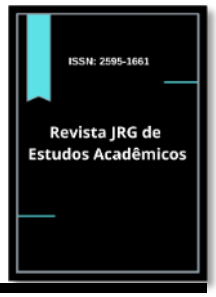
B1 ISSN: 2595-1661

ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em Portal de Periódicos CAPES

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:
https://revistajrg.com/index.php/jrg



Medicina Integrativa - Unindo Terapias Tradicionais e Modernas para um Cuidado Holístico

Integrative Medicine - Combining Traditional and Modern Therapies for Holistic Care

DOI: 10.55892/jrg.v8i18.2194
ARK: 57118/JRG.v8i18.2194

Recebido: 28/05/2025 | Aceito: 04/06/2025 | Publicado *on-line*: 04/06/2025

Joice Aparecida Galo de Avela Danelon[1]
https://orcid.org/0009-0003-3979-6878
http://lattes.cnpq.br/5182687442496127
Universidade Federal de Uberlândia, MG, Brasil
E-mail: danelon.joice@gmail.com

Renata Corrêa Bezerra de Araújo[2]
https://orcid.org/0000-0002-0919-218X
http://lattes.cnpq.br/8941468452485587
FABA, RJ, Brasil
E-mail: renatacbaraujo@gmail.com

Tacilla Maria Rodrigues Pereira[3]
https://orcid.org/0009-0001-5319-4158
https://lattes.cnpq.br/0749883974955550
PB - SAÚDE, PB, Brasil
E-mail: tacilla90@gmail.com

Patrícia Maria Barbosa Cintra Cerqueira[4]
https://orcid.org/0009-0004-3273-8701
https://lattes.cnpq.br/6292581419891935
SEC/BA - Secretaria de Educação do Governo do Estado da Bahia, BA, Brasil
E-mail: renatacbaraujo@gmail.com

Cleria Rodrigues Ferreira[5]
https://orcid.org/0000-0002-7913-9560
https://lattes.cnpq.br/1438940697257102
Universidade Federal de Uberlândia, MG, Brasil
E-mail: cleria.ferreira@ufu.br

Núbia de Souza Rufino[6]
https://orcid.org/0000-0001-7846-5682
http://lattes.cnpq.br/1664708252426393
Centro universitário de João Pessoa- Unipê, PB, Brasil
E-mail: nubia_rufino@hotmail.com

Maria Milaneide Lima Viana[7]
https://orcid.org/0000-0001-8136-8496
http://lattes.cnpq.br/2816249980862940
UNICIR, PB, Brasil
E-mail: milaneide.ppgenf@gmail.com

Milene Izabel Pezarini Jiacon [8]
https://orcid.org/0009-0002-1362-6910
https://lattes.cnpq.br/2389724304137283
Centro Universitário de Rio Preto, SP, Brasil
E-mail: milenejiacon@gmail.com

[1] Enfermeira, graduada pela Universidade Federal de Uberlândia e Técnica em Enfermagem. Pós graduada em Acupuntura e Saúde Pública.
[2] Enfermeira. Pós-graduada em licenciatura e enfermagem obstétrica, Mestre em materno Infantil.
[3] Enfermeira Emergencista do Hospital Metropolitano Dom José Maria Pires
[4] Psicóloga CRP 03/16166, Arte educadora SEC/BA, Psicanalista, Especialista em Psicologia e Saúde da Mulher, Formação em psicanálise, raça e gênero, Especialista em Psicomotricidade. Com estudos voltados à Psicologia Racializada, cuida de todas, todos e todes os adultos.
[5]Doutora em Ciências da Saúde e Docente na Universidade Federal de Uberlândia.
[6] Graduanda em Medicina pela UNIPÊ.
[7] Enfermeira, mestre em enfermagem pelo PPGENF, docente e coordenadora. UNICIR
[8] Possui graduação em Nutrição pelo Centro Universitário de Rio Preto, Especialização em Gestão e Gastronomia em Serviços de Alimentação e Nutrição - Centro Universitário de Rio Preto, Especialização em Psicopedagogia - Instituto de Ciência Educação e Tecnologia de Votuporanga.

Resumo

A medicina integrativa tem se consolidado como uma abordagem inovadora e eficaz na promoção da saúde, unindo práticas da medicina convencional a terapias complementares com foco no cuidado holístico do indivíduo. Este estudo teórico, baseado em revisão bibliográfica, analisa os benefícios e desafios dessa integração, destacando sua aplicação em diferentes contextos clínicos e sua crescente inserção nos sistemas públicos de saúde. Entre os principais benefícios, destacam-se a redução do uso excessivo de fármacos, a melhora na qualidade de vida dos pacientes e a humanização do atendimento médico. No entanto, desafios como a resistência de parte da comunidade científica, a escassez de pesquisas robustas e a necessidade de regulamentação adequada ainda dificultam sua plena implementação. A análise realizada demonstra que a medicina integrativa tem um papel fundamental na construção de um modelo de atenção mais sustentável e eficaz, exigindo esforços na ampliação da formação acadêmica, no incentivo à pesquisa e no fortalecimento de políticas públicas voltadas à sua incorporação. Conclui-se que a convergência entre terapias tradicionais e modernas pode contribuir significativamente para a melhoria da saúde populacional, desde que respaldada por evidências científicas e práticas regulamentadas.

Palavras-chave: Medicina integrativa. Práticas integrativas e complementares. Saúde holística. Promoção da saúde. Terapias complementares.

Abstract

Integrative medicine has been consolidating itself as an innovative and effective approach to health promotion, combining conventional medical practices with complementary therapies focusing on holistic patient care. This theoretical study, based on a literature review, analyzes the benefits and challenges of this integration, highlighting its application in different clinical contexts and its growing inclusion in public health systems. Among the main benefits are the reduction of excessive drug use, improvement in patients' quality of life, and the humanization of medical care. However, challenges such as resistance from part of the scientific community, the scarcity of robust research, and the need for proper regulation still hinder its full implementation. The analysis demonstrates that integrative medicine plays a fundamental role in building a more sustainable and effective healthcare model, requiring efforts in expanding academic training, encouraging research, and strengthening public policies aimed at its incorporation. It is concluded that the convergence between traditional and modern therapies can significantly contribute to improving population health, provided it is supported by scientific evidence and properly regulated practices.

Keywords: *Integrative medicine. Complementary and integrative practices. Holistic health. Health promotion. Complementary therapies.*

1. Introdução

A medicina integrativa tem se destacado como um modelo de cuidado inovador que busca conciliar abordagens da medicina convencional com práticas terapêuticas tradicionais e complementares, visando o tratamento integral do indivíduo. Ao contrário do modelo biomédico tradicional, que muitas vezes se foca apenas na doença e na supressão de sintomas, a medicina integrativa propõe uma visão ampliada da saúde, considerando os aspectos físicos, emocionais, espirituais e

sociais como partes interdependentes do bem-estar humano (CORRÊA, 2021). Essa abordagem se baseia na premissa de que a cura deve abranger não apenas o corpo, mas também a mente e o ambiente em que o paciente está inserido.

No contexto contemporâneo, a medicina convencional trouxe avanços significativos, como novas terapias farmacológicas, procedimentos cirúrgicos minimamente invasivos e tecnologias de diagnóstico altamente sofisticadas. No entanto, essa abordagem reducionista tem demonstrado limitações no tratamento de doenças crônicas e no cuidado de pacientes com condições multifatoriais, como transtornos psiquiátricos, doenças autoimunes e dores crônicas (SALOMÃO; MILITÃO, 2021). Por essa razão, tem crescido o interesse na aplicação de terapias complementares, como a acupuntura, fitoterapia, homeopatia, reiki, ioga, meditação e medicina tradicional chinesa, as quais vêm sendo cada vez mais aceitas e estudadas dentro do campo da saúde (BARBOSA et al., 2022).

A integração de práticas complementares à medicina convencional vem sendo debatida há décadas e, recentemente, vem ganhando espaço nos sistemas de saúde pública de diversos países. No Brasil, essa mudança tem sido impulsionada pela implementação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), instituída pelo Ministério da Saúde em 2006, com o objetivo de oferecer à população terapias alternativas respaldadas por evidências científicas e acessíveis pelo Sistema Único de Saúde (SUS) (SALOMÃO; MILITÃO, 2021). A PNPIC reconhece terapias como acupuntura, arteterapia, quiropraxia, fitoterapia e meditação como complementares aos tratamentos convencionais, promovendo um cuidado mais humanizado e personalizado.

A medicina integrativa tem mostrado benefícios consideráveis em diversas áreas da saúde, incluindo a psiquiatria. Um estudo realizado no Chile apontou que a inserção de terapias complementares nos programas de formação em psiquiatria poderia contribuir para um tratamento mais eficaz de transtornos mentais, como depressão e ansiedade (PACHECO; FRITZSCHE; BEDREGAL, 2022). Além disso, pesquisas indicam que práticas mente-corpo, como a meditação e o mindfulness, podem melhorar a plasticidade neural e reduzir sintomas cognitivos associados a transtornos psiquiátricos, promovendo uma recuperação mais sustentável dos pacientes (BARBOSA et al., 2022).

Outro campo de aplicação da medicina integrativa é o tratamento de pacientes com transtorno do espectro autista (TEA). Estudos recentes demonstram que terapias como musicoterapia, quiropraxia e terapias energéticas podem auxiliar no desenvolvimento motor e emocional de crianças autistas, promovendo maior autonomia e qualidade de vida (MELO; SANTOS, 2023). A aceitação dessas abordagens tem crescido, mas ainda enfrenta desafios, como a falta de conhecimento por parte dos profissionais de saúde e a necessidade de mais estudos que comprovem cientificamente seus benefícios.

Além da psiquiatria e do tratamento de condições neurológicas, a medicina integrativa tem sido aplicada com sucesso na reabilitação física. Um relato de caso publicado por Medeiros et al. (2024) mostrou que a combinação de acupuntura, laserterapia e moxaterapia foi fundamental na recuperação motora de um cão com lesão medular traumática, evidenciando que a medicina integrativa pode trazer benefícios não apenas para humanos, mas também para a medicina veterinária (MEDEIROS et al., 2024). Esse exemplo reforça a ideia de que a combinação entre tratamentos convencionais e terapias complementares pode melhorar significativamente a recuperação e a qualidade de vida dos pacientes.

Apesar dos benefícios comprovados, a medicina integrativa ainda enfrenta desafios para sua consolidação dentro do sistema de saúde. Entre as principais barreiras estão o ceticismo de parte da comunidade médica, a falta de regulamentação adequada de algumas práticas e a necessidade de mais pesquisas científicas que fundamentem sua eficácia (SALOMÃO; MILITÃO, 2021). Contudo, o aumento da aceitação por parte da população e a ampliação do acesso a essas terapias por meio de políticas públicas indicam um futuro promissor para essa abordagem.

Diante desse cenário, este estudo busca analisar o impacto da medicina integrativa na promoção da saúde, investigando como a combinação entre terapias convencionais e complementares pode otimizar o tratamento de diversas condições médicas. A partir dessa análise, espera-se contribuir para a ampliação do debate sobre a necessidade de um modelo de cuidado mais holístico e centrado no paciente.

Como a medicina integrativa pode contribuir para um modelo de atenção à saúde mais humanizado e eficaz, unindo terapias tradicionais e modernas? Este estudo tem como objetivo analisar os benefícios e desafios da medicina integrativa na promoção da saúde, investigando como a combinação entre terapias convencionais e práticas tradicionais pode otimizar os cuidados médicos e melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

2. Metodologia

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa teórica, de natureza qualitativa e exploratória, fundamentada em revisão bibliográfica. A abordagem teórica tem como propósito compreender e analisar a medicina integrativa a partir de perspectivas científicas já consolidadas, permitindo uma reflexão crítica sobre sua aplicação na promoção da saúde. Dessa forma, busca-se investigar como a integração entre terapias convencionais e práticas complementares pode contribuir para um modelo de cuidado mais humanizado e eficaz.

O presente trabalho trata-se de uma pesquisa teórica, baseada na análise e interpretação de literatura científica sobre a medicina integrativa. De acordo com Severino (2017), a pesquisa teórica visa compreender determinado fenômeno por meio do exame de publicações acadêmicas, permitindo o aprofundamento conceitual do tema. Dessa forma, a investigação fundamenta-se em artigos científicos, livros, documentos institucionais e diretrizes nacionais e internacionais que abordam a temática da medicina integrativa.

Para a construção do arcabouço teórico, realizou-se uma revisão bibliográfica sistemática, considerando estudos relevantes publicados em bases de dados reconhecidas, tais como SciELO (Scientific Electronic Library Online), PubMed, MEDLINE, LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e Google Acadêmico. Foram utilizados descritores como “medicina integrativa”, “práticas integrativas e complementares”, “medicina complementar”, “terapias alternativas”, “saúde holística” e “atenção integral à saúde”. A seleção dos textos seguiu critérios de relevância, adequação ao tema e data de publicação, priorizando estudos publicados nos últimos dez anos.

Além da consulta a artigos científicos, foram analisados documentos institucionais, como as diretrizes da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), instituída pelo Ministério da Saúde do Brasil, além de relatórios da Organização Mundial da Saúde (OMS) sobre a incorporação de práticas integrativas nos sistemas de saúde pública ao redor do mundo.

Para garantir a consistência e a atualidade da revisão bibliográfica, foram adotados critérios de inclusão e exclusão. Como critérios de inclusão, consideraram-se estudos publicados entre 2012 e 2024, artigos revisados por pares e disponíveis na íntegra, trabalhos que abordam a medicina integrativa no contexto da promoção da saúde, da atenção básica e do tratamento de doenças crônicas, além de pesquisas que discutem a implementação de práticas integrativas nos sistemas públicos e privados de saúde. Por outro lado, foram excluídos artigos com metodologias empíricas que não apresentassem discussão teórica aprofundada sobre a medicina integrativa, estudos com enfoque exclusivo em terapias alternativas sem embasamento científico, trabalhos publicados em idiomas que não fossem português, inglês ou espanhol e publicações que não estivessem acessíveis de forma integral ou que não contivessem informações metodológicas suficientes.

A análise dos dados foi conduzida por meio da análise de conteúdo temática, conforme proposto por Bardin (2016). Essa técnica consiste na organização e categorização das informações extraídas dos textos, permitindo identificar padrões, conceitos-chave e convergências entre os estudos selecionados. A categorização dos conteúdos foi realizada a partir dos seguintes eixos temáticos: fundamentos da medicina integrativa, que abordam os conceitos e princípios norteadores dessa abordagem; benefícios das terapias integrativas, que discutem as evidências científicas sobre os impactos positivos das práticas integrativas na saúde física e mental; desafios da implementação, que analisam as barreiras para a inserção da medicina integrativa nos sistemas de saúde e nas instituições acadêmicas; e aplicações em diferentes áreas da saúde, que exploram o uso da medicina integrativa em psiquiatria, neurologia, oncologia, reabilitação e outras especialidades. Após a categorização das informações, os dados foram discutidos de forma crítica, estabelecendo conexões entre os achados da literatura e o contexto atual da medicina integrativa no Brasil e no mundo.

Por se tratar de uma pesquisa teórica, este estudo não inclui dados empíricos, como experimentações clínicas ou entrevistas com profissionais da saúde. Além disso, a revisão bibliográfica está limitada às publicações disponíveis nas bases de dados consultadas, o que pode restringir a diversidade de perspectivas sobre o tema. Entretanto, a amplitude da análise e a diversidade de fontes selecionadas garantem um embasamento sólido para a discussão proposta.

Como este estudo não envolve coleta de dados primários, não foi necessário submeter a pesquisa a um Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). No entanto, todas as fontes utilizadas foram devidamente referenciadas, garantindo a integridade acadêmica e o respeito aos direitos autorais das produções científicas consultadas.

3. Resultados e Discussão

A medicina integrativa tem sido amplamente estudada nos últimos anos, evidenciando seus benefícios na promoção da saúde, especialmente no tratamento de doenças crônicas, transtornos emocionais e na humanização do cuidado ao paciente. Diversos estudos indicam que as práticas integrativas complementam a medicina convencional, proporcionando uma abordagem mais abrangente e centrada no indivíduo, ao invés de apenas tratar sintomas isolados (Salomão & Militão, 2021).

Um dos principais benefícios da medicina integrativa é sua capacidade de atuar na prevenção de doenças e na promoção da qualidade de vida. Terapias como acupuntura, fitoterapia e meditação demonstraram ser eficazes na redução de estresse, controle da dor e melhora do sistema imunológico. Além disso, a inserção dessas práticas nos sistemas de saúde pública, como ocorre no Brasil com a Política

Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), tem sido um avanço significativo, embora ainda existam desafios para sua consolidação (Mello, Quirino & Silva, 2024).

No contexto da saúde mental, a medicina integrativa tem se mostrado promissora no tratamento de transtornos como depressão e ansiedade. Estudos indicam que práticas mente-corpo, como mindfulness e ioga, podem auxiliar na regulação do sistema nervoso, promovendo uma resposta adaptativa ao estresse e melhorando o bem-estar dos pacientes (Goedert, Silva & Maia, 2021). A combinação entre psicoterapia convencional e terapias integrativas pode resultar em um tratamento mais completo, considerando tanto os aspectos físicos quanto emocionais da doença.

Outro aspecto relevante é a aplicação da medicina integrativa na geriatria. A população idosa apresenta alta prevalência de doenças crônicas, dores musculoesqueléticas e transtornos emocionais, tornando essencial a busca por abordagens terapêuticas menos invasivas e mais humanizadas. Estudos apontam que a inserção de terapias integrativas em programas de cuidado ao idoso pode reduzir o uso excessivo de medicamentos, melhorar a mobilidade e proporcionar maior bem-estar emocional (Seabra et al., 2019).

Entretanto, apesar dos avanços, ainda existem desafios significativos para a implementação plena da medicina integrativa. Entre os principais entraves estão a resistência de parte da comunidade médica, a falta de profissionais capacitados, a carência de pesquisas científicas que demonstrem a eficácia de algumas práticas e a dificuldade de regulamentação de determinadas terapias (Barreto et al., 2023). Além disso, há uma necessidade urgente de maior inserção das práticas integrativas nos currículos acadêmicos das áreas da saúde, garantindo que futuros profissionais tenham uma formação mais abrangente e interdisciplinar.

A tecnologia também tem sido um fator de impacto na disseminação das terapias integrativas. O uso de aplicativos móveis e plataformas digitais tem facilitado o acesso dos pacientes a técnicas como meditação guiada, exercícios de respiração e orientações sobre alimentação saudável, ampliando as possibilidades de autocuidado e promoção da saúde (Oliveira & Leite, 2024). Esse fenômeno demonstra como a medicina integrativa pode se adaptar às novas demandas da sociedade, incorporando avanços tecnológicos sem perder sua essência humanizada.

Dessa forma, a medicina integrativa representa uma abordagem promissora na construção de um modelo de atenção à saúde mais humanizado, acessível e eficaz. Contudo, sua consolidação depende de investimentos em pesquisa, educação e políticas públicas que ampliem sua aplicação e regulamentação.

A medicina integrativa, ao propor uma visão ampliada do cuidado em saúde, tem sido alvo de crescente interesse por parte de pesquisadores e profissionais da área. O reconhecimento de suas vantagens no tratamento de doenças crônicas e na promoção do bem-estar geral tem impulsionado sua adoção em diversos contextos clínicos e institucionais. Entretanto, os desafios para sua plena implementação ainda persistem, exigindo maior embasamento científico, políticas públicas mais abrangentes e uma mudança de mentalidade tanto dos profissionais de saúde quanto dos pacientes.

Um dos principais argumentos em favor da medicina integrativa é sua capacidade de atuar não apenas na recuperação da saúde, mas também na prevenção de doenças. Muitas das terapias utilizadas nesse modelo, como acupuntura, meditação e fitoterapia, possuem evidências de que podem reduzir inflamações sistêmicas, modular o estresse e melhorar a qualidade do sono, fatores

que estão diretamente ligados à prevenção de doenças cardiovasculares, metabólicas e neurodegenerativas (Salomão & Militão, 2021). Além disso, essas práticas costumam apresentar menos efeitos adversos em comparação aos tratamentos farmacológicos convencionais, o que as torna opções viáveis para determinados grupos populacionais, como idosos e pacientes polimedicados.

Outro ponto relevante é o impacto positivo da medicina integrativa na humanização do atendimento médico. No modelo tradicional, a relação médico-paciente muitas vezes se restringe à prescrição de medicamentos e exames, o que pode gerar um distanciamento entre o profissional e o paciente. Em contrapartida, as práticas integrativas estimulam uma abordagem mais empática e individualizada, permitindo que o paciente participe ativamente do próprio processo de cura. De acordo com Goedert, Silva e Maia (2021), essa perspectiva contribui para o fortalecimento do vínculo entre profissionais de saúde e pacientes, favorecendo a adesão ao tratamento e melhorando os desfechos clínicos.

Apesar dos avanços, a incorporação da medicina integrativa no ensino acadêmico ainda é um grande desafio. Grande parte dos cursos de medicina, enfermagem e fisioterapia no Brasil não aborda essas práticas de forma estruturada, o que dificulta sua aceitação por parte dos profissionais recém-formados. Segundo Seabra et al. (2019), a formação acadêmica ainda é majoritariamente pautada no modelo biomédico tradicional, e a ausência de disciplinas que abordem as práticas integrativas gera uma lacuna no conhecimento dos profissionais, dificultando sua aplicação na prática clínica.

Além da questão educacional, a falta de financiamento para pesquisas na área também se apresenta como um obstáculo. Embora diversas práticas integrativas já possuam respaldo científico, muitas ainda carecem de estudos robustos que comprovem sua eficácia e segurança em larga escala. Barreto et al. (2023) apontam que a maioria dos estudos sobre medicina integrativa são de pequeno porte, o que limita sua aceitação pela comunidade científica. Dessa forma, torna-se essencial o incentivo a pesquisas que avaliem essas abordagens com rigor metodológico, possibilitando sua incorporação definitiva nos protocolos clínicos.

Por fim, a integração entre medicina convencional e integrativa ainda enfrenta resistências institucionais e culturais. Muitos profissionais da saúde permanecem céticos quanto à eficácia das terapias complementares, considerando-as alternativas sem comprovação científica. Entretanto, estudos recentes vêm demonstrando que a combinação entre essas abordagens pode proporcionar tratamentos mais eficazes e menos agressivos para diversas condições de saúde, como dor crônica, transtornos mentais e doenças autoimunes (Oliveira & Leite, 2024). O desafio, portanto, reside na construção de um modelo de saúde que valorize tanto os avanços tecnológicos da biomedicina quanto os benefícios das terapias tradicionais.

Assim, a medicina integrativa apresenta um grande potencial para transformar os sistemas de saúde, tornando-os mais acessíveis, humanizados e eficazes. No entanto, sua plena implementação depende de mudanças estruturais na educação médica, de maior investimento em pesquisa e de uma reformulação das políticas públicas para garantir que essas práticas estejam ao alcance de toda a população. A convergência entre tradição e inovação, quando realizada de maneira ética e baseada em evidências, pode representar um marco importante na promoção da saúde e na qualidade de vida dos indivíduos.

4. Conclusão

A medicina integrativa representa um avanço significativo na forma como a saúde é compreendida e tratada, unindo práticas tradicionais e modernas em uma abordagem holística. Este estudo teórico permitiu identificar os benefícios dessa integração, bem como os desafios que ainda precisam ser superados para sua consolidação nos sistemas de saúde. Entre os benefícios evidenciados, destaca-se a capacidade das práticas integrativas de melhorar a qualidade de vida dos pacientes, reduzir o uso excessivo de fármacos e promover um cuidado mais humanizado e preventivo.

Os avanços na regulamentação e implementação dessas terapias no Brasil, como a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), demonstram um crescente reconhecimento de seu potencial. No entanto, ainda existem barreiras que dificultam sua adoção em larga escala. A resistência de parte da comunidade médica, a escassez de estudos científicos robustos e a falta de capacitação profissional são fatores que limitam a plena aceitação e aplicação da medicina integrativa. Além disso, a inclusão dessas práticas nos currículos acadêmicos das áreas da saúde se faz essencial para que futuras gerações de profissionais possam atuar de maneira interdisciplinar e com uma visão ampliada do cuidado ao paciente.

Outro desafio relevante é a necessidade de financiamento para pesquisas na área. Embora existam evidências promissoras sobre a eficácia de diversas terapias integrativas, é fundamental que sejam conduzidos estudos clínicos rigorosos para embasar cientificamente sua aplicabilidade e segurança. Somente com um embasamento sólido será possível avançar na institucionalização dessas práticas dentro dos sistemas de saúde, tanto públicos quanto privados.

Além disso, a tecnologia tem se mostrado uma aliada da medicina integrativa, facilitando o acesso da população a terapias complementares por meio de aplicativos de meditação, guias de alimentação saudável e conteúdos educativos sobre práticas integrativas. Esse fenômeno abre novas perspectivas para a ampliação dessas abordagens e sua incorporação no cotidiano das pessoas, promovendo o autocuidado e o bem-estar.

Dessa forma, conclui-se que a medicina integrativa tem um papel fundamental na construção de um modelo de saúde mais sustentável, centrado no indivíduo e na promoção da qualidade de vida. A convergência entre ciência, tradição e inovação é o caminho para um futuro onde a saúde seja compreendida de maneira mais abrangente, valorizando tanto os avanços tecnológicos quanto os saberes ancestrais. Para que essa transformação ocorra, é necessário um esforço conjunto de pesquisadores, gestores de saúde, profissionais e sociedade, garantindo que essas práticas sejam acessíveis, seguras e eficazes para todos.

Referências

BARRETO, D. H. S. et al. Aplicabilidade da inteligência artificial na promoção da saúde: desafios e perspectivas. **REVISTA DE SAÚDE INTEGRAR**, 2023.

GOEDERT, M. C. C.; SILVA, L. V.; MAIA, P. R. Os benefícios da medicina integrativa e os desafios para sua implantação no Brasil: revisão de literatura. **ACERVO MAIS – REVISTA DE SAÚDE**, 2021.

MEDEIROS, A. L. S.; BASTOS, B. F.; BOBANY, D. M.; MOURA, L. C.; PEREIRA, R. R.; LEMOS, T. D. O uso da medicina integrativa na reabilitação de lesão medular traumática em cão: relato de caso. **REVISTA DE MEDICINA VETERINÁRIA DO UNIFESO**, v. 4, n. 1, p. 65-66, 2024.

MELLO, P. G.; QUIRINO, A. C. M.; SILVA, M. Promoção da saúde no âmbito da saúde coletiva: desafios e perspectivas para a sustentabilidade das ações de saúde. **JOURNAL OF MEDICAL AND BIOLOGICAL RESEARCH**, 2024.

OLIVEIRA, F. A.; LEITE, Á. J. M. Uso de tecnologias móveis para promoção da saúde e autocuidado: revisão integrativa. **RESEARCHGATE**, 2024.

SALOMÃO, O. C.; MILITÃO, L. M. Os avanços da medicina integrativa: uma revisão sistemática. **DESENVOLVIMENTO CIENTÍFICO E TECNOLÓGICO NO BRASIL**, 2021.

SEABRA, C. A. M.; XAVIER, S. P. L.; SAMPAIO, Y. P. C. C. Educação em saúde como estratégia para promoção da saúde dos idosos: uma revisão integrativa. **REVISTA BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA**, 2019.