

O USO DAS TERAPIAS INTEGRATIVAS COMO ESTRATÉGIA PARA A PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR EMOCIONAL DE ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Suellen Danúbia da Silva¹
Ana Claudia dos Santos Barão²
Amanda da Silva Cuim³
Elimeire Alves de Oliveira⁴
Tiago Moreno Lopes Roberto⁵
Ijosiel Mendes⁶

RESUMO: O bem-estar emocional de estudantes do Ensino Fundamental tem se consolidado como um dos principais desafios da educação contemporânea, considerando o aumento de situações relacionadas à ansiedade, ao estresse, às dificuldades de convivência e aos impactos desses fatores no processo de ensino e aprendizagem. Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) apresentam-se como estratégias que podem contribuir para a promoção da saúde integral e do desenvolvimento socioemocional no ambiente escolar. Este artigo tem como objetivo analisar as contribuições das Terapias Integrativas como estratégia para a promoção do bem-estar emocional de alunos do Ensino Fundamental, identificando seus possíveis impactos na qualidade de vida, no equilíbrio emocional e no processo de aprendizagem. Para tanto, foi realizada uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem descritiva e procedimento metodológico de revisão bibliográfica, fundamentada em livros, artigos científicos, documentos oficiais e publicações indexadas nas bases SciELO, Redalyc, e Google Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed. Os resultados evidenciam que práticas como mindfulness, meditação, yoga, musicoterapia, arteterapia e outras Práticas Integrativas e Complementares reconhecidas apresentam potencial para favorecer a autorregulação emocional, reduzir sintomas de ansiedade e estresse, fortalecer habilidades socioemocionais, melhorar a atenção, a concentração, as relações interpessoais e o clima escolar, refletindo positivamente no desenvolvimento integral dos estudantes. Conclui-se que a inserção dessas práticas no contexto educacional constitui uma estratégia complementar relevante para a promoção do bem-estar emocional e para o fortalecimento de uma educação voltada ao desenvolvimento humano integral, desde que implementada de forma planejada, ética e fundamentada em evidências científicas.

Palavras-chave: Práticas Integrativas e Complementares. Bem-estar emocional. Ensino Fundamental. Saúde mental. Desenvolvimento socioemocional.

¹Docente no curso de Pedagogia da Faculdade Futura. Graduada em Ciências Contábeis (UNIFEV), Graduada em Administração pela Faculdade Futura, Graduada em Pedagogia (UNIBF) Especialista em Administração Estratégica com ênfase em Marketing e Gestão de Recursos Humanos (UNILAGO), Especialização em Controladoria (UNIASSELVI), Mestrado em Administração (UNIMEP).

²Docente da Faculdade Futura de Votuporanga. Graduada em Ciências Biológicas (UNIFEV). Graduada em Pedagogia (ISEED-FAVED). Especialista em Neurociência e Aprendizagem (ÚNICA). Especialista em Atendimento Educacional Especializado (IPEMIG). Mestre em Biologia Animal (UNESP). Orcid: 0009-0008 9778-3123.

³Docente na Faculdade Futura de Votuporanga, Docente na Prefeitura de Votuporanga. Mestre em Ensino e Processos Formativos (UNESP). Especialista em Educação Infantil e Ensino Fundamental, Coordenação Pedagógica (UFSCAR). Graduada em Pedagogia (UNIFEV).

⁴Docente e Coordenadora no curso de Pedagogia da Faculdade Futura. Graduada em Direito (UNIFEV), Pedagogia e Letras, Especialista em Gestão Escolar. Mestre em Ensino e Processos Formativos. Advogada.

⁵Graduado em Psicologia e Pedagogia. Especialista em Saúde Mental, Mestre em Psicologia e Saúde; Doutor em Ciências da Saúde; Professor do Curso de Psicologia e Odontologia; Professor da Faculdade Futura.

⁶Docente da Faculdade Futura de Votuporanga. Graduado em Matemática. (UNIFEV). Especialista em Matemática (UNICAMP). Especialista em Matemática no Ensino Médio (UFSCAR). Mestrado em Matemática (UNESP).

INTRODUÇÃO

A escola desempenha um papel fundamental no desenvolvimento integral da criança, constituindo-se como um espaço destinado não apenas à construção do conhecimento, mas também ao fortalecimento das dimensões social, emocional, cognitiva e física dos estudantes. O contemporâneo, observa-se um aumento das demandas relacionadas à saúde mental infantil, evidenciado pelo crescimento de quadros de ansiedade, dificuldades de autorregulação emocional, problemas de convivência e outros fatores que interferem diretamente no processo de ensino e aprendizagem.

Diante dessa realidade, torna-se necessário que as instituições de ensino adotem estratégias capazes de promover o bem-estar emocional dos alunos, contribuindo para um ambiente escolar mais acolhedor, saudável e favorável ao desenvolvimento humano.

A Constituição Federal de 1988 estabelece a educação como um direito de todos e dever do Estado e da família, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, ao preparo para o exercício da cidadania e à qualificação para o trabalho (BRASIL, 1988). Em consonância com esse princípio, a Lei nº 9.394/1996, que institui as Diretrizes e Bases da Educação Nacional, reforça que a educação deve promover o desenvolvimento integral do educando, articulando aspectos cognitivos, afetivos, sociais e culturais (BRASIL, 1996).

2

Nessa perspectiva, a escola amplia sua responsabilidade para além da transmissão de conteúdos, assumindo também o compromisso com a promoção da saúde e da qualidade de vida dos estudantes. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) destaca que o desenvolvimento das competências gerais envolve dimensões cognitivas e socioemocionais, enfatizando habilidades como autoconhecimento, autocuidado, empatia, cooperação e responsabilidade, essas competências contribuem para que os estudantes desenvolvam equilíbrio emocional e capacidade para lidar com os desafios cotidianos, favorecendo a aprendizagem e a convivência escolar (BRASIL, 2018).

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) vêm sendo reconhecidas como estratégias que podem contribuir para a promoção da saúde integral. No Brasil, a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), instituída pelo Ministério da Saúde em 2006 e posteriormente ampliada, incorporou diversas práticas ao Sistema Único de Saúde (SUS), entre elas meditação, yoga, musicoterapia, arteterapia e outras abordagens voltadas ao cuidado integral do indivíduo (BRASIL, 2006), embora a política seja direcionada

ao campo da saúde, seus princípios dialogam com as necessidades do ambiente escolar ao favorecer ações de prevenção, promoção da saúde e fortalecimento do bem-estar.

Pesquisas apontam que intervenções baseadas em práticas como mindfulness, meditação, yoga, musicoterapia e arteterapia podem contribuir para a redução dos níveis de estresse e ansiedade, favorecer a autorregulação emocional, ampliar a capacidade de atenção e concentração, além de melhorar as relações interpessoais entre os estudantes (KABAT-ZINN, 2017; ZINN, 2015; WEARE, 2018), esses benefícios são especialmente relevantes durante a infância, período marcado pelo desenvolvimento de competências socioemocionais essenciais para a formação integral da criança.

Sob a perspectiva histórico-cultural, o desenvolvimento humano ocorre por meio das interações sociais e das experiências vivenciadas pelos indivíduos em seus diferentes contextos. Para Vygotsky (2007), os aspectos afetivos e cognitivos são indissociáveis, sendo o ambiente escolar um espaço privilegiado para a construção de conhecimentos e para o desenvolvimento emocional.

Da mesma forma, Wallon (2007) destaca que emoção, afetividade e cognição constituem dimensões integradas do desenvolvimento infantil, reforçando a importância de práticas pedagógicas que considerem a criança em sua integralidade.

3

Dessa forma, discutir o uso das Terapias Integrativas como estratégia para a promoção do bem-estar emocional de alunos do Ensino Fundamental mostra-se relevante tanto no campo educacional quanto na promoção da saúde, a adoção de práticas integrativas pode contribuir para a construção de ambientes escolares mais acolhedores, favorecer a aprendizagem, fortalecer competências socioemocionais e promover uma educação comprometida com o desenvolvimento integral dos estudantes.

Este artigo tem como objetivo geral analisar as contribuições das Terapias Integrativas para a promoção do bem-estar emocional de alunos do Ensino Fundamental. Como objetivos específicos, busca compreender os fundamentos das Práticas Integrativas e Complementares, identificar seus possíveis benefícios para o desenvolvimento socioemocional das crianças e discutir as possibilidades e os desafios de sua utilização no contexto escolar.

Para alcançar tais objetivos, foi desenvolvida uma pesquisa qualitativa, de caráter descritivo, utilizando como procedimento metodológico a revisão bibliográfica, fundamentada em livros, artigos científicos e documentos oficiais relacionados à temática.

BEM ESTAR EMOCIONAL NA INFÂNCIA E NO CONTEXTO ESCOLAR

O bem-estar emocional na infância constitui um dos pilares para o desenvolvimento integral da criança, influenciando diretamente sua capacidade de aprender, estabelecer relações interpessoais, desenvolver habilidades sociais e enfrentar os desafios cotidianos. A literatura científica demonstra que as experiências vivenciadas durante a infância exercem impacto significativo sobre o desenvolvimento cognitivo, afetivo e social, tornando o ambiente escolar um espaço privilegiado para a promoção da saúde emocional e da qualidade de vida dos estudantes.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), a saúde mental deve ser compreendida como um estado de bem-estar no qual o indivíduo reconhece suas capacidades, consegue lidar com as tensões normais da vida, trabalhar de forma produtiva e contribuir para sua comunidade. Na infância, esse conceito está relacionado ao desenvolvimento de competências emocionais, sociais e comportamentais que favorecem a aprendizagem, a convivência e a formação da identidade.

A escola exerce papel essencial nesse processo, pois representa um ambiente de interação social, construção do conhecimento e desenvolvimento humano. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) enfatiza que a educação deve promover o desenvolvimento integral dos estudantes, contemplando não apenas os aspectos cognitivos, mas também as dimensões socioemocionais, éticas e cidadãs. Entre as dez competências gerais previstas pela BNCC, destacam-se o autoconhecimento, o autocuidado, a empatia, o diálogo, a cooperação e a responsabilidade, elementos diretamente relacionados ao bem-estar emocional das crianças (BRASIL, 2018).

Sob a perspectiva da psicologia histórico-cultural, o desenvolvimento infantil ocorre por meio das relações sociais e das experiências construídas em diferentes contextos culturais. Vygotsky (2007) afirma que a aprendizagem impulsiona o desenvolvimento humano e que os aspectos cognitivos e afetivos são indissociáveis. Para o autor, o ambiente escolar deve favorecer interações significativas capazes de promover tanto a aquisição de conhecimentos quanto o desenvolvimento das emoções, da autonomia e das habilidades sociais.

Nessa mesma direção, Henri Wallon (2007) compreende a afetividade como elemento central do desenvolvimento infantil. Para o autor, emoção, movimento e cognição constituem dimensões inseparáveis do desenvolvimento humano, influenciando diretamente a formação da personalidade e das relações sociais. Assim, práticas pedagógicas que valorizam o

acolhimento, o diálogo e a expressão emocional contribuem para um ambiente escolar mais saudável e favorecem o desenvolvimento integral da criança.

A teoria construtivista de Jean Piaget (1999) também evidencia que o desenvolvimento infantil ocorre de maneira progressiva, sendo influenciado pelas interações entre o sujeito e o meio. Embora Piaget concentre suas investigações nos aspectos cognitivos, reconhece que fatores afetivos e motivacionais interferem na aprendizagem, uma vez que a construção do conhecimento depende do interesse, da participação ativa e do equilíbrio emocional do estudante.

De acordo com Del Prette e Del Prette (2017), o desenvolvimento das habilidades sociais durante a infância favorece a construção de relações interpessoais saudáveis, reduz conflitos escolares e fortalece competências como empatia, cooperação, comunicação e resolução de problemas. Essas habilidades são fundamentais para a promoção do bem-estar emocional, uma vez que possibilitam às crianças lidar de maneira mais equilibrada com situações de estresse, frustração e convivência coletiva.

Estudos desenvolvidos por Bisquerra (2009) reforçam que a educação emocional deve integrar as práticas pedagógicas desde os primeiros anos escolares, permitindo que os estudantes aprendam a reconhecer, compreender e regular suas emoções. O autor destaca que programas voltados ao desenvolvimento das competências emocionais contribuem para a melhoria do clima escolar, para a prevenção da violência, para a redução da ansiedade e para o fortalecimento da autoestima.

Além dos aspectos educacionais, diversos estudos apontam que fatores como excesso de estímulos, mudanças familiares, dificuldades de aprendizagem, bullying, isolamento social e pressão por desempenho podem comprometer a saúde emocional das crianças. Nessa perspectiva, torna-se necessária a implementação de estratégias preventivas que favoreçam ambientes escolares acolhedores e promotores de saúde. Conforme a OMS (2022), ações voltadas ao fortalecimento da saúde mental na infância apresentam impactos positivos no desenvolvimento acadêmico, nas relações sociais e na qualidade de vida ao longo da vida.

Nesse contexto, o bem-estar emocional deve ser compreendido como uma responsabilidade compartilhada entre escola, família e sociedade. A construção de ambientes educativos pautados no respeito, na escuta, na valorização das emoções e no fortalecimento das competências socioemocionais favorece o desenvolvimento integral da criança e amplia suas possibilidades de aprendizagem. Assim, práticas que promovam o equilíbrio emocional e a

saúde mental tornam-se elementos fundamentais para uma educação comprometida com a formação humana, preparando os estudantes para enfrentar os desafios escolares e sociais de forma mais consciente, resiliente e saudável.

TERAPIAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) representam um conjunto de abordagens terapêuticas que buscam promover o cuidado integral do indivíduo, considerando as dimensões física, emocional, mental, social e espiritual. Essas práticas têm como princípio a valorização da prevenção de doenças, da promoção da saúde e do fortalecimento dos mecanismos naturais de recuperação do organismo, por meio de uma visão ampliada do processo saúde-doença.

No Brasil, sua institucionalização ocorreu com a criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), instituída pela Portaria nº 971, de 3 de maio de 2006, do Ministério da Saúde, que passou a incorporar inicialmente algumas terapias ao Sistema Único de Saúde (SUS), sendo posteriormente ampliada para contemplar outras práticas reconhecidas (BRASIL, 2006).

De acordo com o Ministério da Saúde (2015), as Práticas Integrativas e Complementares são fundamentadas em modelos de cuidado que priorizam a escuta acolhedora, o vínculo terapêutico, a humanização da assistência e a integração entre diferentes saberes, buscando promover a autonomia do indivíduo em relação à própria saúde. Nessa perspectiva, essas práticas complementam os tratamentos convencionais, não os substituindo, e são utilizadas de forma integrada, respeitando as necessidades e características de cada pessoa.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece a relevância das práticas tradicionais, complementares e integrativas para a promoção da saúde e recomenda que sua utilização ocorra com base em critérios de segurança, qualidade, eficácia e evidências científicas, respeitando as especificidades culturais de cada país (OMS, 2013). Conforme a Estratégia da OMS para Medicina Tradicional 2014–2023, a incorporação dessas práticas aos sistemas de saúde deve ser acompanhada de regulamentação, qualificação profissional e incentivo à produção de pesquisas que avaliem seus resultados.

Entre as práticas atualmente reconhecidas no âmbito da PNPIC destacam-se a meditação, a yoga, a arteterapia, a musicoterapia, a dança circular, a biodança, a aromaterapia, a terapia comunitária integrativa, a reflexoterapia, o Reiki, entre outras. Embora possuam

características e fundamentos distintos, essas abordagens compartilham o objetivo de favorecer o equilíbrio físico e emocional, fortalecer o autocuidado e contribuir para a melhoria da qualidade de vida (BRASIL, 2018).

No contexto educacional, o interesse pelas Práticas Integrativas e Complementares tem crescido em razão da necessidade de desenvolver estratégias que promovam o bem-estar emocional, a redução do estresse e o fortalecimento das competências socioemocionais dos estudantes. Pesquisas indicam que práticas como *mindfulness*, meditação, yoga e musicoterapia podem favorecer a atenção, a concentração, a autorregulação emocional e a convivência escolar, contribuindo para um ambiente mais acolhedor e propício ao processo de ensino e aprendizagem (WEARE, 2018; ZENNER; HERRNLEBEN-KURZ; WALACH, 2014).

Nesse sentido, Kabat-Zinn (2017), um dos principais pesquisadores da atenção plena (*mindfulness*), defende que o treinamento da consciência plena contribui para o desenvolvimento da capacidade de observar pensamentos e emoções sem julgamentos, favorecendo a redução do estresse e o fortalecimento do equilíbrio emocional. Para o autor, essa prática pode auxiliar crianças e adolescentes na construção de habilidades relacionadas ao autocontrole, à concentração e à resiliência diante das dificuldades cotidianas.

7

Além dos benefícios emocionais, as Práticas Integrativas dialogam com os princípios da educação integral propostos pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC), o documento estabelece que a formação dos estudantes deve contemplar aspectos cognitivos, físicos, sociais e emocionais, incentivando o desenvolvimento de competências como autoconhecimento, autocuidado, empatia, responsabilidade e cooperação (BRASIL, 2018), as ações voltadas à promoção do bem-estar emocional encontram respaldo nas diretrizes educacionais brasileiras, especialmente quando fundamentadas em práticas reconhecidas e sustentadas por evidências científicas.

É importante destacar que a adoção de Práticas Integrativas no ambiente escolar deve ocorrer de forma planejada, ética e interdisciplinar, considerando as características do público atendido e respeitando as competências dos profissionais envolvidos. Além disso, sua implementação deve estar fundamentada em estudos científicos que demonstrem sua efetividade, contribuindo para que essas práticas sejam utilizadas como estratégias complementares de promoção da saúde e do desenvolvimento integral dos estudantes.

Assim, as Práticas Integrativas e Complementares constituem uma possibilidade relevante para fortalecer ações de promoção da saúde no contexto escolar favorecerem o equilíbrio emocional, a qualidade das relações interpessoais e o desenvolvimento de competências socioemocionais, essas práticas podem contribuir para a construção de ambientes educativos mais humanizados, acolhedores e comprometidos com a formação integral das crianças.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza básica, com objetivo descritivo e procedimento técnico de revisão bibliográfica, buscando compreender as contribuições das Terapias Integrativas como estratégia para a promoção do bem-estar emocional de alunos do Ensino Fundamental. A abordagem qualitativa foi adotada por possibilitar a interpretação e a análise de fenômenos sociais e educacionais, considerando seus significados, relações e contextos, sem a utilização de procedimentos estatísticos como foco principal.

Segundo Gil (2019), a pesquisa bibliográfica é desenvolvida a partir de materiais já elaborados, como livros, artigos científicos, dissertações, teses e documentos oficiais, permitindo ao pesquisador aprofundar o conhecimento sobre determinado tema e construir fundamentação teórica consistente. Da mesma forma, Marconi e Lakatos (2022) afirmam que a pesquisa bibliográfica possibilita reunir diferentes perspectivas sobre um fenômeno, favorecendo análises críticas e a sistematização do conhecimento científico existente.

Quanto aos objetivos, esta pesquisa é classificada como descritiva, pois busca identificar, analisar e discutir as contribuições das Terapias Integrativas para o bem-estar emocional de estudantes do Ensino Fundamental, sem interferir ou manipular as variáveis estudadas. Conforme Gil (2019), a pesquisa descritiva tem como finalidade observar, registrar, analisar e interpretar fatos ou fenômenos, estabelecendo relações entre eles e contribuindo para sua compreensão.

Os dados utilizados foram obtidos por meio de levantamento bibliográfico em livros, artigos científicos publicados em periódicos nacionais e internacionais, dissertações, teses e documentos oficiais relacionados às Práticas Integrativas e Complementares (PICS), ao bem-estar emocional, à saúde mental infantil e ao contexto educacional. As buscas foram realizadas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Redalyc, Google

Acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed, considerando publicações em língua portuguesa e inglesa.

Para a seleção dos estudos, foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão. Como critérios de inclusão, selecionaram-se publicações disponíveis na íntegra, revisadas por pares, relacionadas às Terapias Integrativas reconhecidas em políticas públicas ou investigadas em pesquisas científicas, bem como estudos que abordassem saúde mental, desenvolvimento socioemocional e ambiente escolar. Foram excluídos materiais duplicados, estudos sem rigor metodológico, trabalhos que não apresentavam relação direta com o tema e publicações sem acesso ao texto completo.

A análise dos dados ocorreu por meio da análise de conteúdo, proposta por Bardin (2016), que consiste na organização, categorização, interpretação e inferência das informações presentes nos documentos selecionados. Esse procedimento permitiu identificar categorias temáticas relacionadas aos benefícios das Terapias Integrativas para a promoção do bem-estar emocional, à contribuição dessas práticas para o desenvolvimento das competências socioemocionais e às possibilidades de aplicação no contexto escolar.

No desenvolvimento da pesquisa, foram observados os princípios éticos da produção científica, com respeito aos direitos autorais, à correta citação das fontes consultadas e à fidedignidade das informações apresentadas. Por tratar-se de uma pesquisa exclusivamente bibliográfica, baseada em materiais já publicados, não houve envolvimento direto de seres humanos, dispensando, portanto, a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme as diretrizes da Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

Dessa forma, a metodologia adotada possibilitou reunir e analisar evidências científicas acerca do uso das Terapias Integrativas como estratégia complementar para a promoção do bem-estar emocional de alunos do Ensino Fundamental, contribuindo para ampliar a compreensão sobre suas potencialidades e desafios no contexto educacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo analisar as contribuições das Terapias Integrativas como estratégia para a promoção do bem-estar emocional de alunos do Ensino Fundamental, considerando as evidências disponíveis na literatura científica e os princípios da educação integral. A pesquisa possibilitou compreender que o desenvolvimento emocional constitui um elemento essencial para o processo de ensino e aprendizagem, influenciando

diretamente aspectos como atenção, motivação, autoestima, relacionamento interpessoal, desempenho acadêmico e qualidade de vida dos estudantes.

A revisão bibliográfica evidenciou que o ambiente escolar desempenha papel fundamental na promoção da saúde mental infantil, tornando-se um espaço propício para a implementação de ações preventivas e educativas que favoreçam o desenvolvimento das competências socioemocionais. Nesse contexto, observou-se que práticas integrativas reconhecidas, como *mindfulness*, meditação, yoga, musicoterapia e arteterapia, têm sido investigadas em estudos científicos e apresentam potencial para contribuir com a redução do estresse e da ansiedade, o fortalecimento da autorregulação emocional, a melhoria da concentração e o aprimoramento das relações interpessoais no ambiente escolar.

Os resultados da pesquisa também demonstraram que a utilização dessas práticas deve ocorrer de forma complementar às ações pedagógicas e às políticas de promoção da saúde, respeitando as especificidades de cada contexto escolar, a faixa etária dos estudantes e a formação dos profissionais responsáveis por sua aplicação. Além disso, verificou-se a importância de fundamentar sua utilização em evidências científicas e em práticas reconhecidas pelas políticas públicas de saúde e educação, garantindo segurança, ética e efetividade nas intervenções desenvolvidas.

10

Outro aspecto relevante identificado refere-se à necessidade de fortalecer a integração entre escola, família e serviços de saúde, favorecendo a construção de ambientes educativos mais acolhedores, humanizados e comprometidos com o desenvolvimento integral da criança. A promoção do bem-estar emocional não deve ser compreendida como responsabilidade exclusiva da escola, mas como resultado de ações articuladas entre diferentes setores da sociedade, capazes de oferecer suporte ao desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e social dos estudantes.

A literatura apresente resultados promissores sobre o uso de determinadas Práticas Integrativas e Complementares no contexto educacional, também evidencia a necessidade de ampliar a produção científica nessa área, especialmente por meio de pesquisas de campo, estudos longitudinais e ensaios controlados que avaliem seus impactos em diferentes realidades escolares. O fortalecimento dessas investigações poderá subsidiar práticas pedagógicas mais fundamentadas e orientar gestores e educadores na adoção de estratégias voltadas à promoção da saúde emocional dos estudantes.

Conclui-se que as Terapias Integrativas, quando utilizadas de maneira planejada, ética e respaldada por evidências científicas, podem constituir uma estratégia complementar relevante para a promoção do bem-estar emocional de alunos do Ensino Fundamental. Sua integração às práticas educativas pode favorecer o desenvolvimento das competências socioemocionais, fortalecer a cultura do cuidado e contribuir para uma educação que considere o estudante em sua integralidade, promovendo não apenas a aprendizagem acadêmica, mas também a formação de indivíduos mais conscientes, resilientes, saudáveis e preparados para os desafios da vida em sociedade.

REFERÊNCIAS

- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.
- BISQUERRA, Rafael. **Educação emocional e bem-estar**. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016**. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Brasília: CNS, 2016.
- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília: Presidência da República, 1988.
- BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Brasília: MEC, 1996.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares (PICS): quais são e para que servem**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2018.
- DEL PRETTE, Zilda A. P.; DEL PRETTE, Almir. **Competência social e habilidades sociais: manual teórico-prático**. Petrópolis: Vozes, 2017.
- GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.
- KABAT-ZINN, Jon. **Viver a catástrofe total**. São Paulo: Palas Athena, 2017.
- MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 9. ed. São Paulo: Atlas, 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **WHO Traditional Medicine Strategy: 2014–2023**. Genebra: World Health Organization, 2013.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All**. Genebra: OMS, 2022.

PIAGET, Jean. **Seis estudos de Psicologia**. 24. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1999.

VYGOTSKY, Lev S. **A formação social da mente**. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

WALLON, Henri. **A evolução psicológica da criança**. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

WEARE, Katherine. **Promoting Mental, Emotional and Social Health: A Whole School Approach**. London: Routledge, 2018.

ZENNER, Charlotte; HERRNLEBEN-KURZ, Susanne; WALACH, Harald. Mindfulness-based interventions in schools: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, v. 5, p. 603, 2014.