

Práticas Integrativas e Complementares na Promoção da Saúde

STIPKOVIC G¹, CARNEVALLE C¹, ZILLI CL², PRESOTO LH,
RODRIGUES CC³, SILVA CB¹

giulianocitrini@gmail.com

1. Universidade São Judas Tadeu, Brasil, 2. School of Public Health - Harvard University, Estados Unidos, 3. Anima Educação, Brasil

PALAVRAS-CHAVE: Promoção a Saúde; Processos Psicológicos; Jovem Adulto; e Qualidade de Vida

INTRODUÇÃO: O comportamento para a saúde está relacionado ao autocontrole, tomada de decisão, condições socioafetivas e econômicas como a regulação do bemestar com a finalidade de uma qualidade de vida biopsicossocial satisfatória, sendo esta promotora da saúde (Hutz, Bandeira & Trentini, 2019; Buss, 2000) e as Práticas Integrativas e Complementares [PICs], na literatura, vem demonstrando evidências para serem aplicadas na promoção da saúde com ou sem complemento às terapêuticas biomédicas (Andrade & Costa, 2010; Ministério da Saúde, s.d). Entretanto, relacionado aos efeitos na promoção da saúde, em função de diversos grupos e delineamentos, não há consenso nos resultados dos componentes da saúde que as PICs atuam (Antunes, Lagranha, Sousa & Fraga, 2018). Notou-se também que pesquisa com o público jovem adulto, em estratégias de saúde, no Brasil, são poucos. Neste sentido, o objetivo desta pesquisa foi verificar a relação entre as Práticas Integrativas e Complementares com os componentes do comportamento para a saúde, na perspectiva da qualidade de vida, em estudantes universitários.

MÉTODO: Aplicou-se o WHOQOL-100: Domínio Psicológico (facetas: Sentimentos Positivos/Pensamento, Aprendizagem.../Autoestima/Imagem Corporal e Aparência/Sentimentos Negativos) em 28 praticantes das PICs e em 35 não praticantes. A pesquisa é caracterizada Survey com delineamento correlacional com comparação entre grupos utilizando o software SPSS. Utilizou o teste t student para verificar a diferença na média do WHOQOL-100 (pvalor <0,05). Foi também questionado a ambos os grupos se concordavam sobre a interação comportamento saudável e emoção. Observação: uma ou mais práticas condizem com a meditação, reiki, yoga, quiropraxia e/ou biodança. Como viés de resultado notamos a necessidade de ampliar o número da amostra.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: As práticas demonstraram associação com as facetas relacionadas à promoção da saúde. Ainda, conforme os 84,12% da amostra perceberem a influência da emoção com o comportamento saudável e, as PICs, não demonstraram diferença na faceta Sentimentos Negativos recomenda-se estudos clínicos com educação em saúde mental, psicoterapia e psicofarmacologia neste público em função do resultado indicar problemas nesta dimensão que, em hipótese, o emocional pode interferir na tomada de decisão para o autocuidado. Por fim, as PICs podem ser consideradas técnicas de promoção à saúde integral, mas é necessário verificar os componentes associados para delinear ferramentas para a manutenção do estilo de vida e comportamento para a saúde a partir da integração das ciências da saúde.