

Práticas integrativas e complementares em saúde e sua utilização durante a gestação: uma revisão integrativa

Integrative and complementary practices in health and their use during pregnancy: an integrative review

Caio Bismarck Silva de Oliveira¹, Fernanda Félix de Araújo Varela², Gerlane Eduarda Ribeiro Gomes³, Jucielly Thais da Silva Dantas⁴, Alex dos Santos Silva⁵, Graziela Silva Batista⁶, Patrício de Almeida Costa⁷

RESUMO

As práticas integrativas e complementares em saúde são tratamentos que utilizam recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, voltados para prevenir doenças, tratar sintomas e ofertar uma melhor qualidade de vida. Objetivou-se descrever, através da literatura, os benefícios das práticas integrativas e complementares em saúde durante a gestação. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada em maio de 2023, utilizando-se os DeCS “Gravidez”, “Terapias Complementares” e “Cuidado Pré-Natal”. A busca foi realizada a dupla cego pelos pesquisadores, nas seguintes bases de dados: MEDLINE, LILACS, BDNF, SciELO, EMBASE, Scopus, Web of Science, PsycINFO e CINAHL. Ao final, 27 artigos foram selecionados e compuseram a amostra do estudo. Foram elencadas duas categorias temáticas: Conhecimento e utilização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde autorreferidos por gestantes; e Benefícios das Práticas Integrativas e Complementares na assistência às gestantes por profissionais de saúde. As PICS mais prevalentes foram a massoterapia, acupuntura, yoga, fitoterapia, quiropraxia, reflexologia, aromaterapia, acupressão, naturopatia e osteopatia. Conclusão: durante o pré-natal surge a importância de o profissional de saúde reconhecer as PICS como possibilidade de terapia alternativa que auxilie no cuidado à gestante, já que a mesma passará por diversas fases durante sua gravidez até o momento do parto.

Palavras-chave: Gestação. Práticas de Saúde Complementares e Integrativas. Cuidado Pré-Natal. Saúde Materna. Bem-Estar Materno.

ABSTRACT

Integrative and complementary practices in health are treatments that use therapeutic resources based on traditional knowledge, aimed at preventing diseases, treating symptoms, and offering a better quality of life. The objective was to describe, through the literature, the benefits of integrative and complementary health practices during pregnancy. This is an integrative literature review, carried out in May 2023, using the DeCS “Pregnancy”, “Complementary Therapies” and “Prenatal Care”. The search was performed double blind by the researchers in the following databases: MEDLINE, LILACS, BDNF, SciELO, EMBASE, Scopus, Web of Science, PsycINFO and CINAHL. At the end, 27 articles were selected and made up the study sample. Two thematic categories were listed: Knowledge and use of Integrative and Complementary Health Practices self-reported by pregnant women; and Benefits of Integrative and Complementary Practices in the assistance to pregnant women by health professionals. The most prevalent ICPH were massage therapy, acupuncture, yoga, herbal medicine, chiropractic, reflexology, aromatherapy, acupressure, naturopathy, and osteopathy. Conclusion: during the prenatal period, it is important for the health professional to recognize the ICPH as a possibility of alternative therapy that helps in the care of the pregnant woman, since she will go through several phases during her pregnancy until the moment of delivery.

Keywords: Pregnancy. Complementary Therapies. Prenatal Care. Maternal Health. Maternal Welfare.

¹ Enfermeiro pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cuité, Paraíba, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3033-6595>.

E-mail:

caio_bismarck123@hotmail.com

² Enfermeira pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cuité, Paraíba, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6550-9113>.

³ Enfermeira pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cuité, Paraíba, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7804-8077>.

⁴ Enfermeira pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cuité, Paraíba, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2799-5461>.

⁵ Enfermeiro pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cuité, Paraíba, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6986-3635>.

⁶ Enfermeira pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cuité, Paraíba, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5089-5509>.

⁷ Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Santa Cruz, Rio Grande do Norte, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1111-7733>.

1. INTRODUÇÃO

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) foi instituída no Sistema Único de Saúde (SUS) em 2006, após deliberação do Conselho Nacional de Saúde, que aprovou por unanimidade o documento que regulamenta e dá embasamento legal para seu desenvolvimento nos serviços em todo o território nacional (Brasil, 2006). As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são métodos de tratamento que utilizam de recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, buscando estimular mecanismos naturais para a prevenção, recuperação e promoção à saúde (Pereira; Souza; Schweitzer, 2022). Evidências científicas mostram os benefícios da terapia integrando entre os cuidados medicamentosos e as PICS. Além disso, há cada vez mais profissionais formados e qualificados para sua utilização, assim como a compreensão dos saberes tradicionais também têm aumentado (Telesi Júnior, 2016).

Historicamente as PICS existem no mundo há milhares de anos, sendo utilizadas como forma de manter ou recuperar a saúde. O Brasil é referência mundial na área de PICS na atenção básica, que disponibiliza 29 modalidades totalmente gratuitas e integradas ao SUS, dentre as quais estão: medicina tradicional chinesa, acupuntura, plantas medicinais e fitoterapia, naturopatia, homeopatia, arteterapia, dança circular, biodança, terapia comunitária integrativa, meditação, musicoterapia, osteopatia, reflexoterapia, quiropraxia, yoga, reiki, shantala, apiterapia e aromaterapia (Brasil, 2015). Essas práticas, ao mesmo tempo em que auxiliam na recuperação e na promoção da saúde, servem de instrumentos para a promoção de princípios fundamentais da saúde pública como universalidade, responsabilização, acessibilidade, integralidade da atenção, vínculo, continuidade do cuidado, equidade, humanização e participação social (Silveira; Rocha, 2020).

Nesse contexto, a assistência obstétrica e neonatal deve integralizar os princípios supramencionados, garantindo qualidade e humanidade como características básicas do cuidado, sendo de responsabilidade dos profissionais de saúde e serviços a promoção de um acolhimento com dignidade às mulheres antes, durante e após a gravidez (Silva *et al.*, 2016). O atendimento de qualidade e humanizado depende da disponibilização dos recursos necessários, organização de procedimentos rotineiros, comprovadamente benéficos, evitando intervenções desnecessárias, estabelecendo relações baseadas em princípios éticos, garantindo privacidade e autonomia, e compartilhando informações relevantes com a mulher e seus familiares (Brasil, 2005).

A gestação é um período marcado por mudanças: na percepção da imagem corporal, declínio nos níveis de energia, presença de sintomas e desconforto físico, novos papéis sociais, qualidade do relacionamento, mudanças de humor, necessidade de uma nova adaptação física, emoções, existencial, sexual, que podem ser percebidos pela gestante, assim como pelo seu companheiro (Gandolfi *et al.*, 2019). Assim, se faz necessário o (re)conhecimento dessas mudanças inerentes a gravidez, já que muitas vezes não é necessária a abordagem farmacológica, e sim de orientações e a utilização das PICS (Fernandes *et al.*, 2021). Nessa perspectiva, as PICS vêm ao encontro do que se preconiza para o momento do cuidado pré-natal, podendo ser ferramentas congruentes e importantes nesse período (Ferreira *et al.*, 2021).

Diante do exposto, por entender que as PICS podem auxiliar numa melhor qualidade de vida materno-infantil, nota-se a importância dessas práticas na saúde da mulher, principalmente no pré-natal, já que se mostram eficazes na prevenção do adoecimento e promoção à saúde. Além disso, as PICS por serem métodos não invasivos, muitas vezes substituem técnicas desnecessárias e invasivas, proporcionando o bem-estar. Vale salientar que os conhecimentos científicos devem estar entrelaçados com o profissional nas realizações dessas práticas, pois cada gestante tem suas particularidades. Portanto, objetivou-se descrever, através da literatura, os benefícios das práticas integrativas e complementares em saúde durante a gestação.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada em maio de 2023. A revisão integrativa da literatura é um método que tem por finalidade sintetizar resultados de estudos publicados sobre determinado tema ou questão, de maneira sistemática, ordenada e abrangente (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

Para realização deste estudo foram seguidas algumas etapas, a saber: I) identificação do tema e formulação da questão de pesquisa para a elaboração da revisão integrativa; II) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão; III) levantamento bibliográfico por meio de buscas nas bases de dados; IV) leitura de títulos, resumos e texto completo pelos pesquisadores; V) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; VI) interpretação dos resultados; e VII) apresentação da revisão/síntese do conhecimento (Sousa *et al.*, 2017).

Para elaboração da pergunta de pesquisa, utilizou-se a estratégia PICO (Cardoso *et al.*, 2019), onde: (P) população; (I) intervenção; (Co) contexto. Desse modo, originou-se a seguinte questão de pesquisa: “Quais práticas integrativas e complementares em saúde têm sido empregados na assistência à saúde de mulheres grávidas durante o pré-natal?”.

Sequencialmente realizou-se a consulta de palavras nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MeSH) para realizar a busca por estudos nas bases de dados, assim como os operadores booleanos “AND”, gerando a seguinte chave de busca: (Gravidez) AND (Terapias Complementares) AND (Cuidado Pré-Natal), em português, e (Pregnancy) AND (Complementary Therapies) AND (Prenatal Care), em inglês.

Para seguimento das etapas da revisão integrativa, realizou-se por meio de busca pareada as consultas nas bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE); *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS), Banco de Dados em Enfermagem (BDENF), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), *Excerpta Medica Database* (EMBASE), Scopus, *Web of Science*, PsycINFO e *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (CINAHL).

Foram incluídos aqueles estudos com texto completos, publicados entre 2012 e 2023, espaço temporal que permite fornecer descobertas científicas atualizadas e as tendências dos últimos anos. Ainda foram incluídos os estudos que possuíam relação com a temática, nas bases de dados supracitadas, nos idiomas português e inglês. Excluíram-se os artigos duplicados, por meio do *software* Zotero; os que não respondiam à questão de pesquisa; e outros estudos de revisão. A Figura 1 traz o fluxograma das etapas de busca e seleção dos artigos.

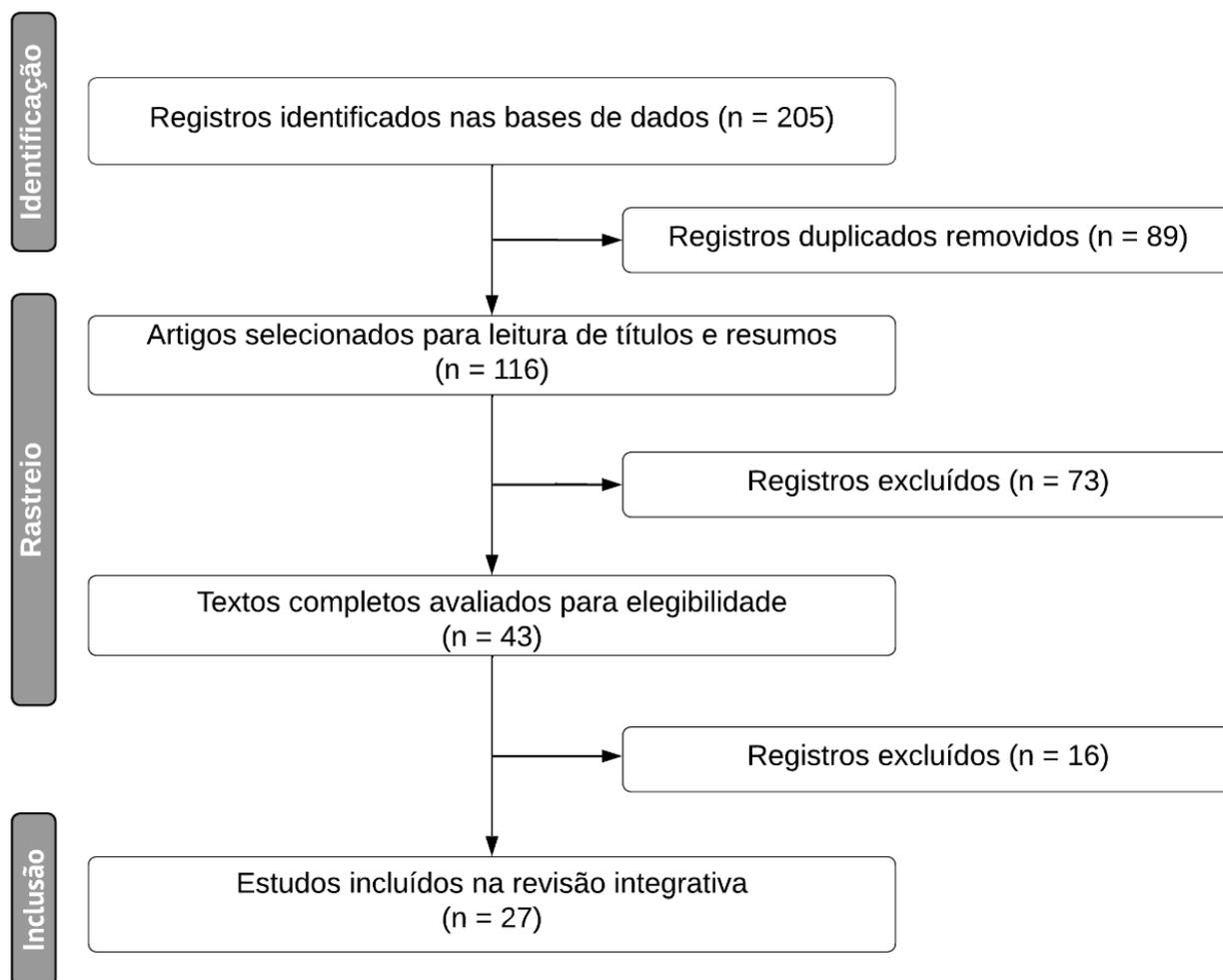


Figura 1. Fluxograma das etapas da busca e seleção dos estudos.

Foram registrados 205 artigos nas bases de dados, onde inicialmente 89 foram excluídos por duplicação, restando 116 estudos. Foram lidos títulos e resumos para avaliar sua elegibilidade, e destes, 73 foram excluídos por não responderem ao objetivo da revisão integrativa. Após leitura de títulos e resumos e avaliação da elegibilidade, 43 foram selecionados e lidos na íntegra. Destes, 16 não responderam ao objetivo da pesquisa e foram excluídos, restando 27, que foram incluídos.

3. RESULTADOS

O *corpus* desta revisão integrativa é composto por 27 estudos, que foram selecionados após avaliação minuciosa pelos pesquisadores. No Quadro 1 é apresentada a caracterização dos artigos selecionados, de acordo com as variáveis nº do artigo, título

do artigo, autores, ano de publicação, país de realização do estudo, idioma e PICS identificadas nos estudos.

Quadro 1. Caracterização dos estudos selecionados para composição da revisão integrativa, de acordo com o nº do artigo, título, autores, ano, país, idioma e PICS utilizada.

Nº do artigo	Título	Autores	Ano	País	Idioma	PICS
A1	A pilot randomised controlled trial exploring the effects of antenatal reflexology on labour outcomes	McCullough <i>et al.</i>	2017	Irlanda do Norte	Inglês	Reflexologia
A2	'Acupuncture for antenatal depression: It's worth giving it a go' — A qualitative study	Ormsby <i>et al.</i>	2018	Austrália	Inglês	Acupuntura
A3	Association of Complementary and Alternative Therapies With Mental Health Outcomes in Pregnant Women Living in a Postdisaster Recovery Environment	Mendoza <i>et al.</i>	2016	Estados Unidos	Inglês	Musicoterapia Massoterapia Aromaterapia
A4	Birth preparation acupuncture for normalising birth: An analysis of NHS service routine data and proof of concept	Lokugamage <i>et al.</i>	2020	Reino Unido	Inglês	Acupuntura
A5	Complementary therapies for labour and birth study: a randomised controlled trial of antenatal integrative medicine for pain management in labour	Levett <i>et al.</i>	2016a	Austrália	Inglês	Yoga Massoterapia Acupressão
A6	Complementary therapy and alternative medicine: effects on induction of labour and pregnancy outcome in low risk post-dates women	Koh <i>et al.</i>	2019	Reino Unido	Inglês	Reflexologia Aromaterapia Acupressão Massoterapia
A7	Determinants of Women Consulting with a Complementary and Alternative Medicine Practitioner for Pregnancy-Related Health Conditions	Steel <i>et al.</i>	2014	Austrália	Inglês	Quiropraxia Acupuntura Naturopatia Massoterapia
A8	Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco	Silva <i>et al.</i>	2020	Brasil	Português	Auriculoterapia
A9	A aceitação da medicina alternativa complementar por gestantes com diabetes	Ferraz <i>et al.</i>	2019	Brasil	Português	Reiki
A10	The effects of music listening on psychosocial stress and maternal-fetal attachment during pregnancy	Chang <i>et al.</i>	2015	China	Inglês	Musicoterapia
A11	Herbal medicines use during pregnancy in Sierra Leone: An exploratory cross-sectional study	James <i>et al.</i>	2018	Serra Leoa	Inglês	Fitoterapia
A12	Experiences of pregnant women receiving osteopathic care	Sheraton; Streckfuss; Grace	2018	Austrália	Inglês	Osteopatia
A13	Haptotherapy as a new intervention for treating fear of childbirth: a randomized controlled trial	Klabbers <i>et al.</i>	2019	Holanda	Inglês	Haptoterapia

A14	Prevalence and determinants of complementary and alternative medicine use during pregnancy: Results from a nationally representative sample of Australian pregnant women	Frawley <i>et al.</i>	2013	Austrália	Inglês	Massoterapia Quiropraxia Acupuntura Aromaterapia Fitoterapia Naturopatia Osteopatia Homeopatia
A15	Prevalence and Factors Influencing Use of Herbal Medicines During Pregnancy in Hail, Saudi Arabia: A cross-sectional study	Aljofan; Alkhamaiseh	2020	Arábia Saudita	Inglês	Fitoterapia
A16	Effectiveness of a mindfulness-based childbirth education pilot study on maternal self-efficacy and fear of childbirth	Byrne <i>et al.</i>	2014	Austrália	Inglês	Meditação
A17	Effects of a mindfulness-based childbirth and parenting program on maternal-fetal attachment: A randomized controlled trial among Iranian pregnant women	Gheibi <i>et al.</i>	2020	Irã	Inglês	Meditação
A18	Use of and attitudes toward complementary and alternative medicine among midwives in Turkey	Koc; Topatan; Saglam	2012	Turquia	Inglês	Fitoterapia Técnicas de relaxamento Acupuntura
A19	Effects of antenatal yoga on maternal anxiety and depression: a randomized controlled trial	Newham <i>et al.</i>	2014	Reino Unido	Inglês	Yoga
A20	The relationship between women's characteristics and herbal medicines use during pregnancy	Abdollahi; Chareti	2019	Irã	Inglês	Fitoterapia
A21	The Complementary Therapies for Labour and Birth Study making sense of labour and birth – Experiences of women, partners and midwives of a complementary medicine antenatal education course	Levett <i>et al.</i>	2016b	Austrália	Inglês	Acupressão Técnicas de relaxamento Yoga Massoterapia
A22	Inpatient prenatal yoga sessions for women with high-risk pregnancies: A feasibility study	Dangel <i>et al.</i>	2020	Estados Unidos	Inglês	Yoga
A23	Integrative Therapies for Women with a High Risk Pregnancy During Antepartum Hospitalization	Schlegel; Whalen; Williamsen	2016	Estados Unidos	Inglês	Acupuntura Imaginação guiada Massoterapia Reflexologia
A24	Healthcare practitioner utilisation for back pain, neck pain and/ or pelvic pain during pregnancy: an analysis of 1835 pregnant women in Australia	Sibbritt; Ladanyi; Adams	2016	Austrália	Inglês	Massoterapia Quiropraxia
A25	Efficacy of yoga on physiological and psychological discomforts and delivery outcomes in Chinese primíparas	Rong <i>et al.</i>	2021	China	Inglês	Yoga
A26	Prenatal Yoga: Effects on Alleviation of Labor Pain and Birth Outcomes	Bolanthakodi <i>et al.</i>	2018	Índia	Inglês	Yoga
A27	Filling the gaps in contemporary maternity care: The perceptions of complementary medicine practitioners providing care to women during pregnancy	Steel <i>et al.</i>	2019	Austrália	Inglês	Acupuntura Quiropraxia Massoterapia Naturopatia Osteopatia

Observa-se que dos estudos selecionados, cinco (18,5%) foram publicados em 2016, assim como em 2019 e 2020; Austrália foi o país que mais publicou sobre o tema pesquisado, correspondendo a nove (33,3%) estudos do total; o idioma dos estudos selecionados foram majoritariamente no inglês (92,6%); e as PICS mais mencionadas nos estudos foram: massoterapia (15,8%), acupuntura (12,3%), yoga (10,5%), fitoterapia (8,8%), quiropraxia (7%), reflexologia (5,3%), aromaterapia (5,3%), acupressão (5,3%), naturopatia (5,3%) e osteopatia (5,3%).

Após a análise dos estudos, foram elencadas duas categorias temáticas para discussão: Conhecimento e utilização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde autorreferidos por gestantes; e Práticas Integrativas e Complementares em Saúde na assistência às gestantes por profissionais de saúde.

4. DISCUSSÃO

Categoria I – Conhecimento e utilização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde autorreferidos por gestantes

No estudo realizado por Mendoza *et al.* (2016) as participantes foram questionadas sobre o uso de terapias complementares durante o pré-natal. Das 33 terapias avaliadas, as mais comumente autorreferidas foram a prática espiritual, musicoterapia, massoterapia e aromaterapia. As mulheres que praticaram a massoterapia e práticas espirituais eram menos propensas à depressão do que aquelas com acompanhamento tradicional durante o pré-natal. Já segundo Frawley *et al.* (2013) em seu estudo realizado na Austrália, evidenciou que 52% das mulheres grávidas estavam usando PICS, e dentre essas, as principais foram: massoterapia, quiropraxia, acupuntura, aromaterapia, fitoterapia, naturopatia, osteopatia e homeopatia.

Os fatores associados aos padrões de consulta das mulheres e a utilização das PICS na Austrália foram analisadas no estudo de Steel *et al.* (2014). Verificou-se que aquelas cobertas por convênios privados de saúde eram mais propensas a utilizarem as PICS durante o pré-natal, e dessas, foi constatado as terapias de quiropraxia, acupuntura, naturopatia e massoterapia foram as mais utilizadas pelas gestantes durante o período analisado.

Ferraz *et al.* (2019) buscou avaliar o conhecimento de gestantes diabéticas sobre o uso das PICS, em especial o Reiki. Em seu estudo, a maioria das mulheres gestantes mostraram conhecimento sobre algumas PICS, tais como a acupuntura, a yoga, a meditação e a massoterapia, porém, mostraram-se desconhecidas da terapia Reiki. Ainda existem dificuldades e barreiras na utilização das PICS durante o pré-natal, portanto, o conhecimento é um dos fatores que podem influenciar nesse processo.

As percepções sobre a fitoterapia são positivas entre as gestantes, sendo consideradas por elas como seguras para si mesmas e para o bebê, estando estreitamente ligadas à herança familiar e à religiosidade. Quase dois terços das gestantes participantes do estudo de James *et al.* (2018) relataram uso de fitoterápicos durante a gravidez atual e/ou anterior, e quase metade relatou a intenção de usar medicamentos fitoterápicos se engravidarem no futuro.

As mulheres mencionam que utilizaram fitoterápicos para aumentar o fornecimento de leite durante o período de lactação, para melhorar o curso da gravidez e para facilitar o parto. Com relação ao conhecimento dos riscos para a saúde, a maioria das entrevistadas acreditam que o consumo moderado de ervas não afetaria nem a mãe, nem o feto. No entanto, as mulheres acreditavam que o uso excessivo e indiscriminado levaria a resultados negativos, como aborto espontâneo, parto prematuro, malformações, efeitos de longo prazo na saúde materna e natimortos (Aljofan; Alkhamaiseh, 2020).

Abdollahi e Cherati (2019) identificaram que, de 300 mulheres entrevistadas após o parto, aproximadamente metade (48,4%) fizeram uso de medicamentos fitoterápicos durante a gestação. Os motivos mais frequentes para o uso de ervas durante a gravidez eram: promover a saúde fetal, promover o estado de saúde da mulher, aliviar desconfortos durante a gravidez, restaurar a juventude, e outros, como facilitar o trabalho de parto, aborto e saúde reprodutiva. A maioria das mulheres foram aconselhadas a usar os fitoterápicos por fontes informais, incluindo amigos e parentes, suas mães e meios de comunicação.

A osteopatia foi relatada como um tratamento que ajudaria no momento do parto e auxiliaria o corpo da mulher a se recuperar após o parto. O mecanismo pelo qual isso ocorreria foi descrito pelas gestantes como “ajuda” a abrir a estrutura da pelve na hora do parto, reduzindo a tensão muscular e ligamentar, e mantendo o normal alinhamento. Outro motivo para o uso da osteopatia durante a gravidez foi associado a querer ter um parto considerado normal, ou parto vaginal, na gestação atual e, em alguns casos, evitar uma repetição de experiências negativas anteriores. Para essas mulheres a osteopatia

proporcionou benefícios para a sua saúde física e mental durante a gravidez, no momento do parto e no período de recuperação pós-parto (Sheraton; Streckfuss; Grace, 2017).

Alterações biomecânicas ocorrem durante a gravidez, e podem causar incômodos na mulher. A dor lombar é uma dessas alterações, sendo relatadas por muitas mulheres durante a gravidez, que é resultado de uma mudança no centro de gravidade da gestante que ocorre devido ao crescimento da barriga. O estudo de Sibbritt, Ladanyi e Adams revelou que as mulheres utilizaram as PICS para alívio das dores, principalmente a massoterapia, a prática mais comumente utilizada, seguida da quiropraxia.

Categoria II – Benefícios das Práticas Integrativas e Complementares na assistência às gestantes por profissionais de saúde

A reflexologia é uma massagem especializada em que uma pressão controlada é aplicada em pontos específicos, principalmente nos pés, tendo como objetivo promover a homeostase e, como resultado, restaurar e manter a saúde fisiológica, psicológica e o bem-estar. O estudo de McCullough *et al.* (2017) apontou uma redução de 43 minutos na duração da segunda fase do trabalho de parto de mulheres que tiveram práticas de reflexologia durante o pré-natal, em comparação com as que tiveram apenas cuidados habituais durante o pré-natal. Já Koh *et al.* (2019) apontou que as mulheres nulíparas tinham probabilidade de ter um parto mais curto, apresentaram menos probabilidade de necessitar de ocitocina e significativamente menor probabilidade de ter uma analgesia epidural no trabalho de parto.

Lokugamage *et al.* (2020) fizeram uma comparação entre mulheres que receberam sessões de acupuntura durante a gravidez por profissionais de saúde e aquelas que não tiveram. Os resultados sugerem que a preparação para o parto com a utilização de acupuntura no terceiro trimestre pode ajudar a normalizar o parto, aumentando a taxa de natalidade, reduzindo a necessidade de alívio medicamentoso da dor e reduzindo o número de etapas necessárias na indução do processo de parto, o que indica que a acupuntura no terceiro trimestre pode levar a uma economia de custos e melhora a experiência da paciente no parto.

Ormsby *et al.* (2018) destacam a necessidade de educação permanente sobre as práticas de acupuntura por profissionais. A acupuntura foi vista pelos participantes como uma intervenção segura, no entanto, algumas preocupações ainda foram levantadas em

relação à segurança durante a gravidez, mesmo alguns profissionais apresentando desconhecer os benefícios e o perfil de segurança da prática durante o pré-natal.

O impacto da educação materna durante o pré-natal pode de fato auxiliar nos cuidados dos profissionais de saúde evitando complicações associadas, como observado por Levett *et al.* (2016a). No estudo, após as técnicas de yoga, de respiração, massoterapia e acupressão, as mulheres no grupo de estudo foram mais propensas a experimentar o parto vaginal, eram menos propensas a ter intervenções cirúrgicas durante o trabalho de parto, apresentaram comprimento reduzido da segunda fase do parto, e diminuição de qualquer trauma perineal. Já Newham *et al.* (2019), que avaliaram os efeitos da yoga pré-natal, mostrou que uma única sessão dessa prática pode reduzir os efeitos subjetivos e fisiológicos da ansiedade, e que a eficácia dessa técnica permanece após repetidas sessões.

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. 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 (Silva *et al.*, 2020). Já Chang *et al.* (2015), que examinou os efeitos da musicoterapia, foi identificado a eficácia da terapia através da música em ajudar mulheres grávidas a lidar com a ansiedade e o estresse, especialmente o relacionado à gravidez. O estudo mostrou que a prática da musicoterapia pode ser considerada durante os atendimentos individuais e/ou em grupos para alívio da ansiedade e do estresse entre as gestantes.

A haptoterapia é um tipo de terapia mente-corpo que utiliza o toque afetivo, onde tocar é a maneira mais direta e poderosa de entrar em contato com suas próprias emoções. Um estudo que investigou o seu uso mostrou que a prática da haptoterapia teve um forte efeito positivo sobre o bem-estar mental das gestantes. Os sintomas de angústia pré-natal e os sintomas depressivos pré-natais foram menores no grupo em que realizam a prática da haptoterapia, em comparação com aquelas que não praticam (Klabbers *et al.*, 2019).

O estudo de Byrne *et al.* (2014) testou a viabilidade e eficácia do uso da prática da meditação *mindfulness* entre as gestantes durante o pré-natal. Foi verificado que as participantes tiveram significativamente mais autoeficácia, tinham expectativas mais

positivas de para o momento do parto, e tiveram menos medo de dar à luz, após completarem as práticas de meditação. Em outro estudo a prática foi avaliada para determinar seus efeitos no apego materno-fetal. De acordo com os resultados, o apego materno-fetal aumentou significativamente após a intervenção entre as mulheres que participaram do grupo de intervenção, em comparação com mulheres que receberam apenas cuidados pré-natais de rotina (Gheibi *et al.*, 2020).

As parteiras tradicionais são importantes e essenciais na vida reprodutiva de mulheres que recebem assistência antes, durante e após seus partos, que se utilizam de tecnologia leve, do vínculo e da confiança no cuidado. Um estudo que propôs avaliar o uso e as atitudes das parteiras em relação à prescrição de terapias integrativas para mulheres grávidas, durante o acompanhamento identificou que, das parteiras participantes do estudo, 58,9% sugerem terapêuticas complementares para mulheres grávidas, sendo mais frequentemente sugerido as terapias à base de ervas, que foi sugerida para diversas situações, e os menos frequentes foram a acupuntura e técnicas de relaxamento (Koc; Topatan; Saglam, 2012).

Com foco em dar sentido ao trabalho de parto e ao nascimento para gestantes e seus parceiros, Levett *et al.* (2016b) investigou o uso de múltiplas PICS. Após técnicas de acupressão, relaxamento, visualização, respiração, massoterapia, yoga e suporte do parceiro durante o pré-natal, as mulheres foram capazes de encontrar o seu próprio ritmo de seu trabalho de parto e descobrir o que funcionava para elas, aumentando sua capacidade de administrarem e enfrentarem o momento do nascimento de seus filhos, além de participar ativamente da tomada de decisões.

A yoga desempenha um papel influente na redução dos desconfortos fisiológicos durante a gravidez, elevando a autoeficácia no parto, promovendo o parto vaginal, diminuição da duração do trabalho de parto, redução significativa na necessidade de analgésico intravenoso e menor número de partos prematuros (Bolanthakodi *et al.*, 2018; Rong *et al.*, 2021). A viabilidade da yoga pré-natal foi investigada no ambiente ambulatorial para mulheres hospitalizadas com complicações na gravidez por Dangel *et al.*, 2020. As mulheres relataram que os efeitos da prática foram benéficos para seu bem-estar geral no que diz respeito à diminuição do estresse. Além disso, foi mencionado os efeitos da yoga na qualidade do sono, assim como na redução da dor e do desconforto físico.

Após sessões de acupuntura, imaginação guiada, toque terapêutico, massagem terapêutica e reflexologia em ambiente hospitalar, um estudo observou que todos os

escores de dor e ansiedade diminuíram após as terapias. É concebível que, ao reduzir o sofrimento na gravidez, também possa reduzir o potencial de parto prematuro, destacando os benefícios das terapias integrativas, tanto na morbidade infantil, quanto na economia de custos com terapia intensiva neonatal (Schlegel; Whalen; Williamsen, 2016).

Steel *et al.* (2019) buscou relatar as opiniões dos profissionais que atuam com as PICS, e que cuidam de mulheres grávidas. Os profissionais caracterizam sua prática como distinta do atendimento convencional na gestação, por considerar que oferecem às mulheres um cuidado holístico, por buscarem valorizar os aspectos emocionais, espirituais e sociais da gravidez, através do empoderamento da paciente no seu próprio cuidado.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse estudo possibilitou sumarizar os achados na literatura sobre a utilização das PICS no cuidado à gestante durante e após o pré-natal. Dentre os achados do estudo as PICS mais prevalentes foram: massoterapia, acupuntura, yoga, fitoterapia, quiropraxia, reflexologia, aromaterapia, acupressão, naturopatia e osteopatia. Observou-se que sua utilização apresenta bons resultados, com benefícios diretos à gestante e neonato, bem como propicia a diminuição de intervenções cirúrgicas desnecessárias durante o parto e período de parto mais curto. Nesse sentido, surge a importância de o profissional de saúde reconhecer as PICS como possibilidade de terapia alternativa que auxilia no cuidado à gestante, para isso, é importante que seja ofertada capacitações nos serviços de saúde, para que as PICS possam ser comumente integralizadas na práxis profissional.

A promoção do conhecimento das gestantes sobre as PICS também é uma necessidade imediata, uma vez que como objetos a quem o cuidado é direcionado, as mesmas precisam compreender a importância e os benefícios por trás de cada prática, já que passarão por diversas fases durante sua gravidez até o momento do parto, aderindo assim com mais facilidade ao seu uso. Há-se ainda a preocupação em relação ao uso indiscriminado de algumas práticas, como por exemplo a fitoterapia, que por ser passado de heranças familiares acaba se tornando algo mais comum, mas, no caso de mulheres grávidas deve haver uma conscientização de perigos que possam ocorrer caso sejam utilizadas em excesso ou forma errônea.

É importante lembrar que os PICS não substituem os tratamentos tradicionais, são suplementos e complementos aos tratamentos, e são orientados por profissionais específicos de acordo com a necessidade de cada caso. Logo espera-se que este estudo

corrobore para o engrandecimento do corpo de conhecimento específico sobre o tema, estimulando a análise e despertando interesse na comunidade científica, sobre a importância da sua utilização das PICS de maneira ampla, porém adequada e consciente. Contudo, é necessário o desenvolvimento de mais pesquisas sobre a temática, tendo em vista a escassez de referências atualizadas sobre o assunto na literatura, bem como a incorporação de novas práticas ao longo do tempo.

REFERÊNCIAS

ABDOLLAHI, F.; CHARETI, J. Y. The relationship between women's characteristics and herbal medicines use during pregnancy. **Women & Health**, v. 59, n. 6, p. 579–590, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/03630242.2017.1421285>. Acesso em: 27 maio 2023.

ALJOFAN, M.; ALKHAMAISEH, S. Prevalence and Factors Influencing Use of Herbal Medicines During Pregnancy in Hail, Saudi Arabia: A cross-sectional study. **Sultan Qaboos University Medical Journal [SQUMJ]**, v. 20, n. 1, p. 71, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.18295/squmj.2020.20.01.010>. Acesso em: 25 maio 2023.

BOLANTHAKODI, C. *et al.* Prenatal Yoga: Effects on Alleviation of Labor Pain and Birth Outcomes. **The Journal of Alternative and Complementary Medicine**, v. 24, n. 12, p. 1181–1188, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1089/acm.2018.0079>. Acesso em: 15 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso**. 2ª ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf. Acesso em: 13 maio 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 13 maio 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. **Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada – manual técnico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2005. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_pre_natal_puerperio_3ed.pdf. Acesso em: 13 maio 2023.

BYRNE, J. *et al.* Effectiveness of a mindfulness-based childbirth education pilot study on maternal self-efficacy and fear of childbirth. **Journal of Midwifery and Women's Health**, v. 59, n. 2, p. 192–197, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/jmwh.12075>. Acesso em: 12 jun. 2023.

CARDOSO, V. *et al.* Systematic review of mixed methods: method of research for the incorporation of evidence in nursing. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 28, p.

e20170279, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2017-0279>. Acesso em: 18 maio 2023.

CHANG, H. C. *et al.* The effects of music listening on psychosocial stress and maternal-fetal attachment during pregnancy. **Complementary Therapies in Medicine**, v. 23, n. 4, p. 509–515, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2015.05.002>. Acesso em: 12 jun. 2023.

DANGEL, A. R. *et al.* Inpatient prenatal yoga sessions for women with high-risk pregnancies: A feasibility study. **Complementary Therapies in Medicine**, v. 48, p. 102235, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.102235>. Acesso em: 21 jun. 2023.

FERNANDES, K. S. *et al.* Use of Integrative and Complementary Health Practices by professionals in pregnant women with low back pain: integrative review. **Brazilian Journal Of Pain**, v. 4, n. 2, p. 161–166, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20210014>. Acesso em: 15 maio 2023.

FERRAZ, G. A. R. *et al.* A aceitação da medicina alternativa complementar por gestantes com diabetes. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, v. 13, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2019.242061>. Acesso em: 25 maio 2023.

FERREIRA, R. C. *et al.* Práticas integrativas e complementares na assistência do período puerperal. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 1, p. e5254, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e5254.2021>. Acesso em: 16 jul. 2023.

FRAWLEY, J. *et al.* Prevalence and determinants of complementary and alternative medicine use during pregnancy: Results from a nationally representative sample of Australian pregnant women. **Australian and New Zealand Journal of Obstetrics and Gynaecology**, v. 53, n. 4, p. 347–352, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/ajo.12056>. Acesso em: 25 maio 2023.

GANDOLFI, F. R. R. *et al.* Mudanças na vida e no corpo da mulher durante a gravidez. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research**, v. 27, n. 1, p. 126–131, 2019. Disponível em: https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190607_200629.pdf. Acesso em: 13 maio 2023.

GHEIBI, Z. *et al.* Effects of a mindfulness-based childbirth and parenting program on maternal-fetal attachment: A randomized controlled trial among Iranian pregnant women. **Complementary Therapies in Clinical Practice**, v. 41, p. 101226, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101226>. Acesso em: 15 jun. 2023.

JAMES, P. B. *et al.* Herbal medicines use during pregnancy in Sierra Leone: An exploratory cross-sectional study. **Women and Birth**, v. 31, n. 5, p. e302–e309, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2017.12.006>. Acesso em: 25 maio 2023.

KLABBERS, G. A. *et al.* Haptotherapy as a new intervention for treating fear of childbirth: a randomized controlled trial. **Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology**, v. 40, n. 1, p. 38–47, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/0167482X.2017.1398230>. Acesso em: 12 jun. 2023.

KOC, Z.; TOPATAN, S.; SAGLAM, Z. Use of and attitudes toward complementary and alternative medicine among midwives in Turkey. **European Journal of Obstetrics &**

Gynecology and Reproductive Biology, v. 160, n. 2, p. 131–136, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2011.10.006>. Acesso em: 15 jun. 2023.

KOH, L. M. *et al.* Complementary therapy and alternative medicine: effects on induction of labour and pregnancy outcome in low risk post-dates women. **Heliyon**, v. 5, n. 11, p. e02787, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02787>. Acesso em: 30 maio 2023.

LEVETT, K. M. *et al.* Complementary therapies for labour and birth study: a randomised controlled trial of antenatal integrative medicine for pain management in labour. **BMJ Open**, v. 6, n. 7, e010691, 2016a. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-010691>. Acesso em: 02 jun. 2023.

LEVETT, K. M. *et al.* The Complementary Therapies for Labour and Birth Study making sense of labour and birth – Experiences of women, partners and midwives of a complementary medicine antenatal education course. **Midwifery**, v. 40, p. 124–131, 2016b. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2016.06.011>. Acesso em: 02 jun. 2023.

LOKUGAMAGE, A. U. *et al.* Birth preparation acupuncture for normalising birth: An analysis of NHS service routine data and proof of concept. **Journal of Obstetrics and Gynaecology**, v. 40, n. 8, p. 1096–1101, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/01443615.2019.1694878>. Acesso em: 30 maio 2023.

MCCULLOUGH, J. E. M. *et al.* A pilot randomised controlled trial exploring the effects of antenatal reflexology on labour outcomes. **Midwifery**, v. 55, n. September, p. 137–144, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.midw.2017.09.006>. Acesso em: 30 maio 2023.

MENDOZA, V. B. *et al.* Association of Complementary and Alternative Therapies With Mental Health Outcomes in Pregnant Women Living in a Postdisaster Recovery Environment. **Journal of Holistic Nursing**, v. 34, n. 3, p. 259–270, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/0898010115609250>. Acesso em: 25 maio 2023.

NEWHAM, J. J. *et al.* Effects of antenatal yoga on maternal anxiety and depression: A randomized controlled trial. **Depression and Anxiety**, v. 31, n. 8, p. 631–640, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/da.22268>. Acesso em: 02 jun. 2023.

ORMSBY, S. M. *et al.* ‘Acupuncture for antenatal depression: It’s worth giving it a go’ — A qualitative study. **Women and Birth**, v. 31, n. 3, p. 166–176, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2017.09.018>. Acesso em: 02 jun. 2023.

PEREIRA, E. C.; SOUZA, G. C.; SCHVEITZER, M. C. Práticas Integrativas e Complementares ofertadas pela enfermagem na Atenção Primária à Saúde. **Saúde em Debate**, v. 46, n. spe1, p. 152–164, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042022e110>. Acesso em: 16 jul. 2023.

RONG, L. *et al.* Efficacy of yoga on physiological and psychological discomforts and delivery outcomes in Chinese primiparas. **Complementary Therapies in Clinical Practice**, v. 44, p. 101434, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2021.101434>. Acesso em: 29 jun. 2023.

SCHLEGEL, M. L.; WHALEN, J. L.; WILLIAMSEN, P. M. Integrative Therapies for Women

with a High Risk Pregnancy During Antepartum Hospitalization. **MCN: The American Journal of Maternal/Child Nursing**, v. 41, n. 6, p. 356–362, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1097/NMC.000000000000279>. Acesso em: 21 jun. 2023.

SHERATON, A.; STRECKFUSS, J.; GRACE, S. Experiences of pregnant women receiving osteopathic care. **Journal of Bodywork and Movement Therapies**, v. 22, n. 2, p. 321–327, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2017.09.007>. Acesso em: 27 maio 2023.

SIBBRITT, D.; LADANYI, S.; ADAMS, J. Healthcare practitioner utilisation for back pain, neck pain and/or pelvic pain during pregnancy: an analysis of 1835 pregnant women in Australia. **International Journal of Clinical Practice**, v. 70, n. 10, p. 825–831, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/ijcp.12870>. Acesso em: 28 maio 2023.

SILVA, H. L. *et al.* Efeitos 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://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO0016>. Acesso em: 02 jun. 2023.

SILVA, R. M. *et al.* Uso de práticas integrativas e complementares por doulas em maternidades de Fortaleza (CE) e Campinas (SP). **Saúde e Sociedade**, v. 25, n. 1, p. 108–120, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902016143402>. Acesso em: 16 jul. 2023.

SILVEIRA, R. P.; ROCHA, C. M. F. Verdades em (des)construção: uma análise sobre as práticas integrativas e complementares em saúde. **Saúde e Sociedade**, v. 29, n. 1, p. 1–11, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0104-12902020180906>. Acesso em: 16 jul. 2023.

SOUSA, L. M. M. *et al.* A metodologia de revisão integrativa da literatura em enfermagem. **Rev Investigação em Enferm.**, v. 21, n. 2, p. 17-26, 2017. Disponível em: <http://www.sinaisvitalis.pt/images/stories/Rie/RIE21.pdf>. Acesso em: 18 maio 2023.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Integrative review: what is it? How to do it? **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102–106, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>. Acesso em: 18 maio 2023.

STEEL, A. *et al.* Determinants of Women Consulting with a Complementary and Alternative Medicine Practitioner for Pregnancy-Related Health Conditions. **Women and Health**, v. 54, n. 2, p. 127–144, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/03630242.2013.876488>. Acesso em: 25 maio 2023.

STEEL, A. *et al.* Filling the gaps in contemporary maternity care: The perceptions of complementary medicine practitioners providing care to women during pregnancy. **Complementary Therapies in Clinical Practice**, v. 34, p. 174–178, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.11.017>. Acesso em: 23 jun. 2023.

TELESI JÚNIOR, E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. **Estudos Avançados**, v. 30, n. 86, p. 99–112, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-40142016.00100007>. Acesso em: 13 maio 2023.