

# AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES E A MELHORA NA QUALIDADE DE VIDA EM SOBREVIVENTES DE CÂNCER

INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES AND IMPROVEMENT IN THE QUALITY OF LIFE IN CANCER SURVIVORS

PRÁCTICAS INTEGRATIVAS Y COMPLEMENTARIAS Y MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA EN SUPERVIVIENTES DE CÁNCER

**Denise Alves de Oliveira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2036-5942>

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Email: [denisealves.oliveira@edu.unirio.br](mailto:denisealves.oliveira@edu.unirio.br)

**Sônia Regina de Souza**

ORCID: : <https://orcid.org/0000-0001-7981-0038>

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Email: [sonia.souza@unirio.br](mailto:sonia.souza@unirio.br)

## Resumo

Objetivo: identificar e analisar, a partir da literatura científica, como o uso das práticas integrativas e complementares (PICs) contribuem para a melhora da qualidade de vida de sobreviventes de câncer. Método: Revisão integrativa realizada mediante busca nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) para Prevenção e Controle do Câncer. Selecionaram-se 21 estudos originais, com recorte temporal de 2013 a 2021, sem restrições de idioma. Os dados foram extraídos e organizados em quadros sinópticos. A integração dos resultados fundamentou-se no método de redução de dados. Resultados: Foram incluídos oito artigos, publicados em periódicos nacionais e internacionais, com predominância de estudos do tipo survey. As PICs mais citadas nos estudos foram homeopatia, acupuntura, yoga e meditação, fitoterapia, hipnose. Os efeitos evidenciados foram aumento da taxa de sobrevida, diminuição da progressão da doença, diminuição de efeitos adversos provocados pelos tratamentos como dor, ansiedade, insônia, náuseas, para fortalecer o sistema imunológico e a saúde mental, além de fortalecer o sentimento de controle e esperança. Conclusão: Os achados desta pesquisa indicam que as práticas integrativas e complementares podem melhorar a qualidade de vida de sobreviventes de câncer. Ainda assim, há lacunas de estudos que evidenciam a aplicação das terapias alternativas e complementares em sobreviventes de câncer no Brasil, em especial por Enfermeiros oncologistas.

**Palavras-chave:** Práticas Integrativas e Complementares; Neoplasias; Qualidade de Vida; Sobreviventes,

## Abstract

Objective: to identify and analyze, from the scientific literature, how the use of integrative and complementary practices (PICs) contribute to improving the quality of life of cancer survivors. Method: Integrative review performed by searching the databases of the Virtual Health Library (VHL) for Cancer Prevention and Control. Twenty-one original studies were selected, with a time frame from 2013 to 2021, without language restrictions. Data were extracted and organized into synoptic tables. The integration of results was based on the data reduction method. Results: Eight articles, published in national and international journals, with a predominance of survey studies were included. The most cited PICs in the studies were homeopathy, acupuncture, yoga and meditation, herbal medicine, hypnosis. The effects evidenced were increased survival rate, decreased disease progression, decreased adverse effects caused by treatments such as pain, anxiety, insomnia, nausea, to strengthen the immune system and mental health, in addition to strengthening the feeling of control and hope. Conclusion: The findings of this research indicate that integrative and complementary practices can improve the quality of life of cancer survivors. Even so, there are gaps in studies that show the application of alternative and complementary therapies in cancer survivors in Brazil, especially by oncologist nurses.

**Keywords:** Integrative and Complementary Practices; Neoplasms; Quality of life; Survivors.

Normas da revista escolhida: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/about/submissions>

Avaliador sugerido: Mestranda Jessica Lopes. Email: [jessica.lopes0694@gmail.com](mailto:jessica.lopes0694@gmail.com)

## Resumen

Objetivo: identificar y analizar, a partir de la literatura científica, cómo el uso de prácticas integradoras y complementarias (PICs) contribuyen a mejorar la calidad de vida de los sobrevivientes de cáncer. Método: Revisión integrativa realizada mediante la búsqueda en las bases de datos de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS) para la Prevención y el Control del Cáncer. Se seleccionaron veintidós estudios originales, con un período de tiempo de 2013 a 2021, sin restricciones de idioma. Los datos se extrajeron y organizaron en tablas sinópticas. La integración de resultados se basó en el método de reducción de datos. Resultados: Se incluyeron ocho artículos, publicados en revistas nacionales e internacionales, con predominio de estudios por encuestas. Los PIC más citados en los estudios fueron la homeopatía, la acupuntura, el yoga y la meditación, las hierbas medicinales y la hipnosis. Los efectos evidenciados fueron aumento de la tasa de supervivencia, disminución de la progresión de la enfermedad, disminución de los efectos adversos provocados por tratamientos como dolor, ansiedad, insomnio, náuseas, para fortalecer el sistema inmunológico y la salud mental, además de fortalecer la sensación de control y esperanza. Conclusión: Los hallazgos de esta investigación indican que las prácticas integradoras y complementarias pueden mejorar la calidad de vida de los sobrevivientes de cáncer. Aun así, existen vacíos en los estudios que muestran la aplicación de terapias alternativas y complementarias en sobrevivientes de cáncer en Brasil, especialmente por enfermeras oncológicas.

**Palabras clave:** Prácticas integradoras y complementarias; Neoplasias; Calidad de vida; Supervivientes

## 1. INTRODUÇÃO

O termo câncer abrange mais de 100 doenças diferentes, sendo definido como o crescimento anormal e desordenado de células, com capacidade de invadir tecidos e órgãos vizinhos ou distantes (INCA, 2020). Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (2020) o câncer é responsável por uma em cada seis mortes, sendo a segunda principal causa de morte no mundo.

No Brasil, a situação não é diferente, as neoplasias malignas foram responsáveis por aproximadamente 17,4% das mortes em 2019, ficando atrás apenas das mortes por doenças do aparelho circulatório, com aproximadamente 27,05% (DATASUS, 2019). Uma estimativa feita pelo Instituto Nacional de Câncer (2019) para 2020-2022 é de 625 mil novos casos por ano. Os custos com a assistência de pacientes oncológicos só aumentam a cada ano, chegando a mais de 1 bilhão de reais no ano de 2005 (INCA, 2006), constituindo assim, um problema de saúde pública de extrema importância. Nesse sentido, foi instituída a Política Nacional para a Prevenção e Controle do Câncer (PNPCC), através da Portaria 874 de 2013 do Ministério da Saúde.

A PNPCC possui como objetivo "a redução da mortalidade e da incapacidade causadas por esta doença e ainda a possibilidade de diminuir a incidência de alguns tipos de câncer, bem como contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos usuários com câncer, por prevenção, detecção precoce, tratamento oportuno e cuidados paliativos." Na seção II do capítulo II, são expostos os princípios e diretrizes relacionados à promoção da saúde, na qual destaca-se a importância de se ter uma vida com qualidade, através da realização de práticas corporais e atividades físicas regulares, promoção do autocuidado, alimentação saudável, práticas de promoção da saúde que ultrapassem os limites dos serviços de saúde, podendo ser realizadas nas escolas, no ambiente de trabalho e nos lares.

A promoção de qualidade de vida deve estar presente em todo o continuum do câncer, ou seja, em todas as etapas da doença, desde a prevenção, o diagnóstico, tratamento, cura até o fim de vida (NCI, 2020).

O câncer é uma doença culturalmente estigmatizada, possuindo sempre representações negativas, como dor e sofrimento, medo e tristeza e é vista como sinônimo de morte. Mesmo com os avanços tecnológicos e científicos da área da saúde, o tratamento de câncer é muito complexo e agressivo, capaz de provocar efeitos físicos e psicológicos indesejáveis (LIMA et al, 20126). As modalidades de tratamentos mais utilizados ainda hoje são a cirurgia, quimioterapia e radioterapia, os efeitos colaterais mais comuns advindos dessas formas de tratamento são constipação, diarreia, enjôo e vômitos, indisposição, anemia, fadiga entre outros (INCA, 2021). O paciente oncológico experimenta uma significativa diminuição da qualidade de vida

decorrente do processo de adoecimento em si, do estigma que envolve o câncer, das incertezas e dos efeitos colaterais do tratamento.

A motivação para esse estudo surgiu com minha participação em uma liga acadêmica sobre oncologia (Liga Acadêmica de Atenção em Oncologia/LAAONCO), concomitantemente com a participação em uma outra liga acadêmica sobre práticas integrativas e complementares (Liga Acadêmica de Práticas Integrativas e Complementares/LAPICs). As duas ligas abordam muito sobre qualidade de vida, me fazendo sempre pensar na pergunta “Como eu posso trabalhar com as PICs na oncologia?”.

Segundo Costa et al. (2020), as PICs são recursos terapêuticos que estimulam os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde, são realizadas através de tecnologias eficazes e seguras, com foco no fortalecimento do vínculo terapêutico (entre paciente e profissional de saúde) e da integração do indivíduo com o meio em que vive e a comunidade ao seu redor. Esses recursos são baseados na visão ampliada do processo saúde-doença e do paciente, visão holística, e na promoção global do cuidado, principalmente no autocuidado.

As PICs, são tratamentos adjuvantes, complementares, ao tratamento farmacológico do modelo biomédico, proporcionam o alívio de sintomas como dor, sentimento de angústia e ansiedade que são provocados pelo câncer, contribuem para a melhora na qualidade de vida e incentivam os pacientes a continuarem com o tratamento do câncer (Ferreira et al, 2021).

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) podem ser utilizadas como uma alternativa para auxiliar na contenção dos efeitos adversos do tratamento oncológico, no tratamento e prevenção de sintomas e disfunções provocadas pela doença e no fortalecimento do corpo e na reabilitação após o tratamento oncológico, não possuindo, de modo geral, contra indicações específicas e efeitos adversos, possuem baixo custo e atuam na melhora da qualidade de vida (Elias e Alves, 2002).

As terapias integrativas e complementares possuem respaldo nas portarias nº 971, de 3 de maio de 2006, que institui a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), nº 849, de 27 de março de 2017 e nº 702, de 21 de março de 2018, que ampliam o escopo de abordagem das práticas integrativas no Sistema Único de Saúde (SUS). A Resolução COFEN nº 581 de 2018 aprova a lista de especialidade da enfermagem dentro das PICs.

Para este estudo utilizou-se o conceito de sobrevivente para o indivíduo em todas as fases do continuum do câncer, desde o seu diagnóstico, para além da cura, até o fim de sua vida (NIH, 2021).

Neste sentido, a questão norteadora deste estudo foi “Como as PICs podem promover a qualidade de vida dos sobreviventes de câncer?” O objeto deste estudo se delimitou como *o uso das práticas integrativas e complementares para a melhora da qualidade de vida dos sobreviventes de câncer* e objetivou-se identificar e analisar, a partir da literatura científica existente, como o uso das PICs contribuem para a melhora da qualidade de vida de sobreviventes de câncer.

O estudo justifica-se pela importância do tema tanto para benefício do paciente quanto para o Sistema Único de Saúde (SUS), visto que as PICs auxiliam na desconstrução do estigma associado ao câncer, uma vez que traz uma visão diferente do sobrevivente de câncer, tornando-a uma pessoa mais ativa, autônoma sobre seu tratamento e sua rotina, possibilita uma maior aceitação a seu tratamento devido ao poder de prevenir e tratar as reações adversas da doença e do tratamento oncológico, além de também auxiliar na recuperação e nos cuidados de fim de vida.

As PICs são uma alternativa mais barata e mais abrangente e com menos efeitos colaterais em comparação com os medicamentos utilizados para auxiliar o paciente durante o tratamento e progressão da doença, podendo assim, diminuir os custos do SUS e melhorando a assistência prestada ao paciente.

## 2. METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa. Souza, Silva e Carvalho (2010), afirmam que a revisão integrativa delimita o conhecimento atual sobre uma temática, com o intuito de identificar, analisar e sintetizar estudos com diferentes metodologias sobre o mesmo assunto. Esse tipo de estudo contribui para um desfecho benéfico na qualidade dos cuidados de saúde. Os autores pontuam ainda, no impacto produzido pelo referido método, com o qual é possível produzir políticas, protocolos e procedimentos além de desenvolver o pensamento crítico na prática do cuidado à saúde.

Para Mendes, Silveira e Galvão (2008), a revisão integrativa de literatura é um método de revisão bibliográfica que possui a finalidade de reunir e sintetizar resultados de pesquisas sobre um determinado tema, além de apontar lacunas do conhecimento que necessitam de novos estudos para serem preenchidas, contribuindo assim para o aprofundamento do conhecimento sobre o tema investigado.

Para condução deste estudo, foram adotadas seis fases a serem seguidas: identificação do tema e elaboração da pergunta de pesquisa, estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão da amostragem, identificação dos estudos pré-selecionados e sua adequação aos critérios estabelecidos, avaliação e categorização dos estudos selecionados, análise e interpretação dos resultados encontrados e apresentação da revisão e síntese do conhecimento (Botelho, Cunha e Macedo, 2011).

A elaboração da pergunta de pesquisa foi baseada na estratégia PICO, na qual P (população): Sobreviventes de Câncer; I (interesse): Qualidade de Vida; Co (contexto): Práticas Integrativas e Complementares (PICs). Desse modo, a pergunta norteadora foi: Como as PICs podem promover a qualidade de vida dos sobreviventes de câncer?

A busca dos artigos para a pesquisa foi realizada através da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) para Prevenção e Controle do Câncer, plataforma escolhida por possuir foco na temática de câncer, realizada no mês de novembro de 2021. A busca se deve através dos **Descritores em Ciência e Saúde (DeCS/MeSH)**: Práticas Integrativas e Complementares, Neoplasias, Qualidade de Vida e Sobreviventes. Foi utilizado o operador booleano AND para realizar associações entre todos os descritores escolhidos.

Como **critérios de inclusão** foram definidos: publicações do tipo artigos científicos no âmbito nacional e internacional, nos idiomas português, inglês e espanhol, disponibilizadas na íntegra, que contenham os descritores escolhidos no título ou no resumo da publicação. O recorte temporal se deu entre 2013 (criação da PNPCC) e 2021. **Foram excluídas** as publicações duplicadas ou que não desenvolveram o tema proposto.

Para a extração dos conteúdos dos artigos incluídos na seleção de amostra desta revisão, foi utilizado um instrumento de coleta de dados, que contém as seguintes variáveis: identificação do estudo (título da publicação, autores, ano, periódico, país e idioma), características metodológicas (tipo de estudo e objetivo), principais resultados, limitações e conclusão/desfecho.

## 3. Resultados

Foram encontrados 21 artigos, nas bases de dados MEDLINE e LILACS. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 8 artigos para leitura na íntegra e posterior discussão (Figura 1). Foram selecionados 7 artigos disponibilizados em Inglês e 1 em português.

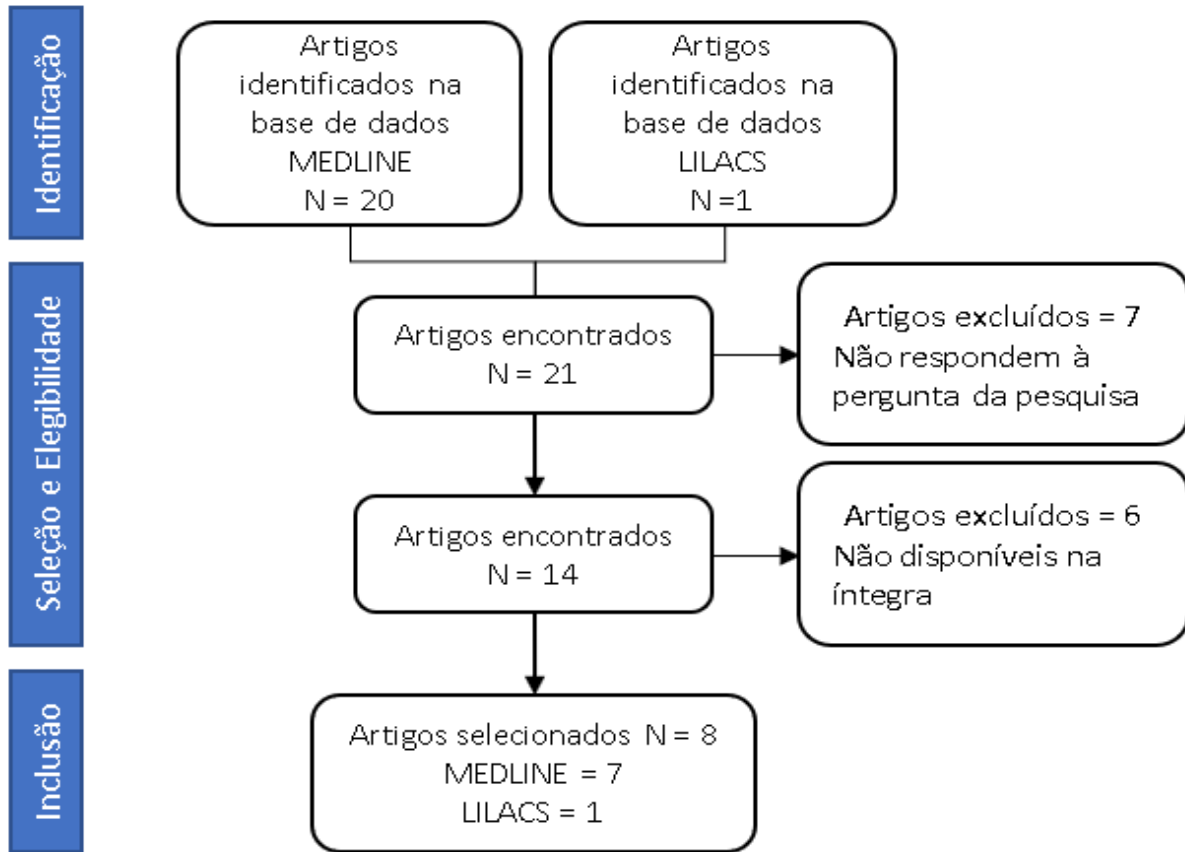


Figura 1. Fluxograma da seleção dos estudos adaptado do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA 2009). Rio de Janeiro (RJ), Brasil, 2021.

Os artigos encontrados possuem variadas metodologias, como pesquisa do tipo “survey”, revisão de literatura e estudo de coorte populacional e um estudo feito a pedido do editor (Tabela 1).

As PICs mais citadas nos estudos foram homeopatia (n=3), acupuntura (n=3), yoga (n=3) e meditação (n=3), fitoterapia (n=3), hipnose(n=2), dois dos artigos selecionados não especificaram as práticas utilizadas para a análise. A maioria dos artigos discorreram sobre os efeitos das PICs na qualidade de vida de forma geral, sem especificar seus efeitos e/ou motivações de uso. Um estudo não encontrou associação entre as práticas integrativas e complementares na melhora da qualidade de vida. E apenas dois dos artigos encontrados especificaram os efeitos da utilização das PICs em sobreviventes de câncer. Os efeitos citados foram aumento da taxa de sobrevivência, diminuição da progressão da doença, diminuição de efeitos adversos provocados pelos tratamentos como dor, ansiedade, insônia, náuseas, para fortalecer o sistema imunológico e a saúde mental, além de fortalecer o sentimento de controle e esperança.

Ao avaliar as limitações dos estudos, apenas dois artigos não apresentaram limitações de estudo. Ademais, foram citadas limitações como a dificuldade em abordar todas as práticas integrativas, de forma individual, e a dificuldade de associação direta entre os aspectos da qualidade de vida e do uso de práticas integrativas.

**Tabela 1. Identificação dos estudos selecionados**

Autor/Ano	Título	Periódico	Idioma	Tipo de Estudo	Práticas mais utilizadas	Principais Resultados
-----------	--------	-----------	--------	----------------	--------------------------	-----------------------

SARRADON-ECK et al (2017)	Use of non-conventional medicine two years after cancer diagnosis in France: evidence from the VICAN survey.	MEDLINE	Inglês	"Survey"	Homeopatia, acupuntura, quiropraxia e manipulação osteopática, fitoterapia, dietas e terapia energética	69,7% dos usuários experientes tinham uma taxa de sobrevivência em 5 anos de mais de 80%, que era maior do que nos outros dois grupos, novos usuários NCM representaram uma proporção maior de progressão da doença (21%) do que os usuários experientes. A dor ocorreu em 36,4% dos novos usuários da NCM, 30,5% dos usuários experientes e 23,4% dos não usuários.
SARRADON-ECK et al (2020)	Use of non-conventional medicine and lifestyle change among cancer survivors: evidence from the national VICAN survey.	MEDLINE	Inglês	"Survey"	Homeopatia, osteopatia, acupuntura, terapia energética, cura magnética, dietas, fitoterapia, terapia manipulativa e sofrologia	Os motivos mais citados para o uso da NCM foram para melhorar o bem-estar físico, fortalecer o corpo e melhorar o bem-estar emocional. Metade deles usou a NCM para aliviar efeitos colaterais do tratamento.
EGGER et al (2018)	Factors associated with the use of complementary and alternative medicines for prostate cancer by long-term survivors.	MEDLINE	Inglês	Estudo de coorte de base populacional	Suplementos alimentares, meditação, orações e outras práticas	O uso de CAM para câncer de próstata foi associado a um maior controle percebido do curso do câncer, medo de recorrência, sofrimento específico do câncer e hiperexcitação. O uso de CAM para câncer de próstata foi mais provável com menos satisfação com tratamentos médicos, mas não foi associado a pensamento intrusivo, esquiva cognitiva, depressão, ansiedade ou qualquer um dos domínios de QVRS.

<p>FRENKEL, SIERPINA e SAPIRE (2015)</p>	<p>Effects of complementary and integrative medicine on cancer survivorship.</p>	<p>MEDLINE</p>	<p>Inglês</p>	<p>Pesquisa à pedido do editor</p>	<p>Meditação, mindfulness, yoga, técnicas de relaxamento e hipnose.</p>	<p>As intervenções mente-corpo, como imagens guiadas, meditação mindfulness e yoga, são comumente usadas para reduzir o estresse entre pacientes com câncer. Uma meta-análise descobriu que as terapias mente-corpo reduziram a ansiedade, a depressão e os distúrbios do humor em pacientes com câncer. Outros pesquisadores relataram a aplicação bem-sucedida de terapias mente-corpo, como técnicas de relaxamento para tratar ansiedade, insônia e náuseas relacionadas à quimioterapia; fortalecer um senso de controle; e combater sentimentos de desesperança.</p>
<p>BARRA et al (2014)</p>	<p>Manejo dos sintomas climatéricos em pacientes com câncer de mama / Management of menopausal symptoms in patients with breast cancer</p>	<p>LILACS</p>	<p>Português</p>	<p>Revisão de literatura</p>	<p>Acupuntura, hipnose, yoga, fitoterapia.</p>	<p>A acupuntura é superior ao placebo para tratar ondas de calor; que a hipnose pode ser um tratamento não farmacológico eficaz para as ondas de calor, com impacto positivo na qualidade de vida em geral; o efeito benéfico da yoga no controle dos fogachos; os fitoestrogênios falharam em mostrar alívio dos sintomas menopáusicos; o uso dos fitoterápicos não demonstrou benefício em comparação ao placebo.</p>
<p>SHNEERSON et al (2013)</p>	<p>The effect of complementary and alternative medicine on the quality of life of cancer survivors: a systematic review and meta-analyses.</p>	<p>MEDLINE</p>	<p>Inglês</p>	<p>Revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados (RCTs)</p>	<p>Yoga, meditação, mindfulness, homeopatia</p>	<p>Embora os resultados sugiram que uma série de intervenções CAM podem melhorar a QV em sobreviventes do câncer, a credibilidade dos resultados foi enfraquecida pelo risco moderado a alto de viés para a maioria dos estudos.</p>

LIM et al (2013)	Health behavior changes following breast cancer treatment: a qualitative comparison among Chinese American, Korean American, and Mexican American survivors.	MEDLINE	Inglês	Estudo exploratório, descritivo, qualitativo	-	A maioria dos sobreviventes esperava que o uso da medicina alternativa pudesse ter um papel significativo nas funções antioxidantes e biológicas imunológicas relacionadas ao câncer. O tipo de medicina alternativa era diferente de acordo com a etnia, indicando que era cultural e etnicamente determinada.
GROSS et al (2013)	Hopelessness and complementary therapy use in patients with ovarian cancer.	MEDLINE	Inglês	"Survey"	-	Não houve associação significativa entre desesperança e uso de CAM. A massagem teve um efeito significativo sobre a desesperança, indicando que os pacientes que relataram o uso de massagem tiveram pontuações de desespero totalmente menores do que aqueles que não usaram a massagem.

#### 4. Discussão

A acupuntura e a homeopatia, duas das práticas mais citadas nos artigos, foram umas das primeiras práticas implementadas no Sistema Único de Saúde (SUS), em 3 de maio de 2006, através da portaria do Ministério da Saúde nº 971, a qual institui a primeira versão da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Atualmente, a PNPIC conta com 29 práticas integrativas e complementares disponíveis no SUS.

Nos estudos de Sarradon-Eck et al. (2017;2020), são apresentados os resultados de uma amostra de sobreviventes após dois anos e cinco de diagnóstico, respectivamente, no qual foram encontrados resultados sobre o uso de PICs na maior taxa de sobrevida, no retardo da progressão da doença, na diminuição da dor, melhora dos efeitos adversos do tratamento oncológico, na melhora do bem-estar físico e mental e no fortalecimento do corpo. padrão semelhante ao estudo randomizado de Ruela et al. (2018), no qual observou-se os efeitos da acupuntura auricular na diminuição na intensidade da dor oncológica e no uso de medicamentos analgésicos. Outro estudo encontrado na literatura é de Frass et al. (2020) que traz os efeitos da homeopatia no aumento da sobrevida de sobreviventes de câncer de pulmão em estágio avançado, com um aumento de em média seis meses no tempo de sobrevida. Os resultados encontrados se assemelham também ao estudo de Ramos et al. (2021), no qual foram apresentados 13 artigos que evidenciaram o uso da acupuntura na diminuição da ocorrência de náuseas e vômitos durante e após o tratamento quimioterápico e a diminuição do uso de medicamentos antieméticos. Importante destacar também o efeito mais significativo no uso da acupuntura em relação ao uso de ondansetrona, medicamento utilizado em larga escala como pré-quimioterápico.

Outro estudo que se assemelha ao artigo de Sarradon-Eck et al. (2020), é o estudo de Pasyar et al. (2019) que traz como resultados os efeitos benéficos do yoga na melhora do bem-estar físico e emocional em mulheres com câncer de mama, como também os efeitos na diminuição da sensação de fadiga, insônia e dor.



No artigo de Frenkiel, Sierpina e Sapire (2015), são apresentados resultados sobre o uso de terapia de mente-corpo, como a meditação mindfulness e o yoga, na diminuição da ansiedade, do estresse e da depressão e no tratamento da insônia. Assim como mostra a pesquisa de Araújo et al. (2019) que traz os efeitos da meditação mindfulness em mulheres com câncer de mama, com resultados na diminuição do nível de estresse, comprovada pela diminuição dos níveis de cortisol no sangue das sobreviventes de câncer, diminuição da ansiedade e da depressão e na melhora da qualidade de sono.

O estudo de Barra et al. (2014) que traz os efeitos do uso das PICs nos sintomas de climatério em mulheres com câncer de mama, e apresenta resultados sobre o uso de acupuntura, hipnose e yoga para a diminuição das ondas de calor sofridas por essas mulheres, está com consonâncias com estudos como o de Xavier e Taets (2021) que traz resultados sobre o uso de práticas integrativas e complementares na diminuição de sintomas depressivos e de raiva, na diminuição de ondas de calor e outros sintomas da menopausa, na fadiga e diminuição dos efeitos adversos causados pelo tratamento. O estudo ainda alerta sobre o cuidado no uso de plantas fitoterápicas, pois estas podem interagir com as medicações e com o tratamento quimioterápico.

No estudo de Egger et al. (2018), no qual são apresentados resultados sobre o uso das PICs em homens com câncer de próstata, pode-se observar o sentimento de maior controle sobre o tratamento e curso da doença, e a motivação principal como insatisfação com o tratamento convencional. Essa insatisfação também aparece como motivação para o uso das PICs no estudo de Alves et al. (2015) no qual traz a medicina convencional como passível de erros médicos, repleta de procedimentos invasivos, com altos custos e tratamento focalizado na progressão clínica da doença e traz as PICs como um cuidado integral e holístico que fortalece as relações entre paciente e profissional de saúde.

O estudo de Lim et al. (2013) traz os resultados do uso das PICs em três grupos étnicos diferentes de mulheres com câncer de mama, com a principal motivação a esperança de melhorar as funções imunológicas e as ações antioxidantes, concluindo ainda, que o uso das PICs é cultural e etnicamente moldado. Nesse sentido, Gurgel et al. (2019) afirma que o uso indiscriminado de plantas medicinais (fitoterapia) é baseado na cultura popular local, no contexto de automedicação e de indicação de parentes e vizinhos, muitas vezes sem o conhecimento do profissional de saúde.

A pesquisa de Gross et al. (2013) traz as PICs e a massagem como práticas distintas, porém, na definição de Ayurveda dada pelo Ministério da Saúde, através da Portaria nº 849 de 2017, a Ayurveda é um sistema indiano antigo que leva em consideração a singularidade do indivíduo, e utiliza técnicas como relaxamento, massagens, plantas medicinais, entre outras. Para Goldstein, Stefani e Zabka (2018), a massagem oncológica traz benefícios para a melhora do humor com a diminuição da ansiedade e da depressão, diminuição de náuseas e da dor.

O estudo de Shneerson et al. (2013), não traz claramente os efeitos das práticas integrativas e complementares na melhora da qualidade de vida, sugerindo alto risco de viés para os resultados encontrados. Nesse sentido, Simino (2018) destaca que as PICs muitas vezes são utilizadas pelos sobreviventes de câncer sem o conhecimento dos profissionais de saúde, e que estes precisam ser informados sobre o seu uso para avaliar individualmente a indicação ou não das PICs, de forma a interferir negativamente no seu tratamento e na sua qualidade de vida.

A pesquisa realizada apresenta algumas limitações, sendo estas: escassez de amostra de artigos encontrados; os resultados encontrados nos artigos são em sua maioria por questionários e inferências, possuindo baixo grau de evidência científica, sendo portanto, pouco conclusivos; dificuldade em identificar os efeitos advindos das PICs e quais práticas foram utilizadas.

No cotidiano da enfermagem oncológica, a identificação e o manejo de sintomas desagradáveis por vezes prolongados advindos durante e após o tratamento representam importante desafio para a promoção do conforto e do bem-estar dos

sobreviventes do câncer. Nesse sentido, as PICs são ferramentas de cuidado que possuem baixo custo, podendo ser realizadas em ambiente ambulatorial, em domicílio, ou em diferentes cenários de atenção à saúde das pessoas.

As práticas integrativas e complementares ainda são pouco discutidas durante a graduação de enfermagem, é comum encontrar profissionais que não sabem o que são as PICs e tão pouco como elas podem ser aplicadas no cuidado de enfermagem. As PICs são reconhecidas como especialização de enfermagem pela Resolução COFEN nº 581 de 2018, com isso, a enfermagem possui respaldo legal para fazer uso das PICs em seu cuidado, porém os profissionais precisam se empoderar e exercer sua autonomia profissional para poder modificar as práticas conservadoras e frias do modelo biomédico hospitalar (Pennafort et al, 2012).

## 5. Considerações Finais

Efeitos das PICs encontrados na pesquisa: aumento da sobrevida, diminuição da progressão da doença, diminuição da dor, fortalecer o corpo, melhorar o bem-estar físico e emocional, aliviar efeitos colaterais do tratamento, reduzir o estresse, tratar a ansiedade, insônia e náuseas.

Os achados desta pesquisa indicam que as práticas integrativas e complementares podem melhorar a qualidade de vida de sobreviventes de câncer, porém ainda existem muitas lacunas no conhecimento sobre a temática, por isso novas pesquisas com sistemas definidos de aplicação de estudo são necessárias.

## 6. Referências

- Alves, K. Y., A do Nascimento, C. P., S de Assis, Y. M., C de O Salvador, P. T., V Tourinho, F. S., & P Santos, V. E. (2015). Integrative and complementary practices in oncologic treatment and the role of nursing. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*, 7(4), 3163. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2015.v7i4.3163-3174>
- Araujo, R. V., Fernandes, A. F. C., Nery, I. S., Andrade, E. M. L. R., Nogueira, L. T., & Azevedo, F. H. C. (2019). Efeito da meditação no nível de estresse psicológico de mulheres com neoplasia mamária: Revisão sistemática. *Rev Esc Enferm USP*, 53, Artigo e03529. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018031303529>
- Botelho, L. L. R., Cunha, C. C. d. A., & Macedo, M. (2011). O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e Sociedade*, 5(11), 121–136. <https://www.gestoesociedade.org/gestoesociedade/article/view/1220/906>.
- BRASIL (2017). **Portaria nº 849, de 27 de março de 2017**. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Ministério da Saúde. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849\\_28\\_03\\_2017.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html).
- BRASIL (2013). **Portaria nº 874, de 16 de maio de 2013**. Institui a Política Nacional para a Prevenção e Controle do Câncer. Ministério da Saúde. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt0874\\_16\\_05\\_2013.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt0874_16_05_2013.html). Acesso em: 9 ago. 2021
- BRASIL (2006). **Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Ministério da Saúde. Disponível em: [https://saude.mg.gov.br/index.php?option=com\\_gmg&controller=document&id=874](https://saude.mg.gov.br/index.php?option=com_gmg&controller=document&id=874).
- Cancer control continuum | division of cancer control and population sciences (DCCPS). (n.d.). Home | Division of Cancer Control and Population Sciences (DCCPS). <https://cancercontrol.cancer.gov/about-dccps/about-cc/cancer-control-continuum>
- Câncer - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. (n.d.). PAHO/WHO | Pan American Health Organization. <https://www.paho.org/pt/topicos/cancer>
- COFEN (2018). Resolução COFEN nº 581/2018. Atualiza, no âmbito do Sistema Cofen/Conselhos Regionais de Enfermagem, os procedimentos para Registro de Títulos de Pós – Graduação Lato e Stricto Sensu concedido a Enfermeiros e aprova a lista das especialidades. Disponível em: [http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-581-2018\\_64383.html](http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-581-2018_64383.html). Acesso em: 23 ago. 2021
- Costa, A. R., Silva, R. S., Feitosa, R. M., Oliveira, K. K., & Coelho, W. A. (2020). Práticas integrativas e complementares em saúde no cotidiano de crianças com câncer. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 92(30). <https://doi.org/10.31011/reaid-2020-v.92-n.30-art.602>

DATASUS – Ministério da Saúde. (n.d.). <http://www2.datasus.gov.br/DATASUS/index.php?area=0205>

Elias, M. C., & Alves, E. (2020). Medicina não-convencional: Prevalência em pacientes oncológicos. *Revista Brasileira De Cancerologia*, 48(4), 523–532. <https://doi.org/10.32635/2176-9745.RBC.2002v48n4.2158>

Ferreira, P. M., Souza, T. C. d., Freitas, P. S., Bressan, V. R., Silva, L. J. d. A., & Terra, F. d. S. (2021). Uso das práticas integrativas e complementares pela enfermagem em pessoas com câncer: Revisão integrativa. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(1), 1841–1858. <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n1-150>

Ficam incluídas novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC, Portaria nº 702 (2018) (Brasil). [https://www.in.gov.br/web/guest/materia/-/asset\\_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/7526450/do1-2018-03-22-portaria-n-702-de-21-de-marco-de-2018-7526446](https://www.in.gov.br/web/guest/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/7526450/do1-2018-03-22-portaria-n-702-de-21-de-marco-de-2018-7526446)

Frass, M., Lechleitner, P., Gründling, C., Pirker, C., Grasmuk-Siegl, E., Domayer, J., Hochmair, M., Gaertner, K., Duscheck, C., Muchitsch, I., Marosi, C., Schumacher, M., Zöchbauer-Müller, S., Manchanda, R. K., Schrott, A., & Burghuber, O. (2020). Homeopathic treatment as an add-on therapy may improve quality of life and prolong survival in patients with non-small cell lung cancer: A prospective, randomized, placebo-controlled, double-blind, three-arm, multicenter study. *The Oncologist*, 25(12). <https://doi.org/10.1002/onco.13548>

Galvão, T. F., & Pereira, M. G. (2015). Avaliação da qualidade da evidência de revisões sistemáticas. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 24(1), 775–778. <https://doi.org/10.5123/s1679-49742015000100019>

Goldstein, C. F., Stefani, N. D. A., & Zabka, C. F. (2018). Oncologia integrativa: das práticas complementares aos seus resultados. *Acta medica*, 39(2), 1-14.

Gurgel, I. O., de Sá, P. M., dos Reis, P. E. D., Cherchiglia, M. L., Reis, I. A., de Mattia, A. L., & Simino, G. P. R. (2019). Prevalência de práticas integrativas e complementares em pacientes submetidos à quimioterapia antineoplásica. *Cogitare Enfermagem*, 24.

Instituto Nacional de Câncer. (2006). A situação do câncer no Brasil. Ministério da Saúde. [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/situacao\\_cancer\\_brasil.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/situacao_cancer_brasil.pdf)

Instituto Nacional de Câncer. (2019). Estimativa 2020: Incidência de câncer no Brasil. Ministério da Saúde. <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/estimativa-2020-incidencia-de-cancer-no-brasil.pdf>

Instituto Nacional de Câncer. (2021). 21 Fatos sobre o câncer. Ministério da Saúde. <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/publicacao-21-fatos-inca-dmc2021-final-08-02-21.pdf>

Lima, S. F., Silva, R. G. M., Silva, V. d. S. C., Pasklan, A. N. P., Reis, L. M. C. B., & Silva, U. C. (2016). Social representations about cancer among relatives of patient undergoing oncological treatment. *REME: Revista Mineira de Enfermagem*, 20. <https://doi.org/10.5935/1415-2762.20160037>

Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. d. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enferm*, 17(4), 758–764. <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?lang=pt&format=pdf>

Natividade, P. C. S., Spagnol, C. A., Vieira, A., Guerra, V. d. A., & Pereira, K. D. (2021). Contribuições das práticas integrativas e complementares em saúde na qualidade de vida dos trabalhadores / Contributions of integrative and complementary practices in health to the quality of life of workers. *Brazilian Journal of Development*, 7(8), 78873–78889. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n8-213>

NCI dictionary of cancer terms. (n.d.). National Cancer Institute. <https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/survivorship>

O que é câncer? (n.d.). INCA - Instituto Nacional de Câncer. <https://www.inca.gov.br/o-que-e-cancer>

Pasyar, N., Barshan Tashnizi, N., Mansouri, P., & Tahmasebi, S. (2019). Effect of yoga exercise on the quality of life and upper extremity volume among women with breast cancer related lymphedema: A pilot study. *European Journal of Oncology Nursing*, 42, 103–109. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2019.08.008>

Pennafort, V. P. D. S., Freitas, C. H. A. D., Jorge, M. S. B., Queiroz, M. V. O., & Aguiar, C. A. D. A. (2012). Práticas integrativas e o empoderamento da enfermagem. *Revista Mineira de Enfermagem*, 16(2), 289-295.

Portaria nº 702 (2018) (Brasil). [https://www.in.gov.br/web/guest/materia/-/asset\\_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/7526450/do1-2018-03-22-portaria-n-702-de-21-de-marco-de-2018-7526446](https://www.in.gov.br/web/guest/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/7526450/do1-2018-03-22-portaria-n-702-de-21-de-marco-de-2018-7526446)

Ramos, P. C. d. S., Freitas, V. L., Dutra, L. B., & Silva, N. C. M. d. (2021). Acupuntura no controle de náuseas e vômitos em pacientes oncológicos. *Revista De Enfermagem UFPE on Line*, 15(1). <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2021.244637>

Ruela, L. d. O., Iunes, D. H., Nogueira, D. A., Stefanello, J., & Gradim, C. V. C. (2018). Efetividade da acupuntura auricular no tratamento da dor oncológica: Ensaio clínico randomizado. *Revista Da Escola De Enfermagem Da USP*, 52. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2017040503402>

Simino, G. P. R. (2018). Práticas Integrativas e Complementares em Oncologia. In M. Santos, *Diretrizes Oncológicas 2 ed.*(pp 819-825). Brasília.

Souza, M. T. d., Silva, M. D. d., & Carvalho, R. d. (2010). Integrative review: What is it? How to do it? *Einstein (São Paulo)*, 8(1), 102–106. <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>

Xavier, L. M., & Taets, G. G. D. C. C. (2021). A importância de práticas integrativas e complementares no tratamento de pacientes com câncer. *Enfermagem Brasil*, 20(1), 82-93.