

EXPERIMENTAÇÕES EM EDUCAÇÃO HOLÍSTICA

YASMIN GABRIELA PEIXOTO^{1,2*}, CAROLINE DA SILVA LARGURA³, LUCIMAR F. DE CARVALHO⁴, ALESSANDRA R. M. GERMANI⁴, VANDERLEIA L. PULGA⁴, ALEXANDRA DEMAMANN⁵, ADRIANA L. B. DE MELLO⁶, DÉBORA C. ANTONIAZZI⁷, ANÍBAL LOPES GUEDES⁸

1 Introdução

A Educação Holística promove uma visão de mundo menos materialista e mais espiritualista, permitindo compreender o ser humano de forma integral. (Mahmoudi *et al.*, 2012; Johnson, 2015; Miller, 2019). No meio científico, principalmente após 1960 (Couto *et al.*, 2018), por meio desse olhar holístico, surgiram as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) como uma forma de auxiliar a medicina tradicional ocidental de forma interdisciplinar. A demanda por essas terapias no Brasil tem crescido desde a implementação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) em 2006. Desse modo, as PICs estão sendo reconhecidas como uma alternativa viável para o tratamento de saúde. Atualmente, a PNPIC apresenta 29 práticas ofertadas pelo SUS, que visam a promoção, prevenção e alívio de sintomas, de modo longitudinal, abrangente e continuado nos ambientes de saúde (Brasil, 2024). No entanto, observam-se inúmeros espaços de resistência para a plena compreensão acerca das PICs, podendo-se citar incipientes instituições que tenham uma educação holística e capacitem profissionais além do modelo biomédico durante a formação acadêmica (Couto *et al.*, 2018).

2 Objetivos

Avaliar o grau de conhecimento e interesse de servidores e alunos do curso de Medicina através da utilização das PICs dentro de uma visão holística qualificando o processo ensino-aprendizagem.

¹ Graduanda em Medicina, Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Passo Fundo/RS, yasmin.peixoto@estudante.uffs.edu.br

² Inovação em Saúde Coletiva: políticas, saberes e práticas de promoção da saúde

³ Graduanda em Medicina, Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Passo Fundo/RS

⁴ Prof. Doutor, Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Passo Fundo/RS

⁵ Educadora Física (Especialista em Acupuntura/MTC), Passo Fundo/RS

⁶ Biomédica (Especialista em Acupuntura/MTC), Passo Fundo/RS

⁷ Psicóloga (Especialista em Constelação Sistêmica), Passo Fundo/RS

⁸ Prof. Doutor, Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Erechim/RS

3 Metodologia

Estudo transversal, descritivo, exploratório e cartográfico com abordagem quantitativa, realizado na Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Passo Fundo/RS. Excluíram-se da análise os estudantes em situação de trancamento de matrícula. Para a coleta de dados, utilizou-se um questionário on-line (Google Forms) no período de 01/09/2023 até 30/11/2023. Os formulários foram enviados por e-mails e pelo *WhatsApp* para toda a comunidade acadêmica envolvendo variáveis sociodemográficas, o autoconhecimento, a autoestima, o reconhecimento de emoções, a comunicação com as pessoas, trabalhar com conflitos, práticas holísticas e atividades relacionadas com rotinas diárias. Para a análise estatística, as variáveis categóricas foram calculadas como frequências absolutas (contagens) e relativas (porcentagens). Em algumas questões foram utilizadas escalas para medir e quantificar diferentes fenômenos, onde o número zero (0) indica uma reação extremamente negativa ou ineficaz e o número dez (10) representa uma reação extremamente positiva ou eficaz. Esse estudo atende às resoluções nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, sob o parecer nº 6.317.945 do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da UFFS.

4 Resultados e Discussão

A amostra foi composta por 52 indivíduos, incluindo 45 discentes (82,7%), 5 docentes (11,5%) e 2 técnicos administrativos (5,8%), tendo a maioria dos participantes, idades entre 21 e 40 anos (44,2%). Quanto ao sexo, 57,7% eram do gênero feminino e 42,3% do masculino. Sobre o tema das Práticas Holísticas, foram realizadas perguntas sobre: (1) conhecimento do que são essas atividades (n=52); em que 53,8% dos participantes afirmaram conhecê-las; (2) disponibilidade das PICs pelo Sistema Único de Saúde; em que 51,9% dos indivíduos afirmaram desconhecer esse serviço público, dado que aponta para a necessidade urgente de maior divulgação e educação sobre as PICs. Comparando com o estudo de Gurgel *et al.* (2021), que revelou que 85,7% dos docentes e 91,7% dos discentes (n=214) consideram as PICs fundamentais para o SUS, nota-se que, apesar de valorizadas, o conhecimento real sobre elas é limitado. (3) efetividade delas no tratamento médico; em que 80,8% dos entrevistados afirmaram que acreditam no papel delas na saúde; Galvanese, Barros e d'Oliveira (2017) também identificaram benefícios das PICs, observando que essas práticas foram associadas ao bem-estar e à regulação do humor entre praticantes e profissionais de saúde. (4) importância das PICs na vida deles (n=37); em que as respostas foram semelhantes, com 20% delas indicando baixa importância; 28% média importância e 26% alta importância,

que, embora uma parcela reconheça o valor dessas práticas, ainda há um caminho a ser percorrido para aumentar sua aceitação e integração na vida cotidiana. Em comparação, a intervenção de Kraemer *et al.* (2016) em estudantes de medicina mostrou que 66,7% relataram melhora no estresse e bem-estar, 54,1% utilizaram habilidades de gerenciamento de estresse em suas vidas diárias e 45,8% se tornaram mais conscientes de suas experiências emocionais. Além disso, a mesma porcentagem (45,8%) mencionou uma melhor perspectiva sobre o equilíbrio entre trabalho e vida e valorizou mais o autocuidado. Esses resultados reforçam a necessidade de ampliar a incorporação das PICs na educação e na prática cotidiana, evidenciando seus benefícios. (5) quais as PICs utilizadas (n=58⁹); em que 13,8% das respostas indicaram o Reiki, 12% aromaterapia e ainda 32,8% afirmaram não praticar nenhuma das atividades; Isso sugere uma lacuna significativa no acesso ou na divulgação dessas práticas. Comparando com o estudo de Stipkovic *et al.* (2023), que identificou 31,75% praticando meditação, 22,22% yoga, 3,17% acupuntura, biodança ou quiropraxia, e 55,55% desconhecendo as PICs, percebe-se que o desconhecimento das PICs permanece um desafio. (6) se os participantes consideram ter uma rotina de autocuidado (n=51); em que 54,9% dos indivíduos afirmaram ter; indicacando que, embora a maioria reconheça a importância do autocuidado, uma parte significativa ainda não o incorporou em suas vidas. O estudo de Almeida (2019) demonstrou que programas de autocuidado, como manter uma visão otimista, definir metas e praticar atividade física, são eficazes na redução de transtornos mentais e na melhoria do bem-estar. (7) desafios enfrentados para manter as PICs (n=35), em que 34,28% dos indivíduos afirmaram ter falta de tempo e 65,72% indicaram outros motivos; (8) se as PICs ajudam na conexão entre as pessoas (n=45); em que 55,6% dos indivíduos afirmaram o auxílio; (9) compartilhamento das PICs com outras pessoas (n=44); com 68,2% de respostas negativas; (10) de que forma as PICs interferem no crescimento pessoal (n=33); com 57,5% afirmações de que elas ajudam de modo positivo. A partir do nível intrapessoal, observou-se que os participantes têm bom autoconhecimento sobre a resolução de situações que acometem suas vidas cotidianas. Porém, são bastante críticos consigo mesmos e têm dificuldades em reconhecer e expressar suas emoções (63,5%), principalmente a raiva e a tristeza. Segundo Berger (2017), o desenvolvimento humano estuda as mudanças ao longo da vida e destaca a importância do reconhecimento das emoções na segunda infância (dos 2 aos 6 anos). Se esse reconhecimento não ocorre adequadamente, pode levar a problemas como ansiedade e depressão na vida adulta. A pesquisa indicou que ansiedade, nervosismo e insegurança foram

⁹ Essa questão aberta permitia mais de uma resposta por participante, por isso o número de respostas (n) é maior que 52.

citados significativamente como pontos fracos pelos participantes. No nível interpessoal, percebeu-se uma dificuldade dos participantes em se comunicar de forma eficaz com o outro através do estabelecimento de confiança no outro. Costa e Gonçalves (2015) buscam analisar a construção de vínculos de confiança entre os clientes do *site Couchsurfing*, que oferece serviços de hospitalidade entre desconhecidos. Os autores apontam que, para a construção de confiança é necessária uma comunicação honesta. Assim, dentro dessa dimensão, a mentira e a falsidade foram destacadas pelos participantes da pesquisa como fatores determinantes para que confiem ou não nas outras pessoas, conforme indicado por 67,3% dos entrevistados. Nesta dimensão, outra questão relevante é como lidar com conflitos. Para 52,38% dos entrevistados, o diálogo e a paciência são fundamentais para resolver os conflitos do dia a dia. De forma semelhante, Costa e Gonçalves (2015) ressaltam a importância da mediação, da construção da confiança e da comunicação transparente como formas eficazes de enfrentar conflitos.

5 Conclusão

Dos indivíduos que participaram da pesquisa, mais da metade não possuem conhecimento de que o Sistema Único de Saúde (SUS) oferece as PICs, mesmo que o contexto da população de aplicação da pesquisa tenha sido no âmbito do cuidado humano. Os resultados dessa pesquisa indicam que estratégias educacionais e interventivas são essenciais para promover uma maior compreensão e valorização das PICs. Dessa forma, recomenda-se que mais pesquisas sejam realizadas sobre o tema, para que ele seja difundido e reconhecido como coadjuvante do tratamento médico tradicional. Ademais, ressalta-se a importância dele na base curricular dos cursos de saúde, com o intuito de qualificar os futuros profissionais segundo o princípio da educação holística: a visão integral do sujeito, a interdependência e a conectividade das suas diferentes dimensões.

Referências Bibliográficas

ALMEIDA, M. B. F. **O comportamento de autocuidado e a prevenção em saúde mental**. 2019. 78 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Mental e Atenção Psicossocial) – Programa de Pós-Graduação em Saúde Mental e Atenção Psicossocial, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2019.

BERGER, K. S. **O Desenvolvimento da Pessoa: Do nascimento à terceira idade**. 9. ed. Rio de Janeiro, RJ: LTC, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICs)**. [Brasília]: Ministério da Saúde, 2024.

COSTA, R. B.; GONÇALVES, F. N. Comunicação, construção de vínculos sociais e confiança no Couchsurfing. **Conexão - Comunicação e Cultura**, Caxias do Sul, v. 14 n. 27, p. 199-217, 2015.

COUTO, A. G. *et al.* Conhecimento, uso e aceitação de acadêmicos de medicina sobre as práticas integrativas e complementares. **Vittale - Revista de Ciências da Saúde**, Rio Grande, v. 30, n. 1, p. 56-62, 2018. DOI: <https://doi.org/10.14295/vittalle.v30i1.7448>.

GALVANESE, A. T. C., BARROS, N. F., D'OLIVEIRA, A. F. P. L. Contribuições e desafios das práticas corporais e meditativas à promoção da saúde na rede pública de atenção primária do Município de São Paulo, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 1, p. 1-13, 2017. DOI:<http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00122016>.

GURGEL, L. G. D. *et al.* Práticas integrativas e complementares em saúde: interesse da comunidade acadêmica e os desafios do ensino médico. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 45, n.4, e235, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.4-20210233>.

JOHNSON, A. P. Holistic Learning Theory. 2015. Disponível em: https://www.academia.edu/8448987/HOLISTIC_LEARNING_THEORY. Acesso em: 21 ago. 2024.

KRAEMER, K. M., LUBERTO, C. M., O'BRYAN, E. M., MYSINGER, E., COTTON, S. Mind–Body Skills Training to Improve Distress Tolerance in Medical Students: A Pilot Study. **Teaching and Learning in Medicine**, v. 28, n. 2, p.219-228, 2016. DOI: 10.1080/10401334.2016.1146605.

MAHMOUDI, S.; *et al.* Holistic Education: An Approach for 21 Century. **International Education Studies**, Etobicoke, Canadá, v. 5, n. 2, p. 178-186, 2012.

MILLER, J. P. **The Holistic Curriculum**. 3 ed. Toronto, Canadá: Universidade de Toronto, 2019.

STIPKOVIC, G. C. *et al.* Práticas integrativas e complementares na promoção da saúde em contexto de pandemia COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 6, n. 2, p. 5442-5452, 2023. DOI:10.34119/bjhrv6n2-078.

Palavras-chave: Educação Holística; Terapias Complementares; Estratégias Educacionais.

Nº de Registro no sistema Prisma: PES-2023-0263

Financiamento: Universidade Federal da Fronteira Sul - UFFS