

## **PRÁTICAS INTEGRATIVAS E UTILIZADAS NA ASSISTÊNCIA À MULHER NA GESTAÇÃO, PARTO E PUERPÉRIO**

**Vitória Peres Treptow**  
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

**Juliane Portella Ribeiro**  
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

**Adrize Rutz Porto**  
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

**Lenise Szczecinski Maliszewski**  
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

**Thalison Borges de Oliveira**  
Universidade Federal de Pelotas (UFPel)

# RESUMO

O presente trabalho tem como o presente estudo tem como investigar as Práticas Integrativas e Complementares que podem ser utilizadas na assistência à mulher na gestação, parto e puerpério. Trata-se de uma revisão narrativa de literatura. A partir da literatura consultada, aponta-se que as práticas podem ser utilizadas durante a gestação para alívio dos sintomas causados por modificações fisiológicas na do processo de gestar, no parto para a aceleração do trabalho de parto, alívio da dor e sentimentos negativos e no puerpério as práticas auxiliam na aproximação com o recém-nascido, amamentação e retorno do corpo gravídico a normalidade pré-parto normal ou cesariana. As práticas encontradas na gestação foram as plantas medicinais, fitoterapia, homeopatia, aromaterapia, meditação, reiki, massoterapia, arteterapia, yoga, acupuntura e acupressão. No parto foram identificados práticas relacionadas a medicina tradicional chinesa, como auriculoterapia, acupressão acupuntura e eletroacupuntura, além de florais, hidroterapia, aromaterapia, musicoterapia e hipnose. No puerpério yoga, reiki, moxaterapia, acupuntura, decocção de plantas medicinais, dança circular e shantala foram identificadas. Compreende-se que a utilização de PICs no ciclo gravídico-puerperal é bem-vinda, mostrando-se efetivas. A utilização das práticas possui como característica o baixo custo, a diminuição de intervenções medicamentosas e a humanização do cuidado de forma integral e holística.

**Palavras-chave:** Terapias Complementares, Gravidez, Trabalho de Parto, Período Pós-Parto.

## INTRODUÇÃO

O período gravídico-puerperal caracteriza-se por grandes modificações e alterações em diversos aspectos na vida de uma mulher. Tais alterações podem ser biológicas, como as modificações nos níveis hormonais; fisiológicas, como modificações do corpo, amamentação; psicológicas, como alteração da autoimagem, a aceitação e a vinculação materno fetal. E, ainda, sociais, como a transformação do seu papel frente à sociedade, a mudança das redes de apoio, às expectativas elencadas com seu desempenho como mãe (Castro; Germano; Ferreira, 2019).

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) podem ser utilizadas para a promoção da saúde de mulheres em diferentes fases de sua vida, no ciclo gravídico-puerperal não é diferente. As PICs podem ser fatores protetores, restauradores ou de alívio de sinais e sintomas que surgem durante a gestação, o parto e o puerpério. Tal evidência se comprova com a implementação das PICs como forma de cuidado promovida pelo Ministério da Saúde brasileiro por meio de políticas públicas.

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), surgiu através da Portaria nº 971, de maio de 2006, inicialmente apenas cinco práticas eram contempladas dentro da política, atualmente existem 29 práticas preconizadas para implementação dentro do Sistema Único de Saúde. Na assistência a gestante, parturiente e puérpera as PICs são apresentadas como forma de cuidado no Caderno de Atenção Básica nº 32, de 2012, que preconiza o atendimento ao pré-natal de baixo risco (Brasil, 2012) e na Diretriz Nacional de Assistência Ao Parto Humanizado (Brasil, 2022).

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo investigar as PICs que podem ser utilizadas na assistência à mulher na gestação, parto e puerpério.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura, tipo de revisão não sistematizada, que busca atualizações de uma forma mais ampla sobre determinado assunto. No presente, trabalho as bases de dados utilizadas foram a PUBMED, SCIELO e Google Acadêmico. Os resultados os resultados são apresentados

tópicos que apresentam as PICs utilizadas na assistência à mulher na gestação, parto e puerpério (Casarin *et al.*, 2020).

## DESENVOLVIMENTO

### PICs utilizadas na assistência à mulher na gestação

A utilização de práticas integrativas e complementares podem proporcionar conforto e melhora nos sintomas negativos característicos do ciclo gravídico. Robrejo, Torres e Abade (2021) em sua revisão sobre o uso de PICS no Pré-Natal, encontrou como mais citada prática em gestantes o uso de plantas medicinais e fitoterápicos, seguido por homeopatia e medicina tradicional chinesa.

Mendes *et al.* (2019) afirmam em sua revisão integrativa, que teve por objetivo caracterizar os benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem, que as PICs possuem benefícios em diversas situações, dentre elas algumas podem promover a qualidade de vida da mulher tanto na atenção primária à saúde como no atendimento hospitalar; diminuindo a hipertensão arterial, ansiedade e auxiliando no controle da dor. Já, Martins (2021) aponta que as PICs trazem benefícios à saúde da mulher no ciclo gravídico-puerperal, frisando que a promoção destas pelos profissionais da saúde promovem um mundo menos doloroso para a mulher durante esse momento de fragilidade.

Segundo Carvalho *et al.* (2020), em sua revisão sobre a percepção de gestantes sobre o uso de plantas medicinais e fitoterápicos, entendem que as gestantes se sentem confiantes quanto ao uso, por consideram algo natural, bem-vindo e inofensivo à saúde. As mulheres usam, na maioria das vezes, para a alívio de sintomas desenvolvidos durante a gestação, seja para a constipação, para acalmar, para o alívio da febre, para a dor e a ansiedade, para o combate de doenças características como a hipertensão arterial e anemia, assim como para estimular a produção de leite, para a proteção fetal e preparo do corpo para o parto.

Já o manual de plantas medicinais na saúde da mulher no ciclo gravídico-puerperal, afirma que o uso de plantas medicinais no ciclo gravídico-puerperal é, muitas vezes, questionado por profissionais da saúde, já que são poucas as

plantas que possuem segurança de ingestão durante esse momento (Peter; Ceolin; Rodrigues, 2022).

Ressalta-se que a “Cartilha das plantas medicinais da Política Intersectorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul” (2021), que apresenta as plantas medicinais, seus usos e contraindicações, indicando também a existência de plantas que apresentam efeitos adversos quando usadas em gestantes e lactantes. São elas: camomila (*Matricaria chamomilla* L), carqueja (*Baccharis crispa* Spreng), guaçatonga (*Casearia sylvestris* Sw.), tansagem (*Plantago major* L), picão-preto (*Bidens pilosa* L.), sálvia (*Salvia officinalis* L.) e quebra-pedra (*Phyllanthus niruri* L.).

Outras práticas com plantas e seus extratos são comprovadamente efetivos como a aromaterapia em gestantes. Segundo Igarashi (2013) em seu estudo com gestantes, que buscava entender os efeitos físicos e psicológicos da inalação de óleos essenciais inespecíficos de escolha das gestantes, mostrou que há diminuição da tensão, ansiedade, raiva e hostilidade, assim como a tendência de diminuição da fadiga. Já o estudo de Safajou *et al.* (2020) sobre o uso de aromaterapia combinada de limão e hortelã-pimenta para o alívio de náuseas e vômito, mostra-se eficaz para a redução em casos leves a moderados durante a gravidez, após a inalação por dois a quatro dias.

No estudo de revisão sistêmica e meta analítico de Tan *et al.* (2023), que analisou a eficácia e segurança de medicina complementar e alternativa no tratamento de náuseas e vômitos durante a gravidez, destacou como efetivo o uso de gengibre, acupuntura e acupressão. O uso de gengibre mostrou-se tão eficaz quanto a medicina convencional, possuindo menos efeitos colaterais. Já, a acupuntura e a acupressão, ligadas a Medicina tradicional chinesa, foram mais eficazes do que a medicina convencional e possuem alto nível de segurança, o principal ponto estimulado foi PC6, encontrado no antebraço.

A auriculoterapia é outra prática ligada à medicina tradicional chinesa, usada no estudo clínico randomizado de Silva *et al.* (2020), desenvolvido em uma maternidade do Espírito Santo, que mostrou ter eficiência de uso para o tratamento da ansiedade em comparação ao grupo controle, durante o pré-natal de baixo risco. A prática também se mostrou eficaz na redução da dor lombar e pélvica em um estudo clínico randomizado multicêntrico, desenvolvido

por Vas *et al.* (2019), mostrando-se ainda persistente melhora de 3 meses a 1 ano após o parto.

Ainda sobre PICs no pré-natal, pesquisa qualitativa sobre o uso de meditação, reiki e massoterapia no atendimento pré-natal, de Barbosa, Cesário e Arruda (2021), mostra resultados positivos para as gestantes. As mesmas relataram que as práticas auxiliam no autocuidado, percepção de si e do bebê, fazendo-as se sentir mais acolhidas, alegres e tranquilas. Os autores ainda enfatizam que o uso de PICS para a promoção do bem-estar deve ampliar-se como método de assistência humanizada e prática do cuidado de enfermagem.

Complementando o exposto, o estudo de Ferraz (2021) com a aplicação de reiki em gestantes diabéticas mostrou que a técnica impactou na qualidade de vida, aspectos físicos, aspectos psicológicos, diminuição da depressão e ansiedade. Entretanto, os resultados quanto aos níveis basais comparando o grupo controle não apresentou diferença.

A prática do Yoga na gestação foi estudada por Araújo e Prado (2019), em uma revisão de literatura de casos clínicos randomizados, objetivando informações referentes a diminuição do estresse e outros achados clínicos, em seu artigo percebe-se melhoras no humor, afeto, depressão severa e ansiedade, além de diminuição de dores do corpo, além de marcadores biológicos de diminuição do estresse.

Quanto ao uso de arteterapia em gestantes, Garcia e Dioses (2021) pesquisaram o uso da técnica nos níveis de autoestima e ansiedade de gestantes adolescentes, evidenciando a partir dos resultados apresentados que a mesma é eficaz na melhora dos níveis de ansiedade e autoestima.

## **PICs utilizadas na assistência à mulher no parto**

No trabalho de parto as PICs são utilizadas em sua maioria como medida não farmacológica no alívio da dor e relaxamento no momento do parto, independente da fase. Ademais, algumas práticas podem ser utilizadas para a indução do parto (Araújo *et al.*, 2021).

A revisão de escopo de Mouta *et al.* (2021) tem como resultados a efetividade da aplicação de acupuntura, acupressão e eletroacupuntura na indução do parto normal, concomitante com o alívio da dor, dilatação e secreção de

hormônios favoráveis ao parto vaginal. Complementando esse ponto, Torkiyan *et al.* (2021), afirma em seu estudo que o uso de acupressão do ponto GB21, que a eficácia no alívio da dor no trabalho de parto é comprovada, sendo um método sem custos de fácil aplicabilidade.

Ainda sobre a redução da dor durante o trabalho de parto, Mafetoni *et al.* (2019) realizou um ensaio clínico randomizado quanto ao uso de Auriculoterapia na redução da dor, tendo como resultados a diminuição da dor a longo prazo. Além disso, o estudo de Abedi *et al.* (2017), mostra que o uso de auriculoterapia auxilia na diminuição da duração da fase ativa e realização de episiotomia em mulheres em trabalho de parto em comparação ao grupo controle.

A terapia com florais é mais uma das práticas que podem ser usadas durante o trabalho de parto. Segundo Lara *et al.* (2021), em seu ensaio clínico sobre os efeitos da terapia de florais no parto e nascimento, o uso da essência “five flower” reduz o tempo de trabalho de parto em cerca de 1:30h, qualifica seu desfecho e diminui a tensão.

Quanto a hidroterapia durante o trabalho de parto, seja por imersão ou banho de aspensão, o estudo de Benfieldd *et al.* (2010) mostra a efetividade do método para a redução da ansiedade, dor, dinâmica uterina e respostas neuro endógenas no primeiro período do parto, provando através da análise de amostras de sangue sua efetividade, principalmente em mulheres com altos indicadores de dor basal.

Já, a aromaterapia tem comprovação de eficácia em diversos estudo clínicos randômicos, destaca-se o uso de *Salvia officinalis*, Neroli e óleo essencial de laranja, que se mostraram eficazes na redução da ansiedade e dor durante o parto de mulheres nuli e múltiparas (Kaviani *et al.*, 2014; Fakari, Tabatabaeichehr, Mortazavi, 2015; Scandurra *et al.*, 2022).

A musicoterapia também pode ser vista como tecnologia contribuinte ao trabalho de parto, Perdigão (2018), em seu relatório de estágio profissional, apresenta recortes de estudos qualitativos com falas de pacientes que viveram a experiência com aromaterapia e musicoterapia no parto. Para estas a musicoterapia promoveu concentração na respiração, diminuição da dor, relaxamento, redução do medo e ansiedade.

Já outra prática contribuinte durante o trabalho de parto é a hipnose. Segundo o estudo de Werner *et al.* (2020), os níveis de cortisol durante o

trabalho de parto em mulheres que tiveram treinamento para auto-hipnose são mais elevados do que os do grupo controle. Além disso, quando avaliadas posteriormente, os níveis de cortisol diminuem tanto no grupo controle quanto no grupo de intervenção, mostrando-se sem consequências a longo prazo.

### **PICs utilizadas na assistência à mulher no puerpério**

O puerpério também pode ser auxiliado com a utilização de PICs, tanto no momento imediato após o parto, seja na cesárea ou parto vaginal; como puerpério tardio, com auxílios na amamentação e saúde mental da lactante. Aguiar (2019) apresenta a utilização da prática de Yoga como recurso terapêutico de apoio ao aleitamento materno, além de promover a aproximação entre mães, criação de rede de apoio e vinculação com o bebê.

A aplicação de Reiki no primeiro e segundo dia após a cesárea pode auxiliar na diminuição da dor, da ansiedade, de níveis respiratórios e da utilização de medicamentos analgésicos (Midilli; Ismet, 2015). O estudo realizado por Cai *et al.* (2022), sobre os cuidados pós cesárea, afirma que a utilização de decocção de Bushenquyu e moxabustão de aquecimento no primeiro dia pós cirúrgico pode auxiliar junto a outros tratamentos a cicatrização, involução uterina e ciclos menstruais posteriores. Já o estudo randomizado dos autores Liu *et al.* (2021) mostrou que a associação da acupuntura com os exercícios físicos é efetiva para a diminuição da diástase no pós parto.

Um relato de experiência extensionista sobre a realização de dança circular com gestantes, parturientes e puérperas, apontou que a atividade proporciona às mulheres relaxamento, descontração, leveza e paz após a realização da atividade (Santos *et al.*, 2021).

A shantala pode auxiliar a mulher durante o puerpério, melhorando a vinculação mãe-bebê, além da afetividade, proximidade e a tranquilidade de ambos. Cnaan *et al.* (2021), em sua revisão integrativa, afirma que a técnica é de fácil aplicação, para as mães é um momento de tranquilidade e aproximação do seu recém-nascido, para a criança, diminui os níveis de estresse, cólicas, além de auxiliar na qualidade de sono, desenvolvimento físico, emocional e comportamental, melhorando o nível de consciência corporal.

Sintetizando as informações coletadas nos artigos citados construiu-se o quadro 1, que apresenta a relação entre a prática integrativa e os efeitos trazidos para o ciclo gravídico-puerperal nos artigos estudados.

**Quadro 1 - Relação entre Práticas Integrativas e seus efeitos.**

<b>Prática integrativa</b>	<b>Efeitos</b>
Acupuntura e Acupressão (Liu <i>et al.</i> , 2021; Mouta <i>et al.</i> , 2021; Torkiyan <i>et al.</i> , 2021; Tan <i>et al.</i> , 2023)	Náuseas, vômitos, alívio da dor, indução do parto, diminuição da dor no parto, dilatação e secreção de hormônios favoráveis ao parto vaginal, diminuição da diástase pós-parto.
Aromaterapia (Igarashi, 2013; Safajou <i>et al.</i> , 2020; Kaviani <i>et al.</i> , 2014; Fakari, Tabatabaeichehr, Mortazavi, 2015; Scandurra <i>et al.</i> , 2022)	Diminuição da tensão, ansiedade, raiva e hostilidade, fadiga, náuseas e vômito, redução da ansiedade e dor durante o parto
Arteterapia (Garcia; Dioses, 2021)	Autoestima e ansiedade
Auriculoterapia (Abedi <i>et al.</i> , 2017; Mafetoni <i>et al.</i> , 2019; Silva <i>et al.</i> , 2020)	Ansiedade, dor lombar/pélvica, redução da dor no parto, tempo de parto e realização de episiotomia
Dança circular (Santos <i>et al.</i> , 2021)	Relaxamento, descontração, leveza e paz
Hidroterapia (Benfieldd <i>et al.</i> , 2010)	Redução da ansiedade, dor, dinâmica uterina e respostas neuro endógenas no primeiro período do parto
Hipnoterapia (Werner <i>et al.</i> , 2020)	Aumento dos níveis de cortisol no parto
Moxabustão e decocção de Bushenquyu (Cai <i>et al.</i> , 2022)	Cicatrização, involução uterina e ciclos menstruais posteriores
Musicoterapia (Perdigão, 2018)	Concentração na respiração, diminuição da dor, relaxamento, redução do medo e ansiedade
Plantas medicinais e Fitoterápicos (Carvalho <i>et al.</i> , 2020)	Efeitos na constipação, acalmar, febre, dor, ansiedade, hipertensão arterial, anemia, estimular a produção de leite, para a proteção fetal e preparo do corpo para o parto
Reiki (Midilli, Ismet, 2015barbosa; Cesário; Arruda, 2021; Ferraz, 2021)	Autocuidado, percepção de si e do bebê, qualidade de vida, aspectos físicos, psicológicos, diminuição da ansiedade e depressão. Pós cesárea diminuição da dor, da ansiedade, de níveis respiratórios e da utilização de medicamentos analgésicos
Shantala (CANAAN <i>et al.</i> , 2021)	Tranquilidade, relaxamento e melhora na vinculação do binômio
Terapia com florais (Benfieldd <i>et al.</i> , 2010)	Reduz o tempo de trabalho de parto em cerca de 1:30h, qualifica seu desfecho e diminui a tensão
Yoga (Araújo; Prado, 2019; Aguiar, 2019)	Diminuição do estresse, melhoras no humor, afeto, depressão severa, ansiedade e mialgia. No puerpério apoio ao aleitamento materno, além de promover a aproximação entre mães, criação de rede de apoio e vinculação com o bebê

**Fonte:** próprios autores, 2023.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreende-se que a utilização de PICs no ciclo gravídico-puerperal é bem-vinda, mostrando-se efetivas. A utilização das práticas possui como característica o baixo custo, a diminuição de intervenções medicamentosas e a humanização do cuidado de forma integral e holística.

Trata-se de uma ferramenta de cuidado que precisa ser valorizada por parte dos profissionais da saúde. No entanto, é preciso reconhecer os cuidados necessários para a sua oferta, suscitando capacitação profissional, que compreendem as contraindicações de cada método e sua utilização de forma segura.

## REFERÊNCIAS

ABEDI, P *et al.* The Effect of Auriculotherapy on Labor Pain, Length of Active Phase and Episiotomy Rate Among Reproductive Aged Women. **Journal of Family and Reproductive Health**, v. 11, n. 4, p. 185-190, 2017. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6168759/>>. Acesso em: 20 maio 2023.

AGUIAR, C. C. **O olhar das puérperas a respeito da yoga mãe bebê como recurso terapêutico no apoio ao aleitamento materno.** Dissertação de mestrado (Mestrado Profissional em Saúde Materno Infantil), Faculdade de Medicina, Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2019. Disponível em: <<https://app.uff.br/riuff/bitstream/handle/1/12624/CAMILA%20CLARA%20VIANA%20DE%20AGUIAR%20DISSERTA%C3%87%C3%83O.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 20 mar. 2023.

ARAÚJO, M. A. N.; PRADO, B. G. L. A Prática do Yoga no Pré-natal: redução do estresse e outros achados. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 9, n. 3, p. 374-387, 2020. Disponível em: <<https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/3051>>. Acesso em: 20 maio 2023.

ARAÚJO, W. B. X *et al.* Influência das práticas integrativas e complementares durante o trabalho de parto: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 13, 2021. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/7749>>. Acesso em: 20 maio 2023.

BARBOSA, N. O.; CESÁRIO, F. R. A. S.; ARRUDA, A. G. Capítulo 6 - contribuições Das Práticas Integrativas e Complementares no Acompanhamento Pré-Natal. **Práticas integrativas e complementares: visão holística e multidisciplinar.** Guarujá, Científica Digital, 2021 Disponível em: <<https://www.editoracientifica.com.br/articles/code/201202396>>. Acesso em: 22 mar. 2023.

BENFIELD, R. D. *et al.* The Effects of Hydrotherapy on Anxiety, Pain, Neuroendocrine Responses, and Contraction Dynamics During Labor. **Biological Research for Nursing**, v. 12, n. 1, p. 28-36, 2010. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3904302/>>. Acesso em: 20 maio 2023.

CAI, X. *et al.* Treatment of Cesarean Scar Pregnancy with Traditional Chinese Medicine and Warming Moxibustion. **Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine: eCAM**, v. 2022, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.1155/2022/5835569>>. Acesso em: 20 mar. 2023.

CANAAN, R *et al.* Shantala e os benefícios para desenvolvimento físico, emocional e comportamental dos bebês. **Pró-UniverSUS**, v. 12, n. 2 esp. 2021. Disponível em: <<http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/2657>>. Acesso em: 19 out. 2023.

CARVALHO, N. S. *et al.* Percepção de gestantes quanto ao uso de plantas medicinais e fitoterápicos: uma revisão integrativa da literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 4, p. 9282-9298, 2020. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/13849>>. Acesso em: 15 fev. 2023.

CASARIN, S. T *et al.* Tipos de revisão de literatura: considerações das editoras do Journal of Nursing and Health. **Journal Of Nursing Health**, v. 10, n. 5, 2020. Disponível em: <<https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/19924>>. Acesso em: 25 mar. 2024.

FERRAZ, G. A. R. **Efeitos da prática do Reiki sobre a qualidade de vida de gestantes diabéticas: ensaio clínico randomizado.** Tese de doutorado (Pós-Graduação em Ginecologia, Obstetrícia e Mastologia). Faculdade de Medicina, Universidade Estadual Paulista, Botucatu, 2021. Disponível em: <<https://repositorio.unesp.br/handle/11449/214811>>. Acesso em: 22 mar. 2023.

GARCIA, P. R. J.; DIOSES, M. I. R. P. **Eficacia de los talleres de arteterapia en el nivel de autoestima y ansiedad de las gestantes adolescentes.** Centro de salud - Negritos. 2021. Tesis Para Optar El Título de Segunda Especialidad (Obstetrícia Con Mención En Psicoprofilaxis Obstétrica Y Estimulación Prenatal). Universidad Privada Antenor Orrego - UPAO, TRUJILLO, 2022. Disponível em: <<https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/10200>>. Acesso em: 20 maio 2023.

IGARASHI, T. Physical and psychologic effects of aromatherapy inhalation on pregnant women: a randomized controlled trial. **Journal of Alternative and Complementary Medicine**, New York, v. 19, n. 10, p. 805-810, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1089/acm.2012.0103>>. Acesso em: 20 mar. 2023.

KAVIANI, M. *et al.* Comparison of the effect of aromatherapy with *Jasminum officinale* and *Salvia officinale* on pain severity and labor outcome in nulliparous women. **Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research**, v. 19, n. 6, p. 666-672, 2014. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25558267/>>. Acesso em: 20 maio 2023.

LARA, S. R. G *et al.* Efeitos da terapia floral no trabalho de parto e nascimento: ensaio clínico randomizado. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0079>>. Acesso em: 20 maio 2023.

LIU, Y. *et al.* Efficacy of Acupuncture in Post-partum With Diastasis Recti Abdominis: A Randomized Controlled Clinical Trial Study Protocol. **Front Public Health**, p. 722572-722572, 2021. Disponível em: <<https://dx.doi.org/10.3389/fpubh.2021.722572>>. Acesso em: 20 mar. 2023.

MAFETONI, R. R *et al.* Efetividade da Auriculoterapia sobre a dor no Trabalho de Parto: Ensaio Clínico Randomizado. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 28, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2018-0110>>. Acesso em: 20 maio 2023.

MARTINS, L. K. C. **Experiência dos serviços de saúde na oferta de terapias integrativas para a assistência ao pré-natal, parto e puerpério:** uma revisão integrativa. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Saúde Coletiva). Faculdade de Ceilândia, Universidade de Brasília, Brasília, 2021.

MENDES, D. S. *et al.* Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. **Journal Health NPEPS**, v. 4, n. 1, p. 302-318, 2019.

MIDILLI, T. S.; ESER, I. Effects of Reiki on Post-cesarean Delivery Pain, Anxiety, and Hemodynamic Parameters: A Randomized, Controlled Clinical Trial. **Pain Management Nursing**, v. 16, n. 3, p. 388-399, 2015. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.pmn.2014.09.005>>. Acesso em: 20 mar. 2023.

MOUTA, R. J *et al.* A utilização da acupuntura na indução do trabalho de parto: uma revisão de escopo. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 8, p. 83291–83302, 2021. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/34834>>. Acesso em: 20 maio 2023.

PERDIGÃO, L. K. de C. **Musicoterapia e aromaterapia para alívio da dor em trabalho de parto: uma intervenção do enfermeiro especialista. Relatório de Estágio de Natureza Profissional (Mestre em Enfermagem de Saúde Materna e Obstetrícia)**, Escola Superior de Saúde de Viana do Castelo, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Universidade de Trás-Os-Montes e Alto Douro, Viana do Castelo, 2019. Disponível em: <<http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/handle/riufcg/6813>>. Acesso em: 20 mar. 2023.

PETER, L. S.; CEOLIN, T.; DOMINGUES, E. L. **Manual: Plantas medicinais na saúde da mulher no período gravídico-puerperal. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em enfermagem)**, Faculdade de Enfermagem, Universidade Federal de Pelotas, 2022.

RASHIDI-FAKARI, F.; TABATABAEICHEHR, M.; MORTAZAVI, H. The effect of aromatherapy by essential oil of orange on anxiety during labor: A randomized clinical trial. **Iranian Journal Of Nursing And Midwifery Research**, v. 20, n. 6, p. 661-4, 2015. Disponível em: <doi:10.4103/1735-9066.170001>. Acesso em: 20 maio 2023.

Rio Grande do Sul. Secretaria da Saúde. Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde, Departamento de Assistência Farmacêutica. Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul. **Cartilha das plantas medicinais da Política Intersetorial de Plantas Medicinais e Fitoterápicos do Rio Grande do Sul : Projeto APLPMFITO/RS**. Porto Alegre : ESP/SES/RS, 2021. Disponível em: <<https://saude.rs.gov.br/upload/arquivos/202112/23154715-cartilha-das-pm-da-pipmf-projeto-aplpmfito-rs-2021.pdf>>. Acesso em: 20 mar. 2023

ROBLEJO, E. S. S.; TORRES, J. R.; ABADE, E. A. F. Utilização das práticas integrativas e complementares em saúde no pré-natal: revisão integrativa. **Journal of Nursing and Health**, v. 11, n. 1, 2021.

SAFAJOU, F. *et al.* The Effect of Combined Inhalation Aromatherapy with Lemon and Peppermint on Nausea and Vomiting of Pregnancy: A Double-Blind, Randomized Clinical Trial. **Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research**, v. 25, n. 5, p. 401-406 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33344211/>>. Acesso em: 20 mar. 2023.

SANTOS, E. R. D. S. *et al.* Dança circular em maternidade: Vivência extensionista. **Revista Brasileira de Extensão Universitária**, v. 12, n. 1, p. 23–32, 2021. Disponível em: <<https://periodicos.uffs.edu.br/index.php/RBEU/article/view/11632/7747>>. Acesso em: 20 mar. 2023.

SCANDURRA, C. *et al.* The Effectiveness of Neroli Essential Oil in Relieving Anxiety and Perceived Pain in Women during Labor: A Randomized Controlled Trial. **Healthcare**, v. 10, n. 2, p. 366, 2022. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8871902/>>. Acesso em: 20 maio 2023.

SILVA, H. L *et al.* Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO0016>>. Acesso em: 20 mar. 2023

TAN, M. Y *et al.* The efficacy and safety of complementary and alternative medicine in the treatment of nausea and vomiting during pregnancy: A systematic review and meta-analysis. **Frontiers in Public Health** v. 11, 2023. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10035790/>>. Acesso em: 20 mar. 2023

TORKIYAN, H *et al.* The effect of GB21 acupressure on pain intensity in the first stage of labor in primiparous women: A randomized controlled trial. **Complementary Therapies in Medicine**, v. 58, 2021. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0965229921000248?via%3Dihub>>. Acesso em: 20 maio. 2023.

VAS, J *et al.* Effect of ear acupuncture on pregnancy-related pain in the lower back and posterior pelvic girdle: A multicenter randomized clinical trial. **Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica**, v. 98, n. 10, p. 1307-1317, 2019. Disponível em: <<https://obgyn.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/aogs.13635>>. Acesso em: 22 mar. 2023

WERNER, A. *et al.* Effects of antenatal hypnosis on maternal salivary cortisol during childbirth and six weeks postpartum-A randomized controlled trial. **PloS One**, v. 15, n. 5, 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32357152/>>. Acesso em: 20 mar. 2023.