



Práticas integrativas e complementares em saúde e tecnologias digitais: revisão integrativa da literatura

INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES IN HEALTH AND DIGITAL TECHNOLOGIES: INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

Juliana Cezário Ferreira da Silva Lino¹, Helena Maria Scherlowski Leal David²

¹ Mestranda em Telessaúde. Secretaria Municipal de Saúde de Petrópolis/RJ.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0177-7642>

Email: ju_lly@yahoo.com.br

² Doutora em Enfermagem. Departamento de Enfermagem de Saúde Pública da Faculdade de Enfermagem da UERJ.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8002-6830>

Email: helenalealdavid@gmail.com

Correspondência: Helena Maria Scherlowski Leal David - Laboratório de Telessaúde - Boulevard 28 de Setembro, 77. Prédio CePeM - 3º andar. Vila Isabel, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. CEP: 20551-030

Copyright: Esta obra está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição-Não Comercial 4.0 Internacional.

Conflito de interesses: os autores declaram que não há conflito de interesses.

Como citar este artigo

Lino JCF da S, David HMSL. Práticas integrativas e complementares em saúde e tecnologias digitais: revisão integrativa da literatura. Revista de Saúde Digital e Tecnologias Educacionais. [online], volume 7, n. 1. Editor responsável: Luiz Roberto de Oliveira. Fortaleza, fluxo contínuo, 2022, p. 14-26. Disponível em: <http://periodicos.ufc.br/resdite/index>. Acesso em "dia/mês/ano".

Data de recebimento do artigo: 15/09/2020

Data de aprovação do artigo: 03/04/2021

Data de publicação: 31/03/2022

Resumo

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são ações de cuidado amplamente utilizadas na assistência; e sua execução incorporando as Tecnologias Digitais da Informação e das Comunicações (TDIC) é uma temática a ser melhor conhecida. **Objetivo:** Discutir sobre as PICS que fazem uso das TDIC para o cuidado em saúde na literatura. **Materiais e método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura publicada entre 2006 e 2019, utilizando os descritores "saúde digital", "telemedicina", "aplicativos móveis" e "terapias complementares". Pautou-se a busca nas bases de dados: MEDLINE, LILACS, IBECs, CUMED, HomeoIndex, Index Psi Revistas Técnico-científicas, PAHO-IRIS, BDEF, WHOLIS e MOSAICO na Biblioteca Virtual em Saúde em Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas (BVS-MTCI). **Resultados:** Após o processo de seleção, foram analisados 16 artigos. **Discussão:** Os temas mais abordados foram meditação; saúde mental e uso de aplicativo móvel. Os artigos analisados são unânimes quanto aos benefícios do uso das TDIC associados às diferentes PICS. Todavia, fatores como acesso ruim e habilidade precária do cliente para usar a internet se tornam empecilhos na dinâmica do cuidado prestado remotamente. **Conclusão:** É importante para o Brasil acompanhar esse movimento global como forma de ampliar o acesso ao cuidado integral em saúde.

Palavras-chave: Telemedicina. Saúde móvel. Aplicativos móveis. Terapias complementares.

Abstract

Introduction: Integrative and Complementary Practices in Health (PICS) are care actions used in care; and its implementation incorporating as Digital Information and Communication Technologies (TDIC) is a topic to be better known. **Objective:** To discuss the PICS that make use of TDIC for health care in the literature. **Materials and method:** This is an integrative review of the literature published between 2006 and 2019, using the descriptors "digital health", "telemedicine", "applications" and "complementary therapies". A search was carried out in the following databases: MEDLINE, LILACS, IBECs, CUMED, HomeoIndex, Index Psi Technical-

scientific journals, PAHO-IRIS, BDNF, WHOLIS and MOSAICO in the Virtual Health Library in Traditional, Complementary and Integrative Medicines (BVS -MTCI). **Results:** After the selection process, 16 articles were analyzed. **Discussion:** The most topics were meditation; mental health and mobile app usage. The studies analyzed are unanimous regarding the benefits of using TDICs associated with different PICS. Be careful, factors such as poor access and the customer's precarious ability to use the internet become obstacles to changing thermal comfort. **Conclusion:** It is important for Brazil to follow this global movement as a way of expanding access to comprehensive health care.

Keywords: Telemedicine. mHealth. Mobile applications, Complementary therapies.

1. Introdução

A assistência à saúde ainda é majoritariamente baseada no modelo biomédico, que centraliza a abordagem na doença e supõe que a cura ocorre basicamente a partir de parâmetros biológicos. Determinantes psicossociais e culturais são pouco considerados para o diagnóstico e terapêutica¹. Contudo, o campo científico se organiza no sentido de mudar esse paradigma. Até os anos 80, no Brasil, o sistema de saúde reproduzia modelos hegemônicos, ou seja, modelo médico-assistencial, com ênfase na assistência médico-hospitalar e no apoio diagnóstico. Quando acontecia a crise no setor saúde, a Reforma Sanitária reivindicava uma totalidade de mudanças, que passava por uma reorganização das práticas em saúde².

Nota-se que, com essa reordenação no cuidado, a assistência tende a se direcionar para promoção da saúde. Nesse cenário, refletir sobre as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) – terapias promotoras de uma boa qualidade de vida – somadas àquelas já oferecidas é fundamental para ampliar as formas de acesso ao cuidado e tratamento integrais, baseados em mecanismos naturais de prevenção e de recuperação da saúde. As PICS são realizadas por meios eficazes e seguros, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade³.

O avanço das PICS nos sistemas públicos universais de saúde é benéfico e seu crescimento é inquestionável nas últimas décadas. Desde a Conferência Internacional de Alma Ata, em 1978, a Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda a seus países membros a incorporação das PICS nos sistemas públicos de saúde⁴. No Brasil, já existia registro de PICS em vários serviços do Sistema Único de Saúde (SUS), desde a década de 1980. Nessa e na década seguinte, tais experiências continuaram a ascender e a se diversificar⁵.

Nessa direção, a OMS incentiva seus estados-membros a produzirem e efetivarem políticas públicas para o uso racional e integrado de Medicina Tradicional (MT) e Medicina Complementar-Alternativa (MCA), publicando no Brasil, em 2006, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). A princípio, as práticas na PNPIC incluíam: acupuntura, homeopatia, medicina antroposófica, medicina tradicional chinesa, fitoterapia e crenoterapia. Em 2017, foram incluídas: arteterapia, medicina ayurvédica, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária integrativa e yoga. Em 2018, houve a última expansão, incluindo: aromaterapia, apiterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, antroposofia aplicada à saúde, ozonioterapia, terapia de florais e termalismo social⁶.

Dentre os objetivos da PNPIC, ressaltam-se a contribuição para a resolubilidade do SUS e a promoção da racionalização das ações em saúde, encorajando caminhos inovadores e socialmente contributivos ao desenvolvimento sustentável de comunidades³. Assim, é alcançada uma prática assistencial de acolhimento do indivíduo, que respeita a sua unidade a partir da indissociabilidade das dimensões biopsicossociais e espirituais ao considerar processos de adoecimento e saúde⁷.

Quando se fala em caminhos inovadores, conforme supracitado, é interessante relacionar o saber das PICS – que muitas das vezes são ciências oriundas do saber popular com comprovação científica – com a inovação tecnológica aplicada à saúde. A aliança desses dois setores do conhecimento é interessante, no ponto de vista das PICS, tendo em vista a relevância dada para o acompanhamento da expansão da tecnologia da informação, trabalhando em convergência com esse setor para benefício da população que faz uso das terapias integrativas.

A premissa é estarmos em uma nova fase de saúde e assistência médica, em que cada vez mais as decisões são tomadas pelos indivíduos e não apenas pelos profissionais de saúde; além disso, essas decisões estão sendo informadas por novas ferramentas

baseadas em estatísticas, dados e previsões. Acredita-se que a nova geração de serviços da *web* mudará a maneira como a medicina é praticada e a assistência médica é oferecida⁸.

Os estudos vêm mostrando os benefícios nas intervenções, o progresso na tomada de decisão clínica e a qualificação da educação em saúde dos usuários e profissionais. Outro tópico bastante pesquisado é o uso da tecnologia móvel como suporte para *telessaúde* e programas de educação permanente voltados para profissionais de saúde em países de grandes dimensões, visto que os centros acadêmicos ou de atualização científica se concentram em determinadas regiões, como ocorre no Brasil⁹.

O crescimento do mercado de dispositivos móveis tem gerado oportunidades comerciais e sociais em diversas áreas. Esse tipo de dispositivo é considerado um computador de bolso com acesso a milhões de programas; esse *software* é chamado de aplicativo e é capaz de personalizar e ampliar as funções desses computadores de bolso. Isso se deve, principalmente, à facilidade dos aplicativos serem acessados. Desse modo, desenvolver soluções computacionais no formato de aplicativo representa um meio eficaz de disponibilizar a ferramenta e atingir o público-alvo desejado¹⁰.

A principal característica dos aplicativos móveis é a quebra da limitação da mobilidade, uma vez que os *smartphones* podem acompanhar os usuários 24 horas por dia onde eles estiverem. Outro aspecto interessante é a pessoalidade que o equipamento proporciona aos seus usuários, considerando que o profissional pode utilizar seu aparelho pessoal com o qual já está acostumado a lidar diariamente¹⁰.

No tocante ao acesso, integralidade e autonomia do sujeito e, considerando o advento da tecnologia digital anteriormente citada, percebem-se novos meios de divulgação das PICS nos meios científicos e populares. A finalidade é a ampliação e garantia do trânsito de informações amplas e seguras ao usuário, permitindo-lhe decidir sobre suas opções de tratamento e cuidado.

Pesquisar sobre o que já foi publicado na literatura científica sobre as PICS inseridas no contexto da saúde digital se faz necessário, visto que tecnologia digital caminha a largos passos, rumo à inovação crescente. Nesse sentido, elaborou-se a seguinte questão de pesquisa: como as práticas integrativas e complementares em saúde estão inseridas no cenário da saúde digital? O objetivo deste estudo foi discutir sobre as práticas integrativas e complementares em saúde que fazem uso das TDIC para o cuidado em saúde na literatura científica nacional e internacional.

2. Métodos

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada de janeiro a agosto de 2020, a partir da questão norteadora, a saber: "Quais práticas integrativas e complementares em saúde, descritas na literatura, utilizam recursos das TDIC?"

Realizou-se a busca nas seguintes bases de dados: MEDLINE, LILACS, IBECs, CUMED, HomeoIndex, Index Psi Revistas Técnico-científicas, PAHO-IRIS, BDNF, WHOLIS e MOSAICO na Biblioteca Virtual em Saúde em Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas (BVS-MTCI).

Os descritores utilizados foram "telemedicina", em inglês: "*telemedicine*", em espanhol: "*telemedicina*"; "saúde móvel", em inglês: "*mHealth*", em espanhol: "*mSalud*"; "aplicativos móveis", em inglês: "*mobile applications*", em espanhol: "*aplicaciones móviles*"; "terapias complementares", em inglês: "*complementary therapies*", em espanhol: "*terapias complementarias*".

Utilizaram-se os descritores com o operador booleano *OR*, a fim de obter maior alcance de busca, da seguinte forma: telemedicina *OR* saúde móvel; telemedicina *OR* aplicativos móveis; aplicativos móveis *OR* saúde móvel; terapias complementares *OR* saúde móvel; terapias complementares *OR* telemedicina; terapias complementares *OR* aplicativos móveis; terapias complementares *OR* telemedicina *OR* saúde móvel *OR* aplicativos móveis. Os critérios de inclusão foram: artigos em português, inglês e espanhol; publicados a partir de 2006 até 2019, tendo em vista os estudos a partir da publicação PNPIC no Brasil. Como critérios de exclusão: textos repetidos e artigos descontextualizados. Foram aplicados testes de relevância aos títulos e, em seguida, aos resumos e textos na íntegra, de acordo com os critérios suprarreferidos.

Por fim, elaborou-se o relatório da revisão a partir das recomendações do Prisma Statment¹¹.

3. Resultados e discussão

Após a estratégia de busca, foram encontrados 1941 artigos nas bases de dados. Ao aplicar o teste de relevância 1, em que foram excluídos os textos que não estavam em português, inglês e espanhol; trabalhos publicados antes de 2006 e textos indisponíveis, restaram 293 trabalhos. Em seguida, ao utilizar o teste de relevância 2, em que foram

retirados os títulos duplicados e descontextualizados, restaram 16 pesquisas consideradas como objeto de análise e investigação no presente artigo.

Dos artigos selecionados, 87,5% (14) estavam disponíveis em inglês, 6,25% (1) em português e 6,25% (1) em espanhol. Com relação ao ano de publicação dos artigos, 31,25% (5) foram publicados em 2017. Em se tratando das práticas mais abordadas nos artigos analisados, 56,25% (9) foram sobre meditação e 18,75% (3) sobre yoga. Os temas de saúde mais significativos foram: saúde mental 25% (4) e melhoria na saúde 18,75% (3). As soluções mais citadas nos artigos, empregando TDIC, foram: aplicativo móvel 43,75% (7) e videoconferência 25% (4).

Quadro 01: Caracterização dos estudos

Título	Ano	Objetivos	Principais Resultados	Conclusão
<i>A Pilot Online Mindfulness Intervention to Decrease Caregiver Burden and Improve Psychological Well-Being</i>	2017	Testar a viabilidade de uma intervenção <i>online</i> de meditação <i>mindfulness</i> para cuidadores de idosos.	Indicou-se que a intervenção reduziu a sobrecarga do cuidador, o estresse percebido, a ansiedade e a solidão.	As intervenções <i>online</i> oferecem flexibilidade para os cuidadores, independentemente de suas responsabilidades.
<i>A telemedicine meditation intervention for people with multiple sclerosis and their caregivers: study protocol for a randomized controlled trial</i>	2016	Criar e testar um <i>software</i> que possa ensinar meditação em casa em pessoas com Esclerose Múltipla (EM).	Foram submetidos a avaliações de qualidade de vida, níveis de ansiedade, depressão, qualidade do sono.	Esta investigação teve um potencial de levar a uma intervenção eficaz de meditação estratégica.
<i>Convenient and Live Movement (CALM) for women undergoing breast cancer treatment: Challenges and recommendations for internet-based yoga research</i>	2018	Conduzir um teste piloto de ioga adaptada ao câncer na <i>Internet</i> para mulheres em tratamento para o câncer de mama.	Mulheres submetidas a radiação ou quimioterapia para câncer de mama foram recrutadas para aulas de ioga ministradas por meio de videoconferência.	Este estudo informa como planejar aulas de ioga, tecnologia e procedimentos de pesquisa de forma otimizada.
<i>Evaluation of the Feasibility of a Home-Based TeleYoga Intervention in Participants with Both Chronic Obstructive Pulmonary Disease and Heart Failure</i>	2017	Testar a viabilidade de uma intervenção por videoconferência em participantes com doença pulmonar obstrutiva crônica e insuficiência cardíaca.	Um ensaio foi conduzido em uma intervenção TeleYoga <i>versus</i> um controle educacional.	O TeleYoga foi aceitável e a adesão foi boa; no entanto, questões técnicas foram um obstáculo importante à participação.
	2019			

<i>The evaluation of an online mindfulness program for people with multiple sclerosis: study protocol</i>		O objetivo é avaliar a eficácia de um programa <i>online</i> em <i>mindfulness</i> .	O desfecho primário foram os sintomas depressivos e foram medidos <i>online</i> .	A pesquisa pode servir como um complemento para o tratamento médico.
<i>A randomized controlled trial of smartphone-based mindfulness training for smoking cessation: a study protocol</i>	2015	Este estudo avalia a eficácia de um programa de <i>mindfulness</i> em um aplicativo para melhorar as taxas de cessação do tabagismo.	Os participantes do grupo de intervenção receberam treinamento de <i>mindfulness</i> móvel.	Tal intervenção pode fornecer tratamento imediato para ajudar os indivíduos a parar de fumar.
<i>Effectiveness of app-based self-acupressure for women with menstrual pain compared to usual care</i>	2018	O objetivo foi investigar a eficácia da autoacupressão.	A diferença da intensidade da dor foi estatisticamente significativa em favor da acupressão.	Estudos futuros devem incluir comparações com outras opções de tratamento ativo.
<i>Mindfulness training for smokers via web-based video instruction with phone support: a prospective observational study</i>	2015	O objetivo principal deste estudo foi verificar a viabilidade de fornecer treinamento de <i>mindfulness</i> .	Os resultados principais incluíram oito telefonemas proativos e práticas diárias prescritas de meditação e atenção plena.	O treinamento pode ser fornecido por meio de instruções em vídeo e produzir um envolvimento razoável dos participantes.
<i>Results from a clinical yoga program for veterans: yoga via telehealth provides comparable satisfaction and health improvements to in-person yoga</i>	2017	Este artigo avalia um programa de ioga que tem sido oferecido aos veteranos do <i>Health Care System</i> tanto pessoalmente quanto via <i>telessaúde</i> .	Mais de 80% dos participantes relataram melhora nos sintomas.	Oferecer ioga a uma ampla gama de pacientes, tanto pessoalmente quanto via <i>telessaúde</i> , se mostrou eficaz.
<i>Tai Chi-based exercise program provided via telerehabilitation compared to home visits in a post-stroke population who have returned home without intensive rehabilitation</i>	2014	O objetivo desta pesquisa foi um programa de exercícios baseado em Tai Chi fornecido por meio de <i>telereabilitação</i> .	O principal resultado deste estudo é o equilíbrio e a mobilidade medidos com a <i>Community Balance and Mobility Scale</i> .	A <i>telereabilitação</i> domiciliar se mostra como uma boa alternativa para garantir a continuidade dos serviços de <i>reabilitação</i> .
<i>The Efficacy of Internet-Based Mindfulness Training and Cognitive-Behavioral Training With Telephone Support in the Enhancement of Mental Health</i>	2017	O objetivo do estudo foi examinar a eficácia de um programa de treinamento de <i>mindfulness</i> baseado na <i>Internet</i> (iMIND).	Entre os 1.255 participantes do estudo, 213 e 127 completaram a avaliação de acompanhamento pós e 3 meses, respectivamente.	Ambos os programas de saúde mental mostraram potencial para melhorar a saúde mental de pré a pós-avaliação.

Aplicativo multimídia em plataforma móvel para tratamento de feridas utilizando fitoterápicos e plantas medicinais	2017	Desenvolver um aplicativo multimídia em plataforma móvel para tratamento de feridas utilizando fitoterápicos.	Este estudo possibilitou descrever as etapas do aplicativo multimídia em plataforma móvel para tratamento de ferida utilizando fitoterápicos e plantas medicinais.	O uso desse aplicativo é de grande eficácia na prática clínica na limpeza e no tratamento de ferida utilizando fitoterápicos e plantas medicinais.
<i>Does a meditation protocol supported by a mobile application help people reduce stress? Suggestions from a controlled pragmatic trial</i>	2015	O objetivo deste estudo foi examinar a eficácia de um protocolo inspirado em <i>mindfulness</i> de 3 semanas.	Um grupo de meditadores de intervenção foi comparado com um grupo de controle típico ouvindo música relaxante.	Ambos os grupos demonstraram uma melhora no enfrentamento do estresse.
<i>Happier Healers: Randomized Controlled Trial of Mobile Mindfulness for Stress Management</i>	2018	Este estudo avaliou 10-20 minutos de meditação diária usando um aplicativo de telefone móvel.	Houve uma interação significativa para percepção de estresse e bem-estar.	Esses resultados destacam que o programa é um meio eficaz para diminuir o estresse.
<i>Hierbapp. Interfaz gráfica para una app de hierbas medicinales</i>	2014	Comunicar os benefícios e utilidades de ervas medicinais populares, por meio de um aplicativo para dispositivos móveis.	As informações para a abordagem foram obtidas por meio de uma pesquisa qualitativo-exploratória, além de entrevistas com especialistas.	A proposta é resultado de um trabalho progressivo que resulta em um aplicativo para celulares com sistema operacional <i>Android</i> .
<i>Mindfulness on-the-go: Effects of a mindfulness meditation app on work stress and well-being</i>	2018	Foi investigado se um programa de meditação <i>mindfulness</i> entregue por meio de um aplicativo de <i>smartphone</i> .	Os participantes foram funcionários saudáveis que foram randomizados para um aplicativo de prática de meditação <i>mindfulness</i> ou uma condição de controle de lista de espera.	Este ensaio sugere que curtas meditações de <i>mindfulness</i> podem melhorar os resultados relacionados ao estresse no trabalho e bem-estar.

Fonte: os autores, 2020.

Discussão

É de extrema importância valorizar bases de dados temáticas como a BVS-MTCl, que facilitam e otimizam o levantamento de artigos específicos para a área de práticas integrativas e complementares em saúde.

Com relação à PICS mais abordada na pesquisa feita, observou-se, nos últimos anos, um aumento do interesse popular pela meditação. Tema de pesquisas científicas, principalmente a partir do final da década de 60, algumas delas sujeitas a diversas críticas, a meditação tem despertado o interesse de profissionais da área da saúde. Meditação é

definida como um procedimento que se utiliza de alguma técnica específica (claramente definida), envolvendo estado alterado de consciência, com relaxamento muscular em algum ponto do processo e “relaxamento da lógica”; é um estado necessariamente autoinduzido, utilizando um artifício de “autofocalização” como por exemplo, a própria respiração¹².

Dentre os artigos analisados, tem-se maior destaque na prática da meditação: a utilização da meditação *mindfulness* por meio de intervenção *online* para cuidadores de idosos com resultados benéficos para redução do estresse, da ansiedade, da solidão, além da melhora do bem-estar mental¹³; criação de *software* multimídia que possa ensinar meditação em casa, atendendo aos requisitos específicos de pessoas com Esclerose Múltipla (EM) que, no geral, teve um potencial de levar a uma intervenção eficaz de meditação estratégica e melhorar a qualidade de vida¹⁴; avaliação da eficácia de um programa *online* baseado em *mindfulness* para sintomas de depressão, dor, ansiedade, fadiga e qualidade de vida relacionada à saúde de pessoas com EM, novamente trabalhando-se o assunto em saúde da esclerose múltipla e mostrando a meditação como um complemento importante para o tratamento médico da doença, bem como para aqueles cuja mobilidade é afetada por doenças, como acontece em muitos casos de pessoas com EM¹⁵.

Ainda falando sobre a meditação, prática que mais se destacou nesta revisão, apresentam-se: avaliação da eficácia de um programa de treinamento de *mindfulness* em um aplicativo de *smartphone* para melhorar as taxas de cessação do tabagismo em 6 meses de acompanhamento de modo que tal intervenção pode fornecer tratamento imediato, em contextos do mundo real, para ajudar os indivíduos a parar de fumar¹⁶; estudo sobre a verificação da viabilidade de fornecer treinamento de *mindfulness* via *online*, novamente para fumantes, com resultados que sugerem que o treinamento pode ser fornecido por meio de instruções em vídeo com suporte por telefone e produzir um envolvimento razoável dos participantes nas práticas de intervenção¹⁷.

Na referida pesquisa, o Brasil apresentou somente um artigo para análise, mostrando a incipiência de estudos de PICS aliados à tecnologia digital em território nacional. O artigo brasileiro encontrado fala sobre a criação de um aplicativo multimídia em plataforma móvel para tratamento de feridas utilizando fitoterápicos e plantas medicinais, descrevendo etapas do planejamento e desenvolvimento da elaboração do aplicativo, acreditando-se que o uso do destacado dispositivo é de grande eficácia na prática clínica da limpeza e do tratamento de ferida utilizando fitoterápicos e plantas medicinais; e para o ensino de Enfermagem no que se refere à tecnologia móvel¹⁸.

Foi observado na pesquisa que há um crescente interesse nas pesquisas a partir de 2014, aparentemente pelo aumento do uso das tecnologias móveis, principalmente os *smartphones*, associados a aplicativos. Hoje em dia, o uso da tecnologia móvel é muito facilitado, tendo acesso na palma da mão, bem comode fácil entendimento, contribuindo assim para o ágil manuseio dos celulares.

Cada vez mais as TDIC, ou mencionadas de forma mais simples apenas como "tecnologias digitais", fazem parte do cotidiano das pessoas. Computadores pessoais, *smartphones*, *tablets* e *laptops* exercem diversas funções vinculadas ao trabalho, ao lazer e ao relacionamento entre os indivíduos. A maciça utilização de redes sociais digitais e de ferramentas de buscas corroboram com o modo como as pessoas se relacionam e buscam informação, alterados completamente desde o aparecimento da rede mundial de computadores¹⁹. Dentro desse contexto, uma notável e poderosa inovação tecnológica da atualidade é a mobilidade. Ela existe para corrigir a necessidade que o homem possui de se deslocar física e mentalmente, alterando sua noção de tempo e espaço²⁰.

Em se tratando dos potenciais dos artigos estudados, o levantamento feito foi unânime ao relatar os benefícios das PICS aplicadas ou ensinadas a distância, através do uso de diversos recursos digitais, dentre eles: a flexibilidade da terapia feita a distância como estratégia de melhoria de qualidade de vida, capacidade para aprimorar o acesso a prática integrativa e complementar, sugestões de trabalho da PICS como terapia remota, complemento importante para o tratamento médico, expansão do autocuidado e autonomia, garantia da continuidade do atendimento, competência para o refinamento da saúde mental e gerenciamento do estresse.

Para o profissional de saúde habilitado em PICS, ter um arcabouço tecnológico de qualidade é de extrema valia, como foi visto nos artigos analisados. É mais uma forma de atendimento ao cliente que necessita de cuidados, porém não pode estar presencialmente na consulta. Assim, reitera-se a universalidade, princípio do SUS, que garante a atenção à saúde a todo e qualquer cidadão, tendo direito de acesso a todos os serviços públicos de saúde. Ao expandir a forma desse acesso ao serviço, a assistência ganha mais qualidade, mais plasticidade, torna-se mais equânime e justa a todos que precisam de atendimento remoto.

Desse modo, é perceptível a importância de estudar as PICS no cenário tecnológico, visto que esta pesquisa mostrou que o interesse mundial nas práticas integrativas pode ser oferecido remotamente viabilizado pela tecnologia digital, chegando a locais de difícil acesso ou permitindo flexibilidade no atendimento aos sujeitos em seus domicílios. Novas

formas de cuidar, atendendo às novas demandas, tornam-se necessárias e úteis na conjuntura atual deste mundo globalizado.

Entretanto, como se trata de uma assistência à saúde com base no uso da tecnologia digital, há percalços citados nos artigos que ainda existem como barreiras tecnológicas, tais como o fornecimento de acesso instável à *Internet*, uso de meios digitais inadequados para uma boa sessão de PICS, dificuldade na conexão, necessidade de maior suporte ao uso da tecnologia digital, principalmente para participantes mais idosos, que têm menos habilidades no uso de tecnologias digitais, problemas técnicos durante o uso e o necessário refinamento na relação dos profissionais de saúde com profissionais da tecnologia da informação.

Por último, salienta-se que essas limitações atrapalham o bom andamento no serviço de saúde, travando o fluxo do atendimento ao sujeito assistido. No Brasil, é notório que há áreas extremamente desassistidas pelo governo local, complicando o uso da tecnologia no ambiente profissional. Todavia, há um esforço em caminhar para o avanço digital em todas as unidades de saúde públicas no país, com uma reestruturação dos sistemas de informação em saúde, entendendo que a qualificação da gestão da informação é fundamental para ampliar a qualidade no atendimento à população.

4. Conclusão

Percebe-se, no que tange as considerações tratadas acerca da temática em abordagem, que relacionar as PICS com as tecnologias digitais atuais é de intensa magnitude, pois o campo tecnológico se mostra com um grande potencial para terapias à distância, que promovem autonomia e melhoria no quadro de saúde dos usuários dos dispositivos móveis. As experiências nesse campo se mostraram promissoras e complementares à assistência já prestada comumente pela medicina vigente.

A autonomia supracitada é reverenciada no lidar com dispositivos móveis, tornando o sujeito do cuidado como protagonista de sua assistência em saúde, ativo na tomada de decisões de seu tratamento e participativo no processo de saúde-doença, deixando de lado aquele papel passivo que normalmente se atribui a um “paciente”. Ter acesso pode viabilizar seu cuidado em saúde trazendo uma co-participação em todo o processo, ao adaptar aquilo que melhor lhe convém.

Espera-se que essa discussão sobre as PICS que fazem uso das tecnologias digitais para o cuidado em saúde na literatura científica nacional e internacional ajude a fomentar

novas pesquisas acerca do assunto, principalmente no Brasil, para que seja possível conhecer novos caminhos no uso dos dispositivos digitais inseridos no saber popular e práticas integrativas.

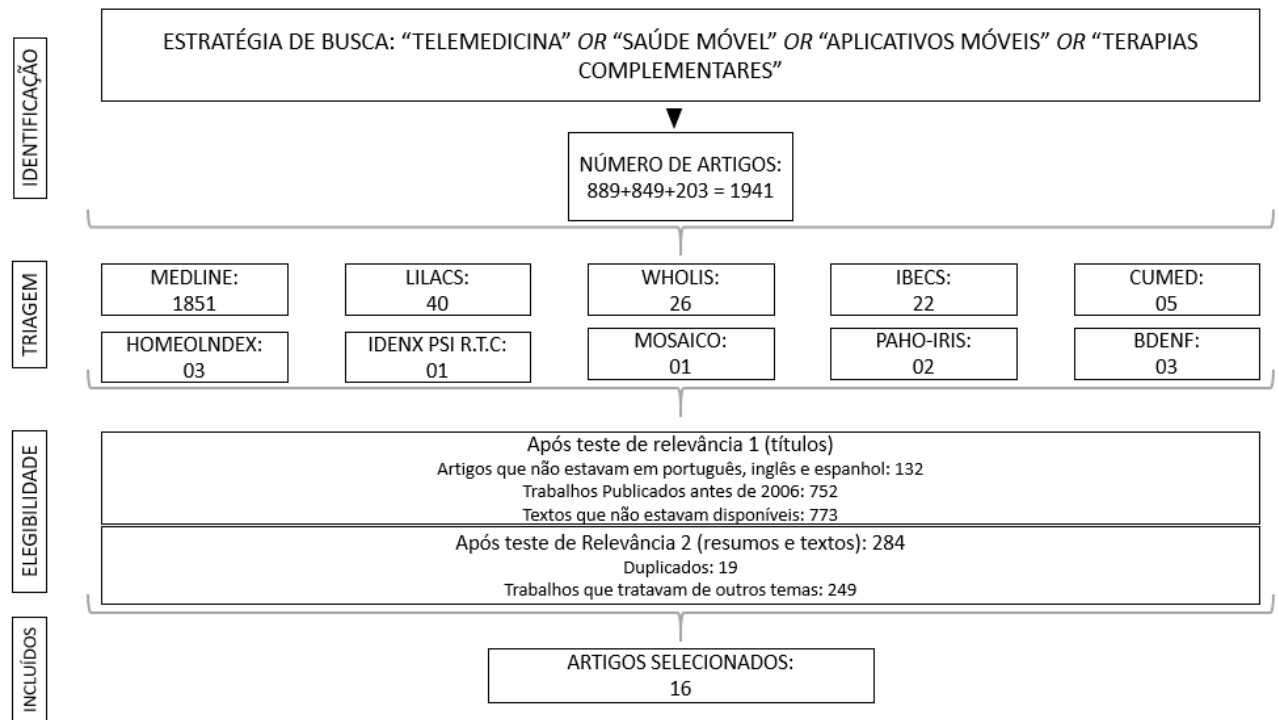
Referências

1. Chibante Carla Lube de Pinho, Santo Fátima Helena do Espírito, Santos Thayane Dias dos, Porto Isaura Setenta, Daher Donizete Vago, Brito Willian de Andrade Pereira de. Saberes e práticas no cuidado centrado na pessoa com feridas. Esc. Anna Nery [Internet]. 2017 [cited 2020 Jul 15]; 21(2): e20170036. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452017000200208&lng=en. Epub Apr 27, 2017. <http://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20170036>.
2. Czeresnia, D. O conceito de saúde e a diferença entre prevenção e promoção. In: Czeresnia, D. & Freitas, C.M. Promoção da Saúde: conceitos, reflexões, tendências. 1 ed. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2003.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 92 p. - (Série B. Textos Básicos de Saúde).
4. Brasil. Ministério da Saúde. Universidade Federal de Santa Catarina. FET Educação e Ensino LTDA. Apostila 1. Santa Catarina: Ministério da Saúde, 2016.
5. Levin, JS; Jonas, WB. Tratado de medicina complementar e alternativa. São Paulo: Manole; 2001.
6. Lemos Camila da Silva, Rodrigues Ana Gabriela Lacerda, Queiroz Ana Carolina de Castro Mendonça, Galdino Júnior Hélio, Malaquias Suelen Gomes. Práticas integrativas e complementares em saúde no tratamento de feridas crônicas: revisão integrativa da literatura. Aquichan [Internet]. 2018 Sep [cited 2020 Jan 15]; 18(3): 327-342. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972018000300327&lng=en. <http://dx.doi.org/10.5294/aqui.2018.18.3.7>
7. Organización Mundial de la Salud. Estrategia de la OMS sobre Medicina Tradicional 2014-2023 [internet]. Organización Mundial de la Salud; 2013 [acesso 15 julho 2020]. Disponível em: <http://apps.who.int/medicinedocs/documents/s21201es/s21201es.pdf>
8. Swan M. Emerging Patient-Driven Health Care Models: An Examination of Health Social Networks, Consumer Personalizes Medicine and Quantified Self-Tracking. Int. J. Environ. Res. Public Health 2009, 6(2), 492-525. Available from: <https://doi.org/10.3390/ijerph6020492>
9. Oliveira TR, Costa FMR. J. Desenvolvimento de aplicativo móvel de referência sobre vacinação no Brasil. Health Inform. 2012. Janeiro-Março; 4(1): 23-7 Disponível em <<http://www.jhi-sbis.saude.ws/ojs-jhi/index.php/jhi-sbis/article/view/161>> Acesso em 09/04/2020 .
10. Tibes, CMS; Dias, JD; Zem-Mascarenhas, SH. Aplicativos móveis desenvolvidos para a área da saúde no Brasil: revisão integrativa da literatura. REME - Rev Min Enferm. 2014 abr/jun; 18(2): 471-478.

11. Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, ThePrisma Group. Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The Prisma Statement. *Epidemiol. Serv. Saúde*. 2015; 24(2):335-42.
12. Kozasa, E H. A prática de meditação aplicada ao contexto da saúde Saúde Coletiva, vol. 3, núm. 10, 2006, pp. 63-66 Editorial Bolina São Paulo, Brasil.
13. Tkatch, Rifky ; Bazarko, Dawn ; Musich, Shirley ; Wu, Lizi ; Macleod, Stephanie ; Keown, Karen ; Hawkins, Kevin ; Wicker, Ellen. A Pilot Online Mindfulness Intervention to Decrease Caregiver Burden and Improve Psychological Well-Being. *Journal of Evidence-Based Complementary & Alternative Medicine*, October 2017, Vol.22(4), pp.736-743.
14. Cavalera, Cesare, et al. "A telemedicine meditation intervention for people with multiple sclerosis and their caregivers: study protocol for a randomized controlled trial." *Trials* , vol. 17, não. 3, 2016. *Gale Academic OneFile* , <https://link-gale.ez83.periodicos.capes.gov.br/apps/doc/A451358816/AONE?u=capes&sid=AONE&xid=f9894eb4> . Acesso em 21 de maio de 2020.
15. Sesel, Amy-Lee, et al. Evaluation of the Feasibility of a Home-Based TeleYogaIntervention in Participants with Both Chronic Obstructive Pulmonary Disease and Heart Failure. *BMC Neurology* , vol. 19, não. 1, 2019, p. N / D. *Gale Academic OneFile* , <https://link-gale.ez83.periodicos.capes.gov.br/apps/doc/A590763023/AONE?u=capes&sid=AONE&xid=dba65558> . Acesso em 21 de maio de 2020.
16. Garrison KA, Pal P, Rojiani R, Dallery J, O'Malley SS, Brewer JA. A randomized controlled trial of smartphone-based mindfulness training for smoking cessation: a study protocol. *BMC Psychiatry*. 2015;15:83. Published 2015 Apr 14. doi:10.1186/s12888-015-0468-z .
17. Davis, JM, Manley, AR, Goldberg, SB et al. Mindfulness training for smokers via web-based video instruction with phone support: a prospective observational study. *BMC Complement Altern Med* 15, 95 (2015). <https://doi.org/10.1186/s12906-015-0618-3>
18. Salomé, Geraldo Magela; Bueno, José Carlos; Ferreira, Lydia Masako. Aplicativo multimídia em plataforma móvel para tratamento de feridas utilizando fitoterápicos e plantas medicinais. *Rev. enferm. UFPE online*; 11(supl.11): 4579-4588, nov.2017. ilus, graf.
19. Nascimento, LF. Digital Sociology de Deborah Lupton. *Cad. CRH, Salvador* , v. 28, n. 75, p. 671-673, Dec. 2015 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-49792015000300671&lng=en&nrm=iso >. access on 08 Mar. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-49792015000300014> .
20. Faria, JN. Design, tecnologia e cultura contemporânea: do jornal impresso ao jornal em e-paper. 150 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade Anhembi Morumbi, São Paulo, 2008. Disponível em: <<http://www.anhembi.br/mestradodesign/dissertacoes/joseneto.pdf>>. Acesso em 18/04/2020.

Anexos

Figura 01: Fluxograma do processo de inclusão dos estudos.



Fonte: Os autores.