

CAPÍTULO 9

CONTRIBUIÇÕES DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE PARA O BEM-ESTAR DA GESTANTE

Valéria Pinto Rodrigues
Erlane Ribeiro dos Santos
Eudes José Braga Junior
Ingrid da Conceição Ribeiro
Débora de Cássia Quaresma Silva
Luana Caroline de Souza Costa
Lorrane Teixeira Araújo

RESUMO

Introdução: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) tratam-se de um conjunto de práticas terapêuticas que visam melhorar o processo saúde-doença do indivíduo, não sendo somente físico, mas também mental e espiritual, desse modo, essa terapêutica faz uso de recursos naturais reconhecidos pela Medicina Tradicional Chinesa, tais como acupuntura e a fitoterapia para recuperação da saúde e vitalidade do indivíduo. **Objetivo:** Entender como as práticas integrativas e complementares podem contribuir para o bem estar da gestante durante todo o período gestacional. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de Revisão Integrativa de Literatura de caráter descritivo com abordagem qualitativa que busca analisar as evidências científicas da contribuição das Práticas Integrativas e Complementares para o bem-estar da gestante. **Resultados e Discussão:** Seis artigos foram selecionados após a leitura completa dos textos para compor essa revisão da literatura. Acrescenta-se que o período cronológico das publicações foi de 2017, 2018, 2020 e 2021. Sendo (n= 4) publicados no idioma inglês e (n= 2) em português. Observou-se também, que em relação ao local de origem das publicações foram obtidos artigos provenientes do Brasil, Nigéria, Alemanha, Palestina e Japão. A partir dos resultados obtidos, bem como a leitura na íntegra dos mesmos, foi possível destacar alguns paralelos entre os autores, os quais possibilitou na formação de duas categorias que abordam sobre: Determinantes que influenciam no uso das PIC's; Relação entre os Fitoterápicos e a Gestação. **Considerações Finais:** Conclui-se, portanto, que as PICS são fundamentais para o cuidado individualizado e seguro da gestante, pois, o uso dessa terapêutica diminui os riscos advindos do excesso de medicalização. Desta forma, os estudos apontaram que o uso da medicina tradicional, como a fitoterapia, pode contribuir para o alívio e erradicações de vários sintomas, quando utilizado da maneira correta. Apesar das PICS serem, em sua maioria, de baixo custo e fácil aceitação e aplicação, muitas gestantes ainda as desconhecem, seja pelo perfil socioeconômico menor, ou ainda, pela própria falta de conhecimento da equipe de saúde, que não repassa essas informações durante o acolhimento. Nesse sentido, as práticas integrativas e complementares em saúde devem ser abordadas com mais frequência durante a assistência à gestante, de modo a garantir melhor conforto e bem-estar, diminuindo os riscos advindos da medicalização excessiva.

PALAVRAS-CHAVE: Terapias Complementares. Gravidez. Cuidado Pré-Natal.

1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) trata-se de um conjunto de práticas terapêuticas que visam melhorar o processo saúde-doença do indivíduo, não sendo somente físico, mas também mental e espiritual, desse modo, essa terapêutica faz uso de recursos naturais reconhecidos pela Medicina Tradicional Chinesa, tais como acupuntura e a fitoterapia para recuperação da saúde e vitalidade do indivíduo (BRASIL, 2006^a). Nesse sentido, foi implementado no Brasil a Política Nacional de Práticas

Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS) reconhecido pelas Portarias nº 971/2006 e nº 1.600/2006, através dessas portarias o Ministério da saúde visa atender de forma integral a população dentro das unidades de saúde, diminuindo potenciais riscos de combinações excessivas de medicamentos (BRASIL, 2006).

Diante deste contexto, nota-se as PICS como um fator positivo para melhorar a assistência à gestante, haja vista que a própria gestação pode desencadear alguns fatores adversos físicos e psíquicos, como o caso da depressão pós-parto, ansiedade, eclampsia, desconfortos respiratórios, entre outros (SILVA; CLAPIS, 2020; ROMERO; CASSINO, 2021; PEDRAZA; LINS, 2021). Além disso, um dos fatores positivos das PIC na gestação é o baixo custo para realização, pois, algumas práticas podem ser realizadas pelos familiares ou ainda, pela própria gestante através do auxílio de um profissional habilitado, como por exemplo a massoterapia (DALMOLIN; PAULINO, 2023). Desse modo, essa terapêutica consegue auxiliar para a melhora de sintomas como fadiga muscular, dores de cabeça, edemas nos membros inferiores, sem precisar recorrer ao uso de medicamentos.

Apesar de ser reconhecido pelo Ministério da Saúde, as PIC ainda são pouco difundidas entre os profissionais de saúde e assim, esse desconhecimento sobre esse método de cuidado reflete também na gestante. Desta forma, um estudo realizado Brasil em 2020 por Barros et. al demonstrou que a maioria dos gestores responsáveis pelo atendimento na Atenção Primária à Saúde (APS) na região metropolitana de Goiânia não sabiam definir com exatidão o que seriam as práticas integrativas em saúde, e foi identificado também que, apesar de constar no Cadastro Nacional dos Estabelecimentos de Saúde (CNES) 70 unidades na região com oferta de PIC apenas 21 realmente ofereciam o serviço aos usuários (BARROS *et al.*, 2020).

Diante do exposto acima, e tendo como base a problemática sobre a implementação das Práticas Integradas e Complementares no contexto da saúde, esse estudo tem como objetivo entender como as práticas integrativas e complementares podem contribuir para o bem estar da gestante durante todo o período gestacional.

2. METODOLOGIA

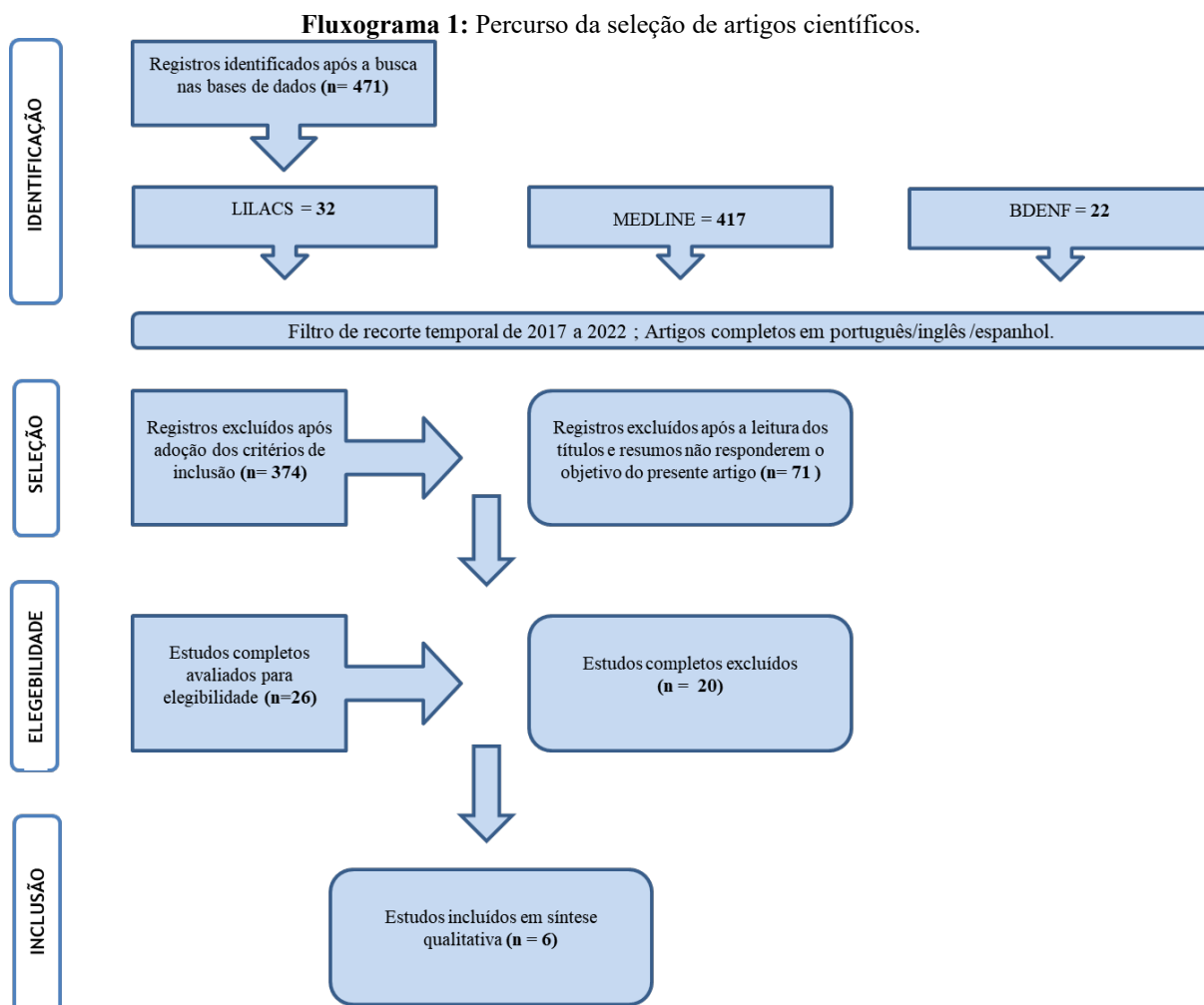
Trata-se de um estudo de Revisão Integrativa de Literatura de caráter descritivo com abordagem qualitativa que busca analisar as evidências científicas da contribuição das Práticas Integrativas e Complementares para o bem-estar da gestante.

Para Ercole e Alcorofado (2014) a RIL é um método que tem como finalidade sintetizar resultados obtidos em pesquisas sobre um tema ou questão, de maneira sistemática, ordenada e abrangente.

Para construção do presente estudo, foram realizadas as seguintes etapas: 1) Seleção da pergunta norteadora; 2) Definição dos critérios de inclusão e exclusão; 3) Categorização dos estudos; 4) Avaliação dos estudos incluídos na revisão; 5) Interpretação dos resultados e; 6) Síntese do conhecimento (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008). Definiu-se como pergunta norteadora: “Quais contribuições as Práticas Integrativas e Complementares têm no bem-estar da gestante?”.

Os critérios de inclusão foram: artigos publicados entre o período de 2017 a 2022; artigos completos em idiomas português, inglês e espanhol; artigos que contemplassem a pergunta norteadora. Em relação aos critérios de exclusão, foram excluídos artigos fora do período de abrangência da pesquisa; Artigos com títulos e resumos que não atendiam a pergunta norteadora; artigos duplicados nas bases de dados.

Para o levantamento na literatura, realizou-se uma pesquisa bibliográfica no mês de setembro 2022 nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System online (MEDLINE) e Banco de Dados em Enfermagem (BDENF), por meio do portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) do Ministério da Saúde. Foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) combinados com o operador booleano AND e OR: “Terapias Complementares” AND “Gravidez” OR “Cuidado Pré-Natal”. Obteve-se como amostra final 6 artigos científicos, sendo que o percurso de seleção dos estudos está disposto no Figura 1.



Fonte: Adaptado do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA, 2009).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme visto na figura 1, seis artigos foram selecionados após a leitura completa dos textos para compor essa revisão da literatura. Acrescenta-se que o período cronológico das publicações foi de 2017, 2018, 2020 e 2021. Sendo (n= 4) publicados no idioma inglês e (n= 2) em português. Observou-se também, que em relação ao local de origem das publicações foram obtidos artigos provenientes do Brasil, Nigéria, Alemanha, Palestina e Japão. As informações desses resultados estão sintetizadas no quadro 1 e 2.

Quadro 1: Estudos utilizados para o embasamento teórico.

Autores	Título	Objetivo	Ano
Jane-lovena Onyiat1*, Chinyelu Okafor1; Ijeoma Okoronkwo1,2, Agnes Anarado1, Ekene Chukwukelu3; Ada Nwaneri1 and Pat Okpala1	Complementary and alternative medicine use: Results from a descriptive study of pregnant women in Udi local Government area of Enugu state, Nigeria	Obter informações sobre o uso de Medicina Complementar e Alternativa entre gestantes.	2017
Nikolas Schürger1; Evelyn Klein1; Alexander Hapfelmeier2; Marion Kiechle1; Daniela Paepke1	Demand for integrative medicine among women in pregnancy and childbed: a German survey on patients' needs	Examinar os padrões de uso da Medicina Complementar e Alternativa (CAM) e a demanda por terapias integrativas, incluindo CAM, terapias de relaxamento, aconselhamento nutricional e assistência psicológica, entre mulheres na gravidez e berço.	2018
Sônia Regina Godinho de Lara1; Anna Paula Frassom da Silva Magaton2; Mônica Bimbatti Nogueira Cesar3; Maria Cristina Gabrielloni4; Márcia Barbieri5	Vivência de mulheres em trabalho de parto com o uso de essências florais.	Descrever a vivência de mulheres submetidas ao uso de essências florais como terapia não farmacológica para o alívio da dor e ansiedade durante o trabalho de parto.	2020
Hércules Luz da Silva1; Márcia Valéria de Souza Almeida1; Júlia da Silva Papi Diniz1; Franciéle Marabotti Costa Leite1; Maria Aparecida Vasconcelos Moura2; Maria Edla de Oliveira Bringuentel1; Camila Brandão-Souza3; Maria Helena Costa Amorim3	Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco	Avaliar os efeitos da Auriculoterapia nos níveis de ansiedade em gestantes atendidas em pré-natal de baixo risco.	2020
Özlem Iskender1; Sena Kaplan2	The association between quality of life and complementary and alternative medicine use in pregnant women with hyperemesis gravidarum	Este estudo investigou a associação entre qualidade de vida e saúde complementar e alternativa. uso de medicamentos (CAM) em mulheres grávidas com hiperêmese gravídica na Turquia.	2021
Yara Quzmar1; Zeina Istiatieh1; Hala Nabulsi1; Sa'ed H. Zyoud2,3,4 and Samah W. Al-Jabi3*	The use of complementary and alternative medicine during pregnancy: a crosssectional study from Palestine	Determinar a prevalência do uso de CAM por mulheres palestinas durante a gravidez, a mais utilizada. Produtos CAM durante o período de gravidez, as principais fontes que incentivam o uso de CAM entre gestantes mulheres e as causas do uso de CAM.	2021

Fonte: Autoria própria (2022).

No quadro 2 encontra-se dados relacionados a modalidade da pesquisa e síntese dos resultados de cada artigo científico escolhido.

Quadro 2: Síntese dos estudos escolhidos para o embasamento teórico.

Título	Modalidade da Pesquisa	Síntese dos Resultados
Complementary and alternative medicine use: Results from a descriptive study of pregnant women in Udi local Government area of Enugu state, Nigeria	Estudo descritivo transversal	A maioria (82,1%) das gestantes em Udi LGA usou CAM durante a gravidez, das quais 53,8% usaram CAM em gestações anteriores. O CAM usado varia de um único tipo a dezesseis tipos diferentes com ex., chá de ervas, sendo a mistura de ervas a CAM mais comumente usada. Enquanto a maioria (89,5%) do CAM utilizado pelas gestantes foi consumido por via oral, aproximadamente metade das gestantes utilizaram CAM em conjunto com a medicina convencional.
Demand for integrative medicine among women in pregnancy and childbed: a German survey on patients' needs	Pesquisa qualitativa	Participaram da pesquisa 394 dos 503 pacientes (78%). 60% declararam usar CAM em geral, 45% especificamente em relação à sua gravidez ou parto. As modalidades mais utilizadas foram as vitaminas (31% de todos os pacientes), ioga (24%) e suplementos de ervas (23%). As fontes mais populares de recomendação de uso de MCA foram parteiras e ginecologistas. Opções de terapia integrativa que os pacientes teriam desejado ao lado das convencionais cuidados de maternidade

		foram MCA (64%), terapias de relaxamento (44%), aconselhamento dietético (28%) e aconselhamento psicológico (15%). Além disso, associações entre as características sociodemográficas dos pacientes e sua demanda por terapias foram identificadas.
Vivência de mulheres em trabalho de parto com o uso de essências florais.	Pesquisa descritiva exploratória	Constatou-se que os efeitos da terapia floral, atuaram em sinergia, na redução dos sintomas de estresse-medo-tensão, além do aumento do bem-estar emocional proporcionando às parturientes a oportunidade de protagonizar o seu próprio trabalho de parto e parto.
Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco	Estudo clínico randomizado	No primeiro momento ambos os grupos apresentaram Traço de Ansiedade e Estado de Ansiedade em nível médio, não houve diferença estatística entre os grupos, o que evidenciou homogeneidade da amostra ($p=0,385$ e $p=0,352$, respectivamente); após a intervenção com auriculoterapia houve uma redução significativa do Estado de Ansiedade do grupo intervenção ($p=0,033$) entre a terceira e quarta consulta, o mesmo não ocorreu no grupo controle (0,052).
The association between quality of life and complementary and alternative medicine use in pregnant women with hyperemesis gravidarum	Estudo descritivo transversal	A maioria (84,2%) dos participantes afirmou fazer uso de MCA, principalmente “terapias de base biológica” (97,5%). Eles estavam mais satisfeitos com os “tratamentos mentais e físicos” (3,71 1,74). Participantes que não usaram CAM tiveram maior qualidade de vida “papel emocional” do que aqueles que usaram CAM ($p = 0,038$). No entanto, não houve diferenças estatisticamente significativas nos outros escores da subescala de qualidade de vida entre os dois grupos.
The use of complementary and alternative medicine during pregnancy: a cross-sectional study from Palestine	Estudo descritivo transversal	Participaram 400 gestantes atuais ou anteriores. Trezentos e cinquenta e cinco (91,5%) usaram pelo menos um método de CAM durante a gravidez. A maioria das mulheres usou pelo menos um método de base biológica terapias durante a gravidez (87,7%). Cento e uma gestantes (26,7%) utilizaram pelo menos um tipo de erva durante a gravidez. A erva mais relatada usada por 12,3% dos participantes foi o anis. Da mente-corpo terapias, a oração foi o método mais utilizado durante a gravidez (8,3%). Duzentos e sessenta e um (65,3%) participantes usaram CAM porque acreditavam que CAM não era prejudicial para eles ou seus bebês durante gravidez. Os participantes obtiveram a maior parte de suas informações sobre MCA de suas famílias (43,8%) e amigos (24,3%). Aproximadamente dois terços dos participantes (64,0%) achavam que os obstetras deveriam ser capazes de aconselhar sobre CAM usado.

Fonte: Autoria própria (2022).

A partir dos resultados obtidos, bem como a leitura na íntegra dos mesmos, foi possível destacar alguns paralelos entre os autores, os quais possibilitou na formação de duas categorias que abordam sobre: Determinantes que influenciam no uso das PIC's; Relação entre os Fitoterápicos e a Gestação.

3.1 Determinantes que influenciam no uso das PIC's

São muitas as Práticas Integrativas e Complementares dentro da medicina alternativa e o uso dessas práticas vem se popularizando ao longo dos anos entre as gestantes (LOREE *et al.*, 2016). No entanto, o acesso a essas atividades ainda é bem escasso graças a alguns determinantes como a escolaridade, fatores socioeconômicos, religiosos e culturais, além de fatores da região em que se está inserido (ISKENDER; KAPLAN, 2021).

A escolha muitas vezes se correlaciona com o custo-benefício das terapias, visto que a prática por mulheres com menores condições socioeconômicas são inferiores, que ainda assim demonstram interesse em tentar as diferentes abordagens da Medicina Chinesa para melhoria

do bem-estar ou em busca de recurso terapêutico que julgam ser menos agressivos do que os tratamentos medicamentosos (LOREE *et al.*, 2016).

Outro ponto a se levar em consideração são os fatores espirituais e crenças pessoais de cada mulher, que muitas vezes são referentes ao seu Estado e cultura, de forma a valorizar e acolher a individualidade delas (QUZMAR, 2021).

A forma que muitas mulheres tomam conhecimento das PIC's geralmente são através de experiências empíricas de amigos e familiares (QUZMAR, 2021). Uma vez que a divulgação dessas práticas ainda é escassa e pouco falada pelos profissionais atribuídas aos poucos estudos que corroboram a segurança e eficácia delas, algumas mulheres sentem-se inseguras pela incerteza dos benefícios e até mesmo por medo de que seja prejudicial à saúde do bebê (ONYIAPAT *et al.*, 2017).

3.2 Relação entre os Fitoterápicos e a Gestação

Os fitoterápicos são uma prática da medicina tradicional chinesa (MTC), que buscam tratar, diagnosticar, prevenir doenças e manter o bem-estar, atuando como uma intervenção não farmacológica principalmente na gestação e no trabalho de parto, os quais levam na maioria das vezes na substituição do uso de anestésicos e analgésicos (SILVA *et al.*, 2019).

A busca por equilíbrio emocional leva a muitas mulheres ao uso dos fitoterápicos, já que o estresse é um mecanismo biológico e adaptativo de defesa causado por diversos estímulos negativos, que acaba influenciando diretamente o período gestacional, levando a riscos para a mãe e o bebê (LARA *et al.*, 2020).

Schurger *et al.* (2018), destaca em seu estudo que os fitoterápicos como chás e óleos essenciais são amplamente utilizados para náuseas/vômito, controle da dor ou indução do parto, pois as mulheres acreditam ser eficazes e benéficos por serem natural e seguro se utilizado de maneira correta.

Vale ressaltar, que os aromas devem ser escolhidos com cautela por apresentarem características específicas em diferentes períodos da gestação, visto que são aromas que evaporam rapidamente, estimulando o sistema límbico e conseqüentemente os receptores que influenciam na frequência cardíaca, respiração e estresse (SILVA *et al.*, 2019).

O tratamento convencional para algumas ocorrências consideradas comuns durante a gravidez pode afetar diretamente a mãe e o feto, desse modo, muitas mulheres acabam sendo aconselhadas ao uso de chás de ervas que é um tratamento bastante conhecido por ser natural

(ISKENDER; KAPLAN, 2021). No entanto, algumas terapias com ervas combinadas com outros tratamentos convencionais e até mesmo com a dosagem errada, podem levar a graves complicações para o feto, logo é indubitável a importância da orientação de um profissional de saúde sobre a utilização das mesmas (SCHURGER *et al.*, 2018).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base no levantamento da literatura disponível no período abordado nesta revisão, conclui-se que as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são métodos terapêuticos eficazes para serem utilizados durante o período gestacional, todavia, fatores como os determinantes sociais podem influenciar negativamente no uso desta, haja vista que gestantes com situações socioeconômicas menos favorecidas e com baixa escolaridade, tendem a não possuir conhecimentos mais aprofundados sobre a importância dessas práticas.

Além disso, a falta de conhecimento pelos profissionais de saúde sobre esta prática, bem como a desvalorização da eficácia da medicina tradicional e valorização da medicina moderna, fomenta no cuidado biomédico e altamente farmacológico, método esse, nocivo tanto para a mãe quanto ao bebê, quando feito de modo exacerbado. Neste sentido, a revisão pode evidenciar que o uso de ferramentas naturais de cuidado garante melhor segurança e bem-estar na gestação, o uso de fitoterápico, por exemplo, pode inclusive substituir terapias medicamentosas em algumas situações. Assim, nota-se a fundamental importância das PICs na assistência de gestantes, diminuindo desconfortos advindos deste período, e contribuindo para um cuidado mais holístico pelos profissionais da saúde.

REFERÊNCIAS

DALMOLIN, R; PAULINO, L. G. A. Benefícios da massagem no período gestacional. **Revista Mato-grossense de Saúde**. v. 01, n. 01, fev. 2023. Disponível em: <<http://revistas.fasipe.com.br:3000/index.php/REMAS/article/view/192>>. Acessado em: Fev. 2023.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. C. Revisão integrativa versus revisão sistemática. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 09-11, 2014. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&as_sdt=0%2C5&q=https%3A%2F%2Fwww.reme.org.br%2Fartigo%2Fdetalhes%2F904&btnG=#d=gs_qabs&t=1677196135796&u=%23p%3D8NGkj7w_nF0J>. Acesso em: 16 nov. 2022.

ISKENDER, O.; KAPLAN, S. The association between quality of life and complementary and alternative medicine use in pregnant women with hyperemesis gravidarum. **Journal of**

Obstetrics and Gynaecology Research. 2021. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33754438/> > Acesso em: novembro, 2022.

LARA, S. R. G. *et al.* Vivência de mulheres em trabalho de parto com o uso de essências florais. **Rev Fun Care Online.** 12:162-168. 2020. Disponível em: < <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1048347>>. Acesso em: novembro, 2023.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & contexto-enfermagem,** v. 17, p. 758-764, 2008. Disponível em: < https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&as_sdt=0%2C5&as_vis=1&q=%28MENDES%3B+SILVEIRA%3B+GALVÃO%2C+2008%29+.&btnG=#d=gs_qabs&t=1677195829248&u=%23p%3DaeCnI_xfokQJ> . Acesso em: 16 nov. 2022.

ONYIAPAT, J. L. *et al.* Complementary and alternative medicine use: Results from a descriptive study of pregnant women in Udi local Government area of Enugu state, Nigeria. **BMC Complementary and Alternative Medicine.** 17:189. 2017. Disponível em: < <https://doi.org/10.1186/s12900-017-0344-3> >. Acesso em: novembro, 2022.

QZMAR, Y. *et al.* The use of complementary and alternative medicine during pregnancy: a cross-sectional study from Palestin. **BMC Complementary and Alternative Medicine.** 21:108. 2021. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33794888/> > Acesso em: novembro, 2022.

SCHURGER, N. *et al.* Demand for integrative medicine among women in pregnancy and childbed: a German survey on patients' needs. **BMC Complementary and Alternative Medicine.** 18: 187. 2018. Disponível em: < <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29907100/> > Acesso em: novembro, 2022.

SILVA, M. A. *et al.* Aromaterapia para alívio da dor durante o trabalho de parto. **Revista de Enfermagem:** ISSN: 1981-8963. 13 (2):455-63. Recife, 2019. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=SILVA+M.+A.+et+al.+Aromaterapia+para+al%3%ADvio+da+dor+durante+o+trabalho+de+parto.+Revista+de+Enfermagem%3A+ISSN%3A+1981-8963.+13+%28%29%3A45563.+Recife%2C+2019.+&btnG=#d=gs_qabs&t=1677933492399&u=%23p%3DpVaa-21PLMEJ. Acesso em: novembro, 2022.