

## Vivência de transformação: como as terapias integrativas e complementares apoiam o pré-natal

*Transformative experience: how integrative and complementary therapies support prenatal care*

Barbosa, Andressa<sup>1</sup>

Valdecílio, Elaine<sup>1</sup>

Silva, Iralene<sup>1</sup>

Mendes, Isabella<sup>1</sup>

### Resumo

**Introdução:** As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) vêm sendo reconhecidas como estratégias de cuidado humanizado na assistência à saúde, especialmente no contexto do pré-natal, por sua capacidade de promover o alívio de sintomas físicos e emocionais, além de fortalecer o vínculo entre a gestante e os profissionais de saúde. Nesse cenário, a enfermagem desempenha papel fundamental, promovendo a integralidade do cuidado e contribuindo para o bem-estar da mulher durante o ciclo gestacional. **Objetivo:** Analisar a incorporação das PICS na assistência de enfermagem à saúde da mulher durante o pré-natal, identificando os principais tipos de práticas utilizadas, seus benefícios e a atuação do enfermeiro na implementação dessas terapias. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conforme o método proposto por Souza, Silva e Carvalho (2010). Foram realizadas buscas em bases de dados nacionais e internacionais, contemplando publicações entre os anos de 2014 e 2025. Após o processo de seleção e análise dos estudos, os resultados foram organizados de acordo com os objetivos propostos. **Resultados:** Os achados indicam que as terapias mais frequentemente utilizadas no acompanhamento pré-natal são acupuntura, auriculoterapia, aromaterapia, reiki, meditação e fitoterapia. Essas práticas demonstraram contribuir para a redução de sintomas como náuseas, ansiedade, dores musculares e distúrbios do sono, além de favorecerem o equilíbrio emocional e o fortalecimento do vínculo materno-fetal. Observou-se que o enfermeiro atua como mediador e executor dessas terapias, promovendo uma assistência centrada na mulher e fundamentada nos princípios da humanização do cuidado. **Conclusão:** As PICS representam um avanço significativo na assistência de enfermagem à gestante, ao fortalecerem a humanização do cuidado e oferecerem be-

---

<sup>1</sup> Faculdade de Enfermagem, Universidade Santo Amaro (UNISA).

nefícios físicos e emocionais ao longo do pré-natal. Contudo, ainda persistem desafios relacionados à insuficiência na capacitação profissional e à ausência de protocolos padronizados. Assim, ressalta-se a necessidade de ampliação das políticas públicas voltadas à formação continuada e ao incentivo de pesquisas que comprovem a eficácia e a segurança dessas práticas, a fim de consolidar seu uso no cuidado obstétrico e na atenção primária à saúde.

**Palavras-chaves:** Enfermagem; Terapias Integrativas e Complementares; Pré-natal; Saúde da Mulher; Humanização do Cuidado.

## Abstract

**Introduction:** Integrative and Complementary Health Practices (ICHP) have been increasingly recognized as humanized care strategies in healthcare, especially in prenatal care, due to their ability to promote relief of physical and emotional symptoms, as well as to strengthen the bond between pregnant women and healthcare professionals. Nursing plays a fundamental role in this context by promoting comprehensive care and the well-being of women. **Objective:** To analyze the incorporation of ICHP in nursing care for women's health during prenatal care, identifying the main types used, their benefits, and the nurse's role in implementing these practices. **Methodology:** An integrative literature review was conducted according to the procedure proposed by Souza, Silva, and Carvalho (2010), with searches carried out in national and international databases between 2014 and 2025. After selection and analysis of the studies, the results were organized according to the outlined objectives. **Results:** The findings indicate that the most frequent therapies in prenatal care are acupuncture, auriculotherapy, aromatherapy, reiki, meditation, and phytotherapy. These practices contributed to reducing symptoms such as nausea, anxiety, muscle pain, and sleep disorders, in addition to promoting emotional balance and strengthening the maternal-fetal bond. It was observed that nurses act as mediators and practitioners of these therapies, providing woman-centered care based on humanization principles. **Conclusion:** ICHP represent a significant advancement in nursing care for pregnant women by strengthening the humanization of care and offering physical and emotional benefits throughout prenatal care. However, challenges remain related to insufficient professional training and the lack of standardized protocols. Therefore, it is necessary to expand public policies aimed at continuing education and to conduct further research to validate the effectiveness and safety of these practices, consolidating their use in obstetric care and primary health care.

**Keywords:** Nursing; Integrative and Complementary Therapies; Prenatal Care; Women's Health; Humanization of Care.

## Introdução

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são métodos de tratamento que utilizam recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais, buscando estimular mecanismos naturais para a prevenção, recuperação e promoção da saúde<sup>1</sup>. As práticas foram formalmente integradas ao Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), instituída em 2006 pelo Ministério da Saúde. Atualmente, o SUS oferece de forma gratuita 29 modalidades PICS, assegurando o acesso integral à população a esses procedimentos.<sup>2</sup>

A expansão das PICS na Atenção Primária à Saúde (APS) apresentou crescimento expressivo em 2024, com mais de três milhões de procedimentos realizados, representando aumento de 32% em relação ao ano anterior e de 67% em comparação a 2022. Na APS, o número de usuários cresceu 93% no mesmo período, atingindo 5.048.025 participantes<sup>3</sup>.

A gestação representa um momento crucial na vida feminina, caracterizado por mudanças físicas, emocionais e sociais significativas. Durante esse período, as alterações corporais percebidas pela gestante podem ser abordadas não apenas por intervenções farmacológicas, mas também por meio das PICS<sup>4</sup>. Essas abordagens oferecem benefícios tanto para a saúde materna quanto para o desenvolvimento fetal, fortalecendo o vínculo entre mãe e filho desde os primeiros momentos da gestação<sup>5</sup>.

Nesse contexto, as PICS desempenham papel importante ao proporcionar benefícios à saúde materna e neonatal. A incorporação dessas práticas no cuidado pré-natal não apenas apoia a saúde física e emocional da gestante, mas também reforça o vínculo afetivo entre mãe e filho desde os estágios iniciais da gravidez<sup>6</sup>.

No âmbito do cuidado à saúde feminina durante o pré-natal, as PICS oferecem recursos não invasivos eficazes no alívio dos desconfortos comuns dessa fase, como náuseas, dores musculares, insônia e estresse. Essas intervenções promovem o bem-estar físico e emocional e fortalecem o vínculo entre a gestante e a equipe multiprofissional. Sua implementação está alinhada às diretrizes da Rede Cegonha e é reforçada pela PNPIC no contexto do cuidado materno-infantil<sup>7</sup>.

As PICS podem ser disponibilizadas individualmente ou em grupos nas unidades básicas de saúde. Destacam-se práticas como acupuntura, auriculoterapia, massoterapia, medicina tradicional chinesa, geoterapia e eletroestimulação como opções acessíveis na APS<sup>6</sup>.

O papel dos profissionais de saúde, especialmente dos enfermeiros, é fundamental na orientação às gestantes quanto às opções terapêuticas mais adequadas às suas necessidades específicas<sup>8</sup>.

Assim sendo, este estudo tem como objetivo analisar a utilização de terapias integrativas na assistência de enfermagem à saúde da mulher durante o pré-natal, com foco nos benefícios e implicações para um cuidado humanizado; identificar as terapi-

as integrativas mais empregadas no cuidado à mulher gestante; compreender o papel do enfermeiro na implementação dessas práticas; e avaliar os efeitos das terapias integrativas complementares sobre o bem-estar físico e emocional da gestante.

## Metodologia

Este estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa fundamentada na metodologia proposta por Souza, Silva e Carvalho (2010<sup>9</sup>), com o objetivo de consolidar evidências acerca da utilização de terapias integrativas na assistência de enfermagem ao cuidado materno durante o período pré-natal. O procedimento seguiu etapas estruturadas conforme o fluxograma PRISMA, assegurando transparência nas fases de seleção dos estudos.

A questão norteadora foi: “De que forma as terapias integrativas vêm sendo utilizadas na assistência de enfermagem ao cuidado com mulheres grávidas durante o pré-natal? Quais benefícios são percebidos nesse contexto? ”

Foram incluídos artigos publicados entre 2014 e setembro de 2025, nos idiomas português ou inglês, que abordassem a utilização das PICS em cuidados pré-natais, com foco na atuação do enfermeiro. Foram excluídos trabalhos incompletos ou indisponíveis integralmente, bem como duplicatas, estudos que não tratassem diretamente do tema ou que não respondessem à questão norteadora.

A busca ocorreu nas bases Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), incluindo LILACS/BDENF; SciELO; Google Acadêmico e Pubmed, utilizando-se descritores controlados (DeCS/MeSH), em português e inglês: “Terapias Complementares” (Complementary Therapies), “Cuidado Pré-Natal” (Prenatal Care), e “Gravidez” (Pregnancy).

As combinações dos termos foram realizadas mediante operadores booleanos AND e OR, incluindo as seguintes combinações: (“Terapias Complementares” OR “Práticas Integrativas”) AND (“Cuidado pré-natal” AND “Gravidez”); (“Terapias Complementares” AND “Cuidado Pré-Natal”) AND “Enfermagem”; (“Terapias Complementares” AND (“Cuidado Pré-Natal”) AND “Enfermagem”; (“Terapias Complementares” AND “Gravidez”)

Na fase de identificação e seleção dos estudos, inicialmente foram encontrados 328 artigos nas bases consultadas. Após a eliminação de 113 duplicatas, restaram 215 estudos para triagem, na qual títulos e resumos foram analisados segundo critérios de inclusão previamente estabelecidos, resultando na exclusão de 158 publicações. Na etapa de elegibilidade, 57 artigos foram avaliados na íntegra; aqueles que não abordavam a utilização das Práticas Integrativas e Complementares no contexto do pré-natal sob a perspectiva da enfermagem ou que não respondiam à questão norteadora foram excluídos. Ao final do processo, a amostra final consistiu em 25 estudos incluídos na análise qualitativa.

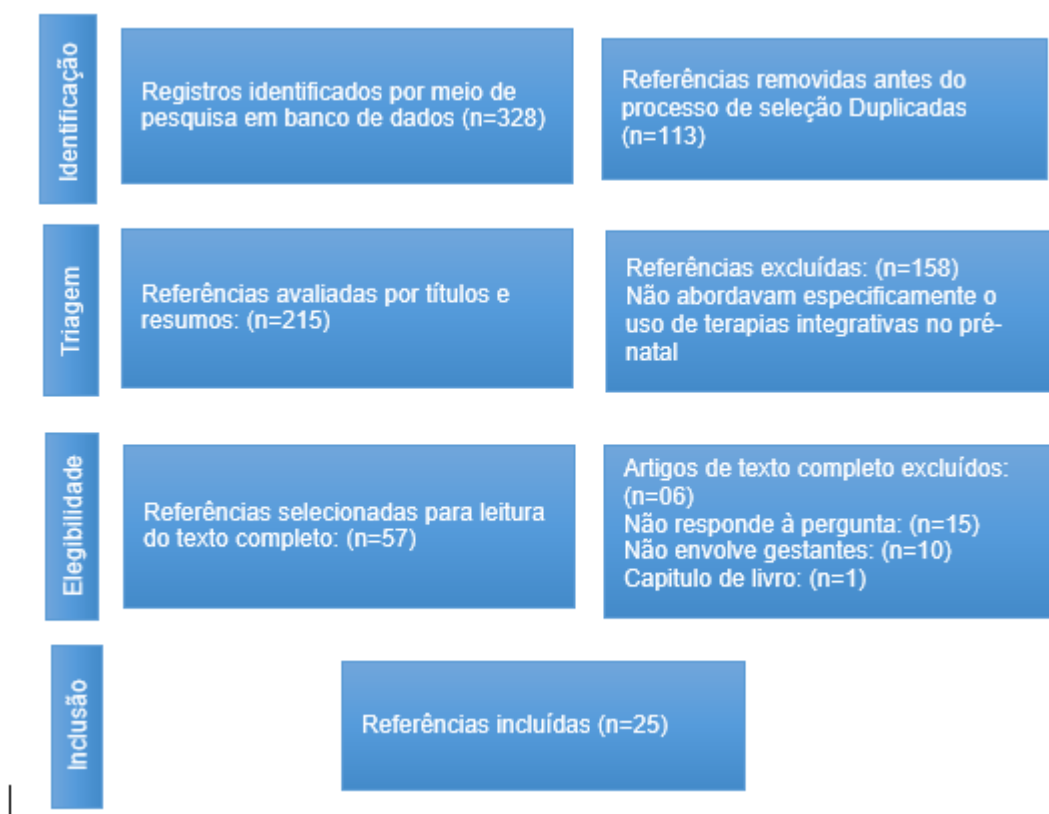
A coleta de dados foi realizada por meio de instrumento estruturado no software



Excel, contendo informações relativas ao ano de publicação, autor(es), título, objetivos e resultados. Os estudos selecionados foram submetidos à avaliação crítica quanto à relevância científica e agrupados conforme objetivos específicos, promovendo uma compreensão aprofundada das contribuições das Práticas Integrativas e Complementares no cuidado obstétrico sob a ótica da enfermagem.

Os resultados foram sistematizados em tabelas analíticas acompanhadas por discussão contextualizada com a literatura vigente, promovendo uma síntese crítica acerca dos benefícios observados nas ações integrativas durante o pré-natal. A representação gráfica detalha as etapas do processo seletivo seguindo o fluxograma PRISMA.

**Figura 1:** Fluxograma Prisma para elegibilidade dos estudos.



**Fonte:** elaboração das autoras (2025).

## Resultados

Foram incluídos 25 artigos publicados entre 2014-2024, sendo 10 em português e 15 em inglês. Esses estudos abordaram temas relacionados às PICS aplicadas ao acompanhamento pré-natal feminino sob diferentes enfoques metodológicos:

**Quadro 1:** Distribuição dos artigos selecionados para o objetivo do estudo.

Ano	Autor(es)	Título	Objetivo	Resultado
2024	Jin, B. et al.	Acupuncture for nausea and vomiting during pregnancy: A systematic review and meta-analysis	Avaliar a eficácia da acupuntura no controle de náuseas e vômitos em gestantes.	A acupuntura demonstrou redução significativa dos sintomas em comparação ao tratamento convencional, sem efeitos adversos importantes
2024	Lima-De-La-Iglesia C, Magni E, Bottello-Hermosa A, Guerra-Martín MD.	Benefits of Complementary Therapies During Pregnancy, Childbirth and Postpartum Period: A Systematic Review	Identificar os benefícios das terapias complementares durante a gestação, parto e pós-parto.	Evidenciou melhora na ansiedade, dor, qualidade do sono e experiência de parto com uso de aromaterapia, acupressão e yoga.
2024	Fleet, Julie-Anne	Antenatal education incorporating complementary medicine techniques for labour and birth to reduce the rates of epidural in primiparous women: A randomised control trial	Avaliar efeito de educação pré-natal com técnicas de medicina complementar na redução do uso de epidural em primíparas.	Programa de educação pré-natal integrativo mostrou potencial para reduzir intervenções durante o trabalho de parto e melhorar gestão da dor.
2024	Prasad, Sharmistha	Complementary and Alternative Medicine use among pregnant women attending antenatal clinic: a point to ponder	Descrever prevalência e tipos de medicina alternativa e complementar usados por gestantes em ambulatório pré-natal.	Identificou elevada procura por terapias complementares para náuseas, bem-estar e dores gestacionais.
2024	Steel, Amie	Determinants of women consulting with a complementary and alternative medicine practitioner for pregnancy-related health conditions	Explorar determinantes, percepções e desfechos do uso de medicina alternativa e complementar durante gravidez e parto.	Identificou fatores que motivam busca por medicina alternativa e complementar, impacto em experiência de parto e lacunas em evidência sobre segurança e eficácia.
2023	Mafetoni, Reginaldo Roque	Exercícios de mobilidade da pelve materna na assistência pré-natal: um protocolo de revisão de escopo	Descrever protocolo para mapear evidências sobre exercícios de mobilidade pélvica no pré-natal.	Protocolo que visa sintetizar intervenções físicas/terapêuticas aplicáveis ao cuidado pré-natal.
2023	Guanabens, Carla Danielle Oberhofer	Práticas integrativas e complementares durante o período gestacional: o cuidado baseado em forças	Apresentar abordagem baseada em forças para oferta de PICS na gestação.	Defende cuidado centrado nas potencialidades da mulher, usando PICS como recurso de promoção de bem-estar.
2022	Pereira, E. C.; Souza, G. C.; Schweitzer, M. C	Práticas Integrativas e Complementares ofertadas pela enfermagem na Atenção Primária à Saúde	Analisar a oferta das Práticas Integrativas e Complementares (Pics) na atenção primária pela enfermagem	A oferta de Pics pela enfermagem inclui atividades individuais, como a auriculoterapia, e coletivas, como as práticas mente e corpo da medicina tradicional chinesa, meditação, dança circular, arteterapia, musicoterapia, entre outras.
2022	Souza, Larissa Ribeiro de	Utilização das práticas integrativas e complementares em saúde no pré-natal de alto risco: Revisão integrativa	Mapear a oferta, tipos e evidências do uso de PICS no pré-natal de alto risco.	Sintetiza uso de PICS em pré-natal de alto risco, destacando benefícios potenciais e necessidade de protocolos de segurança.
2021	Roblejo, Elida Sabrina dos Santos	Utilização das práticas integrativas e complementares em saúde no pré-natal: revisão integrativa	Revisou evidências sobre tipos, efeitos e percepções do uso de PICS durante o pré-natal.	Apontou práticas mais frequentes, lacunas metodológicas e recomendações para pesquisa futura.

2021	Freitas et al	A importância do enfermeiro nas práticas integrativas e complementares no sistema único de saúde	Mencionar a importância do enfermeiro nas práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde	As PICS favorecem uma maior interação entre enfermeiro-paciente e através da construção de novos saberes desenvolvem estratégias formidáveis de enfrentamento aos problemas de saúde existente.
2020	Silva, Hércules Luz da	Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco	Examinar efeitos da auriculoterapia sobre ansiedade em gestantes de baixo risco.	Auriculoterapia associada à redução de sintomas de ansiedade em gestantes, com boa aceitabilidade.
2019	Smith, C.A. et al.	The effect of complementary medicines and therapies on maternal anxiety and depression in pregnancy: A systematic review and meta-analysis	Avaliar a eficácia das terapias complementares na redução da ansiedade e depressão durante a gestação.	As terapias como yoga, meditação e fitoterapia mostraram efeitos positivos no bem-estar emocional das gestantes.
2019	Ferraz, Guilherme Augusto Rago	A aceitação da medicina alternativa complementar por gestantes com diabetes	Investigar a aceitação de práticas alternativas/complementares por gestantes com diabetes.	Gestantes com diabetes demonstraram interesse em terapias complementares como complemento ao cuidado clínico, buscando controle de sintomas e suporte emocional.
2018	Bowman RL, Davis DL, Ferguson S, Taylor J.	Women's motivation, perception and experience of complementary and alternative medicine in pregnancy: A meta-synthesis	Compreender as percepções, motivações e experiências de mulheres grávidas quanto ao uso de PICS.	As gestantes relataram buscar as terapias por oferecerem relaxamento, autonomia e sensação de cuidado humanizado.
2017	Melo, LSF	As práticas integrativas complementares no cuidado pré-natal de risco habitual: uma revisão integrativa	Mapear evidências sobre oferta e efeitos de PICS no pré-natal de risco habitual.	Sintetiza práticas utilizadas, percepções de profissionais e usuárias, e lacunas de pesquisa no pré-natal habitual.
2017	Ferraz et al	O ReiKi ou a oração são efetivos no alívio da dor durante a internação da cesariana? Uma revisão sistemática e metanálise de ensaios clínicos randomizados	Perceber se o ReiKi ou a meditação são eficazes no alívio da dor durante a cesariana.	Apesar de dados limitados, o ReiKi, comparado com outro grupo avaliado no estudo, foi o que apresentou uma redução no alívio da dor.
2016	Frawley, Jane	Complementary and alternative medicine practitioner use prior to pregnancy predicts use during pregnancy	Investigar se uso prévio de medicina alternativa e complementar prevê uso durante a gravidez.	Uso prévio de medicina alternativa e complementar é forte preditor de uso durante a gestação; mulheres recorrentes a medicina alternativa e complementar tendem a manter uso no pré-natal.
2016	Levett, Kate M	Complementary therapies for labour and birth study: a randomised controlled trial of antenatal integrative medicine for pain management in labour	Avaliar programa pré-natal integrativo para manejo da dor no parto.	Intervenção antenatal integrativa mostrou efeitos sobre experiência do parto e manejo da dor; custos analisados separadamente.
2016	Hwang, Jung Hye	Use of complementary and alternative medicine in pregnancy: a cross-sectional survey on Iraqi women	Relatar o uso de práticas medicinais complementares entre mulheres grávidas no Iraque.	Mostrou tipos de terapias usadas e razões (náuseas, dores, bem-estar), refletindo padrões locais de uso.

2015	Feijen-de Jong, Esther I	Determinants of use of care provided by complementary and alternative health care practitioners to pregnant women in primary midwifery care: a prospective cohort study	Identificar determinantes do uso de cuidado por gestantes de práticas medicinais complementares entre gestantes na atenção primária obstétrica.	Determinantes incluem crenças de saúde, educação e experiências prévias; influencia o recurso a PICS na gravidez.
2014	Birdee, Gurjeet S	Use of complementary and alternative medicine during pregnancy and the postpartum period: an analysis of the National Health Interview Survey	Estimativa da prevalência e padrões de uso de medicina alternativa e complementar durante gravidez e puerpério nos EUA.	Documentou prevalência significativa de uso de medicina alternativa e complementar por gestantes e agrupamentos de terapias mais usados.
2014	Bond, Sharon	Pregnant women use non-professional sources when seeking information about complementary and alternative practices	Investigar fontes de informação usadas por gestantes ao buscar práticas medicinais complementares.	Gestantes frequentemente recorrem a fontes não profissionais (internet, redes sociais, familiares) para decidir sobre práticas medicinais complementares.
2014	Frawley, Jane	Women's Use and Self-Prescription of Herbal Medicine during Pregnancy: An Examination of 1,835 Pregnant Women	Descrever uso e autoprescrição de fitoterápicos entre gestantes.	Mostrou prevalência substancial de autofarmácia com fitoterápicos e motivos associados.
2014	Close, Clara	Complementary and alternative therapies in pregnancy	Rever o uso e evidências das terapias complementares durante a gravidez.	Resume modalidades variadas (acupuntura, aromaterapia, massagens, etc.) e indicações/sugestões de segurança.

## Discussão

O presente estudo evidenciou que o período gestacional representa uma fase complexa, permeada por mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais que exigem cuidado integral e multidimensional. A gravidez provoca transformações significativas no corpo e na vida da mulher, demandando suporte familiar, social e profissional, principalmente no que se refere à afetividade e à educação em saúde, com vistas a auxiliar a gestante na compreensão e aceitação das mudanças corporais e emocionais que ocorrem durante a gestação<sup>5</sup>.

A incorporação das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no cuidado de enfermagem à gestante durante o pré-natal constitui uma estratégia relevante para o fortalecimento da humanização da assistência e para a promoção do bem-estar integral da mulher. As PICS ampliam a perspectiva da enfermagem acerca do processo gestacional, proporcionando abordagens que valorizam a subjetividade, o acolhimento e a autonomia da gestante.<sup>7,10,11</sup>

De modo geral, observa-se um incremento significativo no interesse e na adoção de terapias integrativas no período gestacional nas últimas décadas, tanto no Brasil quanto internacionalmente<sup>12-14</sup>. Tal tendência reflete uma busca crescente por práticas que conciliem o cuidado convencional com abordagens naturais, caracterizadas por menor risco de efeitos adversos e maior protagonismo feminino na gestação<sup>15,16</sup>.



Dentre as terapias mais empregadas destacam-se acupuntura, auriculoterapia, aromaterapia, fitoterapia, reiki, meditação e exercícios corporais. Evidências indicam que essas práticas apresentam eficácia na redução de sintomas como náuseas, ansiedade, dores lombares e insônia, além de promoverem relaxamento, equilíbrio emocional e fortalecimento do vínculo materno-fetal<sup>17-19</sup>.

A acupuntura é uma das práticas mais amplamente documentadas, demonstrando efeitos positivos na diminuição de náuseas e vômitos durante a gestação, além de reduzir ansiedade e dor e preparar para o parto<sup>17,20,21</sup>. A auriculoterapia também apresenta resultados expressivos na diminuição da ansiedade em gestantes de baixo risco, configurando-se como alternativa segura e econômica no cuidado pré-natal<sup>22</sup>.

A aromaterapia oferece benefícios como melhora na qualidade do sono, controle da ansiedade e sensação de bem-estar<sup>23</sup>. Ademais, Reiki e meditação contribuem para o relaxamento e autoconsciência das gestantes ao promoverem equilíbrio energético e emocional<sup>16,19</sup>; o Reiki também tem demonstrado resultados positivos na redução da dor em procedimentos como a cesariana, ainda que os dados disponíveis sejam limitados<sup>24</sup>.

Essas evidências reforçam que as PICS atuam de forma complementar ao auxiliar as mulheres diante das transformações fisiológicas e emocionais do período gestacional.

No âmbito físico e emocional, os estudos convergem na demonstração de melhorias significativas na qualidade de vida das gestantes, as terapias complementares reduzem níveis de estresse e sintomas depressivos<sup>17,20</sup>. Os usos dessas PICS contribuem para que haja o aumento do controle percebido pelo binômio mãe-filho, promovendo maior segurança e empoderamento durante a gravidez. Tais práticas também fortalecem o vínculo materno-fetal e favorecem uma experiência mais tranquila no período pré-natal<sup>15,25</sup>.

O papel do profissional enfermeiro na implementação dessas terapias é fundamental, a participação dele ativa nas PICS é fundamental para fortalecer o vínculo com a gestante e criar estratégias de enfrentamento os desafios do período gestacional<sup>26</sup>. O enfermeiro atua como facilitador do cuidado integral ao oferecer escuta ativa e orientações individualizadas que potencializam os efeitos terapêuticos das TICs<sup>10,11</sup>. Estudos nacionais indicam que o enfermeiro é mediador principal dessas práticas no Sistema Único de Saúde (SUS), sendo responsável pela aplicação segura e ética das intervenções complementares bem como pela orientação adequada às gestantes<sup>27,28</sup>.

Entretanto, obstáculos à consolidação dessas práticas na rotina assistencial têm sido apontados pela literatura, no qual identificam insuficiência na capacitação profissional específica, ausência de protocolos institucionais padronizados e baixo incentivo à formação em práticas integrativas como fatores limitantes à expansão dessas intervenções no acompanhamento pré-natal<sup>7,11,16</sup>. Embora a enfermagem desem-

penhe papel crucial na oferta dessas práticas na atenção primária à saúde especialmente no SUS sua participação ainda é pouco representativa; assim sendo necessário ampliar sua adesão e implementação<sup>29</sup>. Apesar disso, a Política Nacional de Práticas Integrativas em Saúde (PNPIC) tem contribuído para legitimar essas abordagens ao estimular sua inserção progressiva nos serviços básicos de saúde.

Em âmbito internacional há evidências consistentes indicando ampla aceitação das PICS entre gestantes<sup>30-32</sup>. Tais estudos demonstram que adesão às terapias complementares está relacionada ao nível educacional da mulher, à faixa etária materna e ao interesse por alternativas menos medicalizadas ou mais naturais<sup>33,34</sup>. No Brasil, pesquisas reforçam essa tendência, apontando que a procura por terapias integrativas está vinculada à confiança nos cuidados oferecidos pela enfermagem assim como à percepção positiva dos resultados obtidos<sup>16,18,27</sup>.

Outro aspecto relevante identificado refere-se à promoção da autonomia feminina através das PICS<sup>15,21</sup>, mulheres participantes de programas educativos baseados em práticas integrativas relatam maior consciência corporal, redução do medo associado ao parto, além de maior segurança para enfrentar esse momento. Esses achados reforçam que tais intervenções transcendem seu caráter terapêutico ao constituírem instrumentos efetivos de empoderamento pessoal.

Diante do exposto, considera-se que a integração das terapias integrativas ao cuidado pré-natal conduzida por profissionais capacitados promove um modelo assistencial mais humanizado, participativo alinhado aos princípios da integralidade. A combinação entre ciência, sensibilidade clínica e escuta ativa propiciada pelas PICS possibilita uma assistência à gestante mais consciente, serena e a transformação pessoal efetiva<sup>10,11,19</sup>.

Os estudos analisados confirmam que as terapias integrativas promovem benefícios relevantes no bem-estar físico e emocional das gestantes, fortalecem vínculos entre profissionais enfermeiros e gestantes, além de contribuir para a humanização do cuidado. Apesar dos obstáculos relacionados à formação profissional e a estrutura institucional, sua consolidação depende do reconhecimento ampliado do papel do enfermeiro, do desenvolvimento contínuo das políticas públicas pertinentes e a produção constante de evidências científicas sobre sua eficácia e a segurança. Assim, as PICS representam ferramentas potencializadoras na assistência pré-natal voltada à saúde integral e a autonomia feminina

## Considerações finais

As PICS estão se tornando estratégias importantes no cuidado de enfermagem durante o pré-natal, ajudando a oferecer uma assistência mais humanizada, completa e focada nas necessidades de cada gestante. Os estudos analisados indicam que incluir essas práticas na rotina obstétrica amplia as possibilidades de cuidado, benefi-

ando o bem-estar físico, emocional e espiritual da mulher, além de fortalecer a relação entre o enfermeiro e a gestante.

As terapias mais utilizadas, como acupuntura, auriculoterapia, aromaterapia, reiki, meditação e fitoterapia, mostraram-se eficazes na redução de sintomas comuns na gravidez, como náuseas, ansiedade, dores musculares e insônia. Também ajudam a promover o relaxamento e a preparação física e emocional para o parto. Quando aplicadas de forma segura e ética, essas terapias podem ser grandes aliadas na promoção da saúde materna e na prevenção de problemas.

Além disso, foi observado que o papel do enfermeiro é fundamental para que essas práticas tenham sucesso. Ele atua como um mediador do cuidado, orientando, acolhendo a gestante e aplicando técnicas integrativas que respeitam a individualidade de cada mulher. Essa atuação ajuda a fortalecer o vínculo de confiança e também empodera a mulher, aspectos essenciais para que ela tenha autonomia e uma experiência positiva durante a gestação.

Por outro lado, os estudos também apontam alguns desafios, como a falta de formação específica para os profissionais, a ausência de protocolos padronizados e recursos limitados nas instituições de saúde para usar as PICS. Isso reforça a necessidade de investir mais em políticas públicas, na capacitação dos profissionais e em pesquisas que comprovem a segurança e eficácia dessas terapias no pré-natal.

Portanto, fica claro que as PICS representam um avanço importante para tornar o cuidado obstétrico mais humanizado e completo. Essa abordagem está alinhada com os princípios da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) e com as diretrizes da assistência de enfermagem voltada para a mulher. Incorporar essas práticas ao pré-natal amplia o papel do enfermeiro e reforça o compromisso da enfermagem com um cuidado baseado em evidências, sensível às necessidades da mulher em toda sua totalidade.

## Referências

1. Pereira EC, Souza GC, Schweitzer MC. Práticas Integrativas e Complementares ofertadas pela enfermagem na Atenção Primária à Saúde. *Saúde Debate*. 2022;46(spe1):152–64. doi:10.1590/0103-11042022E110.
2. Ministério da Saúde (BR). Práticas Integrativas e Complementares em Saúde – PICS [Internet]. [citado 2025 jul 12]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics>
3. Brasil. Ministério da Saúde. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde crescem 70% e ampliam o acesso ao cuidado integral no SUS [Internet]. 2025 [citado 2025 jul 28]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2025/marco/praticas-integrativas-e-complementares-em-saude-crescem-70-e-ampliam-o-acesso-ao-cuidado-integral-no-sus>
4. Fernandes KS, et al. Use of Integrative and Complementary Health Practices by professionals in

- pregnant women with low back pain: integrative review. *Braz J Pain*. 2021;4(2):161–6. doi:10.5935/2595-0118.20210014.
5. Gandolfi FRR, et al. Mudanças na vida e no corpo da mulher durante a gravidez. *Braz J Surg Clin Res*. 2019;27(1):126–31. Disponível em: [https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190607\\_200629.pdf](https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190607_200629.pdf).
6. Cavalcanti et al. Terapias complementares no trabalho de parto: ensaio clínico randomizado. *Rev Gaúcha Enferm*. 2019;40:e20180123.
7. Roblejo ES dos S, Torres JR, Abade EAF. Utilização das práticas integrativas e complementares em saúde no pré-natal: revisão integrativa. *J Nurs Health [Internet]*. 2021 [citado 2025 ago 2];11(1). Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/19330>
8. Silveira RP, Rocha CMF. Verdades em (des)construção: uma análise sobre as práticas integrativas e complementares em saúde. *Saúde Soc*. 2020;29(1):1–11. doi:10.1590/s0104-12902020180906.
9. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*. 2010;8(1):102-6.
10. Melo LSF. As práticas integrativas complementares no cuidado pré-natal de risco habitual: uma revisão integrativa [dissertação]. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz; 2017.
11. Ribeiro de Souza L, dos Santos Soares NM, Negreiros Santos S, de Moura Nunes HH, Girard Santos CC, Dias Pena Costa PV. Utilização das práticas integrativas e complementares em saúde no pré-natal de alto risco: Revisão integrativa. *Nursing (Edição Bras) [Internet]*. 2022 out 3 [citado 2025 ago 18];25(293):8842-53. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/2800>
12. Frawley J, Sibbritt D, Broom A, Gallois C, Steel A, Adams J. Complementary and alternative medicine practitioner use prior to pregnancy predicts use during pregnancy. *Women Health*. 2016;56(8):926-39. doi:10.1080/03630242.2016.1145170.
13. Steel A, Adams J, Sibbritt D, Broom A, Gallois C, Frawley J. Determinants of women consulting with a complementary and alternative medicine practitioner for pregnancy-related health conditions. *Women Health*. 2014;54(2):127-44. doi:10.1080/03630242.2013.876488.
14. Birdee GS, Kemper KJ, Rothman R, Gardiner P. Use of complementary and alternative medicine during pregnancy and the postpartum period: an analysis of the National Health Interview Survey. *J Womens Health (Larchmt)*. 2014;23(10):824-9. doi:10.1089/jwh.2013.4568.
15. Bowman RL, Davis DL, Ferguson S, Taylor J. Women's motivation, perception and experience of complementary and alternative medicine in pregnancy: A meta-synthesis. *Midwifery*. 2018;59:81-87. doi:10.1016/j.midw.2017.11.007.
16. Guanabens CDO. Práticas integrativas e complementares durante o período gestacional: o cuidado baseado em forças [dissertação]. Belo Horizonte: s.n.; 2023.
17. Jin B, Han Y, Jiang Y, Zhang J, Shen W, Zhang Y. Acupuncture for nausea and vomiting during pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *Complement Ther Med*. 2024;85:103079. doi:10.1016/j.ctim.2024.103079.



18. Silva HL, Almeida MV, Diniz JSP, Leite FMC, Moura MAV, Bringunte MEO, et al. Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco. *Acta Paul Enferm* [Internet]. 2020 [citado 2025 set 10];33:eAPE20190016. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO0016>
19. Lima-De-La-Iglesia C, Magni E, Botello-Hermosa A, Guerra-Martín MD. Benefits of Complementary Therapies During Pregnancy, Childbirth and Postpartum Period: A Systematic Review. *Healthcare (Basel)*. 2024;12(23):2481. doi:10.3390/healthcare12232481.
20. Smith CA, Shewamene Z, Galbally M, Schmied V, Dahlen H. The effect of complementary medicines and therapies on maternal anxiety and depression in pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2019;245:428-439. doi:10.1016/j.jad.2018.11.054.
21. Levett KM, Smith CA, Bensoussan A, et al. Complementary therapies for labour and birth: a randomised controlled trial of antenatal integrative medicine for pain management in labour. *BMJ Open*. 2016;6:e010691. doi:10.1136/bmjopen-2015-010691.
22. Fleet JA, Adelson P, McKellar L, Steen M. Antenatal education incorporating complementary medicine techniques for labour and birth to reduce the rates of epidural in primiparous women: A randomised control trial. *Midwifery*. 2024;139:104170. doi:10.1016/j.midw.2024.104170.
23. Ferraz GAR, Rodrigues MRK, Lima SAM, Lima MAF, Maia GL, Neto CAP, et al. O Reiki ou a oração são efetivos no alívio da dor durante a internação da cesariana? *São Paulo Med J*. 2017;135 (2). doi:10.1590/1516-3180.2016.0267031116.
24. Prasad S, Agrawal A, Kanwat B, Agrawal C, Sharma A, Bhandari A. Complementary and Alternative Medicine use among pregnant women attending antenatal clinic: a point to ponder. *J Perinat Med*. 2024;52(9):970-976. doi:10.1515/jpm-2024-0019.
25. Freitas JR, Silva AJ, Silva JAA, Ramos JRB, Silva FMV. A importância do enfermeiro nas práticas integrativas e complementares no sistema único de saúde. *Saúde Colet*. 2021;11(63):5376-89. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.36489/saudecoletiva.2021v11i63p5376-5389>
26. Ferraz GAR, et al. A aceitação da medicina alternativa complementar por gestantes com diabetes. *Rev Enferm UFPE on line*. 2019;13:e242061. doi:10.5205/1981-8963.2019.2420612019.
27. Mafetoni RR, Albiero Rubira AC, Carmona EV, Balamínut T, Sanfelice CF, Lopes MHBM. Exercícios de mobilidade da pelve materna na assistência pré-natal: um protocolo de revisão de escopo. *Rev Enf UFJF* [Internet]. 2023 nov 13 [citado 2025 set 24];9(1). Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/enfermagem/article/view/42257>
28. Frawley J, Adams J, Steel A, Broom A, Gallois C, Sibbritt D. Women's Use and Self-Prescription of Herbal Medicine during Pregnancy: An Examination of 1,835 Pregnant Women. *Womens Health Issues*. 2015;25(4):396-402. doi:10.1016/j.whi.2015.03.001.
29. Feijen-de Jong EI, Jansen DE, Baarveld F, Spelten E, Schellevis F, Reijneveld SA. Determinants of use of care provided by complementary and alternative health care practitioners to pregnant women in primary midwifery care: a prospective cohort study. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2015;15:140. doi:10.1186/s12884-015-0555-7.
30. Hwang JH, Kim YR, Ahmed M, Choi S, Al-Hammadi NQ, Widad NM, Han D. Use of comple-

mentary and alternative medicine in pregnancy: a cross-sectional survey on Iraqi women. BMC Complement Altern Med. 2016;16:191. doi:10.1186/s12906-016-1167-0.

31. Close C. Complementary and alternative therapies in pregnancy. Pract Midwife. 2015;18:29-30.

32. Bond S. Pregnant women use nonprofessional sources when seeking information about complementary and alternative practices. J Midwifery Womens Health. 2014;59(6):669. doi:10.1111/jmwh.12263\_4.