

Nota Técnica: Evidências Científicas sobre Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

Contexto e Introdução

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) têm sido cada vez mais incorporadas aos sistemas de saúde ao redor do mundo com recomendação da Organização Mundial da Saúde, por meio do atual documento Estratégia sobre Medicina Tradicional 2013-2024¹, incluindo o Brasil, onde a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)² foi implementada para regulamentar e promover essas práticas no Sistema Único de Saúde (SUS). O Paraná tem aprovada sua política Estadual, por meio da Lei 19785/2018³ e Ponta Grossa, o decreto aprovado em agosto de 2023, sob o número 22.140⁴. O Projeto de Lei número 127/2024, proposto e aprovado em primeira instância pelo Vereador Julio Küller, na Câmara Municipal de Ponta Grossa, propõe a inserção das PICs na Rede Municipal de Saúde, alinhando-se às diretrizes do PNPIC.

Evidências Científicas das PICs

As PICs abrangem uma variedade de práticas, incluindo medicina tradicional chinesa, acupuntura, medicina ayurvédica, fitoterapia, homeopatia e outras. A seguir, apresentamos um resumo das evidências científicas disponíveis para algumas dessas práticas, com base em dados de pesquisa robustos e revisões sistemáticas.

1. Acupuntura

- **Evidência Científica:** Diversos ensaios clínicos e revisões sistemáticas demonstram que a acupuntura é eficaz no tratamento de dores crônicas, como dores lombares, cervicais e osteoartrite. A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece a acupuntura como uma prática eficaz para o alívio da dor e como parte de tratamentos complementares para várias condições.⁵

2. Medicina Ayurvédica

- **Evidência Científica:** Estudos indicam que práticas ayurvédicas, incluindo fitoterapia e yoga, são benéficas no manejo de doenças crônicas, como diabetes e hipertensão. A Ayurveda promove um

¹ <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sectics/pnpmf/publicacoes/estrategia-da-oms-sobre-medicina-tradicional-2014-2023/view>

² <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>

³ <https://leisestaduais.com.br/pr/lei-ordinaria-n-19785-2018-parana-institui-as-diretrizes-para-as-praticas-integrativas-e-complementares-em-saude-no-ambito-do-sistema-unico-de-saude-do-estado-do-parana-sus-pr>

⁴ https://www.pontagrossa.pr.gov.br/files/diario-oficial/2023-08-02-ed3656.pdf1_.pdf

⁵ : <http://mtci.bvsalud.org/pt/efetividade-clinica-das-praticas-mente-ecorpo-da-medicina-tradicional-chinesa/> ; : <https://mtci.bvsalud.org/pt/efetividade-clinica-da-acupuntura/>

equilíbrio holístico, focando na prevenção e no bem-estar geral do indivíduo.⁶

3. Homeopatia

- **Evidência Científica:** A homeopatia é amplamente utilizada como um complemento terapêutico. Embora haja debates sobre sua eficácia além do efeito placebo, revisões sistemáticas indicam que pode ser benéfica em certas condições, como alergias e infecções respiratórias.⁷

4. Fitoterapia e plantas medicinais

- **Evidência Científica:** A utilização de plantas medicinais é uma prática ancestral com evidências robustas de eficácia. Estudos demonstram que fitoterápicos como a camomila, valeriana e ginkgo biloba têm efeitos positivos em condições como ansiedade, insônia e perda de memória.^{8 9 10}

5. Terapia Comunitária Integrativa

- **Evidência Científica:** A TCI foi certificada como uma tecnologia social e está sendo sistematizada pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Esta prática tem mostrado ser eficaz no fortalecimento de vínculos comunitários, promoção da saúde mental e resolução de conflitos, contribuindo para o bem-estar coletivo.^{11 12 13}

Bases de Dados de Pesquisa

Para garantir a confiabilidade e qualidade das informações sobre as PICs, é essencial consultar bases de dados de pesquisa reconhecidas, como:

- OMS: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789241506096>
- ObservaPICs: <https://observapics.fiocruz.br/>
- BVS MTCT: <https://mtci.bvsalud.org/pt/>
- Cabsin: <https://cabsin.org.br/>
- Cochrane Library: <https://www.cochranelibrary.com/>
- Scopus: <https://www.scopus.com/home.uri>
- Lilacs: <https://lilacs.bvsalud.org/>

⁶ <https://mtci.bvsalud.org/pt/efetividade-clinica-da-pratica-do-yoga/> ;

<https://ijam.co.in/index.php/ijam/article/view/3395>; <https://www.mdpi.com/2673-9992/21/1/46>

⁷ <https://mtci.bvsalud.org/pt/mapa-de-evidencias-efetividade-clinica-da-homeopatia/>

⁸ <https://mtci.bvsalud.org/pt/efetividade-clinica-da-fitoterapia-e-plantas-medicinais-para-cicatrizacao-e-doencas-agudas>

⁹ <http://mtci.bvsalud.org/pt/efetividade-clinica-das-plantas-medicinais-efitoterapia-para-disturbios-metabolicos-e-fisiologicos/>

¹⁰ <http://mtci.bvsalud.org/pt/efetividade-clinica-das-plantas-medicinais-efitoterapia-para-doencas-cronicas-e-dor/>

¹¹ <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/10629>

¹² <https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/view/13737>

¹³ <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/10901981231213027>

- Embase: <https://www.elsevier.com/pt-br/products/embase>
- Banco de tese da CAPES: <https://catalogodeteses.capes.gov.br/catalogo-teses/#!/>
- Pubmed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>

Estas bases de dados fornecem acesso a uma vasta quantidade de estudos revisados por pares, revisões sistemáticas e meta-análises que ajudam a estabelecer a eficácia e segurança das PICs.

Protocolos do Ministério da Saúde

O Ministério da Saúde do Brasil desenvolveu protocolos específicos para a implementação segura e eficaz das PICs no SUS. Estes protocolos são baseados em evidências científicas e diretrizes internacionais, assegurando que as práticas sejam integradas de maneira segura e eficiente na rede pública de saúde. Exemplos de protocolos incluem:

- **Portaria nº 971/2006:** Institui a PNPIC no SUS, definindo as diretrizes para a inclusão das PICs hoje regulamentada pela Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017.
- **Portaria nº 849/2017:** Amplia a lista de PICs oferecidas pelo SUS, adicionando novas práticas baseadas em evidências.
- **Portaria nº 702/2018:** Atualiza e amplia a lista de práticas integrativas e complementares, reforçando o compromisso do SUS com a implementação dessas práticas.

É crucial compreender que as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) não substituem os tratamentos médicos convencionais, mas sim, os complementam. É imperativo que as PICS sejam utilizadas em conjunto com os medicamentos e terapias prescritos, sempre sob a orientação rigorosa de profissionais de saúde qualificados. Somente assim podemos garantir que todas as necessidades terapêuticas do paciente sejam atendidas de maneira segura e eficaz, proporcionando um cuidado integral sem comprometer a eficácia dos tratamentos convencionais.

Cuidados na Divulgação de Informações sobre PICs

A disseminação de informações sobre as PICs deve ser feita com responsabilidade e base científica, evitando a propagação de *fake news* e opiniões baseadas em preconceitos culturais. É fundamental que:

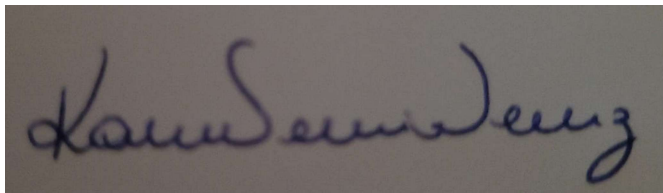
- As informações sejam fundamentadas em estudos científicos rigorosos e revisões sistemáticas.
- Pesquisadores e profissionais da saúde contribuam para a discussão, oferecendo uma visão baseada em evidências e isenta de vieses pessoais.

- Evite-se a divulgação de informações que possam gerar medo ou desinformação sobre práticas que possuem respaldo científico e são regulamentadas pelo Ministério da Saúde.

Conclusão

As PICs oferecem uma abordagem humanizada e integrativa, que além de promover a saúde e qualidade de vida, previne agravos e complementa tratamentos convencionais. A adoção dessas práticas, conforme proposto no Projeto de Lei 127/2024, pode promover um sistema de saúde mais integrativo e inclusivo. No entanto, é vital que a implementação seja acompanhada de regulamentação rigorosa, educação continuada e pesquisa científica robusta para garantir a segurança e eficácia dos tratamentos oferecidos.

RedePICS PR



RedePICS BR



Associação Brasileira de Terapia Comunitária Integrativa

Associação Brasileira de Naturologia

