



A UTILIZAÇÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO CICLO GRAVÍDICO NO ÂMBITO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA: REVISÃO INTEGRATIVA

THE USE OF INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY PRACTICES IN THE PREGNANCY CYCLE IN PRIMARY CARE: AN INTEGRATIVE REVIEW

Lucas Manoel Oliveira Costa

Escola de Saúde Pública do Maranhão, Brasil

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7184-2318>

E-mail: enflucasmocosta@gmail.com

Silmara Alves Oliveira da Conceição Silva

Instituto de Ensino Superior Múltiplo, Brasil

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8158-0462>

E-mail: silmara.aocsilva@gmail.com

Gaubeline Teixeira Feitosa

Universidade Federal do Piauí, Brasil

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7178-6037>

E-mail: g_teixeira_@hotmail.com

Izabel Luiza Rodrigues de Sousa Viana

Instituto de Ensino Superior Múltiplo, Brasil

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7287-3092>

E-mail: izasousav2@gmail.com

Tatyanne Silva Rodrigues

Universidade Federal do Piauí, Brasil

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1359-5843>

E-mail: enfatyannesr@gmail.com

Submetido: 6 fev. 2024.

Aprovado: 30 abr. 2024.

Publicado: 18 maio 2024.

E-mail para correspondência:

enflucasmocosta@gmail.com

Resumo: A gestação é compreendida como um período delineado por inúmeras modificações físicas, emocionais e hormonais, por vezes alinhadas ao abandono familiar e a solidade materna. Sabe-se também que a Atenção Primária à Saúde representa a porta de entrada dos usuários do SUS, facilitando o acesso à saúde e continuidade assistencial. Considerando os múltiplos processos que podem interferir no ciclo gravídico, as práticas integrativas complementares emergem como tecnologias inovadoras na promoção do autocuidado da gestante. O objetivo do estudo é analisar, por meio de revisão integrativa, o uso das práticas integrativas e complementares durante o ciclo gravídico na Atenção Primária à Saúde. Trata-se de uma Revisão Integrativa da literatura que utilizou a estratégia PICo por meio dos descritores controlados: gravidez, terapias complementares e atenção primária à saúde e seus termos alternativos. A busca ocorreu nas bases de dados LILACS, BDNF, IBECs, via



BVS, MEDLINE via PUBMED e SciELO, no recorte temporal de 2017 a 2022. A amostra inicial foi de 2.404.698 de artigos, estratificados após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, perfazendo uma amostra final de 15 artigos. As pesquisas apontam que a gestação passa por alterações capazes de afligir a saúde da pessoa gestante, bem como do conceito. Queixas como a lombalgia, insônia, distúrbios ansiosos, além da associação a comorbidades, foram identificadas entre as complicações deste ciclo. Tais ofereceram a emancipação no autocuidado, independência na tomada de decisões, inclusão familiar, modulação de biomarcadores de estresse e manejo da dor. A análise acerca dos achados na literatura evidenciam a variedade de estímulos físicos, bioquímicos e emocionais proporcionados benefício por estas práticas na gravidez, bem como elucidou-se a diversificação de suas aplicabilidades. O estudo reforça que sua utilização na Atenção Primária à Saúde proporciona maior vínculo entre gestante e profissionais e maior adesão do pré-natal.

Palavras-chave: Gravidez. Terapias Complementares. Atenção Primária à Saúde

Abstract: Pregnancy is understood as a period marked by countless physical, emotional and hormonal changes, sometimes aligned with family abandonment and maternal loneliness. It is also known that Primary Health Care is the gateway for SUS users, facilitating access to health and continuity of care. Considering the multiple processes that can interfere in the pregnancy cycle, complementary integrative practices have emerged as innovative technologies for promoting self-care for pregnant women. The aim of this study is to analyze, through an integrative review, the use of integrative and complementary practices during the pregnancy cycle in Primary Health Care. This is an Integrative Review of the literature that used the PICO strategy through the controlled descriptors: pregnancy, complementary therapies and primary health care and their alternative terms. The search took place in the databases LILACS, BDNF, IBECs, via BVS, MEDLINE via PUBMED and SciELO, from 2017 to 2022. The initial sample was 2,404,698 articles, stratified after applying the inclusion and exclusion criteria, giving a final sample of 15 articles. Research has shown that pregnancy involves changes that can affect the health of both the pregnant woman and the unborn child. Complaints such as low back pain, insomnia, anxiety disorders and the association with comorbidities were identified among the complications of this cycle. These offered emancipation in self-care, independence in decision-making, family inclusion, modulation of stress biomarkers and pain management. The analysis of the findings in the literature shows the variety of physical, biochemical and emotional stimuli provided by these practices during pregnancy, as well as the diversification of their applications. The study reinforces that their use in Primary Health Care provides a greater bond between pregnant women and professionals and greater adherence to prenatal care.

Keywords: Pregnancy. Complementary Therapies. Primary Health Care.

Introdução

Historicamente, durante seu processo evolutivo, o ser humano aprendeu a lidar com situações de sua rotina a partir do empirismo, seja ao enfrentar traumas, na aprendizagem da cultura de seu alimento ou ao passar pelo processo do adoecimento. No tocante às situações de adoecimento, têm-se registros da utilização de alguns meios a fim de contornar



ou postergar essas queixas, como o uso de plantas medicinais aderidas a partir da observação da natureza, caracterizando os primeiros contatos com as Terapias Alternativas e Complementares (TACs) ⁽¹⁾.

Séculos depois, durante a potencialização da industrialização e da difusão das terapias farmacológicas, as linhas naturais de tratamento foram substituídas por um conceito biomédico, impulsionado pelos tratamentos medicamentos acessíveis e de fácil adesão coletiva e individual, o que permitiu a desconexão com as práticas tradicionais ⁽²⁾.

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) configuram-se como meios terapêuticos que proporcionam a compreensão do processo de adoecimento, bem como enaltecem o autocuidado e uma assistência holística e humanizada. Essas práticas emergem de estímulos naturais do corpo para ofertar saúde e prevenir doenças, sendo um contraponto à medicina ocidental, que visa o tratamento através do uso de alopáticos/princípios químicos isolados ⁽³⁾.

No Brasil, as PICS são garantidas aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), aprovada pela Portaria nº 971 de 03 de maio de 2006, e ampliada pelas portarias GM nº 849/2017 e GM nº 702/2018. As 29 práticas que compõem a PNPIC, contribuem para a difusão de novos meios assistenciais, além de garantir uma maior resolutividade e integralidade no processo de saúde-doença, podendo-se citar: a acupuntura, fitoterapia, meditação, musicoterapia, reflexoterapia, reiki, yoga, aromaterapia, hipnoterapia e terapia com florais ⁽⁴⁾.

Ao considerar o uso das PICS no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS), existe uma direta concordância entre seus princípios e os benefícios, uma vez que esse nível de atenção tem como pilares as ações de promoção, prevenção e recuperação da saúde de seus usuários ^(5,6).

A partir desta ótica, torna-se oportuna a utilização das PICS nos diversos contextos de saúde, em especial no ciclo gravídico. De acordo com Maffei *et al.* (2021), a gestação é um período urdido de diversas modificações físicas, fisiológicas e psicossociais, delineadas por alterações hormonais e estruturais do corpo, para que o embrião possa se desenvolver ⁽⁷⁾.

Não obstante a isto, entende-se que as modificações do tamanho do útero, aumento das mamas, sobrecarga de peso na coluna e na pelve, alinhado a vômitos, pirose, cólicas, polaciúria, dificuldades para deambular e cefaleias, quando contextualizadas ao abandono da parceria, desamparo familiar, ou influenciados pela cultura, podem tornar a gestação ainda mais desafiadora, fazendo-se necessário a utilização de meios facilitadores, minimizando o



uso de recursos farmacológicos ou processos invasivos. Desta maneira, as PICs surgem de forma a humanizar a assistência ofertada, fomentando também o vínculo entre profissional e paciente ⁽⁸⁾.

Neste sentido, o objetivo desta pesquisa é analisar o uso das práticas integrativas e complementares durante o ciclo gravídico na Atenção Primária à Saúde descritas na literatura científica.

Metodologia

Esta pesquisa se trata de uma Revisão Integrativa (RI) da literatura, que, sob a ótica da pesquisa de Mendes, Silveira e Galvão ⁽⁹⁾, permite a síntese de conhecimentos, a avaliação de estudos já existentes, voltados para decisões e melhorias da prática clínica, bem como indica a indispensabilidade de novos estudos para o preenchimento das lacunas existentes nos contemporâneos conhecimentos científicos. Isto se dá por meio de um processo sistemático, analítico e rigoroso, capaz de ser replicado pelos leitores, validando o rigor metodológico aplicado na pesquisa ⁽⁹⁾.

Destaca-se que este estudo foi construído a partir das seguintes etapas metodológicas: 1- elaboração da pergunta norteadora da revisão; 2- pesquisa e seleção de pesquisas primárias; 3- extração dos dados dos estudos selecionados; 4- análise dos estudos inclusos; 5- síntese dos resultados; 6- apresentação do método ⁽⁹⁾.

A partir deste contexto, destaca-se que a questão que norteou esta pesquisa foi: quais as práticas integrativas e complementares utilizadas na atenção primária à saúde durante o ciclo gravídico? Elaborada com base na estratégia PICO, na qual o P- refere-se à paciente ou problema; I- intervenção estudada ou interesse e Co- contexto.

Alinhado a isto, a fim de preencher a estratégia, utilizou-se os descritores controlados e termos alternativos encontrados no banco de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e nos *Medical Subject Headings* (MeSH). Dessa forma, elaborou-se a seguinte estrutura para o acrônimo: P- Gravidez/*Pregnancy*; I- Terapias Complementares/*Complementary Therapies*; Co- Atenção Primária à Saúde/*Primary Health Care*, evidenciados no Quadro 01.



Quadro 1. Definição dos descritores controlados e termos alternativos

| Pico | Descritores Controlados | Termos Alternativos |
|---|--------------------------|---|
| P - (Gravidez) | Gravidez | Gestação |
| I - (Terapias Integrativas e Complementares) | Terapias Complementares | Medicina alternativa Medicina complementar Medicina complementar e integrativa Medicina integrativa e complementar Práticas complementares e integrativas Práticas integrativas e complementares Práticas de saúde complementares e integrativas Práticas de saúde integrativas e complementares Terapias alternativas Terapias complementares e integrativas Tratamentos complementares |
| Co- (Atenção Primária) | Atenção Primária à Saúde | Atendimento básico Atendimento primário Atendimento primário de saúde atenção básica Atenção básica à saúde Atenção básica de saúde Atenção primária Atenção primária de saúde Atenção primária em saúde Cuidado de saúde primário Cuidado primário de saúde Cuidados de saúde primários Cuidados primários Cuidados primários à saúde Cuidados primários de saúde Primeiro nível de assistência Primeiro nível de atendimento Primeiro nível de atenção Primeiro nível de atenção à saúde primeiro nível de cuidado Primeiro nível de cuidados |

Fonte: Dos autores (2024).

Para responder à pergunta da pesquisa realizou-se um levantamento bibliográfico nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Banco de Dados em Enfermagem (BDENF), *Índice Bibliográfico Español en Ciencias de la Salud* (IBECS), via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) via PUBMED e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO).

A busca nas bases de dados supracitadas ocorreu entre os anos de 2022 e 2023. Acerca dos critérios de inclusão, foram selecionados artigos primários, disponíveis na íntegra, dentro do recorte temporal de 2017 a 2022, para captação de estudos nos idiomas inglês,

português ou espanhol, e que respondessem à questão norteadora e ao objetivo do estudo. Foram descartados artigos de revisão, teses, dissertações, trabalhos de conclusão de curso, artigos duplicados.

Ainda neste sentido, para alinhar os descritores nas bases de dados supracitadas e ampliar a busca dos achados, estruturou-se uma estratégia de pesquisa utilizando os operadores booleanos OR, AND, os quais foram associados de diferentes maneiras, a fim de resgatar a maior quantidade de artigos relacionados sobre o tema, sendo aplicados nos idiomas destacados anteriormente, nas bases de dados escolhidas, conforme descrito no Quadro 2.

Quadro 2. Estratégias de busca empregadas nas bases de dados

| Base de Dados | Estratégias de Busca Utilizadas |
|--|---|
| LILACS, BDNF E IBECs (via BVS) | (Gravidez) OR (Gestação) AND (Terapias Complementares) OR (Medicina Alternativa) OR (Medicina Complementar) OR (Práticas Integrativas e Complementares) OR (Terapias Alternativas) OR (Tratamentos Complementares) AND (Atendimento Básico) OR (Atendimento Primário de Saúde) OR (Atenção Básica) OR (Atenção Básica à Saúde) OR (Atenção Básica de Saúde) OR (Atenção Primária) OR (Atenção Primária de Saúde) OR (Cuidados Primários à Saúde) OR (Cuidados Primários de Saúde) OR (Primeiro Nível de Assistência) OR (Primeiro Nível de Atendimento) |
| SciELO | (Gravidez) OR (Gestação) AND (Práticas Integrativas e Complementares) OR (Terapias Alternativas) OR (Tratamentos Complementares) |
| MEDLINE (via PUBMED) | (<i>Pregnancy</i>) OR (<i>Gestation</i>) AND (<i>Complementary Therapies</i>) OR (<i>Alternative Medicine</i>) OR (<i>Complementary Medicine</i>) OR (<i>Integrative and Complementary Practices</i>) OR (<i>Alternative Therapies</i>) OR (<i>Complementary Treatments</i>) AND (<i>Primary Health Care</i>) OR (<i>Health Care</i>) |

Fonte: Dos autores (2024).

A fim de expor metodologicamente o processo de identificação, seleção, análise e inclusão dos artigos para compor esta revisão, utilizou-se o método PRISMA modificado, descrito na Figura 1. Intitulado de *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*, também conhecido como método ou estratégia PRISMA, consiste em um checklist com 27 itens e um fluxograma de quatro etapas, seu objetivo é auxiliar os autores a aprimorarem suas revisões, como também pode ser usado para a avaliação de intervenções (10).

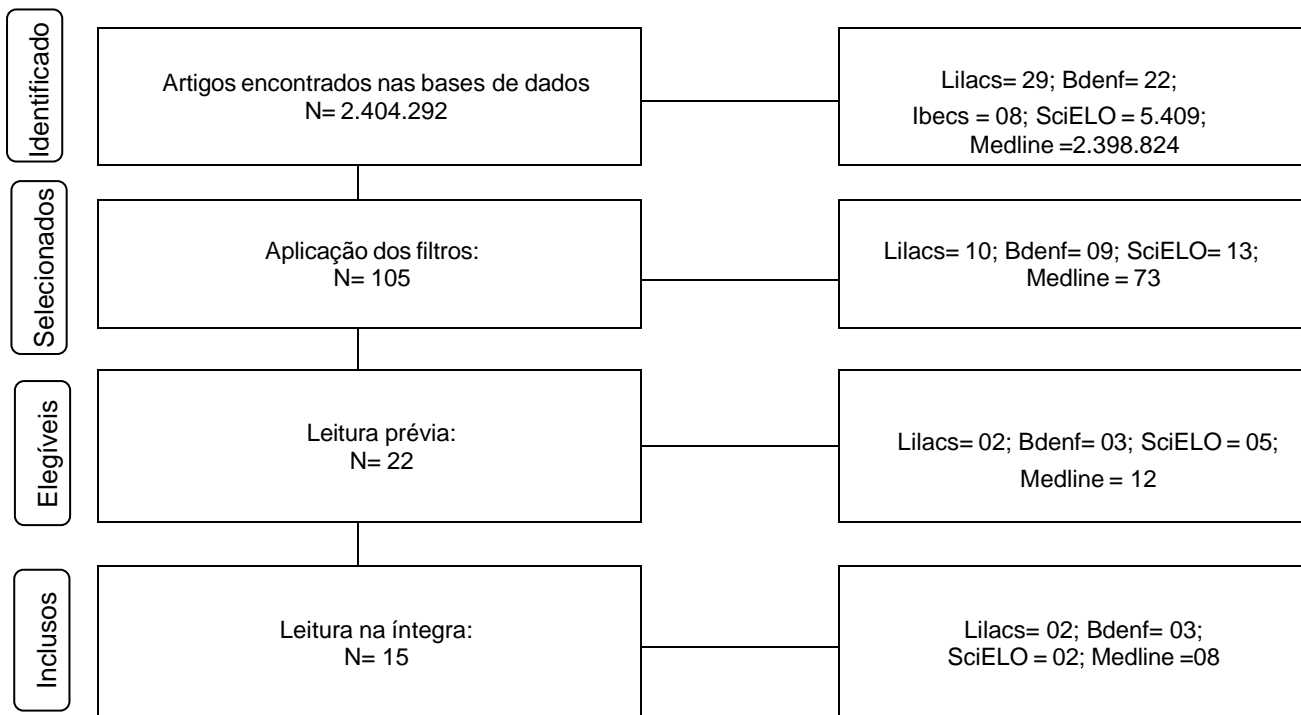
A análise primária dos dados foi realizada por meio da leitura prévia dos títulos e resumos de cada artigo identificados durante as buscas para a ponderações iniciais, após a

aplicação dos critérios de inclusão e exclusão preestabelecidos. Posteriormente, realizou-se a leitura na íntegra de cada estudo elegível, a fim de compreender a sua adequação com a questão norteadora elaborada, descartando os não condizentes com o objetivo da pesquisa. A amostra final abrangeu 15 estudos, que foram integrados nesta revisão.

Resultados

Para análise e interpretação dos dados, foram utilizados os procedimentos da revisão sistemática da literatura, seguindo etapas estruturadas e delineadas pelo alto rigor metodológico de avaliação. Na figura 01 abaixo constam os resultados quantitativos acerca do processo de captação dos estudos para compor esta pesquisa. Com a aplicação das estratégias de busca nas bases de dados foram encontrados a princípio 2.404.292 de artigos. A partir da amostra original, 2.404.187 pesquisas foram descartadas com a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, levando à mostra secundária de 105 artigos. Posteriormente, após a leitura prévia e na íntegra dos estudos, obteve-se a amostra final de 15 artigos.

Figura 1. Fluxograma de seleção dos estudos primários, de acordo com a recomendação PRISMA



Fonte: Dos autores (2024).



Para melhor compreensão dos artigos analisados, foi elaborado um quadro resumo que descreve as pesquisas por meio da identificação de títulos, autores, ano e país de publicação, periódicos, bases de dados, abordagem metodológica e tipo de estudo.

Quadro 3. Caracterização dos artigos incluídos na revisão integrativa

| Título | Autoria, ano e local de publicação | Periódico e bases de dados | Abordagem metodológica/ Tipo de pesquisa |
|--|--|---|--|
| A aceitação da medicina alternativa complementar por gestantes com diabetes. | (FERRAZ, G. A.; <i>et al.</i> ,2019). (BRASIL) | Revista de enfermagem. UFPE on line (BDEF) | Trata-se de um estudo descritivo, exploratório com entrevistas em profundidade. (QUALITATIVO) |
| Acupuntura no estresse percebido em gestantes: um estudo de intervenção. | (COSTA <i>et al.</i> , 2022). (BRASIL) | Revista de enfermagem. USP on line (BDEF) | Trata-se de um estudo de intervenção do tipo antes e depois. (QUANTITATIVO) |
| Tratamento com acupuntura: avaliação multidimensional da dor lombar em gestantes. | (MARTINS, E. S.; <i>et al.</i> , 2018) (BRASIL) | Revista de enfermagem. USP on line (BDEF) | Estudo quase experimental, antes e depois. (MISTO) |
| Os efeitos de uma intervenção de música e canto durante a gravidez no bem-estar materno e vínculo mãe-bebê: um estudo randomizado e controlado | (WULF, V.; <i>et al.</i> , 2020) (ALEMANHA) | <i>Archives of Gynecology and Obstetrics</i> (MEDLINE) | Trata-se de um estudo randomizado e controlado (QUALITATIVO) |
| O relaxamento agudo durante a gravidez leva a uma redução na atividade eletrodérmica materna e nos níveis de estresse autorrelatados | (BAUER, I.; <i>et al.</i> , 2021) (ALEMANHA) | <i>BMC Pregnancy and Childbirth</i> (MEDLINE) | Trata-se de um estudo do tipo transversal (MISTO) |
| Efeito da musicoterapia sobre os parâmetros vitais, ansiedade e sensações vivenciadas no período gestacional | (PEREIRA, A. C. A.; <i>et al.</i> ,2021) (BRASIL) | Revista Baiana de Enfermagem (LILACS) | Estudo de intervenção mista antes e depois, de amostra por conveniência (MISTO) |
| Custo-efetividade da acupuntura versus tratamento padrão para dor pélvica e lombar na gravidez: um estudo controlado randomizado | (NICOLIAN, S.; <i>et al.</i> ,2019) (FRANÇA) | <i>Revista PLoS ON</i> (MEDLINE) | Trata-se de um ensaio controlado randomizado pragmático-aberto. (QUANTITATIVO) |



| | | | |
|--|---|---|--|
| Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco | (SILVA, H. L.; <i>et al.</i> , 2020) (BRASIL) | Acta Paulista de Enfermagem (LILACS) | Trata-se de estudo clínico randomizado, simples-cego (MISTO) |
| Tratar a dor na gravidez com Acupuntura: resultados do estudo observacional de uma clínica gratuita na Nova Zelândia | (SOLIDAY, E.; BETTES, D. 2018) (NOVA ZELÂNDIA) | <i>Journal of Acupuncture and Meridian Studies</i> (MEDLINE) | Trata-se de um estudo observacional (QUALITATIVO) |
| Efeito da acupuntura auricular na dor relacionada à gravidez na região lombar e cintura pélvica posterior: um ensaio clínico randomizado multicêntrico | (VAS, J.; <i>et al.</i> , 2019) (ESPANHA) | <i>Obstet Gynecol Scand</i> (MEDLINE) | Ensaio clínico randomizado controlado (QUANTITATIVO) |
| Efeitos do yoga nos riscos cardiometabólicos e desfechos fetomaterno estão associados ao óxido nítrico sérico na hipertensão gestacional: um estudo controlado randomizado | (KARTIGA, K.; <i>et al.</i> , 2022) (ÍNDIA) | <i>Scientific Reports</i> (MEDLINE) | Este estudo de controle randomizado, cego e de desenho paralelo (QUANTITATIVO) |
| Efeitos da acupressão e transcutânea semelhante à acupuntura estimulação elétrica nervosa na qualidade do sono em gestantes mulheres | (SOKUNBI, G.; <i>et al.</i> , 2020) (NIGÉRIA) | <i>Journal of Acupuncture and Meridian Studies</i> (MEDLINE) | Ensaio clínico randomizado controlado (MISTO) |
| Saúde do trabalhador, práticas integrativas e complementares na atenção básica e pandemia da COVID-19 | (PEREIRA, E. C.; <i>et al.</i> , 2022) (BRASIL) | Revista de enfermagem. USP on line (SciELO) | Trata-se de estudo descritivo (QUALITATIVO) |
| Integralidade e abrangência da oferta de serviços na Atenção Básica no Brasil (2012-2018) | (SOUSA, A. N. A.; SHIMIZU, 2021). (BRASIL) | Revista Brasileira de Enfermagem (SciELO) | Refere-se a um estudo longitudinal retrospectivo (MISTO) |
| Reflexologia: um estudo controlado randomizado investigando os efeitos da beta-endorfina, cortisol e estresse relacionado à gravidez | (MCCULLOUGH, J. E. M.; <i>et al.</i> , 2018) (REINO UNIDO) | <i>Complementary Therapies in Clinical Practice Supports</i> (MEDLINE) | Trata-se de um estudo controlado randomizado (QUANTITATIVO) |

Fonte: Dos autores (2024).

Ao se analisar o Quadro 3 é possível identificar que houve maior prevalência de artigos na Revista de Enfermagem da USP on line (N=3; 20,00%), sendo as pesquisas referentes aos anos de 2022 (N=2) e 2018 (N=1). Ressalta-se também que, a nível de delineamento de



estudo, 33,33% eram do tipo quantitativos (N=5), 26,67% se apresentaram nos qualitativos (N=4) e o maior percentual ocorreu no estudos do tipo misto, com 40,00% (N=6).

No contexto de anos de publicações, entre os 15 artigos do recorte temporal, ocorreu um empate entre os achados, representado por 3 artigos para cada ano, ou seja, 20,00% em 2018, 2019, 2020, 2021 e 2022. Isto posto, percebe-se que, a base de dados com maior número de artigos selecionados foi a MEDLINE, com 8 publicações (53,33%). Em segundo lugar, a BDNF dispôs 3 achados (20,00%), LILACS e SciELO dispuseram apenas 2 artigos, cada (13,33%). Destaca-se que o IBECS não apresentou artigos para urdir esta revisão.

Discussões

Sabe-se que o ciclo gravídico é permeado por alterações emocionais, físicas e fisiológicas, capazes de desencadear fatores estressores que afetam a qualidade de vida do bebê e da gestante. Os estudos atuais têm oferecido maior ênfase na saúde emocional. Nesse contexto, pode-se citar os casos de violência doméstica, depressão, abandono familiar e outros contextos interpessoais, como agravantes de adoecimento na gestação. Corrobora-se também que as alterações psicológicas, tais como modificações do humor e processos ansiosos, afligem 20% das mulheres durante a gravidez, tornando imprescindível estudos sobre este tema ^(11,12).

Desta forma, após analisar os artigos selecionados para compor esta revisão, tornou-se possível identificar e delinear a discussão por meio de três categorias temáticas, sendo elas: problemáticas relacionadas ao período gravídico; aplicabilidade e benefícios das PICS na gestação e Atenção Primária como promotora de acesso às Terapias Alternativas. Estes eixos foram observados após a leitura dos artigos inclusos, notando-se a recorrência dos três temas.

Problemáticas relacionadas ao período gravídico

Alterações hormonais, expectativas pessoais e uma nova sincronização dos ambientes profissional e social são apenas algumas das alterações que caracterizam a gravidez. Essas mudanças são frequentemente acompanhadas por preocupações financeiras ou de saúde. Já nas situações de estresse, evidenciadas pela elevação de cortisol, há a prevalência de estímulos excitatórios no sistema hipotálamo-hipófise-adrenal, por meio do sistema límbico,



comprometendo diretamente o processo gestacional ^(13,14).

Ademais, foi comprovado na pesquisa de Costa *et al.* ⁽¹¹⁾, que a manifestação do estresse, mediado pelas reações hormonais, externado pela preocupação, nervosismo, cansaço, fúria e outros sintomas de ansiedade, ocasionam variações no fluxo sanguíneo do útero, influenciando o meio intrauterino.

Sob a concepção de Silva *et al.* ⁽¹²⁾, tais transtornos ansiosos na gravidez são capazes de levar a modificações endócrinas e comportamentais, como a adesão de um estilo de vida sedentário, prática do tabagismo, abandono das consultas de pré-natal, galgando desta maneira um cenário para uma possível Depressão Pós-Parto (DPP) e efeitos deletérios à gestante e/ou ao concepto.

Outro ponto identificado entre os estudos, é acerca do desconforto mais frequente durante a gravidez, a lombalgia. Ela frequentemente se manifesta de forma intensa a ponto de interferir na vida diária e prejudicar a capacidade de ser ativo, resultando em limitações no desempenho e produtividade no trabalho cotidiano da mulher ^(15,16).

Não obstante, percebe-se que entre as diversas queixas relacionadas à gestação, encontram-se também os distúrbios do sono. Uma pesquisa do tipo randomizada, desenvolvida na Nigéria, informou que os processos anatômicos e bioquímicos da gravidez podem implicar, por vezes, no comprometimento da qualidade do sono, sendo este necessário para um bom desenvolvimento fetal ⁽¹⁷⁾.

Ao levar em consideração os múltiplos processos que podem interferir prejudicialmente no ciclo gravídico e a importância com a saúde do bebê, a exposição a tais manifestações interfere diretamente no desenvolvimento da criança, levando ao possível surgimento de doenças crônicas, tais como hiperatividade, atraso na fala ou déficit de atenção ⁽¹¹⁾.

De acordo com Costa *et al.* ⁽¹¹⁾, fatores estressores são agravantes para baixo peso e prematuridade, logo, nota-se que a extensão das problemáticas existentes alcançam não apenas a gestante, mas direta e indiretamente o feto, ou ambos, dando margem ao agravamento de uma gravidez de risco habitual, para alto risco.

A partir deste exposto, entende-se que mesmo tratando de um processo fisiológico orgânico, a gravidez é delineada por possíveis complicações e processos fisiologicamente dolorosos, por vezes conjugados a Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNT's), abandono familiar, solidão materna, inexperiência, imaturidade e outros fatores que dificultam o processo gestacional, fazendo-se necessário a implementação de meios facilitadores para uma gestação de qualidade ^(13, 17-18).



Aplicabilidade e benefícios das PICS na gestação

Ao se avaliar o cenário supradescrito, sob a ótica dos estudos encontrados, pode-se compreender que os estresses relacionados à gestação nutrem um cenário de impactos negativos durante o ciclo gravídico. Alinhado a isto, intervenções não farmacológicas estão se tornando cada vez mais ofertadas para o tratamento de problemas relacionados à gravidez, como insônia e má qualidade do sono ⁽¹⁷⁾.

Deste modo, torna-se válido explicitar os meios alternativos para contornar os perigos da automedicação, e promover o autocuidado. A priori, pode-se citar o Reiki como uma das principais terapias destacadas pelos artigos levantados. Estando incluso na classe de terapia energética, o Reiki, que advém da união do termo Rei (conhecimento universal ou consciência espiritual) e Kei (energia vital), que tem por fundamento a cura através do campo magnético. Esta prática ocorre por meio das imposições das mãos acima do corpo direcionando a energia do Reikiano (terapeuta) para seu paciente ⁽¹⁸⁾.

Um estudo exploratório que contou com a participação de 12 gestantes em um Centro de Investigação do Diabetes Perinatal, foi identificado entre as pacientes que utilizaram esta terapia a afirmação do benefício do manejo da dor sem o uso de fármacos sintéticos, a compreensão acerca do autocontrole e a melhora na qualidade do sono. As participantes deste estudo ainda promoveram um contraste entre o uso desta terapia, com a necessidade de recorrer ao ambiente hospitalar, com equipamentos quebrados, longas filas de espera e ocasionando momentos de estresse ⁽¹⁸⁾.

Outra terapia que se destacou, foi a musicoterapia. Esta prática surge com seus elementos melódicos, rítmicos, harmoniosos, e seus significativos efeitos clínicos e emocionais, sendo uma tecnologia eficaz, não farmacológica e de baixo custo. Em crescente utilização nos serviços obstétricos, a musicoterapia apresenta a união da arte e saúde, envolvendo os princípios da comunicação e expressão. Estudos apontam a utilização da música como agente analgésico, capaz de atuar na melhora da função respiratória, cardíaca, e estabilizando níveis pressóricos, mediados, geralmente, pelo hormônio ocitocina e pela endorfina ^(14, 19).

O estudo de Pereira *et al.* ⁽¹⁹⁾ destacou que as pacientes que utilizaram a musicoterapia relataram um aumento de sentimentos positivos, como: calma, tranquilidade, segurança, satisfação e confiança. Estes resultados apresentam-se como um contraponto das queixas referidas antes da aplicação, que eram: perturbação, preocupação com possíveis problemas,



ansiedade, agitação e nervosismo. Tais relatos estavam fundamentados no sentimento de insegurança gestacional, sobretudo nas primigestas, delineados por um futuro incerto e imprevisível.

Outro ponto citado no estudo supracitado, é acerca dos benefícios da autocura das aflições relacionadas à gravidez, na égide da musicoterapia. Além disso, sua adesão permitiu maior vínculo e participação familiar durante a gestação, tornando possível a conexão entre a família e o bebê ^(19, 13).

Ademais, corroborando com a informação anterior, um estudo realizado na Alemanha em 2020, com a participação de 172 gestantes explicou que o uso da musicoterapia era capaz de minimizar os níveis de cortisol, permitir a homeostase do ciclo circadiano, e regular os níveis da enzima alfa-amilase salivar. Sabe-se que a produção desta enzima ocorre por estímulo do sistema nervoso simpático, e, ao analisar os efeitos do estresse agudo nas pacientes, observou-se o aumento de sua produção. Por meio deste cenário, ao intervir com a musicoterapia, os pesquisadores conseguiram estabelecer os níveis basais de cortisol e da alfa-amilase ⁽¹⁴⁾.

Outra terapia identificada na pesquisa, foi a reflexologia e acupressão. De acordo com Mccullough *et al.* ⁽²⁰⁾ e Sokunbi *et al.* ⁽¹⁷⁾, sua aplicabilidade está na liberação de endorfinas, sintetizadas no córtex hipotálamo-pituitária-adrenal (HPA), o mesmo responsável pela produção de cortisol. Trata-se de uma pressão aplicada ao longo dos meridianos de acupuntura para estimular as funções fisiológicas usando as palmas das mãos, dedos e outras partes da mão do terapeuta.

O estudo suprarreferido, realizado no Reino Unido, avaliou os parâmetros de Pressão Arterial (PA) e frequência cardíaca de 90 mulheres grávidas antes e após a aplicação da terapia, bem como suas queixas de ansiedade e dor lombar. Nesta pesquisa comprovou-se que o uso da reflexologia é capaz de reduzir os níveis fisiológicos de marcadores de estresse, preocupação, além de proporcionarem alívio da dor. Os resultados apontaram a redução do estímulo do eixo HPA, debelando a síntese de beta endorfina e cortisol ⁽²⁰⁾.

Outro cenário percebido nesta revisão foi acerca dos benefícios da prática de Yoga em gestantes com hipertensão arterial sistêmica (HAS). Desenvolvido na Índia, este estudo comprovou que a Yoga, dentro a amostra da pesquisa (n= 234), reduziu positivamente os níveis da Pressão Arterial Sistólica (PAS), Pressão Arterial Diastólica (PAD) e Pressão Arterial Média (PAM). Isto se dá pelo equilíbrio do Sistema Nervoso Simpático (SNS), sobretudo a nível do nervo vago cardíaco ⁽²¹⁾.



Outrossim, no tocante aos distúrbios do sono na gestação, as terapias como auriculoterapia e acupuntura emergiram como mecanismos de regulação e promoção de equilíbrio, entre os artigos encontrados. Com base na pesquisa de Sokunbi *et al.* ⁽¹⁷⁾ a acupuntura, que surge no contexto Oriental, com a inserção de agulhas finas em locais do corpo com fins terapêuticos e profiláticos, promoveu a melhora do sono a partir de seis semanas de tratamento em gestantes.

Outro aspecto levantado nesta pesquisa é o aumento da liberação de neurotransmissores específicos, como a metencefalina e as beta-endorfinas, estimuladas a partir da medula espinhal e do mesencéfalo, tornando possível o alívio de dores a partir da ativação de mecanismo opióide no organismo ⁽¹⁷⁾.

Outro viés de aplicação da acupuntura, é acerca da dor lombar pélvica, uma das inegáveis e corriqueiras reclamações durante a gestação. Neste aspecto, um estudo da Nova Zelândia, enfatizou que esta terapia promoveu relaxamento de queixas de lombalgia ao serem realizadas em suas pacientes. Todavia, as autoras destacam que existem alguns locais do corpo, denominados de “pontos proibidos”, na região lombar, que devem ser evitados na gestação. Além disso, as pesquisadoras salientam a necessidade de um olhar clínico profissional para avaliar o grau de profundidade de inserção das agulhas, bem como sugerem sua utilização, na região lombar, a partir da 36ª semana de gestação, como preparação para o parto ⁽²²⁾.

Ainda no contexto descrito anteriormente, o estudo de Vas *et al.* ⁽²³⁾, apresenta um contraponto quando afirmam que a acupuntura, no contexto de sua pesquisa, também reduziu a intensidade da dor lombar e pélvica na gravidez, no entanto, sem efeitos adversos significativos e sem contraindicações. Como um contraponto, Soliday e Bettes ⁽²²⁾, sinalizam a necessidade de cuidados específicos, indicando algumas restrições de seu uso na gravidez. Entratanto, um ponto de alinhamento entre os estudos é que a auriculoterapia se caracteriza como uma técnica segura e com o mínimo de reações adversas, sendo as identificadas: dor, vermelhidão na região e parestesia, em um paciente.

Contudo, Martins *et al.* ⁽¹⁵⁾, em seu estudo realizado com 180 gestantes, identificou também poucas situações de efeitos adversos, sendo as mais comuns: sonolência, discreto ponto de sangramento, dor à inoculação da agulha, ardência, peso ou parestesia, em algumas participantes. Não referindo outras adversidades e corroborando, desta forma, com a pesquisa de Soliday e Bettes ⁽¹⁷⁾.

Percebe-se que a inserção destas terapias no ciclo gravídico é indispensável, uma vez



que a gravidez é permeada por processos de alterações biológicas e emocionais, que podem implicar em dores e alguns conflitos psicossociais. Assim, o manejo deste cenário por meio das PICS é primordial, tanto para a promoção do autocuidado, como para incentivar o abandono da cultura da automedicação, um grave problema de saúde pública ⁽²³⁾.

Nesta óptica, o estímulo às práticas terapêuticas não farmacológicas na gestação requer um profissional habilitado, que possua uma visão holística da saúde, capaz de perpassar a obsoleta abordagem biomédica. Pois no contexto da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a mente e o corpo são indissociáveis, dessa forma a cura e o adoecimento estão inteiramente interligados entre alterações emocionais e sistema-órgão ⁽¹⁵⁻¹⁶⁾.

Atenção Primária como promotora de acesso às Terapias Alternativas

Sabe-se que a Atenção Primária à Saúde deve ser capaz de prestar atendimento integral aos seus usuários, para isto, é fundamental que seja o ponto preferencial de entrada e acompanhamento por meio do SUS, gerenciando o cuidado nas Redes de Atenção à Saúde (RAS), principalmente para aqueles que necessitam de serviços cuidados específicos das APS, como o pré-natal ⁽²⁴⁾.

Nessa perspectiva, ainda segundo Sousa e Shimizu ⁽²⁴⁾, a estruturação privilegiada da APS em bases geográficas, isto é, próximo aos espaços onde os usuários do sistema constituem os alicerces de suas vidas, torna a promoção do cuidado e do autocuidado acessível. Além disso, tendo em vista a crescente busca de métodos não farmacológicos no atual contexto de saúde, as PICS demonstram um avanço e aceitação prioritariamente aos transtornos psíquicos, uma vez que seus efeitos adversos são mínimos e possuem uma satisfatória taxa de intervenções positivas, além de serem capazes de complementar os processos de cura e ou reabilitação, alinhando-se aos propósitos da APS ⁽¹²⁾.

Dessa forma, de acordo com Pereira *et al.* ⁽²⁵⁾, o entendimento dos profissionais da saúde a respeito das PICS, como parte do cuidado integral para com o paciente, proporciona um novo viés a ser explorado sobre o ser humano em seu processo saúde-doença, incentivando-os a buscar novas soluções holísticas e humanizadas para a continuidade e manutenção do cuidado atribuído a APS.

Ao levar em consideração as questões burocráticas envolvidas na implementação de um novo método de cuidado, é importante salientar o custo relativamente baixo, a praticidade e a ínfima probabilidade de eventos adversos na utilização das PICS. Dessa forma, todos os



níveis de atenção dos Sistema Único de Saúde podem ser contemplados, porém a APS, por ser a porta de entrada do usuário no sistema, demonstra grande potencial na fidelização e interação do paciente com o cuidado continuado e por fim o autocuidado proporcionado na realização das mais diversas terapias complementares ^(11,24).

Obstante ao descrito acima, Ferraz *et al.* ⁽¹⁸⁾ expõe que, como praticamente todos os cursos da saúde não são contemplados para uma visão integral do ser humano, os especialistas na medicina alternativa complementar (MAC) preenchem um vazio deixado pelo déficit na estrutura educacional. Pois um profissional holístico possui uma abordagem sincera e empírica para aliviar o sofrimento físico e espiritual.

Por tanto, uma vez que o pré-natal é realizado na APS, é necessário que haja profissionais capacitados a ofertar estes serviços, bem como estruturas físicas nos estabelecimentos de saúde para que possam ser executadas, a fim de facilitar o acesso da gestante as PICs. Dessa forma, a propagação de informação para a equipe profissional e usuário, faz-se de igual importância no processo de implementação das terapias complementares, uma vez que entendendo os procedimentos que envolvem esta modalidade de tratamento e cura, rejeições ou desconfianças podem ser superadas ⁽¹⁸⁾.

Como limitação, esta pesquisa deparou-se com poucos estudos acerca da adesão das PICS no contexto da APS, com pouca descrição de métodos de incorporação destas práticas na atenção primária, dos processos de capacitação profissional e dos impactos de sua utilização na saúde dos usuários. Sugere-se a observação e a realização de estudos voltados para a aplicação das PICS no contexto da Atenção Primária.

Considerações Finais

Nota-se que o objetivo do presente estudo encontra-se contemplado. Por meio da análise dos achados na literatura, perceberam-se os benefícios presentes entre as práticas do reiki, musicoterapia, reflexologia, acupuntura, auriculoterapia e yoga a nível bioquímico e emocional. O uso destas terapias foi capaz de modular alguns biomarcadores de estresse, como a enzima alfa-amilase salivar e o cortisol, debelando-os aos níveis basais, e também contribuindo com o bem-estar emocional, humanizando a assistência ofertada, promovendo relaxamento e satisfação, que corroboram para o alívio da dor.

No tocante à Atenção Primária à Saúde, os estudos confirmaram que a aplicabilidade das PICs não desencadeiam grandes gastos ao SUS, e, embora haja receio por algumas categorias profissionais da área, elas promovem melhorias no modelo de atenção ofertando



referente ao autocuidado e preservação da saúde, alinhando os conhecimentos científicos contemporâneos e nutrindo um horizonte de novas metodologias de incentivo a incorporação das boas práticas assistenciais, galgando novos sentidos para a assistência obstétrica atual.

Referências

- 1 Mattos G, Camargo A, Sousa CA de, Zeni ALB. Plantas medicinais e fitoterápicos na Atenção Primária em Saúde: percepção dos profissionais. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2018; [Acesso em: 22 nov.2022.]23:3735–44. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/Tymhc5zwFyHpb8DCWTtcf4j/?lang=pt>.
- 2 Scopel P, Moraes NA, Graf MMT. Terapias alternativas para alívio dos desconfortos no período gestacional: plantas medicinais. *Revista Unifacvest*. 2019; [Acesso em: 17 out. 2022.] 01:01-14. Disponível em: https://www.unifacvest.edu.br/assets/uploads/files/arquivos/ee46b-scopel,-pamela.terapias-alternativas-para-alivio-dos-desconfortos-no-periodo--gestacional_-plantas-medicinais.-enfermagem.-lages_-unifacvest,-2020-01..pdf.
- 3 Roblejo ES dos S, Torres JR, Abade EAF. Utilização das práticas integrativas e complementares em saúde no pré-natal: revisão integrativa. *Journal of Nursing & Health*. 2021; [Acesso 02 de nov de 2022] 11(1). Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/19330/12920>.
- 4 Brasil. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC [Internet]. Ministério da Saúde. Available from: <https://www.gov.br/saude/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/npic>
- 5 Amado DM, Barbosa FES, dos Santos LND, de Araújo Melo LT, Rocha PRS, Alba RD. Práticas integrativas e complementares em saúde. *APS em Revista*. 2020; [Acesso em: 06 nov.2022.]2(3):272–84. Disponível em: <https://doi.org/10.14295/aps.v2i3.150>.
- 6 Tesser CD, Sousa IMC de, Nascimento MC do. Práticas integrativas e complementares na atenção primária à saúde brasileira. *Saúde em debate*. 2018; [Acesso em: 06 nov.2022.]42:174–88. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/SY9PZWpk4h9tmQkymtvV87S/?format=pdf&lang=pt>.
- 7 Maffei MCV, Zani AV, Bernardy CCF, Sodr e TM, Fonseca Pinto KRT da. Uso de métodos não farmacológicos durante o trabalho de parto. *Rev enferm UFPE on line*. 2021; [Acesso em: 22 nov.2022.]1–10. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/245001/38104>.
- 8 Jesus AC. Os benefícios das terapias complementares para o cuidado no período gestacional—uma revisão integrativa. *Estética e Bem Estar-Tubarão*. 2018; [Acesso em: 22 nov.2022.] Disponível em:<https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/11561/1/Artigo%20submiss%C3%A3o.pdf>.
- 9 Mendes KDS, Silveira RC de CP, Galvão CM. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. *Texto & Contexto-*



Enfermagem. 2019; [Acesso em: 22 nov.2022.]28:e20170204. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/HZD4WwnbqL8t7YZpdWSjypj/?lang=pt>.

10 Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, *et al.* A declaração PRISMA 2020: diretriz atualizada para relatar revisões sistemáticas. *Revista Panamericana de Salud Pública* [Internet]. 2022 Dec 30;46:1. Available from: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56882/v46e1122022.pdf?sequence=5>

11 Costa N, Silva Martins E, Pinheiro AKB, Soares PRAL, de Souza Aquino P, Castro RCMB. Acupuncture for perceived stress in pregnant women: an intervention study. *Revista da Escola de Enfermagem da USP.* 2022; [Acesso em: 22 nov.2022.] 56:e20210233. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0233en>.

12 Silva HL da, Almeida MV de S, Diniz J da SP, Leite FMC, Moura MAV, Bringuente ME de O, *et al.* Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco. *Acta Paulista de Enfermagem.* 2020; [Acesso em: 22 nov.2022.] 33:eAPE20190016. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020ao0016>.

13 Bauer I, Hartkopf J, Wikström AK, Schaal NK, Preissl H, Derntl B, *et al.* Acute relaxation during pregnancy leads to a reduction in maternal electrodermal activity and self-reported stress levels. *BMC Pregnancy and Childbirth.* 2021;21(1):1–12.

14 Wulff V, Hepp P, Wolf OT, Balan P, Hagenbeck C, Fehm T, *et al.* The effects of a music and singing intervention during pregnancy on maternal well-being and mother–infant bonding: a randomised, controlled study. *Archives of gynecology and obstetrics.* 2021; [Acesso em: 06 nov.2022.]303:69–83. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s00404-020-05727-8>.

15 Martins ES, Tavares TMCL, Lessa PRA, Aquino P de S, Castro RCMB, Pinheiro AKB. Acupuncture treatment: multidimensional assessment of low back pain in pregnant women. *Revista da Escola de Enfermagem da USP.* 2018; [Acesso em: 22 nov.2022.]52. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2017040303323>.

16 Nicolian S, Butel T, Gambotti L, Durand M, Filipovic-Pierucci A, Mallet A, *et al.* Cost-effectiveness of acupuncture versus standard care for pelvic and low back pain in pregnancy: a randomized controlled trial. *PLoS One.* 2019; [Acesso em: 22 nov.2022.]14(4):e0214195. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214195>.

17 Sokunbi G, Takai IU, Nwosu IB, Balarabe R. Effects of Acupressure and Acupuncture-Like Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation on Sleep Quality Among Pregnant Women. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies.* 2020; [Acesso em: 22 nov.2022.] 13(6):180–6. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jams.2020.10.003>.

18 Ferraz GAR, Lima SAM, Rodrigues MRK, Carla W. Acceptance of Additional Alternative Medicine by Pregnant Diabetics* A Aceitação Da Medicina Alternativa Complementar Por Gestantes Com Diabetes. *J Nurs UFPE on line.* 2019; [Acesso em: 22 nov.2022.]13:e242061. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2019.242061>.

19 Pereira ACA, de Queiroz VC, da Costa Andrade SS, Cerqueira ACDR, da Silva Pereira VCL, dos Santos Oliveira SH. Efeito da musicoterapia sobre os parâmetros vitais, ansiedade e sensações vivenciadas no período gestacional. *Revista Baiana de Enfermagem.* 2021; [Acesso em: 22 nov.2022.]35. <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.38825>.



20 McCullough JE, Liddle SD, Close C, Sinclair M, Hughes CM. Reflexology: A randomised controlled trial investigating the effects on beta-endorphin, cortisol and pregnancy related stress. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. 2018; [Acesso em: 22 nov.2022.]31:76–84. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1744388117303614?via%3Dihub>.

21 Karthiga K, Pal GK, Dasari P, Nanda N, Velkumary S, Chinnakali P, *et al.* Effects of yoga on cardiometabolic risks and fetomaternal outcomes are associated with serum nitric oxide in gestational hypertension: a randomized control trial. *Scientific Reports*. 2022; [Acesso em: 22 nov.2022.]12(1):11732. Disponível em:

22 Soliday E, Betts D. Treating pain in pregnancy with acupuncture: Observational study results from a free clinic in New Zealand. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*. 2018; [Acesso em: 22 nov.2022.]11(1):25–30. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jams.2017.11.005>.

23 Vas J, Cintado MC, Aranda-Regules JM, Aguilar I, Rivas Ruiz F. Effect of ear acupuncture on pregnancy-related pain in the lower back and posterior pelvic girdle: A multicenter randomized clinical trial. *Acta obstetricia et gynecologica Scandinavica*. 2019; [Acesso em: 22 nov.2022.] 98(10):1307–17. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/aogs.13635>.

24 Sousa ANA de, Shimizu HE. Integrality and comprehensiveness of service provision in Primary Health Care in Brazil (2012-2018). *Revista Brasileira de Enfermagem*. 2021; [Acesso em: 22 nov.2022.] 74. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41598-022-15216-4>.

25 Pereira EC, Rocha MP da, Fogaça LZ, Schweitzer MC. Saúde do trabalhador, práticas integrativas e complementares na atenção básica e pandemia da COVID-19. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*. 2022; [Acesso em: 22 nov.2022.]56:e20210362. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/hzBYStjG9SYGHKmhJSy3XDc/?lang=en>.



Este é um trabalho de acesso aberto e distribuído sob os Termos da *Creative Commons Attribution License*. A licença permite o uso, a distribuição e a reprodução irrestrita, em qualquer meio, desde que creditado as fontes originais.

