

FURBMÓVEL: ações de educação em saúde e práticas integrativas e complementares

FURBMÓVEL: health education actions and integrative and complementary practices

Marcia de Freitas Oliveira¹
Maria Júlia Marquetti²

RESUMO

Este relato de experiência apresenta o desenvolvimento do projeto de extensão “FURBMÓVEL na escola: saúde bucal e práticas integrativas e complementares”, da Universidade Regional de Blumenau (FURB), desenvolvido em uma Escola Básica Municipal de Blumenau-SC. Criado em 2007, o projeto promove ações de saúde bucal junto a diferentes públicos e contextos, incluindo escolas e serviços de saúde. Ao longo dos anos, suas atividades foram adaptadas conforme as necessidades das comunidades atendidas. Nesse processo de atualização, foram incorporadas Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no âmbito escolar, a partir da percepção de manifestações de ansiedade entre os escolares, relatadas pela direção escolar no contexto pós-COVID-19, ampliando a abordagem do projeto para contemplar também aspectos emocionais e relacionais do cuidado infantil. O objetivo deste relato foi descrever a implementação dessas práticas no contexto das ações desenvolvidas. Foram realizadas atividades envolvendo observação e respiração conscientes e reflexão, associadas à promoção e prevenção em saúde bucal com 18 escolares em quatro encontros semanais. Os dados foram obtidos por meio de registros em diário de campo e relatórios das facilitadoras. A experiência evidenciou o potencial da integração entre educação em saúde bucal e PICS para ampliar o cuidado infantil.

Palavras-chave: promoção da saúde; terapias integrativas; saúde mental; odontologia integrativa; promoção da saúde escolar.

ABSTRACT

This experience report presents the development of the extension project “FURBMÓVEL na escola: saúde bucal e práticas integrativas e complementares” at the Regional University of Blumenau (FURB), conducted in a municipal elementary school in Blumenau, Santa Catarina, Brazil. Established in 2007, the project promotes oral health actions with different populations and in diverse contexts, including schools and health services. Over the years, its activities have been adapted according to the needs of the communities served. As part of this process of updating, Integrative and Complementary Health Practices (ICHP) were incorporated into the school setting following the identification of anxiety-related manifestations among

¹ Doutora em Ciências Odontológicas, área Odontopediatria, pela UNESP Araraquara (2004).
Profa. Dra. do Departamento de Odontologia da Universidade Regional de Blumenau (FURB).
marciaoliveira@furb.br.

² Graduada em Odontologia pelo Universidade Regional de Blumenau (FURB). mmarquetti@furb.br.

students, as reported by the school administration in the post-COVID-19 context, broadening the project's approach to also address emotional and relational aspects of child care. The objective of this report was to describe the implementation of these practices within the actions developed. Activities involving mindful observation and breathing, as well as reflection, were conducted in association with oral health promotion and prevention among 18 students during four weekly sessions. Data were obtained through field diary records and facilitators' reports. The findings suggest the potential of integrating oral health education and ICHP to broaden child care.

Keywords: health promotion; integrative therapies; mental health; integrative dentistry; school health services.

1 INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) constituem abordagens de cuidado que valorizam a prevenção de agravos, a recuperação da saúde, a escuta acolhedora, o vínculo terapêutico, o autocuidado e uma compreensão ampliada do processo saúde-doença (Brasil, 2006). No Brasil, sua inserção institucional no Sistema Único de Saúde (SUS) ocorreu em 2006, com a aprovação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), por meio da Portaria GM/MS nº 971, de 3 de maio de 2006. Posteriormente, a política foi ampliada com a incorporação de novas práticas, incluindo 14 modalidades em 2017 (Brasil, 2017).

A inserção das PICS no contexto do desenvolvimento infantil representa uma abordagem inovadora e relevante diante das demandas emocionais e sociais vivenciadas pelas crianças na década de 2020. Em um contexto marcado por múltiplos estímulos e transformações, proporcionar às crianças ferramentas que favoreçam o autoconhecimento e o desenvolvimento consciente constitui uma estratégia importante para a promoção da saúde integral (Ferreira; Adamati, 2022; Fortes *et al.*, 2019; Moraes *et al.*, 2021).

As PICS abrangem diversas terapias que desempenham um papel crucial na compreensão das emoções e comportamentos das crianças. Ao fornecer instrumentos para a autopercepção e autorregulação emocional, essas práticas capacitam as crianças a enfrentarem os desafios de maneira equilibrada e consciente, contribuindo significativamente para sua saúde emocional (Santana, 2020; Torres *et al.*, 2021).

Além de promover o bem-estar emocional, as PICS também se destacam por sua abordagem preventiva e sua capacidade de integrar o ser humano ao ambiente e à sociedade

(Brasil, 2015). Essas práticas não apenas oferecem benefícios imediatos, mas também buscam prevenir agravos à saúde, estabelecendo uma base sólida para o desenvolvimento saudável e equilibrado das crianças.

No âmbito do Projeto de Extensão “FURBMÓVEL na escola: saúde bucal e práticas integrativas e complementares”, desenvolvido por professora e acadêmicos da Universidade Regional de Blumenau (FURB) e aprovado no Edital PROPEX 17/2021, a promoção da saúde bucal e a incorporação das PICS emergem como elementos essenciais. A trajetória do FURBMÓVEL teve início em fevereiro de 2007, como uma iniciativa de extensão voltada à promoção da saúde bucal e à ampliação do acesso à atenção básica para populações em situação de vulnerabilidade. Em sua configuração inicial, o programa articulava Universidade, escolas e serviços de saúde e contemplava diferentes públicos, incluindo escolas isoladas de Blumenau, usuários do Centro de Atenção Psicossocial II (CAPS II) e escolares em situação de vulnerabilidade social. Ao longo dos anos, o programa possibilitou a participação de acadêmicos de diferentes períodos, aproximando ensino, extensão e realidade social e favorecendo a construção de ações de saúde contextualizadas às necessidades dos territórios. Nesse percurso, as ações do projeto foram sendo modificadas e adaptadas de acordo com as necessidades identificadas junto às comunidades e aos diferentes públicos envolvidos, em diálogo com diretores, professores e demais atores dos contextos de atuação. Na configuração do Edital PROPEX 17/2021, o FURBMÓVEL integrou ações de educação em saúde bucal e PICS, mantendo como eixo a promoção da saúde e o cuidado integral.

As ações descritas neste relato estão fundamentadas nos princípios da extensão universitária, entendida como um processo educativo, cultural e científico que promove a interação dialógica entre universidade e comunidade, favorecendo a construção compartilhada de conhecimentos e a transformação social (Deus, 2020). Nesse contexto, o ambiente escolar constitui um espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações extensionistas voltadas à promoção da saúde, ao fortalecimento dos vínculos comunitários e à formação humanizada dos estudantes envolvidos.

Destaca-se que, no contexto pós-pandêmico da COVID-19, o projeto respondeu de maneira proativa às demandas relacionadas ao bem-estar emocional das crianças. Nesse sentido, a proposta manteve o foco na promoção da saúde bucal e incorporou sessões de PICS às atividades desenvolvidas no ambiente escolar. Assim, este artigo apresenta e discute a

experiência de utilização das PICS no âmbito do projeto FURBMÓVEL, desenvolvida em uma Escola Básica Municipal (EBM), ressaltando o potencial dessas práticas para ampliar o cuidado integral às crianças, considerando também aspectos emocionais, cognitivos e relacionais.

2 METODOLOGIA

Este é um relato de experiência, de caráter descritivo e abordagem qualitativa, construído a partir da observação e dos registros das ações desenvolvidas no Projeto de Extensão “FURBMÓVEL na escola: saúde bucal e práticas integrativas e complementares”. As ações envolveram 18 escolares, com idade entre 5 e 6 anos, de uma EBM de Blumenau – SC, participantes das ações do FURBMÓVEL e das PICS. A escolha da escola foi realizada a partir de indicação da Secretaria Municipal de Educação de Blumenau (SEMED). Previamente ao início das atividades, foi realizada uma reunião com a direção da escola para conhecer o contexto e as necessidades percebidas no ambiente escolar. Na ocasião, a diretora relatou preocupação com comportamentos e manifestações que, segundo sua percepção do cotidiano escolar, poderiam estar relacionados à ansiedade entre os escolares, aspecto que contribuiu para a definição das temáticas e estratégias utilizadas nos encontros. As atividades foram realizadas ao longo de quatro semanas, em quatro encontros de aproximadamente 30 minutos, conduzidos por duas facilitadoras, sendo uma responsável pelas dinâmicas e outra pelo registro das manifestações e pontuações atribuídas pelos escolares. As informações foram obtidas por meio de observação, registros em diário de campo e relatórios elaborados pelas facilitadoras e pela professora responsável pelo projeto. Os pais ou responsáveis assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, e os escolares consentiram mediante Termo de Assentimento para Menor.

As atividades do projeto foram desenvolvidas de forma abrangente, contemplando espaços escolares e o FURBMÓVEL, unidade móvel da Universidade que dispõe de consultório odontológico integrado (Figuras 1 e 2). O FURBMÓVEL possibilita a realização de atividades clínicas odontológicas direcionadas à atenção básica e vigilância em saúde bucal, oferecendo procedimentos preventivos.

Entre as práticas realizadas, incluíram-se a profilaxia, a aplicação de flúor tópico, orientação individual sobre o controle de placa, Tratamento Restaurador Atraumático (ART),

restaurações de baixa complexidade, recontorno e polimento de restaurações, raspagem de cálculos e polimento coronário. Além disso, o projeto se destaca pela inclusão do diagnóstico de lesões bucais, reforçando o caráter abrangente e preventivo das atividades. Quando eram necessários procedimentos de maior complexidade, os pais ou responsáveis eram comunicados, e os escolares encaminhados para atendimento na Clínica de Odontopediatria da FURB.

Figura 1 – Unidade móvel do projeto FURBMÓVEL utilizada para o desenvolvimento das ações de promoção e prevenção em saúde bucal



Fonte: acervo das autoras, 2023.

Audiodescrição: Fotografia colorida de um caminhão branco estacionado em uma área pavimentada, visto de lado. A cabine está à esquerda, e a carroceria fechada à direita. Na lateral da carroceria, há um grande painel azul com o logotipo “FURB móvel” e o slogan “Promovendo saúde bucal e cidadania”. O painel apresenta ilustrações em tons de azul, com edifícios e outros elementos gráficos. Na parte inferior, aparecem personagens brancos em forma de dentes, representando uma família.

Figura 2 – Consultório odontológico instalado no interior da unidade móvel do projeto
FURBMÓVEL



Fonte: acervo das autoras, 2023.

Audiodescrição: Fotografia colorida do interior de um consultório odontológico compacto. Em primeiro plano, à esquerda, há uma cadeira odontológica inclinada, estofada em azul-escuro. Acoplado à cadeira encontra-se um conjunto de equipamentos odontológicos brancos, incluindo bandeja auxiliar e pia. Ao fundo, à esquerda, há armários brancos suspensos e uma bancada de pedra escura. Sobre a bancada, observam-se recipientes plásticos, bandejas e materiais de uso clínico organizados ao longo da superfície. À direita da imagem, em uma parede clara, encontra-se um grande adesivo institucional. No centro do adesivo está o logotipo “FURB móvel”. Abaixo do logotipo aparecem outras marcas e inscrições menores.

Ao integrar diferentes atividades, o projeto articula ações clínicas, preventivas e educativas em saúde bucal. O FURBMÓVEL possibilita a realização das intervenções odontológicas diretamente nas comunidades atendidas, ampliando o acesso aos serviços de saúde bucal e adequando-se às demandas de cada território. A inserção das PICS ampliou a abordagem do cuidado, incorporando estratégias voltadas ao bem-estar emocional, à percepção de si e ao desenvolvimento integral das crianças.

Como estratégias de educação em saúde bucal, destacam-se rodas de conversa, orientação supervisionada para o autocuidado e controle de placa, além de jogos, filmes e outras atividades lúdicas. Associadas a essas ações, foram desenvolvidas atividades fundamentadas nas PICS, com foco na auto-observação, na promoção da atenção consciente, na autorregulação emocional e na reflexão antes da ação, adaptadas ao contexto infantil.

No contexto das ações de promoção da saúde por meio das PICS, foram desenvolvidas quatro atividades, apresentadas a seguir de acordo com a sequência dos encontros realizados.

2.1 Superpoderes e reflexões: primeiro encontro

No primeiro encontro, os escolares compartilharam seus super-heróis favoritos e reproduziram suas poses, permanecendo em posição estática como “estátuas” por alguns momentos. Durante a atividade, mensagens motivacionais eram conduzidas pela facilitadora, que também promoveu a experiência sensorial com o aroma do óleo essencial de alecrim no ambiente próximo às crianças. Ao final, os participantes compartilharam suas percepções e refletiram sobre a importância de observar seus sentimentos, pensamentos e atitudes (Figura 3).

Figura 3 – Imagem do primeiro encontro – Superpoderes e reflexões



Fonte: acervo das autoras, 2023.

Audiodescrição: Fotografia colorida de uma sala com piso de madeira, paredes claras e janelas cobertas por cortinas cinzentas. Ao centro, uma mulher adulta, vista de costas e usando jaleco branco, calça azul e calçados escuros, está inclinada para a frente, próxima às crianças. No chão, várias crianças realizam movimentos corporais em diferentes posições. Em primeiro plano, uma criança vestida com camisa preta e calça camuflada apoia as mãos no piso, com o tronco inclinado para a frente. Outras aparecem parcialmente no enquadramento. O rosto das crianças está oculto. Ao fundo, à esquerda, há uma porta branca e uma mesa com um monitor de computador preto. Próximo ao centro, aparecem uma estante com objetos e materiais coloridos; à direita, há prateleiras com livros e outros materiais.

2.2. Flor e vela – observação consciente: segundo encontro

No segundo encontro, os escolares foram conduzidos a fazer exercícios de respiração consciente, utilizando a imaginação de cheirar uma flor e apagar uma vela como recursos lúdicos para favorecer a percepção respiratória. A atividade possibilitou a atenção aos pensamentos e sensações presentes durante o exercício, estimulando a autorregulação emocional e a consciência corporal (Figura 4).

Figura 4 – Imagem do segundo encontro – Flor e vela: observação consciente



Fonte: acervo das autoras, 2023.

Audiodescrição: Fotografia colorida de uma atividade realizada em uma sala escolar. Uma mulher adulta, de jaleco branco e cabelos castanhos, está sentada no chão, com as pernas

cruzadas. Cinco meninas e um menino estão sentados ao redor da adulta. Ela está com a mão direita fechada à frente da boca e as crianças reproduzem o mesmo gesto. Ao fundo há mesas e cadeiras infantis em vermelho e amarelo. Sobre a parede há nichos coloridos com materiais pedagógicos.

2.3. Observando a mente na decisão: terceiro encontro

No terceiro encontro, os escolares participaram de uma atividade de percepção sensorial, na qual escolheram brinquedos com os olhos fechados, a partir de objetos dispostos em uma sacola. Após a experiência, compartilharam suas percepções sobre as sensações, pensamentos e estratégias utilizadas durante a escolha, refletindo sobre a influência da imaginação e da observação interna no processo de tomada de decisão (Figura 5).

Figura 5 – Imagem do terceiro encontro – observando a mente na decisão



Fonte: acervo das autoras, 2023.

Audiodescrição: Em uma área coberta, com piso de concreto, uma mulher adulta, de cabelos escuros presos, blusa verde-clara e calça jeans azul, está inclinada em direção a uma menina sentada em uma cadeira azul, de costas para a câmera e vestindo blusa vermelha. À frente da criança, outra menina, de blusa rosa, também está sentada em uma cadeira. À direita, há uma mesa branca que ocupa parte do primeiro plano. Ao fundo, aparecem outras mesas, cadeiras e pessoas parcialmente visíveis.

2.4. Refletindo antes de agir – lições do sapinho: quarto encontro

No quarto encontro, os escolares ouviram uma história sobre um sapinho que aguardava por 30 segundos, representados por uma ampulheta, antes de agir para alcançar seu objetivo: capturar uma mosca. A atividade estimulou a reflexão sobre a importância de observar a situação, planejar uma resposta e compreender que nem sempre é necessário agir imediatamente diante de um estímulo. Os escolares foram convidados a refletir sobre seus próprios pensamentos e estratégias antes de tomar decisões (Figura 6).

Figura 6 – Imagem do quarto encontro – refletindo antes de agir: lições do sapinho



Fonte: acervo das autoras, 2023.

Audiodescrição: Fotografia colorida de duas meninas sentadas em cadeiras escolares azuis, em uma área com piso de concreto formado por peças hexagonais. Ambas estão inclinadas para a frente, em direção a objetos colocados no chão, diante delas. Entre os objetos, há um brinquedo em forma de sapo, com uma peça de roupa branca, e uma pequena ampulheta de 30 segundos. Outras pessoas aparecem parcialmente nas bordas da fotografia, com apenas partes do corpo visíveis.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A extensão universitária constitui um importante espaço de aproximação entre universidade e comunidade, favorecendo a construção de conhecimentos a partir do diálogo e da interação com diferentes realidades sociais. Nessa perspectiva, a extensão não se limita à

transmissão de conhecimentos acadêmicos, mas possibilita uma relação de reciprocidade, na qual as demandas e os saberes da comunidade também contribuem para a formação universitária (Deus, 2020). No presente projeto, essa interação permitiu articular conhecimentos acadêmicos às características e necessidades identificadas no ambiente escolar, resultando na realização de ações educativas, lúdicas e participativas com os escolares. Ao mesmo tempo, a inserção dos acadêmicos nesse contexto favoreceu uma experiência formativa mais próxima da realidade social, ampliando a compreensão sobre as possibilidades de atuação em saúde para além dos espaços tradicionalmente vinculados à formação odontológica. Nesse contexto, a incorporação das PICS constituiu uma estratégia de ampliação das ações desenvolvidas no ambiente escolar.

As PICS, no âmbito da Política Nacional, constituem um conjunto de recursos terapêuticos que ampliam a compreensão do processo saúde-doença, incorporando dimensões subjetivas, emocionais, sociais e culturais ao cuidado em saúde. Diferentemente de abordagens centradas exclusivamente no modelo biomédico, as PICS valorizam a integralidade do sujeito, a promoção do autocuidado e o fortalecimento de recursos internos para o enfrentamento do adoecimento e do sofrimento. Nesse sentido, sua inserção no contexto escolar amplia o escopo das ações de saúde ao possibilitar atividades que favorecem o autoconhecimento, a autorregulação emocional e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais (Brasil, 2015; Santana, 2020).

Os quatro encontros possibilitaram momentos de observação consciente, reflexão e participação, nos quais os escolares foram estimulados a direcionar a atenção para suas próprias experiências e respostas diante das atividades propostas. Essas vivências sugerem que a utilização de estratégias simples, desenvolvidas de forma lúdica e adequadas à faixa etária, pode favorecer o envolvimento dos escolares, criar oportunidades para o exercício da atenção e autorregulação no cotidiano escolar.

No primeiro encontro, a exploração simbólica de super-heróis, associada a estímulos sensoriais e mensagens motivacionais, possibilitou uma experiência lúdica de expressão emocional e construção de significados. A atividade favoreceu a identificação de sentimentos como coragem e proteção, além de estimular a reflexão sobre identidade, escolhas e comportamentos. Ao criar um espaço de escuta e compartilhamento, o encontro ampliou as possibilidades de expressão subjetiva dos escolares. Valenga, Henning e Oliveira (2022)

destacam que espaços de escuta qualificada e expressão emocional contribuem para o fortalecimento de vínculos e para o desenvolvimento da empatia, aspectos fundamentais no contexto escolar.

No segundo encontro, a prática de respiração consciente, com apoio de imagens mentais (flor e vela), buscou favorecer a atenção ao momento presente e a percepção das sensações corporais e mentais durante o exercício respiratório. No contexto das PICS, práticas respiratórias são amplamente reconhecidas como recursos de autorregulação, contribuindo para o desenvolvimento da consciência corporal e da estabilidade emocional. A atividade permitiu que os escolares experienciassem, de forma concreta e lúdica, a importância da pausa e da observação interna antes da ação, contribuindo na ampliação da capacidade de autorregulação. Esses achados são consistentes com Keating (2017), que aponta os benefícios de práticas contemplativas em crianças, incluindo melhora na atenção, empatia e regulação emocional.

No terceiro encontro, a atividade de escolha de brinquedos com os olhos fechados permitiu uma experiência de percepção sensorial e tomada de decisão consciente, ao restringir estímulos visuais e ampliar a atenção para processos internos. A proposta evidenciou como expectativas, imaginação e pensamentos influenciam escolhas e interpretações, promovendo uma reflexão sobre padrões automáticos de resposta. No contexto das PICS, tais experiências contribuem para o desenvolvimento da consciência interna e da autorregulação, ao favorecerem o reconhecimento de processos cognitivos e emocionais envolvidos na tomada de decisão. Nunes (2018) destaca que práticas contemplativas podem ser incorporadas por meio de atividades simples e lúdicas, possibilitando o desenvolvimento da atenção e da consciência no cotidiano infantil.

No quarto encontro, a história do sapinho que aguarda 30 segundos antes de agir, associada ao uso da ampulheta, foi utilizada como recurso lúdico para trabalhar impulsividade, atenção e tomada de decisão. A materialização do tempo de espera permitiu a compreensão concreta da pausa como estratégia de reflexão antes da ação. Essa atividade reforça princípios centrais das PICS relacionados à autorregulação e ao desenvolvimento do controle inibitório, ao impulsionar a capacidade de observar estímulos internos e externos antes da resposta comportamental. Mais do que uma atividade de paciência, a proposta operou como uma tecnologia leve de cuidado, favorecendo o desenvolvimento da consciência e da

escolha deliberada. Esses achados dialogam com estudos que evidenciam benefícios de práticas contemplativas no ambiente escolar, especialmente no desenvolvimento da atenção e da regulação emocional (Crescentini *et al.*, 2016; Keating, 2017).

Em conjunto, os resultados indicam que as atividades desenvolvidas contemplaram princípios fundamentais das PICS, especialmente aqueles relacionados a atenção, consciência corporal, autorregulação emocional e desenvolvimento socioemocional. A inserção dessas práticas no ambiente escolar reforça seu potencial como estratégias de promoção da saúde integral, ao ampliar o cuidado para além de aspectos biomédicos, e incorporar dimensões subjetivas e relacionais do desenvolvimento infantil (Brasil, 2015; Santana, 2020).

Os achados deste relato estão em consonância com a literatura, que evidencia benefícios das PICS e de práticas contemplativas no contexto educacional. Estudos apontam melhorias na atenção, na autorregulação emocional e nas habilidades sociais em crianças expostas a essas práticas (Crescentini *et al.*, 2016; Santana, 2020; Valentini; Raschi, 2023). Dessa forma, reforça-se a relevância das PICS como métodos complementares no cuidado em saúde no ambiente escolar, contribuindo para o desenvolvimento integral e para a promoção do bem-estar infantil.

Embora os quatro encontros realizados no presente relato não permitam inferir resultados conclusivos ou avaliar a efetividade das práticas desenvolvidas, as observações e os registros realizados ao longo das atividades possibilitaram identificar manifestações de interesse, participação e envolvimento dos escolares. Nesse sentido, a experiência deve ser compreendida como uma aproximação inicial e contextualizada da utilização de PICS no ambiente escolar, não tendo como propósito mensurar seus efeitos ou estabelecer relações de causa e efeito. Entre as limitações do presente relato, destacam-se o número reduzido de encontros e o tempo limitado de cada atividade. Estudos futuros, com delineamentos específicos e acompanhamento sistemático, poderão aprofundar a investigação sobre os possíveis efeitos dessas práticas no bem-estar e desenvolvimento emocional dos escolares.

Um dos principais desafios foi garantir a participação ativa dos escolares nas atividades, considerando que houve diferentes níveis de interesse e envolvimento ao longo dos encontros. Nesse contexto, foram necessárias estratégias para tornar as atividades mais atrativas e propiciar a participação. Além disso, a gestão do tempo e da duração do projeto foi crucial para a consistência das atividades ao longo do tempo.

A integração com a comunidade escolar também foi essencial, envolvendo professores, diretores e pais desde o início, para alinhar o projeto com as prioridades educacionais e de saúde da escola. Isso demandou uma comunicação clara e colaboração contínua.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As atividades desenvolvidas no âmbito do projeto FURBMÓVEL sugerem que a integração entre ações de educação em saúde bucal e PICS pode contribuir para a promoção da saúde integral de escolares. As ações favoreceram a participação dos escolares e criaram oportunidades para o desenvolvimento de habilidades relacionadas à atenção, autorregulação emocional, reflexão sobre as próprias ações e à adoção de comportamentos mais conscientes.

Além dos efeitos observados junto aos escolares, as ações desenvolvidas reforçaram o potencial da extensão universitária como estratégia de aproximação entre universidade e comunidade, promovendo o cuidado integral e a construção compartilhada de conhecimentos em saúde. A incorporação das PICS ao contexto escolar ampliou as possibilidades de atuação em promoção da saúde, favorecendo uma abordagem interdisciplinar e integral do cuidado.

Como limitações, destacam-se a realização dessas ações em uma única turma e a ausência de instrumentos padronizados para avaliação dos resultados, o que limita a generalização dos achados. Recomenda-se que estudos futuros ampliem o número de participantes e incorporem estratégias avaliativas mais robustas, capazes de aprofundar a compreensão dos impactos das PICS no desenvolvimento socioemocional e na promoção da saúde de escolares.

Dessa forma, as ações desenvolvidas contribuem para o fortalecimento da discussão sobre a inserção das PICS em contextos educacionais, bem como para a valorização da extensão universitária como dispositivo formativo e de promoção da saúde na interface com a comunidade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **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. Brasília, DF: Presidência da República, 2017. Disponível em:

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/prt_849_27_3_2017.pdf. Acesso em: 6 set. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006**. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília, DF: Presidência da República, 2006. Disponível em: <https://www.legisweb.com.br/legislacao/?id=198413>. Acesso em: 6 set. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 98 p. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-971804>. Acesso em: 28 jun. 2026.

CRESCENTINI, Cristiano *et al.* Mindfulness-oriented meditation for primary school children: effects on attention and psychological well-being. **Frontiers in Psychology**, Switzerland, v. 7, p. 805, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00805>. Acesso em: 28 jun. 2026.

DEUS, Sandra de. **Extensão universitária: trajetórias e desafios**. Santa Maria: Ed. PREUFISM, 2020.

FERREIRA, Daniel P.; ADAMATTI, Diana F. Respire bem: uma ferramenta de caráter social e tecnológico para o tratamento da asma a partir da respiração diafragmática. In: WORKSHOP SOBRE AS IMPLICAÇÕES DA COMPUTAÇÃO NA SOCIEDADE (WICS), 3., 2022, Niterói. **Anais [...]**. Porto Alegre: Sociedade Brasileira de Computação, 2022. p. 108-116. Disponível em: <https://doi.org/10.5753/wics.2022.222638>. Acesso em: 28 jun. 2026.

FORTES, Paula Madeira *et al.* Mindfulness em crianças com ansiedade e depressão: uma revisão sistemática de ensaios clínicos. **Contextos Clínicos**, Belo Horizonte, v. 12, n. 2, p. 584-598, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/contextosclinicos/article/view/ctc.2019.122.09>. Acesso em: 28 jun. 2026.

KEATING, Noel. How children describe the fruits of meditation. **Religions**, Switzerland, v. 8, n. 12, p. 261, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/rel8120261>. Acesso em: 28 jun. 2026.

MORAIS, L. S. F. *et al.* Integrative and complementary practices in treating children with cancer: an integrative literature review. **Research, Society and Development**, São Paulo, v. 10, n. 13, e512101321487, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i13.21487>. Acesso em: 28 jun. 2026.

NUNES, Sara. **Prática de mindfulness na educação pré-escolar**. 2018. Dissertação (Mestrado em educação pré-escolar) – Escola Superior de Educação Jean Piaget, Lisboa, 2018. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/24105>. Acesso em: 28 jun. 2026.

SANTANA, Sidney Carlos de Jesus. Práticas integrativas e complementares: uma aplicação prática na comunidade escolar do subúrbio de Salvador. **Estudos IAT**, Bahia, v. 5, n. 3, p. 297-306, 2020. Disponível em: <https://estudosiat.educacao.ba.gov.br/index.php/estudosiat/article/view/196> Acesso em: 28 jun. 2026.

TORRES, Barbara Vitória dos Santos *et al.* Práticas integrativas e complementares no cuidado em saúde de crianças: revisão integrativa. **Enfermagem em Foco**, Salvador, v. 12, n. 1, p. 154-162, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1255354> Acesso em: 28 jun. 2026.

VALENGA, Ariádene Mara Figueiró; HENNING, Carla Cristina Kunicki; OLIVEIRA, Rayana Ruas de. Projeto solidariedade: trabalhando a afetividade na infância. **Brazilian Journal of Health Review**, Paraná, v. 5, n. 4, p. 16933-16942, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv5n4-245>. Acesso em: 28 jun. 2026.

VALENTINI, Manuela; RASCHI, Eleonora. Yoga and meditation benefits in developmental age: at school, to relax the body and mind. **Lubelski Rocznik Pedagogiczny**, Polônia, v. 42, n. 2, 2023. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/373723428_Yoga_and_Meditation_Benefits_in_Developmental_Age_at_School_to_Relax_the_Body_and_Mind. Acesso em: 28 jun. 2026.