

Os benefícios das terapias complementares para o cuidado no período gestacional – uma revisão integrativa¹

Aline Corrêa de Jesus²

Livia Crespo Drago³

RESUMO

Objetivo: Evidenciar a literatura científica sobre as terapias complementares no período gestacional, destacando os benefícios para o cuidado em saúde e de enfermagem. **Método:** Realizou-se um levantamento nas bases de dados PUBMED, LILACS e SciELO no período de 2006 ao 2018, através dos descritores: “terapias complementares”, “período gestacional” e “enfermagem”, observando-se publicações em português e inglês. Foram encontrados 31 artigos e selecionados apenas 02 artigos, que atenderam os critérios de inclusão e exclusão, cujos dados organizados puderam ser analisados. **Resultados:** A partir da análise dos dados foi possível caracterizar os artigos quanto ao ano, metodologia empregada, cidade onde os estudos foram realizados, base de dados no qual está indexado, objetivo e população do estudo e principais resultados encontrados. Além disso, foi possível elaborar 03 (três) categorias analíticas entre os artigos selecionados, são elas: “Desconfortos físicos em gestantes aliviados pelas terapias complementares”; “Terapias complementares utilizadas em gestante” e “Gestão de enfermagem para as terapias complementares”. **Conclusão:** As terapias complementares promovem sensação de bem estar e alívio aos desconfortos da gestação. Entretanto, há poucos estudos sobre isso. Por isso, cabe destacar a necessidade de garantir a segurança no uso de tais terapias para não prejudicar a gestante e nem o feto, pois há contraindicações. Faz-se necessário uma formação em terapias complementares e educação permanente nessa temática, além de mais pesquisas sobre este tema.

Descritores: Terapias Complementares; Período Gestacional e Enfermagem.

INTRODUÇÃO

Vários autores compreendem a gestação como um momento de preparação psicológica para a maternidade, no qual se está constituindo a maternidade (BIBRING, DWYER, HUNTINGTON; VALENSTEIN, 1961; BRAZELTON; CRAMER, 1992; LEIFER, 1977; RAPHAEL-LEFF, 1997; SMITH, 1999; SZEJER; STEWART, 1997).

São vividas, neste período, mudanças de diversas ordens - biológicas, somáticas, psicológicas e sociais (BIBRING ET AL., 1961; BIBRING; VALENSTEIN, 1976),

¹ Artigo apresentado como trabalho de conclusão de curso de pós-graduação em Estética e Bem Estar da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL) em maio de 2018.

² Enfermeira. Discente do curso de pós-graduação em Estética e Bem Estar. aline_correadejesus@hotmail.com

³ Enfermeira e Naturóloga. Docente da UNISUL. Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da UFSC. liviadrango@gmail.com

representando uma experiência única e intensa (BRAZELTON; CRAMER, 1992; KLAUS; KENNEL, 1992; RAPHAEL-LEFF, 1997, 2000; SOIFER, 1980).

A gravidez é o período em que o organismo da mulher passa por várias modificações, tanto fisiológicas como funcionais, adaptando-se para o desenvolvimento e crescimento do feto. (CONTE; BERTI, 2009). As alterações hormonais na gestação acarretam mudanças em todo o corpo da gestante, afetam particularmente a estrutura do sistema musculoesquelético, que sofre intensa modificação gravídica, por significativa retenção hídrica determinada pelo estímulo progesterônico. Associado a este fenômeno, ocorre o crescimento exagerado do útero e das mamas, que impõe sobrecarga de peso a coluna e pelve, principalmente as regiões lombossacra e torácica (MARTINS; SILVA, 2004).

A relaxina torna as articulações mais frouxas, e como resultado pode ocorrer lesões, como entorses de tornozelos, ocorre uma sobrecarga articular por má postura, desequilíbrios musculares, desconforto, dor (principalmente em região lombar e pélvica), alteração de equilíbrio (BURTI, 2006).

Terapias alternativas /complementares (TAC) são as técnicas que visam à assistência à saúde do indivíduo, seja na prevenção, tratamento ou cura, considerando-o como mente/corpo/espírito e não um conjunto de partes isoladas

O objetivo das terapias complementares é diferente da medicina ocidental, que visa o tratamento através do uso de alopáticos, intervindo no órgão ou parte doente. As terapias complementares consideram a pessoa como um todo

As terapias complementares são abordagens que visam à assistência à saúde do indivíduo, ou seja, na prevenção, tratamento ou cura, considerando-o como mente, corpo e espírito, não o enfocando como um conjunto de partes isoladas.

Alguns autores agrupam as Terapias Alternativas/complementares em:

- terapias físicas - acupuntura, moxabustão, shiatsu (e outras massagens), do-in, argiloterapia, cristais;
- hidroterapia - hidroterapia (não especificada), banhos, vaporização e sauna;
- fitoterapia - fitoterapia (não especificada), ervas medicinais, florais;
- nutrição - nutrição alternativa (não especificada), terapêutica nutricional ortomolecular;
- ondas, radiações e vibrações - radiestesia, radiônica;
- terapias mentais e espirituais - meditação, relaxamento psicomuscular, cromoterapia, toque terapêutico, visualização, Reiki;

- terapia de exercícios individuais - biodança, vitalização;

A Estratégia de Medicina Tradicional da OMS 2014-2023 ajudará os líderes de saúde a desenvolver soluções que contribuam para uma visão mais ampla de melhoria da saúde e autonomia do paciente. A estratégia tem dois objetivos principais: apoiar os Estados-Membros em aproveitar o potencial contribuição de Medicinas Tradicionais e Complementares aos cuidados de saúde, bem estar e centrada nas pessoas e promover o uso seguro e eficaz de Medicinas Tradicionais e Complementares através da regulação de produtos, práticas e profissionais.

Estes objetivos principais serão alcançados através da implementação de três objetivos estratégicos:

- 1) construir a base de conhecimento e formular políticas nacionais;
- 2) fortalecimento da segurança, qualidade e eficácia através de regulamentação; e
- 3) promover a cobertura universal de saúde integrando os serviços de Medicinas Tradicionais e Complementares e a auto-assistência de saúde nos sistemas nacionais de saúde.

O interesse pelas terapias complementares vem crescendo nos últimos anos, constituindo objeto de investigação científica para diversos pesquisadores. Podemos vê-las também, sendo inseridas como conteúdo curricular nos cursos de graduação em enfermagem, quer seja de forma optativa ou obrigatória, e também em cursos de pós-graduação, como por exemplo o da Estética e bem estar de caráter multiprofissional da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL).

Há de salientar que a enfermeira exerce papel fundamental nesse contexto já que é ela quem está em contato direto e mais profundo com a população, tendo a oportunidade de educá-la e esclarecê-la quanto ao uso (benéfico ou não) dessas técnicas, seja em hospitais, em centros de saúde ou junto à comunidade. O Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), no Parecer Informativo 004/95, reconhece a fundamentação da profissão de Enfermagem na visão holística do ser humano, o crescente interesse e utilização das práticas naturais no cuidado ao cliente e os aspectos do Código de Ética dos profissionais de Enfermagem que justificam a utilização das terapias naturais.

Finalmente, em 19/3/1997, o COFEN, através da Resolução 197, estabelece e reconhece as Terapias Alternativas como especialidade e/ou qualificação do profissional de Enfermagem. Sendo revogada a resolução para 0570/2018, que o enfermeiro deverá, obrigatoriamente, promover o registro de seus títulos de pós-graduação lato sensu e stricto sensu, este último em sua modalidade profissionalizante, no conselho regional de

enfermagem de sua jurisdição. Ou seja, deverá apresentar titulação de especialista em enfermagem em práticas alternativas e complementares.

Com base nesses dados, surgiu o seguinte questionamento: de que forma a literatura científica evidencia as terapias complementares no período gestacional, com destaque aos benefícios para o cuidado em saúde e de enfermagem? Com base nesse questionamento, objetivou-se realizar uma revisão integrativa da literatura, com a finalidade de evidenciar a literatura científica sobre as terapias complementares no período gestacional, destacando os benefícios para o cuidado em saúde e de enfermagem.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura. Este método de pesquisa permite a síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma particular área de estudo. A revisão integrativa inclui a análise de pesquisas relevantes que dão suporte para a tomada de decisão e a melhoria da prática clínica, possibilitando a síntese do estado do conhecimento de um determinado assunto, além de apontar lacunas do conhecimento que precisam ser preenchidas com a realização de novos estudos.

Cuja coleta de dados foi realizada no período de Janeiro a Março de 2018. A presente revisão integrativa contempla as seguintes etapas: definição da questão norteadora (problema) e objetivos da pesquisa; estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão das publicações (seleção da amostra); busca na literatura; análise e categorização dos estudos, apresentação e discussão dos resultados⁽¹¹⁾. Realizou-se a busca dos artigos originais indexados nas bases de dados LILACS, PUBMED e SciELO, por meio dos descritores “terapias complementares”, “período gestacional” e “enfermagem”,

Optou-se por bases de dados que contemplam as referências publicadas no período de 2005 a 2018, em língua portuguesa e em inglesa. Escolheu-se o referido período de busca, pela dificuldade de encontrar com esses descritores publicações recente.

Excluíram-se os artigos que não apresentaram textos publicados na íntegra e os duplicados.

RESULTADOS

A pesquisa em base de dados resultou em 03 artigos na base SciELO, 04 na LILACS e 24 na PUBMED. Após leitura dos resumos e tradução selecionaram somente 02 na base SciELO.

Posteriormente, constituíram a amostra do estudo, considerando os critérios de inclusão estabelecidos (Figura 1) e os artigos contemplando autor, objetivo, população e principais resultados sobre o perfil das gestantes e a percepção de gestantes quanto às terapias complementares (Quadro I);

Com relação à metodologia empregada, os estudos utilizaram abordagem qualitativa. Quanto ao local da pesquisa e autoria, observou-se que ambos os estudos foram conduzidos em São Paulo, publicados também na SciELO, no período de 2005 a 2006.

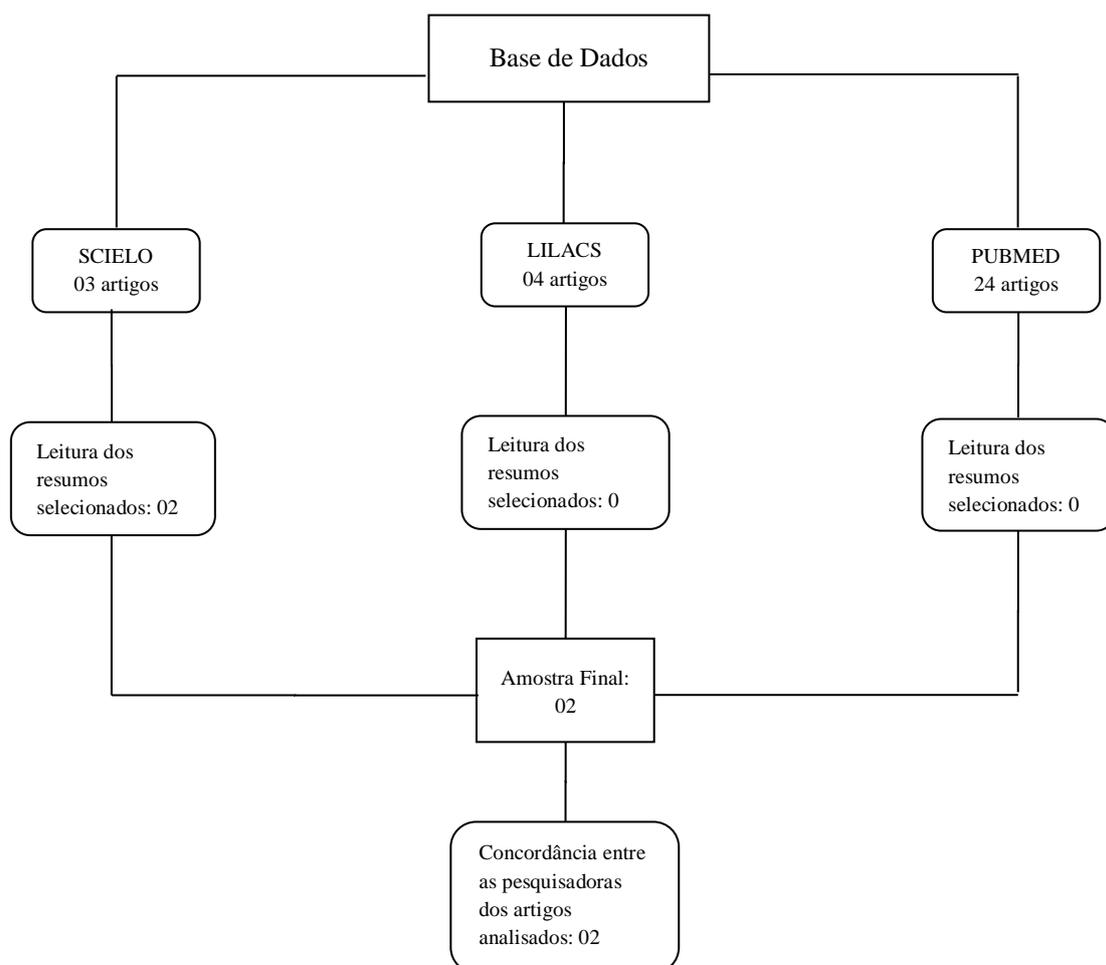


Figura 1 – Fluxograma elaborado pelas autoras da descrição da busca dos artigos nas bases de dados. Tubarão – SC, 2018.

Quadro I - Descrição dos artigos sobre os benefícios para o cuidado em saúde e de enfermagem de terapias complementares no período gestacional

Autor	População	Objetivo	Principais resultados
Reberte; (2005)	Gestantes	Identificar os desconfortos físicos e emocionais referidos pelas participantes de um grupo de gestantes e descrever os recursos da abordagem corporal empregados.	O trabalho corporal pode contribuir para a conscientização e sensibilização do próprio corpo, que se encontra em processo intenso processo adaptativo.
Hoga; (2006)	Gestantes	Avaliar o emprego das técnicas corporais em um grupo de gestantes.	As técnicas corporais promoveram alívio aos desconfortos da gestação; autocuidado e envolvimento entre casais.

Quadro II - Descrição dos artigos sobre as terapias complementares utilizadas por cada artigo e principal resultado associado a tal terapia.

Terapia complementar	Autor e ano de publicação	Principais resultados
Realizar massagem de deslizamento manual nos membros inferiores.	Reberte; Hoga (2005)	Efeitos de estimulação mecânica dos tecidos, reflexos de vasodilatação da musculatura, redução de dor e da disfunção somática.
	Hoga; Reberte (2006)	Redução da sensação dolorosa nos membros inferiores.
Relaxamento e percepção corporal.	Reberte; Hoga (2005)	Preservar o sono noturno.
	Hoga; Reberte (2006)	Prevenir insônia, diminuir fadiga corporal e promover consciência corporal.
Balanceio pélvico.	Reberte; Hoga (2005)	Alívio da dor na região lombar.

	Hoga; Reberte (2006)	Redução dos desconfortos provocados pelo volume abdominal, como a lombalgia.
Massagem de deslizamento com emprego do bambu.	Reberte; Hoga (2005)	Proporciona alívio dos desconfortos provocados pelas modificações corporais e sensação de bem estar.
	Hoga; Reberte (2006)	Consciência corporal e diminuição das tensões musculares.
Massagem do tipo fricção.	Reberte; Hoga (2005)	Identificação da região que provoca maior sensação dolorosa e trabalhar no local para propiciar o alívio.
	Hoga; Reberte (2006)	Alívio das dores locais.
Auto e heteromassagens com o emprego de bolas de tênis.	Reberte; Hoga (2005)	O alívio das tensões provocadas pelas modificações corporais da gestante.
	Hoga; Reberte (2006)	Ampliar a consciência corporal e promover alívio das dores.
Respiração e contração.	Reberte; Hoga (2005)	Alívio do fundo uterino e promove maior oxigenação
	Hoga; Reberte (2006)	Conhecimento e adoção dos tipos de respiração adequados, para etapas do trabalho de parto.
Massagem para recém nascidos, com princípios de bioenergética suave.	Reberte; Hoga (2005)	Conforto e proteção.
	Hoga; Reberte (2006)	Conforto e proteção.

Ainda sobre resultados, foi possível elaborar 03 (três) categorias analíticas entre os artigos selecionados, são elas: “Desconfortos físicos em gestantes aliviados pelas terapias complementares”; “Terapias complementares utilizadas em gestante” e “Gestão de enfermagem para as terapias complementares”.

Na categoria “Desconfortos físicos em gestantes aliviados pelas terapias complementares” são apresentados os sinais e sintomas que podem ser diminuídos com a aplicação de terapias complementares. Os artigos selecionados apontam que dores nos

membros inferiores; Insônia; Ansiedade; Fadiga corporal; Dores lombares; Desconfortos abdominais; Tensões musculares tiveram efetiva melhora com as terapias complementares.

Já na categoria “Terapias complementares utilizadas em gestante” Terapias complementares são tratamentos que enfocam o indivíduo de forma global, ou seja, físico, mental, emocional, espiritual e o meio ambiente, nada é analisados separadamente. Nos artigos selecionados, foram aplicadas as seguintes terapias complementares: Massagens de deslizamento manual; Massagem tipo fricção e massagem com o emprego de bambu; Promoção de relaxamento e percepção corporal; Auto e heteromassagens com emprego de bola de tênis; Balanceio pélvico; Técnica de contração de todos os segmentos corporais; Técnica de respiração torácica e abdominal.

Por fim, na categoria “Gestão de enfermagem para as terapias complementares”, a assistência ao paciente feita com excelência e segurança depende de uma liderança que saiba conduzir a equipe multiprofissional, e de um grupo que trabalhe em sinergia. O enfermeiro desempenha esse importante papel na coordenação e desenvolvimento destas atividades. Os objetivos estabelecidos para o grupo de gestantes podem variar, de acordo com as abordagens adotadas em cada proposta. As terapias complementares foram aplicadas no segundo e terceiro trimestre de gestação.

DISCUSSÃO

Dos artigos analisados, evidenciou-se que os estudos apontaram os desconfortos físicos relatado foram:

- Dor nos membros inferiores;
- Insônia;
- Ansiedade;
- Fadiga corporal;
- Dores lombares;
- Volume abdominal e seus desconfortos.

As técnicas complementares empregadas foram:

1: Massagem de deslizamento manual nos membros inferiores, utilizada para reduzir a sensação dolorosa nos membros inferiores;

- 2: Promoção de relaxamento e percepção corporal, para prevenir insônia, diminuir fadiga corporal e promover consciência corporal;
- 3: Identificação de segmentos corporais tensos e realização de heteromassagens com emprego de bolas de tênis, por meio de movimentos circulares, para ampliar a consciência corporal e para promover alívio das dores;
- 4: Balanceio pélvico, para reduzir os desconfortos provocados pelo volume abdominal, como lombalgia;
- 5: Massagem de deslizamento com emprego do bambu, para promover a consciência corporal e diminuir tensões musculares;
- 6: Massagem tipo fricção sobre as proeminências ósseas da região lombar para proporcionar alívio das dores no local.

A relação entre essas terapias e a enfermagem tem atraído crescente interesse no campo da saúde no mundo. Alguns pesquisadores têm examinado esse tópico explorando os contextos social, cultural, econômico e político, além das afinidades específicas entre essas terapias e a enfermagem. Contudo, a maior parte desse trabalho tem sido realizada no Reino Unido, na Austrália, no Canadá e nos Estados Unidos.

No gerenciamento das práticas integrativas, faz-se necessária a participação dos enfermeiros na divulgação das possibilidades terapêuticas e preventivas aos usuários. Todavia, há que se estimular essa discussão como responsabilidade de todos os envolvidos: docentes, enfermeiros dos serviços e dos próprios graduandos, visto ser o cenário das práticas integrativas um novo aspecto do mercado de trabalho, na área da saúde, promissor e em expansão.

Certamente a atuação do enfermeiro na assistência pré-natal dispõe de uma assistência de qualidade com garantia dos direitos da mulher, pois se sabe que, atualmente, a consulta de enfermagem na rede básica de saúde é realizada de acordo com o roteiro estabelecido pelo MS, garantida pela Lei do Exercício Profissional e o Decreto no 94.406/87. O pré-natal de baixo risco pode ser inteiramente acompanhado pelo enfermeiro.

CONCLUSÃO

Este estudo possibilitou evidenciar a literatura científica sobre as terapias complementares no período gestacional, destacando os benefícios para o cuidado em saúde e de enfermagem.

Atendendo aos critérios de inclusão, somente dois artigos de abordagem qualitativa foram selecionados. Apesar disso, três categorias de análises emergiram deles: “Desconfortos físicos em gestantes aliviados pelas terapias complementares”; “Terapias complementares utilizadas em gestante” e “Gestão de enfermagem para as terapias complementares”.

Há muitos benefícios quando se aplica terapias complementares em gestantes. O potencial do enfermeiro em realizar essas práticas ao longo do acompanhamento da gestante é muito grande, já que ele tem vínculo com esta mulher/casal/família na atenção primária. Apesar do interesse em terapia complementares crescer cada dia mais entre as pessoas e os profissionais, tanto na área privada quando na pública, há de se destacar a necessidade de garantir a segurança no uso de tais terapias para não prejudicar a gestante e nem o feto, pois há contraindicações. Por isso se faz necessário que os currículos de graduação em enfermagem atendam de formação para as terapias complementares e que os profissionais de enfermagem realizem educação permanente nesta temática. Além disso, sugere-se mais pesquisas na temática da gestação e terapias complementares.

Por fim, ao realizar o artigo pude perceber que existe uma escassez de estudos relacionados a esse tema. Atingimos o objetivo mesmo ao deparar com essa dificuldade, e acredito que os enfermeiros possam utilizar e aplicar essas técnicas no seu dia a dia profissional, fará toda a diferença para a saúde da mulher gestante e, conseqüentemente, para o feto.

The benefits for the care of the complementary therapies in the gestational period - an integrative revision

ABSTRACT

Objective: To demonstrate the scientific literature on complementary therapies in the gestational period, highlighting the benefits for health care and nursing. **Methods:** A survey was carried out in the PUBMED, LILACS and SciELO databases from 2006 to 2018, using the descriptors: "complementary therapies", "gestational period" and "nursing", with publications in Portuguese and English. We found 31 articles and selected only 2 articles, which met the inclusion and exclusion criteria, whose organized data could be analyzed. **Results:** From the analysis of the data it was possible to characterize the articles regarding the year, methodology used, city where the studies were carried out, the database in which it is indexed, the objective and population of the study and the main results found. In addition, it was possible to elaborate three (3) analytical categories among the selected articles, they are: "Physical discomforts in pregnant women relieved by the complementary therapies"; "Complementary therapies used in pregnant women" and "Nursing management for complementary therapies". **Conclusion:** Complementary

therapies promote a sense of well-being and relief from the discomforts of pregnancy. However, there are few studies on this. Therefore, it is important to emphasize the need to ensure safety in the use of such therapies so as not to harm the pregnant woman or the fetus, as there are contraindications. It is necessary to train in complementary therapies and permanent education in this subject, as well as further research on this topic.

Keywords: Complementary Therapies; Gestational Period and Nursing.

REFERÊNCIAS

ADAMS, J. Tovey P. **Complementary and Alternative Medicine (CAM) and nursing: from advocacy to critical sociology.** In: Tovey P, Easthope G, Adams J. *The Mainstreaming of Complementary and Alternative Medicine: studies in social context.* London: Routledge; 2003. p. 202-25.

BARBOSA, M. A. **A utilização de terapias alternativas por enfermeiros brasileiros.** [Tese]. São Paulo (SP): Escola de Enfermagem/USP; 1994. [[Links](#)]

15. BARROS, N.F, Adams J. **A pesquisa sobre as terapias alternativas e complementares e enfermagem no Brasil.** Rev Latinoam Enferm. 2005;13(3):453-4.

BAUGNIE, J. Bonn H, Ostbye T. **Complementary/Alternative Medicine: comparing the view of medical students in other health care professions.** Fam Med 2000 março; 32(3):178-84

BURTI, J. S. et. al. **Adaptações fisiológicas no período gestacional.** Revista Fisioterapia Brasil. São Paulo, v.7, n.5, p.375-380, set. 2006

CANAVARRO, M. I. (2001). **Psicologia da Gravidez e da Maternidade.** Coimbra: Quarteto Editora.

[COFEN] Conselho Federal de Enfermagem (BR). **Parecer normativo do COFEN n° 004/95. Dispõe sobre as atividades em Terapia alternativa.** Bol Inf COREn 1995; 18(4):8. [[Links](http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-0570-2018_61172.html)] http://www.cofen.gov.br/resolucao-cofen-no-0570-2018_61172.html. [[Links](#)]

HILL, A. **Guia das medicinas alternativas: todos os sistemas de cura natural.** São Paulo (SP): Hemus.

MANN, L.; KLEINPAUL, J. F.; TEIXEIRA, C. S.; MORO, A. R P. **Gravidez: um estado de saúde, de mudanças e adaptações.** Revista Digital Efdesportes, n. 139, 2009.

MENDES, KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: **método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.** Texto & Contexto Enferm. 2008;17(4):758-64.

[MS] Ministério da Saúde (BR). **Assistência pré-natal: manual técnico**. Brasília: Ministério da Saúde; 2000.

NOGUEIRA, M. J de C. **Fitoterapia e enfermagem comunitária**. [Tese]. São Paulo (SP): Escola de Enfermagem/USP; 1983.

[OMS] Organização mundial da saúde. **Estratégia de la OMS sobre medicina tradicional 2014- 2023**. Genebra, 2013.

PARANAGUÁ, TTB, Bezerra ALQ. **Atuação do enfermeiro em um hospital especializado em práticas integrativas**. Rev Enferm UERJ. 2008;16(2):261-7.

REBERT, LM, Hoga LAK. **O desenvolvimento de um grupo de gestantes com a utilização de imagem corporal**. Cienc Enferm, 2005 abril-junho.

REBERT, LM, Hoga LAK. **Técnicas corporais em grupo de gestantes: a experiência dos participantes**. Cienc Enferm, 2006 Setembro-Novembro.