

<b>Título:</b>	<b>EFICÁCIA DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA DIABETES MELLITUS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA</b>		
<b>Autores:</b>	Eduarda Marchionatti Guareschi Nicole Strassburger Pamela Amanda Gralow Carina Suzana Pereira Corrêa Suzane Beatriz Frantz Krug		
<b>Área</b>	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	<b>Dimensão:</b>	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<p><b>Resumo:</b></p> <p><b>Introdução:</b> A diabetes mellitus é uma das doenças crônicas mais prevalentes no mundo e representa importante desafio para os sistemas de saúde devido às suas complicações e impacto na qualidade de vida dos pacientes. Diante da necessidade de estratégias complementares ao tratamento convencional, cresce o interesse pelas Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICs), como fitoterapia, acupuntura, práticas mente-corpo e suplementação nutricional. Essas terapias, ao oferecerem uma abordagem holística e centrada no paciente, têm sido estudadas como potenciais aliadas no controle glicêmico e na promoção do bem-estar das pessoas com diabetes. <b>Objetivo(s):</b> Analisar a eficácia das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde na diabetes mellitus através de revisão sistemática da literatura, identificando modalidades mais estudadas. <b>Metodologia:</b> Esse estudo, conduzido por membros do Grupo Interdisciplinar Ampliado de Trabalho e Estudos em Saúde (GIATES), projeto de extensão vinculado ao Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde (GEPS), é uma revisão integrativa qualitativa. As bases de dados utilizadas foram PubMed e Scopus, com os descritores em português e em inglês: terapias complementares; diabetes mellitus e presentes nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCs), combinados pelo conector booleano (AND). Incluíram-se os artigos em língua portuguesa e inglesa e publicados nos últimos 5 anos. Excluíram-se estudos fora da temática, pagos, duplicados e carta ao editor, resultando em 5 artigos analisados. <b>Principais resultados:</b> O uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde em pacientes com diabetes mellitus, principalmente tipo 2, é amplamente relatado, atingindo até 80% dos indivíduos. As intervenções mais utilizadas são fitoterapia, modificações na dieta, exercícios, técnicas de relaxamento e práticas espirituais, motivadas por fatores como acessibilidade, menor custo, influência cultural e insatisfação com a medicina convencional. Entretanto, mais de dois terços dos pacientes não divulgam seu uso aos profissionais de saúde, o que representa um risco significativo. Nesse sentido, em relação aos exercícios mente-corpo, o Tai Chi Chuan</p>			



tem se mostrado promissor tanto no controle glicêmico quanto na melhora da função cognitiva em idosos com diabetes mellitus tipo 2 e comprometimento cognitivo leve. As práticas, como meditação, massagem e aromaterapia são utilizadas especialmente por pacientes com funcionamento mental reduzido, que apresentam maior propensão a buscar essas terapias alternativas. Além disso, a prática promove benefícios metabólicos e neuroquímicos, bem como melhora do equilíbrio e da força muscular, reduzindo o risco de quedas. **Conclusão:** As PICs representam uma estratégia frequentemente utilizada por pessoas com diabetes mellitus, especialmente associada ao manejo da saúde mental e controle metabólico. Embora apresentem potenciais benefícios, seu uso ainda carece de evidências científicas robustas. Educação em saúde, diálogo aberto e novos estudos são essenciais para garantir uso seguro e cuidado integral.

**Link do Vídeo:**

<https://drive.google.com/file/d/1Bl6r1QjpcRXtUbEEAz1I7Eg2xnq3qadn/view?usp=sharing>