

TERAPIAS HOLÍSTICAS EM CUIDADOS PALIATIVOS: UMA ABORDAGEM ATUALIZADA

KROTH LEIDEMER, Cristiane Andrea
PORTILLO, Nanci
DIAS ANTUNES, Edenilson
KLAUSS, Greicielle Makelly
ZANELLA, Renata

BIOLÓGICAS E DA SAÚDE



INTRODUÇÃO

Os cuidados paliativos visam proporcionar qualidade de vida a pacientes com doenças crônicas e progressivas, abordando não apenas os sintomas físicos, mas também aspectos emocionais, sociais e espirituais. Nesse contexto, as terapias holísticas, também conhecidas como Práticas Integrativas e Complementares (PICs), têm ganhado destaque por oferecerem uma abordagem integral ao cuidado, alinhando-se aos princípios da humanização na saúde. Segundo Silva et al. (2023), as práticas integrativas vêm sendo cada vez mais utilizadas como complemento aos cuidados tradicionais, contribuindo positivamente para o bem-estar físico e emocional dos pacientes. Este trabalho, portanto, busca discutir a aplicação e os benefícios das terapias holísticas em cuidados paliativos, com base nas evidências mais recentes, destacando a importância da capacitação dos enfermeiros ao processo.

DESENVOLVIMENTO

As terapias holísticas englobam uma variedade de práticas que visam tratar o indivíduo como um todo. Dentre as mais utilizadas em cuidados paliativos destacam-se a acupuntura, massagem, aromaterapia, musicoterapia, meditação e *mindfulness*. Estudos recentes apontam que essas práticas podem contribuir significativamente para a redução de sintomas como dor, ansiedade, depressão e insônia, além de promoverem relaxamento e melhoria na qualidade de vida dos pacientes (SILVA et al., 2023).

Silva et al. (2023) destacam que, entre as práticas mais utilizadas nos cuidados paliativos, encontram-se a medicina tradicional chinesa, a aromaterapia, a reflexologia, a terapia assistida por animais e a musicoterapia, as quais demonstraram efeitos positivos principalmente no alívio da dor. Essa diversidade de práticas permite uma adaptação às necessidades e preferências individuais dos pacientes, tornando o tratamento mais humanizado.

A espiritualidade também tem sido considerada um elemento essencial nos cuidados paliativos. De acordo com Esperandio e Leget (2020) afirmam que “a espiritualidade emerge como um importante recurso no enfrentamento do processo de morrer, sendo essencial um modelo prático de cuidado espiritual para orientar a prática profissional”. Assim, integrar cuidados espirituais no cotidiano do atendimento pode favorecer o enfrentamento da terminalidade de forma mais serena e digna.

No campo da enfermagem, a integração das terapias holísticas também é ressaltada. Para Cenzi e Ogradowski (2022), "o conhecimento e a orientação dos profissionais de enfermagem sobre as práticas integrativas e complementares são fundamentais para a efetivação de um cuidado mais humano e integral". A capacitação adequada dos profissionais de saúde é, portanto, essencial para a aplicação segura e eficaz dessas práticas.

Apesar dos benefícios relatados, é importante destacar as limitações metodológicas em muitas das pesquisas existentes. Como pontuado por Silva et al. (2023), "há necessidade de mais ensaios clínicos controlados e com rigor metodológico para comprovar a eficácia das PICs no contexto dos cuidados paliativos". Dessa forma, a expansão do uso das terapias holísticas deve ser acompanhada de critérios técnicos e éticos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As terapias holísticas representam uma abordagem promissora nos cuidados paliativos, oferecendo suporte complementar ao tratamento convencional e contribuindo para o alívio do sofrimento em suas múltiplas dimensões. Sua integração nos cuidados de saúde, respeitando a individualidade e as crenças dos pacientes, possibilita uma assistência mais completa e humanizada.

A atuação de profissionais enfermeiros capacitados e a valorização da espiritualidade se destacam como aspectos centrais para o sucesso da implementação dessas práticas. Contudo, é imprescindível a continuidade de pesquisas robustas para fortalecer a base científica que sustenta a utilização das práticas integrativas em cuidados paliativos.

REFERÊNCIAS

CENZI, A. L. C.; OGRADOWSKI, K. R. P. **Relevância do conhecimento da enfermagem acerca das práticas integrativas e complementares no cuidado paliativo: revisão integrativa.** Espaço para a Saúde, v. 23, 2022. Disponível em: <https://espacoparasauade.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/806>. Acessado em: 28 abr. 2025.

ESPERANDIO, M.; LEGET, C. **Espiritualidade em cuidados paliativos no Brasil: revisão integrativa de literatura.** REVER: Revista de Estudos da Religião, v. 20, n. 2, 2020. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/rever/article/view/50678>. Acessado em: 28 abr. 2025.

SILVA, L. N. da et al. **Práticas integrativas e complementares em saúde no cuidado paliativo: revisão integrativa.** Peer Review, 2023. Disponível em: <https://peerw.org/index.php/journals/article/view/228>. Acessado em: 28 abr. 2025.

AVGIDEIAS. **Terapia holística: uma abordagem integrativa para a saúde e o bem-estar.** 2024. disponível em: <https://avgideias.com.br/terapia-holistica-uma-abordagem-integrativa-para-a-saude-e-o-bem-estar/>. Acessado em: 28 abr. 2025.