é possível receber atendimento médico, atenção farmacêutica, imunização, prevenção e controle de doenças, além de práticas integrativas (Brasil, 2015).

As práticas integrativas são uma forma de tratamento complementar reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pelo Sistema Único de Saúde (SUS) brasileiro, que oferecem diversos benefícios para a saúde, como a redução de sintomas de ansiedade, depressão, dores crônicas e insônia. No contexto das Unidades Básicas de Saúde (UBS), as práticas integrativas podem ser utilizadas como uma abordagem complementar e humanizada no tratamento de diversas doenças. As UBS desempenham um papel crucial no sistema de saúde

brasileiro, sendo a principal porta de entrada para atendimento primário à saúde (Brasil, 2015; OMS, 2021).

No Distrito Federal, elas seguem as diretrizes do SUS e contam com equipes multiprofissionais que trabalham em conjunto para oferecer um atendimento eficiente e humanizado. No entanto, as UBS enfrentam desafios como falta de estrutura e recursos humanos, e é necessário investir em capacitação, infraestrutura e ampliação das ações de prevenção e promoção da saúde para aprimorar o atendimento. Com mais de 170 UBS, essas unidades são fundamentais para oferecer serviços como consultas médicas, exames laboratoriais e vacinação, enfatizando a importância da atenção primária à saúde para a prevenção, diagnóstico e tratamento de doenças (Figueredo, 2014; SES-DF, 2021).

Diversos estudos científicos mostram que tais práticas podem auxiliar no tratamento de diversas enfermidades e reduzir os custos do sistema de saúde. No entanto, a inclusão das práticas integrativas enfrenta desafios, como a falta de profissionais capacitados e resistência de alguns setores da medicina convencional. Para garantir a efetividade das PICS nas UBSs, é necessário investir na capacitação de profissionais de saúde, pesquisa científica e criação de equipes multiprofissionais capacitadas (Oliveira, 2022; Figueredo, 2014).

Diante disso, o estudo visa investigar a oferta e incentivar ações em prol da ampliação das práticas integrativas nas UBS do Distrito Federal, buscando promover uma saúde mais integral e humanizada para a população.

2. Justificativa

As práticas integrativas e complementares em saúde têm ganhado espaço no cenário brasileiro, especialmente por se apresentarem como alternativas de baixo custo, seguras e eficazes para o tratamento de diversas condições de saúde. No entanto, ainda há uma lacuna no que diz respeito à implementação dessas práticas nas unidades básicas de saúde (UBS), que são a porta de entrada do sistema de saúde para grande parte da população. Diante disso, este trabalho se propõe a investigar a oferta e a ampliação das práticas integrativas nas UBS do Distrito Federal, a fim de contribuir para a disseminação dessas práticas no contexto da atenção primária à saúde.

3. Objetivos

3.1 Objetivo geral

O presente trabalho tem como propósito coletar informações, expor e analisar a disponibilidade e a expansão das práticas integrativas e complementares nas Unidades Básicas de Saúde do Distrito Federal, buscando contribuir para o debate acerca do tema.

3.2 Objetivos específicos

- revisão de literatura
- propor discussões em relação ao tema
- Fazer levantamento da oferta das PICS no território do Distrito Federal

4. Referencial teórico

A importância das UBSs na APS se dá pela sua proximidade com a população, permitindo que a atenção à saúde seja oferecida de forma mais acessível e equânime, ou seja, atendendo a todas as pessoas, independentemente de sua condição social, econômica ou geográfica. Dessa forma, ela desempenha um papel fundamental na promoção da saúde, prevenção de doenças e redução de internações hospitalares, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e bem-estar da população (Brasil, 2015).

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são uma modalidade de tratamento que envolve abordagens complementares à medicina convencional, oferecendo um cuidado holístico e mais humanizado, que busca tratar o paciente como um todo, considerando suas emoções, pensamentos, hábitos e estilo de vida e abordagens terapêuticas utilizadas de forma complementar ou integrada à medicina convencional, com o objetivo de promover a saúde, prevenir doenças e tratar condições de saúde. A relação entre a atenção primária à saúde e as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde está no fato de serem estratégias de cuidado que podem ser utilizadas no âmbito da APS (Brasil, 2015).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), as PICS são definidas como um conjunto de abordagens terapêuticas que utilizam recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, voltados para prevenir doenças, aliviar o sofrimento e promover a saúde e o bem-estar. A OMS reconhece a importância das PICS como uma forma de ampliar as opções terapêuticas disponíveis e melhorar a atenção à saúde (OMS, 2021).

Tais Práticas são indicadas como um complemento para o tratamento de doenças como: redução de sintomas de ansiedade, depressão, dores crônicas, insônia, incluindo as crônicas, como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares, conforme descrito na Tabela 2. Nesse sentido, as PICS podem ser uma ferramenta importante para alcançar uma melhora geral na

qualidade de vida, uma vez que essas práticas têm um enfoque mais holístico e consideram não apenas os aspectos biológicos da saúde, mas também os aspectos psicológicos, sociais, culturais e espirituais podendo contribuir para reduzir o uso desnecessário de medicamentos e procedimentos invasivos, promovendo uma abordagem mais segura e menos agressiva para o cuidado em saúde (Brasil, 2015).

Neste contexto, em 2006, foi criada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC), que estabeleceu diretrizes e estratégias para a implementação das PICS no SUS em todo o país. A política incluiu inicialmente cinco práticas integrativas: acupuntura, homeopatia, fitoterapia, medicina tradicional chinesa e termalismo. Posteriormente, outras práticas foram incorporadas, como a auriculoterapia, yoga e meditação (Brasil, 2006).

A PNPIC tem como princípios a universalidade, a equidade, a integralidade e a participação social. Ela busca promover a autonomia do paciente e o respeito à diversidade cultural, incentivando o diálogo e a cooperação entre profissionais de saúde e terapeutas integrativos. Dentre os seus objetivos estão a ampliação do acesso a práticas integrativas e complementares em saúde, a promoção da educação em saúde para a população e para os profissionais de saúde, a valorização e o fortalecimento da pesquisa em práticas integrativas e complementares em saúde, a promoção da segurança e da qualidade dessas práticas e a garantia da participação da sociedade civil na formulação e no monitoramento da política (Brasil, 2017).

A história da PNPIC começou na década de 70 que foi o início da introdução das práticas integrativas no Brasil, com a chegada de terapias como a homeopatia, acupuntura e fitoterapia ao país. Em 1979 houve a Criação da Associação Médica Homeopática Brasileira (AMHB), que atua na divulgação e defesa da homeopatia no país. Em 2006 ocorreu a Instituição da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPIC), que estabelece diretrizes e estratégias para a implementação das PICS no Sistema Único de Saúde (SUS) em todo o país. Essa Política Nacional é uma iniciativa do Ministério da Saúde (MS) do Brasil que busca ampliar e integrar práticas de saúde complementares e integrativas, baseadas em conhecimentos tradicionais e científicos, ao SUS (AMHB, 2016; Brasil, 2006).

Ela foi atualizada em 2018, através da Portaria nº 849, que ampliou a lista de práticas integrativas disponíveis no SUS, atualmente ela contempla 29 práticas integrativas e complementares, sendo elas: Acupuntura, Apiterapia, Aromaterapia, Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Bioenergética, Constelação familiar, Cromoterapia, Dança circular, Geoterapia, Hipnoterapia, Homeopatia, Imposição de mãos, Medicina antroposófica, Meditação,

Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Ozonioterapia, Plantas medicinais e fitoterapia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia comunitária integrativa, Terapia de florais, Termalismo social/crenoterapia e Yoga (Brasil, 2015).

De acordo com o Glossário Temático de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, publicado em 2018, as PICs são descritas:

Prática Terapêutica	Descrição
Acupuntura	Estimulação de acupontos com agulhas para promover o equilíbrio e cura do corpo, harmonizando aspectos físicos, emocionais e mentais.
Homeopatia	Uso de medicamentos altamente diluídos, baseado na lei dos semelhantes, para tratar doenças com sintomas semelhantes.
Medicina Tradicional Chinesa (MTC)	Conjunto de práticas terapêuticas, incluindo acupuntura, fitoterapia e mais, focando no equilíbrio energético do corpo para prevenir e tratar doenças.
Medicina Antroposófica	Abordagem terapêutica com base na harmonia entre corpo, mente e espírito, utilizando medicamentos homeopáticos, terapias artísticas e outras técnicas.
Fitoterapia	Uso de plantas medicinais e derivados para prevenção e tratamento de doenças, reconhecida pela OMS como terapia complementar.
Terapia Comunitária Integrativa (TCI)	Promoção da saúde mental e emocional por meio de grupos de apoio, fortalecendo vínculos sociais e resiliência comunitária.
Yoga	Prática milenar que envolve posturas físicas, respiração e meditação para promover saúde e bem-estar, reconhecida pela OMS.
Práticas Corporais	Atividades físicas terapêuticas como yoga e tai chi chuan, complementares aos tratamentos convencionais.
Terapia Floral	Uso de essências florais para tratar questões emocionais e mentais, buscando equilíbrio e bem-estar emocional.

Reiki	Terapia energética por imposição de mãos, equilibrando e harmonizando a energia do corpo para promover autocura.
Auriculoterapia	Estímulos em pontos específicos da orelha para tratar diversas condições de saúde, baseada na teoria da representação do corpo na orelha.
Cromoterapia	Uso das cores para tratar condições de saúde, baseado na vibração e frequência específica de cada cor.
Termalismo	Uso da água com propriedades físicas, térmicas, radioativas e outras – e eventualmente submetida a ações hidromecânicas –, como agente em tratamentos de saúde.
Arteterapia	Prática expressiva artística, visual, que atua como elemento terapêutico na análise do consciente e do inconsciente, favorecendo a saúde física e mental do indivíduo.
Aromaterapia	Prática terapêutica que utiliza as propriedades dos óleos essenciais para recuperar o equilíbrio e a harmonia do organismo visando à promoção da saúde física e mental.
Bioenergética	Visão diagnóstica que, aliada a uma compreensão etiológica do sofrimento/adoecimento, adota a psicoterapia corporal e os exercícios terapêuticos em grupos.
Constelação familiar	Método psicoterapêutico que busca reconhecer a origem dos problemas e/ou alterações trazidas pelo usuário, bem como o que está encoberto nas relações familiares para, por meio do conhecimento das forças que atuam no inconsciente familiar e das leis do relacionamento humano, encontrar a ordem, o pertencimento e o equilíbrio, criando condições para que a pessoa reoriente o seu movimento em direção à cura e ao crescimento.
Geoterapia	Uso de argila, barro e lamas medicinais, assim como pedras e cristais (frutos da terra), com objetivo de amenizar e cuidar de desequilíbrios físicos e emocionais por meio dos diferentes tipos de energia e propriedades químicas desses elementos.

Hipnoterapia	Conjunto de técnicas que, por meio de intenso relaxamento, concentração e/ou foco, induz a pessoa a alcançar um estado de consciência aumentado que permita alterar uma ampla gama de condições ou comportamentos indesejados, como medos, fobias, insônia, depressão, angústia, estresse, dores crônicas
Ayurveda	Abordagem terapêutica de origem indiana, segundo a qual o corpo humano é composto por cinco elementos – éter, ar, fogo, água e terra –, os quais compõem o organismo, os estados energéticos e emocionais e, em desequilíbrio, podem induzir o surgimento de doenças.
Biodança	Prática expressiva corporal que promove vivências integradoras por meio da música, do canto, da dança e de atividades em grupo, visando restabelecer o equilíbrio afetivo e a renovação orgânica, necessários ao desenvolvimento humano.
Musicoterapia	Prática expressiva que utiliza a música e/ou seus elementos no seu mais amplo sentido (som, ritmo, melodia e harmonia) em grupo ou de forma individualizada.
Reflexoterapia	Uso dos microssistemas e pontos reflexos do corpo, existentes nos pés, nas mãos e nas orelhas, para auxiliar na eliminação de toxinas, na sedação da dor e no relaxamento.
Shantala	Consiste na massagem do corpo do bebê pelos pais, favorecendo o vínculo entre estes e proporcionando uma série de benefícios em virtude do alongamento dos membros e da ativação da circulação
Osteopatia	Uso de várias técnicas manuais – entre elas, a da manipulação do sistema musculoesquelético (ossos, músculos e articulações) – para auxiliar no tratamento de doenças.

Quiropraxia	Prática terapêutica que atua no diagnóstico, no tratamento e na prevenção das disfunções mecânicas do sistema neuromusculoesquelético e seus efeitos na função normal do sistema nervoso e na saúde geral.

Tabela 1. Descrição das Práticas Integrativas e Complementares presentes no SUS.
Fonte: Adaptado do Ministério da Saúde. 2018.

A Fitoterapia é uma prática terapêutica adotada pelos seres vivos desde antes da existência humana, que consiste em utilizar plantas medicinais e seus derivados para prevenir, tratar e aliviar doenças promovendo saúde e bem estar. É a prática mais consolidada e explorada, autores como Ruppelt e Moreski evidenciam a eficácia clínica das Plantas Medicinais,e tem seu principal acesso à comunidade por meio das Farmácias Vivas. As Farmácias Vivas representam uma abordagem integrativa à saúde, combinando o conhecimento tradicional das plantas medicinais com a ciência moderna e desempenham um papel relevante na promoção do acesso a tratamentos naturais e na valorização da fitoterapia como uma opção terapêutica válida e segura (Brasil, 2013).

Nas Farmácias Vivas, ocorre o cultivo, colheita e processamento das plantas medicinais, seguido pela preparação dos fitoterápicos. Os derivados podem ser produzidos na forma de tinturas, xaropes, extratos, pomadas e são produzidos seguindo as diretrizes estabelecidas pela legislação vigente e o Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. A trajetória da Farmácia Viva ao longo dos anos incluiu diversas adaptações buscando a padronização das espécies vegetais. A Fitoterapia no Distrito Federal teve sua origem em 1989, quando a Secretaria de Saúde (SES-DF) lançou o Projeto de Fitoterapia com o propósito de integrar essa abordagem terapêutica nos Centros e Postos de Saúde públicos, o que resultou na criação da Farmácia Viva em 2010 (SES-DF, 2022).

Em 2013, surgiu o Núcleo de Farmácia Viva, subordinado à Diretoria de Assistência Farmacêutica da SES-DF. O Núcleo de Farmácia Viva, desempenhou o na produção de fitoterápicos padronizados, estes, distribuídos em unidades de saúde e prescritos por profissionais devidamente capacitados. Na Região de Saúde Norte, a fitoterapia teve seu início em 1983, quando um canteiro de plantas medicinais foi estabelecido próximo ao Hospital Regional de Planaltina. A interação entre o conhecimento científico e popular contribuiu para a expansão dessa prática, resultando na criação do Centro de Referência em Práticas Integrativas

em Saúde (CERPIS) em 1999 que desempenha um papel vital na promoção e disseminação das Práticas Integrativas em Saúde (PIS) (SES-DF, 2022).

Em resumo, cada uma dessas terapias pode oferecer benefícios para a saúde de indivíduos. Existem doenças que têm evidências científicas de que as práticas integrativas podem auxiliar no tratamento, sendo alguns descritos na Tabela 2. Esses estudos sugerem que as PICS podem ser uma opção de tratamento eficaz e bem aceita pelos pacientes em diversas condições de saúde. Além disso, a satisfação dos pacientes com as PICS também foi avaliada em alguns estudos. Em geral, os pacientes relataram ter uma percepção positiva em relação às práticas integrativas e complementares em saúde, destacando melhora na qualidade de vida e redução dos sintomas. Em particular, os pacientes com dor crônica tratados com acupuntura, fitoterapia, meditação e yoga relataram melhora significativa na dor e na qualidade de vida (Dacal, M. DEL P., I. S. 2018).

É importante que o sistema de saúde ofereça serviços de qualidade que promovam a prevenção, o tratamento e a reabilitação das doenças. As UBS são responsáveis por oferecer serviços de atenção primária à saúde, sendo a porta de entrada para o SUS. As UBS têm uma grande importância para a população, uma vez que são responsáveis por prevenir, diagnosticar e tratar doenças em sua fase inicial, além de promover ações de saúde e educação preventiva (Brasil, 2015).

No Brasil, o Ministério da Saúde reconhece e incentiva a utilização dessas práticas integrativas nas UBS como forma de ampliar o acesso da população a serviços de saúde de qualidade. Nesse contexto, o Distrito Federal tem se destacado por apresentar iniciativas promissoras na implantação dessas práticas. Nesse contexto, as UBS são espaços fundamentais para a implementação das PICS, pois são a porta de entrada do SUS e atende a população de forma mais ampla e descentralizada (Brasil, 2015).

No Distrito Federal, a inclusão das PICS nas Unidades Básicas de Saúde também tem sido uma prioridade, tendo em vista a alta demanda e a diversidade cultural da população. Com a implementação da portaria nº 971, de 03 de maio de 2006, instaurou-se a Política Distrital de Práticas Integrativas em Saúde que tem o objetivo de ampliar a oferta desses serviços de saúde à população. Desde então, várias ações têm sido realizadas para ampliar a oferta dessas práticas nas UBS, entretanto, apesar dos avanços, essa implementação ainda enfrenta desafios, como a falta de profissionais capacitados, a resistência de alguns setores da saúde e a necessidade de maior investimento e estruturação dos serviços (Brasil, 2006).

Tendo em vista estas dificuldades, foi instaurada a Política Distrital de Práticas Integrativas em Saúde (PDPIS), que é um conjunto de medidas implementadas pela Secretaria de

Saúde do Distrito Federal, no Brasil, com o objetivo de promover a inclusão e a ampliação das Práticas Integrativas e Complementares no sistema de saúde público. Essas práticas têm como base o uso de recursos terapêuticos, como plantas medicinais, terapias corporais e meditação, para prevenção de doenças e promoção da saúde. Além disso, a política busca promover a integração entre as práticas convencionais e as PICs, visando à humanização do atendimento e ao aumento da resolutividade dos casos (Brasil, 2006).

A importância da PDPIS está relacionada à ampliação das possibilidades terapêuticas no sistema de saúde, permitindo que os pacientes tenham acesso a práticas que possam complementar e integrar os tratamentos convencionais. Além disso, as PICs são consideradas uma forma de prevenção e promoção da saúde, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida da população (SESDF, 2006).

A ampliação da oferta de práticas integrativas pode trazer vantagens significativas para a população, além de gerar empregos e movimentar a economia local, também pode ser uma forma de reduzir a sobrecarga do sistema de saúde, uma vez que muitos problemas de saúde podem ser tratados de forma mais simples e menos invasiva. Isso pode resultar em uma diminuição das internações hospitalares e na utilização de medicamentos, reduzindo os custos para o sistema de saúde e, consequentemente, para os usuários (SESDF, 2006).

Algumas experiências bem-sucedidas de ampliação da oferta de práticas integrativas ocorreram em outros países e estados brasileiros, podendo servir de exemplo para a ampliação da oferta dessas práticas no Distrito Federal. Em março de 2018, constatou-se que 122 municípios do estado de Pernambuco já utilizavam práticas integrativas e complementares no tratamento de pacientes do SUS. Essas práticas, que incluem acupuntura, homeopatia, fitoterapia, entre outras, fazem parte da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde, que tem como objetivo ampliar o acesso e a oferta desses tratamentos no SUS (Brasil, 2018).

De acordo com a Secretaria Estadual de Saúde de Pernambuco, os municípios que adotaram as práticas integrativas e complementares têm obtido bons resultados, com redução no uso de medicamentos e na procura por atendimentos de urgência e emergência. Além disso, a Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde de Pernambuco prevê a formação de profissionais de saúde para atuar nessa área, bem como a capacitação de agentes comunitários de saúde para a promoção e prevenção da saúde por meio dessas práticas (Brasil, 2018).

5. Metodologia

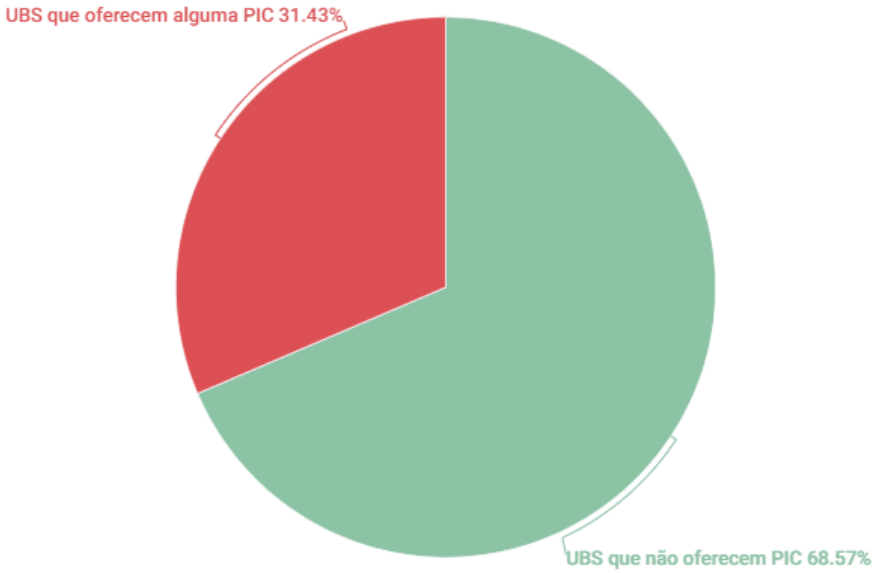
Este estudo é uma revisão bibliográfica sobre a importância da ampliação das práticas integrativas nas UBS do Distrito Federal e consiste em: definição da estratégia de busca, seleção dos estudos, análise dos estudos, síntese dos resultados e conclusão. Serão utilizadas bases de dados eletrônicas e critérios pré-estabelecidos para seleção dos estudos, além de ferramentas para auxiliar na sistematização e análise dos dados. Os resultados serão apresentados de forma clara e objetiva, destacando as principais contribuições e desafios para a ampliação das práticas integrativas nas UBS do Distrito Federal.

A metodologia utilizada neste TCC consistiu na busca por artigos relacionados ao tema de práticas integrativas nas bases de dados SciELO e PubMed oficial dos Estados Unidos (National Library of Medicine) para demais buscas de embasamento teórico relacionado a evidências e estudos de meta-análise sobre Práticas Integrativas. Foram utilizados critérios de exclusão para selecionar apenas aqueles que abordassem a presença ou ausência desses serviços nas unidades básicas de saúde. Inicialmente, 35 artigos foram selecionados para análise e discussão, e a partir de critérios pré-estabelecidos, 13 foram escolhidos para serem utilizados na revisão bibliográfica. Além disso, foram coletados dados fornecidos nos sites oficiais da Secretaria de Saúde do Distrito Federal, do governo do Distrito Federal e dos sites Saúde DF e Saúde Brasília.

6. Resultados e discussão

De acordo com informações disponíveis no site da Secretaria de Saúde do Distrito Federal, atualmente existem cerca de 175 UBS, mas apenas 55 delas oferecem práticas integrativas à população, que incluem: Acupuntura, Homeopatia, Fitoterapia, Auriculoterapia, Massoterapia, Terapia Comunitária Integrativa, Reiki, Yoga, Dança Circular e Meditação. (SES-DF, 2006).

Gráfico 1.



Fonte: Autoria própria, 2023.

Atualmente, como representado no Gráfico 1, a maior parte das UBSs no Distrito Federal ainda não oferecem esses serviços, estando 14 dessas práticas disponíveis para os usuários, o que evidencia a necessidade de ampliação dessas práticas nas UBS.

Tabela 2. Práticas integrativas ofertadas nas Unidades Básicas de Saúde do Distrito Federal.

Cidade	UBS	Práticas integrativas ofertadas	Endereço da UBS
Asa Norte	-	-	-
Asa Sul	UBS 1	Terapia Comunitária Integrativa	SGAS 612, Lotes 38/39
Brazlândia	UBS 1	Lian Gong em 18 Terapias Técnica de Redução de Estresse	EQ 6/8 Setor Norte, Área Especial 3
	UBS 6	Tai Chi Chuan	Fazenda Almécegas, BR 180,

			DF 205, Km 05, Almécegas
	UBS 7	Técnica de Redução de Estresse	Quadra 15, Lote 02, Loja 01, Área Especial, Incra 08
Ceilândia	UBS 2	Auriculoterapia Shantala Terapia Comunitária Integrativa	QNN 15, Lote F, Área Especial
	UBS 6	Automassagem Lian Gong em 18 Terapias Shantala	EQNP 10/14 Módulo E,F,G,H
	UBS 7	Lian Gong em 18 Terapias Yoga	QNO 10, Área Especial D/E
	UBS 8	Lian Gong em 18 Terapias	EQNP 13/17, Área Especial A,B,C,D, P. Norte
	UBS 10	Terapia Comunitária Integrativa	QNN 12, Área Especial 1, Ceilândia Sul
	UBS 12	Terapia Comunitária Integrativa	EQNQ 03 04, Área Especial - Ceilândia Norte
	UBS 16	Auriculoterapia Meditação Yoga	Quadra 500, Área Especial S/N, Trecho 1, Sol Nascente

	UBS 16	Auriculoterapia Meditação Yoga	Quadra 500, Área Especial S/N, Trecho 1, Sol Nascente
Estrutural	UBS 1	Auriculoterapia Reiki	Área Especial 1, Setor Central, Vila Estrutural
Gama	UBS 2	Tai Chi Chuan	Quadra 11, Área especial, Lotes A, B, C, e D - Setor Sul, Gama
	UBS 5	Reiki Automassagem	Área Especial, Lote 38, Setor Central, Lado Leste
	UBS 6	Yoga	Entrequadra 12/16, Área Especial - Setor Oeste - Gama
	UBS 15	Meditação	Penitenciária Feminina do DF - Chácara Luiz Fernandes Área Especial 2, Setor Leste - Gama
	UBS 16	Terapia Comunitária Integrativa	Prisional - ATP (Ala de Tratamento Psiquiátrico) - Chácara Luiz Fernandes Área Especial 2, Setor Leste - Gama
Guará	UBS 4	Terapia Comunitária Integrativa	QELC, EQ 2/3 - Conjunto Lúcio Costa

Itapoã	UBS 1	Ayurveda Terapia Comunitária Integrativa	QD 378, Área Especial Del Lago, próximo a Escola Zilda Arns, Itapoã
Jardim Botânico	UBS 1	Yoga	Jardins Mangueiral - Praça de Atividades 02 - Lote 01 - Jardins Mangueiral
Lago Norte	UBS 1	Fitoterapia e Plantas Medicinais Terapia Comunitária Integrativa Yoga Medicina e Terapias Antroposóficas	SHIN QI 03, Área Especial
Lago sul	-	-	-
Núcleo Bandeirante	UBS 1	Terapia Comunitária Integrativa	Terceira Avenida, Área Especial nº 3
Paranoá	UBS 1	Auriculoterapia Reiki Shantala Terapia Comunitária Integrativa Yoga	QD 21, Área Especial, Conjunto 15, Paranoá
	UBS 2	Reiki	QD 18 AE - Paranoá

		Automassagem	
	UBS 7	Reiki	Café Sem Troco - DF 270 Km 02 - Paranoá
Park Way	UBS 1	Lian Gong em 18 Terapias	Área Especial, Núcleo Rural Vargem Bonita
Planaltina	UBS 4	Liang Gong em 18 Terapias Terapia Comunitária Integrativa	Estância Nova Planaltina, Quadra 2, Rua A, Área Especial -
	UBS 5	Auriculoterapia Fitoterapia/ Plantas medicinais Terapia Comunitária Integrativa	Quadra 12 D, Conjunto A, Área Especial Arapoanga - Planaltina
Recanto das Emas	UBS 3	Automassagem Terapia Comunitária Integrativa Yoga	Quadra 104/105 - Área Especial
	UBS 11	Automassagem Lian Gong em 18 Terapias	Quadra 01 - Lote 23 - Salomão Elias
Riacho fundo I	UBS 1	Shantala Terapia Comunitária Integrativa	QN 09, Área Especial nº 11, Riacho Fundo I

Riacho fundo II	UBS 1	Shantala	QC 06, Conjunto 16, Área Esp. Lt. 01 - Riacho Fundo I
	UBS 5	Auriculoterapia Automassagem Tai Chi Chuan	QS 09, conjunto 01, lote 01
Samambaia	UBS 6	Meditação Yoga	QS 122, Conjunto 6, Lote 1
	UBS 7	Terapia Comunitária Integrativa Yoga	QD 302, Conjunto 5, Lote 1 -
	UBS 9	Automassagem:	QN 317, AE 01
	UBS 12	Lian Gong em 18 Terapias	QR 210, Conjunto 22, Lote 01
	UBS 13	Terapia Comunitária Integrativa	Quadra 615 A, Área Especial 1
Santa Maria	UBS 7	Auriculoterapia Automassagem Shantala Tai Chi Chuan Yoga	Avenida Brigadeiro Pinto de Moura S/N Área Especial Santos Dumont - Santa Maria
São Sebastião	UBS 2	Yoga	QD 101, Conj. 02, Lote 01, Residencial Oeste

	UBS 3	Auriculoterapia	QD 301, Conjunto 6, Lote 1 - São Sebastião
	UBS 9	Auriculoterapia Yoga	“Postinho do Bosque” - Rua de Escola 540 - Vila Nova - SSB
SIA	UBS 1	Terapia Comunitária Integrativa Yoga	Centro de Progressão Prisional - CPP - SIA Trecho 04, lotes 1600/1660
Sobradinho I	UBS 4	Meditação Técnica de Redução de Estresse	DF 440, Condomínio Residencial Serra Verde, Km 12 - Sala anexa à Paróquia - Sobradinho
Sobradinho II	UBS 1	Tai Chi Chuan	Área Rural 13, Conjunto 07, Lote 1, Área Especial, Sobradinho II
	UBS 2	Tai Chi Chuan	Rodovia DF 420, Complexo de Saúde Setor de Mansões ao lado da UPA de Sobradinho
	UBS 5	Lian Gong em 18 Terapias	Condomínio Mini-chácaras - QMS 16, Rua 14, Casa 01 - Sobradinho II
Taguatinga	UBS 1	Auriculoterapia Automassagem Lian Gong em 18 Terapias Yoga	QNG Área Especial 18/19

	UBS 2	Shantala	QND, Lote A, Praça do Bicalho
	UBS 5	Lian Gong em 18 Terapias Tai Chi Chuan	Setor D Sul, Área Especial 23
	UBS 7	Lian Gong em 18 Terapias	QNM 36, AE 10
	UBS 8	Auriculoterapia Shantala	QNL 24, Área Especial, Taguatinga Norte, Nova QNL -
Vicente Pires	UBS 1	Terapia Comunitária Integrativa	Rua 4C, Chácara 12, Colônia Agrícola Samambaia
Vila Planalto	UBS 3	Auriculoterapia Reiki Técnica de Redução de Estresse	Rua Piauí, Área Especial s/nº - Vila Planalto

Fonte: Adaptado da Secretaria de Saúde, 2023.

A Tabela 2 apresenta as informações sobre as Unidades Básicas de Saúde que disponibilizam alguma das práticas integrativas e complementares em todas as cidades que contém pelo menos uma UBS do Distrito Federal, incluindo o tipo de prática oferecida e a localização da UBS.

Os dados da tabela são relevantes para o presente estudo, uma vez que evidenciam a necessidade de ampliação das práticas integrativas nas Unidades Básicas de Saúde do Distrito Federal. Isso se deve ao fato de que menos de 50% das UBS oferecem esse tipo de atendimento, o que sugere que muitos pacientes não têm acesso a essas terapias complementares no âmbito

da Atenção Primária à Saúde. Portanto, é fundamental que haja um esforço conjunto para aumentar a disponibilidade dessas práticas nas unidades de saúde, garantindo assim uma assistência mais ampla e integral aos usuários do sistema.

Considerando os princípios da atenção primária e das UBS, que visam a prevenção, promoção e recuperação da saúde, é fundamental que essas unidades ofereçam uma ampla gama de práticas integrativas para complementar os tratamentos convencionais. Nesse sentido, é importante implementar estratégias para a ampliação dessas práticas, o que poderá contribuir para o potencial de geração de empregos e o desenvolvimento de novas tecnologias e pesquisas na área da saúde, estimulando a economia local e regional.

Em resumo, as práticas integrativas são eficientes no tratamento de doenças, tais quais as demonstradas na Tabela 3.

Tabela 3.

Doença	Terapia	Evidências
Dor crônica	Acupuntura	Estudo de Vickers et al. (2012) mostrou que a acupuntura é eficaz no tratamento da dor crônica, com efeitos duradouros e sem efeitos adversos graves.
		Estudo de Linde et al. (2016) concluiu que a acupuntura pode reduzir a frequência de crises de enxaqueca.
Ansiedade e depressão	Meditação Mindfulness	Estudo de Hofmann et al. (2010) indicou que a terapia baseada em mindfulness é eficaz na redução dos sintomas de ansiedade e depressão.
	Yoga	Estudo de Cramer et al. (2013) mostrou que o yoga é eficaz na redução dos sintomas de depressão.
	Massagem	Revisão sistemática de Coelho et al. (2008) sugeriu que a terapia de massagem pode melhorar o humor e reduzir a ansiedade em pacientes com depressão.
Insônia	Acupuntura	Estudo indicou que a acupuntura pode auxiliar na redução de despertares noturnos e melhorar a qualidade do sono.

	Meditação Mindfulness	Estudo mostrou que o extrato de camomila pode ser uma alternativa segura e eficaz para melhorar a qualidade do sono em idosos.
Hipertensão arterial	Meditação Mindfulness	Metanálise de Khoury et al. (2015) sugeriu que a redução do estresse baseada em mindfulness pode auxiliar no controle da pressão arterial.
Dor de cabeça	Acupuntura	Estudos clínicos mostraram que a acupuntura é uma opção de tratamento para enxaqueca e dores de cabeça tensionais.
	Fitoterapia	Estudo indicou que a *Peperomia pellucida* possui propriedades analgésicas e anti-inflamatórias promissoras.

Fonte: Autoria própria, 2023.

As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) têm um papel significativo no Distrito Federal (DF), contribuindo para a promoção da saúde e a prevenção de doenças e faz-se necessário fortalecer e ampliar a implementação dessas práticas no âmbito das unidades básicas de saúde, a fim de garantir uma abordagem mais abrangente e integrada aos cuidados oferecidos à população.

A ampliação das práticas integrativas nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) traz diversas vantagens tanto para a população quanto para o sistema de saúde. Primeiramente, essa ampliação contribui para a promoção da saúde e prevenção de doenças, oferecendo alternativas complementares aos tratamentos convencionais, além de estimular o autocuidado e a participação ativa do paciente em seu processo de cura (Aguiar, J, 2019).

Para ampliar as PICs nas UBS, é essencial um planejamento adequado que considere a infraestrutura necessária, a capacitação dos profissionais de saúde, a organização do fluxo de atendimento e a disponibilidade de recursos materiais e financeiros. É importante ainda dialogar com a população e a comunidade local para identificar suas necessidades e demandas em relação à oferta dessas práticas. Algumas possibilidades de ampliação das PICs nas UBS incluem a inclusão de novas terapias e técnicas, a criação de espaços adequados para a realização de práticas, a oferta de capacitação e formação para os profissionais de saúde e a

articulação com outras instituições e organizações que atuam na área de saúde integrativa (Tesser, C. D, 2017).

Portanto, a ampliação das PICs nas UBS é uma medida necessária e benéfica para a população e a comunidade local, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e da saúde da população atendida. Além disso, as práticas integrativas também são reconhecidas por promoverem a humanização do atendimento e a valorização da cultura e das tradições populares, integrando diferentes saberes e práticas de saúde. Essa abordagem ampla e holística do cuidado pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida e bem-estar da população (Tesser, C. D, 2017; Brasil, 2015).

7. Conclusão

Com base nas informações já apresentadas, conclui-se que a ampliação dessas práticas nas UBS é importante para garantir o acesso da população a esses serviços. Para isso, é necessário um planejamento adequado que contemple a infraestrutura necessária, a capacitação dos profissionais de saúde, a organização do fluxo de atendimento e a disponibilidade de recursos materiais e financeiros. Sendo assim, a ampliação das práticas integrativas nas UBS é uma medida importante para a melhoria da qualidade de vida e da saúde da população do DF, contribuindo para a valorização da cultura e das tradições populares, integrando diferentes saberes e práticas de saúde e promovendo a humanização do atendimento.

É fundamental ampliar a oferta dessas práticas em mais unidades de saúde para que mais pessoas possam ter acesso, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida da população e movimentando a economia local. Experiências bem-sucedidas de ampliação da oferta de práticas integrativas em outros países e estados brasileiros podem servir de exemplo para aprimorar a oferta dessas práticas no Distrito Federal, sendo preciso investir em políticas públicas que incentivem a inclusão dessas práticas no sistema de saúde, visando a promoção da qualidade de vida e bem-estar da população da capital.

8. Referências bibliográficas

1. ADIB-HAJBAGHERY, M.; MOUSAVI, S. N. **The effects of chamomile extract on sleep quality among elderly people: A clinical trial. Complementary therapies in medicine**, v. 35, p. 109–114, 2017.
2. AGÊNCIA BRASÍLIA. **Região Sul de Saúde ganha Centro de Práticas Integrativas.** Agência Brasília, 2023. Disponível em: https://www.agenciabrasilia.df.gov.br/2023/03/01/regiao-sul-de-saude-ganha-centro-de-praticas-integrativas/. Acesso em: 13 mar. 2023.
3. AGUIAR, J.; KANAN, L. A.; MASIERO, A. V. **Práticas Integrativas e Complementares na atenção básica em saúde: um estudo bibliométrico da produção brasileira**. Saúde em Debate, v. 43, n. 123, p. 1205–1218, 2019.
4. AMHB. **Estatuto**. Disponível em: <https://amhb.org.br/estatuto/>. Acesso em: 9 ago. 2023.
5. BARROS, N. F. DE. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: uma ação de inclusão**. Ciencia & saude coletiva, v. 11, n. 3, p. 850–850, 2006. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S1413-81232006000300034. Acesso em 28 mar. 2023.
6. BARROS, L. C. N. DE et al. **Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde: Percepções dos Gestores dos Serviços**. Escola Anna Nery, v. 24, n. 2, p. e20190081, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/bZjwfQhHM7mSBLjDV33NBBp/>. Acesso em: 13 mar. 2023.
7. BRASIL, Agência Nacional de Vigilância Sanitária da Saúde. **RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA - RDC Nº 18, DE 03 DE ABRIL DE 2013**. 2013. Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/documents/37101/571046/Resolu%C3%A7%C3%A3o+da+Diretoria+Colegiada+%E2%80%93+RDC+n%C2%BA+18%2C+de+03+de+abril+de+2013.pdf/4f66b81d-9d8f-b50d-9788-a6380b697dd6?t=1649018222436>. Acesso em: 9 ago. 2023.
8. BRASIL. Ministério da Saúde. **PICS - Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics. Acesso em: 30 mai. 2023.
9. BRASIL, ministério da saúde. **Portaria nº 702, de 22 de março de 2018**. Aprova a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 22 mar. 2018. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702_22_03_2018.html. Acesso em: 13 mar. 2023.

10. BRASIL, Ministério da Saúde. **Portaria nº 849, de 28 de março de 2017**. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes para a organização da Atenção Básica, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, DF: Diário Oficial da União, 28 mar. 2017. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html. Acesso em: 13 mar. 2023.
11. BRASIL, Ministério da Saúde. **Caderno de Atenção Básica: Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC no SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf. Acesso em: 28 mar. 2023
12. BRASIL, Ministério da Saúde. Diretrizes do NASF: **Núcleo de Apoio à Saúde da Família. Brasília: Ministério da Saúde**, 2012. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_do_nasf.pdf. Acesso em: 13 mar. 2023.
13. BRASIL, Ministério da Saúde. **Em Pernambuco, 122 municípios utilizam práticas integrativas no tratamento de pacientes do SUS**. gov.br, 2018. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2018/marco/em-pernambuco-122-municipios-utilizam-praticas-integrativas-no-tratamento-de-pacientes-do-sus>. Acesso em: 13 mar. 2023.
14. BRASIL, Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atenção básica e as práticas integrativas e complementares**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf. Acesso em: 13 mar. 2023.
15. BRASIL, Ministério da Saúde. **Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html. Acesso em: 28 mar. 2023.
16. BRASIL, Ministério da Saúde. **Saúde da Família: uma estratégia para reorganização do modelo assistencial. Brasília: Ministério da Saúde**, 1997. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd09_16.pdf. Acesso em: 28 mar. 2023.
17. 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, 2018. 180 p. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_tematico_praticas_integrativas_complementares.pdf>. Acesso em: 01 jul. 2023.

18. COELHO, H. F.; BODDY, K.; ERNST, E. Massage therapy for the treatment of depression: a systematic review: MT for the treatment of depression. **International journal of clinical practice**, v. 62, n. 2, p. 325–333, 2008.
19. **Conheça a história do Núcleo de Farmácia Viva na SES-DF - Secretaria de Saúde do Distrito Federal.** Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/conheca-a-historia-do-nucleo-de-farmacia-viva-na-ses-df/>. Acesso em: 9 ago. 2023.
20. **Conheça a história da Farmácia Viva do Centro de Práticas Integrativas – CERPIS em Planaltina - Secretaria de Saúde do Distrito Federal.** Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/conheca-a-historia-da-farmacia-viva-do-centro-de-praticas-integrativas-cerpis-em-planaltina/>. Acesso em: 9 ago. 2023.
21. CRAMER, H. et al. **Yoga for depression: A systematic review and meta-analysis: Review: Yoga for depression: A meta-analysis. Depression and anxiety**, v. 30, n. 11, p. 1068–1083, 2013.
22. DACAL, M. DEL P. O.; SILVA, I. S.. **Impactos das práticas integrativas e complementares na saúde de pacientes crônicos**. Saúde em Debate, v. 42, n. 118, p. 724–735, jul. 2018.
23. RODRIGUES, R.; SOUSA, A. UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. **Evolução de Práticas Integrativas de Saúde no DF comparando os anos de 2005 e 2011: Oferta de serviços e relação com a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares**. Disponível em: <https://bdm.unb.br/bitstream/10483/4447/1/2012_RyckardoRodriguesAraujo.pdf>. Acesso em: 9 ago. 2023.
24. DE FÁTIMA ARRIGONI-BLANK, M. et al. **Anti-inflammatory and analgesic activity of Peperomia pellucida (L.) HBK (Piperaceae)**. Journal of ethnopharmacology, v. 91, n. 2–3, p. 215–218, 2004. doi: 10.1016/j.jep.2003.12.030. PMID: 15120441.
25. DISTRITO FEDERAL. Secretaria de Estado de Saúde. **Unidades Básicas de Saúde**. Brasília, DF, 2023. Disponível em: https://info.saude.df.gov.br/servicosdesaudeubs/. Acesso em: 2 mar. 2023.

26. FIGUEREDO, C. A. DE; GURGEL, I. G. D.; GURGEL JUNIOR, G. D. A **Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios.** Physis (Rio de Janeiro, Brazil), v. 24, n. 2, p. 381–400, 2014.
27. GONTIJO, M. B. A.; NUNES, M. DE F. **PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: CONHECIMENTO E CREDIBILIDADE DE PROFISSIONAIS DO SERVIÇO PÚBLICO DE SAÚDE**. Trabalho Educação e Saúde, v. 15, n. 1, p. 301–320, 2017.
28. HOFMANN, S. G. et al. **The effect of mindfulness-based therapy on anxiety and depression: A meta-analytic review. Journal of consulting and clinical psychology**, v. 78, n. 2, p. 169–183, 2010. doi: 10.1037/a0018555. PMID: 20350028; PMCID: PMC2848393.
29. KHOURY, B. et al. **Mindfulness-based stress reduction for healthy individuals: A meta-analysis**. Journal of psychosomatic research, v. 78, n. 6, p. 519–528, 2015. doi: 10.1016/j.jpsychores.2015.03.009. Epub 2015 Mar 20. PMID: 25818837.
30. LACERDA, A. **Apoio social e a concepção do sujeito na sua integração entre corpo-mente: uma articulação de conceitos no campo da saúde pública.** 2002. Disponível em: https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/5089. Acesso em: 28 mar. 2023.
31. LINDE, K. et al. **Acupuncture for the prevention of episodic migraine.** The Cochrane library, v. 2018, n. 4, 2016. DOI: 10.1002/14651858.CD001218.pub3. PMID: 27351677; PMCID: PMC4977344.
32. MARQUES AM, Oliveira A S. Evolução dos recursos humanos nas práticas alternativas de saúde no setor público do Distrito Federal. Brasilia: UnB/ObservaRH/NESP; 2012.P.68.
33. MORESKI, D. A. B.; LEITE-MELLO, E. V. DE S.; BUENO, F. G. **Ação cicatrizante de plantas medicinais: um estudo de revisão**. Arq. ciências saúde UNIPAR, p. 63–69, 2018.
34. OLIVEIRA, I. M. DE; PASCHE, D. F. **Entre legitimação científica e legitimação cultural: transformações no campo das Práticas Integrativas e Complementares**. Ciencia & saude coletiva, v. 27, n. 9, p. 3777–3787, 2022.
35. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Estratégia da OMS sobre medicina tradicional 2014-2023**. WHO, 2013. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/92455/9789241506090_por.pdf?sequence=1. Acesso em: 13 mar. 2023.

36. PLANALTO. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicaocompilado.htm. Acesso em: 20 abr. 2023.
37. Ruppelt, B.M; Frickmann, F.S.S; Caldas, G.R; Sanches, P.S.; Schveitzer, M.C.; Portella, C.F.S; Ghelman, R. **Mapa de Evidências sobre a efetividade clínica das Plantas Medicinais Brasileiras: informe executivo**. [Internet]. São Paulo: BIREME/OPAS/OMS; 2022 Junho 29. DOI: 10.5281/zenodo.8005526
38. SAÚDE BRASÍLIA. **Unidade Básica de Saúde - DF**. Brasília, DF, 2023. Disponível em: https://saudebrasilia.com.br/ubs-df/. Acesso em: 2 mar. 2023.
39. SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE SÃO PAULO. (2007). **Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: evidências científicas e experiências de implementação.** Instituto de Saúde. São Paulo. Disponível em: https://www.saude.sp.gov.br/resources/instituto-de-saude/homepage/temas-saude-coletiva/pdfs/temas29okweb.pdf. Acesso em: 13 mar. 2023.
40. SECRETARIA DE SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL. **Política Distrital de Práticas Integrativas em Saúde**. Disponível em: https://www.fcm.unicamp.br/fcm/sites/default/files/2016/page/pdpic_distrito_federal.pdf. Acesso em: 13 mar. 2023.
41. SECRETARIA DE SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL. **Práticas Integrativas em Saúde**. Disponível em: https://www.saude.df.gov.br/praticas-integrativas-em-saude. Acesso em: 13 mar. 2023.
42. SECRETARIA DE SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS.** 2006. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 9 ago. 2023.
43. TESSER, C. D., Sousa, I. M. C., & Nascimento, M. C. do. (2017). **Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira.** Saúde em Debate, 41(spe), 244-260. doi: 10.1590/0103-11042017s19. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042017000500244. Acesso em: 13 mar. 2023.
44. VICKERS, A. J. et al. **Acupuncture for chronic pain: individual patient data meta-analysis**. Arch Intern Med, v. 172, n. 19, p. 1444-1453, 2012. DOI: 10.1001/archinternmed.2012.3654. PMID: 22965186; PMCID: PMC3658605.