



XXVIII ENFERMAIO

Repercussões das mudanças climáticas no mundo e sua influência na saúde

REALIZAÇÃO:



APOIO:



A INFLUÊNCIA DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA PROMOÇÃO DA SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL DE GESTANTES

Atalia Keren dos Santos Souza¹

Vivian Magalhães de Sousa²

Luana Arruda Soares³

Yasmin da Silva Ferreira⁴

Fernanda Maria Carvalho Fontenele⁵

Ana Patrícia Pereira Morais⁶

TRABALHO PARA PRÊMIO: GRADUAÇÃO - EIXO 4.1.3: ENFERMAGEM EM SAÚDE DA MULHER E SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE

RESUMO

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) são terapias não invasivas que possibilitam uma diversificação no tratamento. A procura por esse método aumentou entre gestantes por ser uma técnica branda e não basear-se prioritariamente no uso de medicamentos. **Objetivo:** Averiguar na literatura científica pesquisas sobre a influência das atividades integrativas e complementares na promoção da saúde física e emocional das gestantes. **Metodologia:** Trata-se de um estudo qualitativo, do tipo revisão narrativa de literatura. A bibliografia deu-se a partir das bases de dados: SciELO, MEDLINE, via BVS e da plataforma Google Acadêmico, utilizando os descritores “Terapias Complementares”, “Gravidez” e “Saúde”, resultando em 47 estudos para leitura simples, sendo desses selecionados 10 para serem lidos integralmente. Após isso, oito foram incluídos nesse estudo, pois os títulos e resumos respondiam a pergunta norteadora. **Resultados e discussão:** A aplicação dessas terapias traz benefícios para o bem-estar do binômio mãe-bebê, que pode aplicá-las nos diferentes contextos do cuidado. A inclusão das PICS no tratamento das gestantes deve ser incentivada pelos enfermeiros, divulgando o conhecimento acerca dos benefícios desses tratamentos. **Conclusão:** A utilização das PICS nas práticas assistenciais contribui para a transformação do modelo tradicional de cuidado, fortalecendo a humanização e ampliando as possibilidades terapêuticas às gestantes.

Palavras-chave: Terapias Complementares; gravidez; saúde

1. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE)

2. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE)

3. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE)

4. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará (UECE)

5. Doutora em Saúde Coletiva. Universidade Estadual do Ceará (UECE)

6. Pós-doutora em Saúde Coletiva. Docente da Universidade Estadual do Ceará (UECE)

E-mail do autor: atalia.santos@aluno.uece.br

INTRODUÇÃO

Durante o período gestacional, o corpo apresenta níveis elevados de hormônios, além de disfunções posturais, insônia ou estresse, e algumas gestantes podem apresentar alterações emocionais que acarretam em ansiedade, e até mesmo em depressão. Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) durante e após a gestação, podem auxiliar no tratamento de sintomas físicos, como dor pós-cesariana, da dor lombar, e também queixas como ansiedade e depressão. A procura por esse método aumentou, principalmente entre mulheres grávidas, por ser uma técnica menos invasiva e não basear-se prioritariamente no uso de medicamentos (Silva *et al.*, 2022).

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) são caracterizadas como terapias não invasivas, possibilitando uma diversificação no tratamento. AS PICs foram inseridas ao Sistema Único de Saúde (SUS) através da implantação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), mediante a Portaria GM/MS nº 971, de 03 de maio de 2006. Além disso, em 2017, a política foi ampliada, garantindo ao usuário do sistema público de saúde terapias como Acupuntura, Biodança, Meditação, Musicoterapia, Reiki, Ioga, entre outras (Takeshita *et al.*, 2021).

Assim, as PICs podem surgir como fatores protetores, restauradores, ou de alívio de sinais e sintomas que surgem no ciclo gravídico-puerperal, promovendo a qualidade de vida da mulher tanto na atenção primária à saúde como no atendimento hospitalar. Ademais, é observado que, ao utilizar a PIC, o profissional estimula em seu cliente o mecanismo natural de prevenção de agravos e promoção da saúde, mediadas por tecnologias eficazes e seguras, e enfatizando uma escuta acolhedora e o desenvolvimento do vínculo terapêutico (Treptow *et al.*, 2024; Takeshita *et al.*, 2021).

Portanto, o objetivo do presente estudo é averiguar na literatura científica pesquisas sobre o impacto das atividades integrativas e complementares na promoção da saúde física e emocional das gestantes.

MÉTODO

Trata-se de um estudo qualitativo, do tipo revisão narrativa de literatura, acerca do impacto das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) na promoção da saúde física e

emocional de gestantes. Esse estudo surgiu a partir da literatura pertinente e das discussões realizadas em um projeto de extensão de uma universidade do Ceará que aborda temas relacionados à Saúde da Mulher na perspectiva do ciclo gravídico-puerperal e fim de responder a pergunta norteadora “Como as PICS podem influenciar na promoção da saúde física e emocional de gestantes?”

O levantamento bibliográfico se deu a partir da busca pelos estudos nas bases de dados Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) via Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), e através da plataforma online Google Acadêmico, utilizando os descritores controlados “Terapias Complementares”, “Gravidez” e “Saúde” intercalados pelo operador booleano “AND”. Foram incluídos estudos nos idiomas português, inglês e espanhol; excluídos anais, editoriais, teses e dissertações e, ainda, houve recorte temporal de cinco anos. A partir disso, a busca resultou em 47 estudos para leitura dos títulos e resumos, dos quais 10 foram selecionados para serem lidos na íntegra e somente oito incluídos nesse estudo, pois respondiam a pergunta norteadora.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As práticas integrativas e complementares configuram-se em abordagem promissora para promover um cuidado integral. Essas práticas são especialmente relevantes no cuidado pré-natal, parto e puerpério, em consonância com as políticas públicas do Brasil e com a prática avançada em enfermagem, que busca fornecer cuidados de qualidade e atender às necessidades complexas dos usuários de saúde (Guanabens, 2023). Dessa forma, quando elas são incorporadas durante essas fases da mulher, agregam valor à assistência prestada e contribuem para a humanização do parto e o empoderamento da mulher.

Nos artigos selecionados, evidencia que a aplicação de terapias complementares traz benefícios para o bem-estar da mãe e do filho, sendo esta uma oportunidade valiosa para os profissionais de enfermagem, que podem aplicá-las nos diferentes contextos onde o cuidado é prestado. Embora haja literatura onde são encontrados benefícios para o binômio, é necessário que os profissionais reconheçam essas terapias para poderem aplicá-las nos diferentes cenários de cuidado (Pietro; Gil; Madrid; 2020).

De acordo com Souza *et al.* (2022), a revisão realizada pelos autores permitiu reconhecer que as práticas integrativas e complementares em saúde são uma abordagem segura e eficaz para serem utilizadas no pré-natal de alto risco, na qual essas práticas

demonstraram trazer benefícios significativos na prevenção de complicações e na promoção da saúde das gestantes. Nesse contexto, além de atuarem como terapias principais, servem também como terapias complementares, pois contribuem para o bem-estar físico e emocional da mulher. Além disso, as práticas Integrativas e Complementares (PICS) contribuem positivamente, trazendo inúmeras vantagens como a diminuição da dor, ansiedade, reforçando a importância da mulher se tornar dona dessa fase, tendo consciência da capacidade do seu corpo, autonomia e liberdade sobre ele. Fazendo com que a mulher desenvolva autoestima e autocuidado, mostrando que ela pode ser protagonista (Volpatto *et al.*, 2022).

De acordo com Costa *et al.* (2022), a acupuntura tem sido utilizada como método eficaz para aliviar queixas de náuseas, vômitos, enxaqueca, depressão e de dor lombar na gestação, além de demonstrar eficácia comprovada no alívio da dor durante o parto. É uma técnica segura e com bom custo-benefício, que pode ser feita pelo enfermeiro de forma isolada ou aliada a outros recursos terapêuticos na consulta de pré-natal. Assim, o uso dessa PIC contribui como forma de promover o relaxamento e o controle emocional da gestante, atuando na prevenção de complicações relacionadas ao estresse gestacional que podem acometer o binômio mãe e filho em curto e longo prazo.

Durante a gravidez, as mulheres apresentam elevados níveis de sofrimento psicológico, advindo dos riscos obstétricos que estão envolvidos na evolução de uma gestação, colocando a mulher em um estado de susceptibilidade à ansiedade e outros transtornos associados (Oliveira *et al.*, 2023). Em um dos artigos selecionados, Silva *et al.* (2020), realizou um estudo que avaliou os efeitos da auriculoterapia nos níveis de ansiedade em gestantes atendidas em pré-natal de baixo risco, evidenciou que os efeitos da auriculoterapia são eficazes como intervenção para redução significativa nos níveis de ansiedade de gestantes.

Além disso, para mulheres grávidas, a música pode desempenhar um papel muito importante, a abordagem da musicoterapia melhora a qualidade da gravidez, do parto e do nascimento, reduzindo a ansiedade materna e o estresse neonatal. Esta terapia ajuda a reduzir a dor sentida pela mãe durante as contrações do parto e o parto em si (Pietro, Gil, Madrid, 2020). Dessa forma, a música como uma prática complementar possui um grande influência na gestação e parto, pois estas mulheres conseguem experimentar sensações de tranquilidade, segurança e calma, com alívio da dor e controle das contrações, além do efeito calmante no recém-nascido. Diante disso, várias outras alternativas de práticas integrativas e

complementares também são utilizadas, como yoga, aromaterapia, fitoterapia, massoterapia, todas elas têm demonstrado aliviar os sintomas comuns da gravidez, reduzir a ansiedade e o estresse e promover o bem-estar nas gestantes. Estas práticas não só melhoram a saúde da mãe e do feto, mas também contribuem para uma experiência de gravidez e parto mais positiva.

Contudo, a inclusão das PICS no tratamento das gestantes deve ser incentivada e amplamente divulgada para que tanto pelos enfermeiros como pela equipe multidisciplinar de saúde quanto as gestantes tenham conhecimento dos benefícios desses tratamentos. Esta abordagem integrada pode levar a uma gravidez mais tranquila e saudável e preparar melhor as mulheres para o parto e o período pós-parto e contribuir para um ciclo gestacional mais harmonioso e indolor (Franzen *et al.*, 2023).

CONCLUSÃO

Diante do exposto, evidencia-se que as Práticas Integrativas e Complementares (PICS) desempenham um papel fundamental na assistência à gestante, oferecendo uma abordagem segura, eficaz e alinhada com a humanização do cuidado. A adoção dessas terapias durante o pré-natal, parto e puerpério possibilita benefícios significativos para a saúde física e psicológica da mulher, promovendo alívio da dor, redução da ansiedade e fortalecimento da autonomia feminina. Além disso, essas terapias têm demonstrado ser eficazes na prevenção de complicações obstétricas e na promoção do bem-estar do binômio mãe-filho, tornando-se, assim, um recurso valioso para a enfermagem e demais profissionais de saúde.

Nesse contexto, torna-se essencial que os profissionais de enfermagem implementem nos diversos cenários de assistência, promovendo um atendimento baseado em evidências científicas e no respeito à individualidade da mulher. A utilização das PICS nas práticas assistenciais contribui para a transformação do modelo tradicional de cuidado, fortalecendo a humanização e ampliando as possibilidades terapêuticas disponíveis às gestantes.

Portanto, incentivar a aplicação das PICS no cuidado obstétrico não apenas enriquece a qualidade da assistência prestada, mas também favorece uma experiência gestacional mais tranquila e harmoniosa. Dessa forma, é importante que haja maior disseminação de informações e capacitação dos profissionais de saúde, garantindo que essas práticas sejam reconhecidas e amplamente utilizadas, beneficiando assim um número crescente de mulheres ao longo do ciclo gravídico-puerperal.

REFERÊNCIAS

GUANABENS C. D. O. , Práticas integrativas e complementares durante o período gestacional: o cuidado baseado em forças, Belo Horizonte; s.n; 2023. 135 p. Disponível em:<https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/61377>. Acesso em: 30 de março de 2025

COSTA N. , MARTINS E. S, PINHEIRO A. K. B, SOARES P. R. A. L, AQUINO P. S, CASTRO R. C. M. B. Acupuncture for perceived stress in pregnant women: an intervention study. **Rev Esc Enferm USP.** 2022. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0233en>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/d9K9wpHhY4wJ8H4WX6XH75k/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 30 de março de 2025.

OLIVEIRA; C. B. S.; VARELA, F. F. A.; GOMES, G. E. R.; DANTAS, J. T. S.; SILVA, A. S.; BATISTA, G. S.; COSTA, P. A , Práticas integrativas e complementares em saúde e sua utilização durante a gestação: uma revisão integrativa, **Revista Cereus**, 2023, Vol. 15 N. 4. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Caio-Bismarck-Silva-De-Oliveira/publication/377259688_Praticas_integrativas_e_complementares_em_saude_e_sua_utilizacao_durante_a_gestacao_uma_revisao_integrativa/links/659d425e3c472d2e8ec1b953/Praticas-integrativas-e-complementares-em-saude-e-sua-utilizacao-durante-a-gestacao-uma-revisao-integrativa.pdf. Acesso em: 30 de março de 2025.

PIETRO, B. B. M.; GIL, S. J. C.; MADRID, S. D. C. Terapias complementarias durante la gestación y parto. revisión integrativa. **Revista Cuidarte.** 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.1056>. Disponível em: <https://revistacuidarte.udes.edu.co/index.php/cuidarte/article/view/1056/1529>. Acesso em: 30 de março de 2025.

SILVA, H. L., ALMEIDA M. V, DINIZ J.S, LEITE F.M, MOURA M.A , BRINGUENTE M.E.E feitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, n. 12, p. 128–139, 2020. Disponível em:<https://www.scielo.br/j/ape/a/sxLkrWC7BXTJfyDjW8rxvTp/#:~:text=Conclus%C3%A3o%20A%20auriculoterapia%20pode%20ajudar,acupunturista%20relevante%20import%C3%A2ncia%20nesse%20processo>. Acesso em: 30 de março de 2025.

SOUZA, L., SANTOS. N. M., NEGREIRO S. S., MOURA N. H. H., GIRARD S., C. C., DIAS P. C. , P. V. v.25, n.293, p.8842-8853, 2022. Utilização das práticas integrativas e complementares em saúde no pré-natal de alto risco: Revisão integrativa. **Nursing Edição Brasileira**, 25(293), 8842–8853. <https://doi.org/10.36489/nursing.2022v25i293p8842-8853>. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/2800/3400>. Acesso em: 30 de março de 2025.

VOLPATTO D. ALEXANDRE L. A. ; GETELINA C. O.; PRESTES M. Benefícios das Práticas Integrativas Complementares (PICs) no trabalho de parto, *Research, Society and Development*, v. 11, n. 5, e53311528583, 2022 (CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i5.2330149>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/28583/24885/330149>. Acesso em: 30 de março de 2025.

FRANZEN F.F, SARAIVA M.S, ELIAS T.G, RIBEIRO P.R. A ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO OBSTETRA COM PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA GESTAÇÃO: UMA REVISÃO DE LITERATURA, XXVII Encontro Latino Americano de Iniciação Científica, XXIII Encontro Latino Americano de Pós-Graduação e XIII Encontro de Iniciação à Docência - Universidade do Vale do Paraíba – 2023 DOI: <https://dx.doi.org/10.18066/inicxxxx>. Disponível em: https://www.inicepg.univap.br/cd/INIC_2024/anais/arquivos/0660_0207_01.pdf. Acesso em: 30 de março de 2025.

SILVA, M. C. G. *et al.* Contributions of Integrative and Complementary Practices in pregnancy: a literature review. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 11, n. 9, p. e2211930799, 2022. DOI: [10.33448/rsd-v11i9.30799](https://doi.org/10.33448/rsd-v11i9.30799). Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/30799>. Acesso em: 1 apr. 2025.

TAKESHITA, I. M. *et al.* A implementação das práticas integrativas e complementares no SUS: revisão integrativa / The implementation of integrative and complementary practices in SUS: an integrative review. *Brazilian Journal of Health Review*, [S. l.], v. 4, n. 2, p. 7848–7861, 2021. DOI: [10.34119/bjhrv4n2-319](https://doi.org/10.34119/bjhrv4n2-319). Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/27942>. Acesso em: 2 apr. 2025.

TREPTOW, V. P. *et al.* PRÁTICAS INTEGRATIVAS E UTILIZADAS NA ASSISTÊNCIA À MULHER NA GESTAÇÃO, PARTO E PUERPÉRIO. *Saúde da Mulher e do Recém-Nascido: novos paradigmas*, p. 185–197, 2023. DOI: [10.37885/240316169](https://doi.org/10.37885/240316169). Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/240316169.pdf>. Acesso em: 1 de abril de 2025