

# Uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde pelos profissionais em gestantes com dores lombares: revisão integrativa

*Use of Integrative and Complementary Health Practices by professionals in pregnant women with low back pain: integrative review*

Karina da Silva Fernandes<sup>1</sup>, Patrícia Mônica Ribeiro<sup>1</sup>, Murilo César do Nascimento<sup>1</sup>, Fábio de Souza Terra<sup>1</sup>

DOI 10.5935/2595-0118.20210014

## RESUMO

**JUSTIFICATIVA E OBJETIVOS:** As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde foram propostas como possibilidades de intervenção para as mulheres na minimização dos efeitos da gestação e das modificações associadas a este período, principalmente a dor lombar. Justifica-se pela necessidade de os profissionais da saúde adensar seu conhecimento técnico-científico acerca dessas práticas no controle da dor lombar em gestantes, bem como passarem a ver as mesmas como modelo de cuidado a ser praticado. O objetivo deste estudo foi analisar na literatura nacional e internacional o uso das práticas integrativas e complementares em saúde pelos profissionais em gestantes com dores lombares.

**CONTEÚDO:** Trata-se de uma revisão integrativa em que a busca de artigos foi realizada nas bases/bancos de dados: LILACS, BDENF, Scielo, Pubmed, Scopus e *Web of Science*. Utilizou-se os descritores Gestantes, Obstetria, Dor Lombar, Dor nas Costas e Terapias Complementares nos idiomas português, inglês e espanhol. Os critérios de seleção foram no período de 2006 a 2019 e nos três idiomas citados. Após a leitura dos artigos, foram incluídos 12 estudos e, com a análise, elencados em duas categorias: 1) Práticas Integrativas e Complementares em Saúde utilizadas pelos profissionais em gestantes com dores lombares e 2) Profissionais que utilizam as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde em gestantes com dores lombares.

**CONCLUSÃO:** A utilização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde pelos profissionais pode proporcionar novas oportunidades, maior conhecimento, melhor assistência às gestantes, satisfação e bem-estar durante a gestação. Tais benefícios

podem representar um avanço na promoção em saúde, com potencial de melhoria da assistência.

**Descritores:** Dor lombar, Dor nas costas, Gestantes, Obstetria.

## ABSTRACT

**BACKGROUND AND OBJECTIVES:** Integrative and Complementary Health Practices are proposed as possibilities of intervention for women in minimizing the effects of pregnancy and changes associated with this period, especially low back pain. There is a need for health professionals to increase their technical-scientific knowledge in the control of low back pain in pregnant women, as well as to start viewing them as a model of care to be practiced. This study's objective was to analyze the use of integrative and complementary practices by health professionals in pregnant women with low back pain in the national and international literature.

**CONTENTS:** Integrative review in which the search for articles was carried in the following databases: LILACS, BDENF, Scielo, Pubmed, Scopus and Web of Science. The descriptors Pregnant Women, Obstetrics, Low Back, Back Pain and Complementary Therapies were used in Portuguese, English and Spanish. Articles included should have been published from 2006 to 2019 and in the three languages mentioned. After reading the articles, twelve studies were included. With the analysis, two categories were listed: 1) Integrative and Complementary Health Practices used by professionals in pregnant women with back pain and 2) Professionals who use Integrative and Complementary Health Practices in pregnant women with back pain.

**CONCLUSION:** The use of Integrative and Complementary Health Practices by professionals can provide new opportunities, greater knowledge, better assistance to pregnant women, their satisfaction and well-being during pregnancy. Such benefits may represent an advance in health promotion, with the potential to improve care.

**Keywords:** Back pain, Complementary therapies, Obstetrics, Pregnant women.

## INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) têm sido propostas como possibilidades de intervenção para as mulheres, no intuito de amenizar os efeitos da gestação, principalmente as modificações/alterações associadas a este período, incluindo a dor lombar<sup>1</sup>.

Karina da Silva Fernandes – <https://orcid.org/0000-0002-8298-6082>;  
Patrícia Mônica Ribeiro – <https://orcid.org/0000-0001-6713-6728>;  
Murilo César do Nascimento – <https://orcid.org/0000-0002-3436-2654>;  
Fábio de Souza Terra – <https://orcid.org/0000-0001-8322-3039>.

1. Universidade Federal de Alfenas, Escola de Enfermagem, Alfenas, MG, Brasil.

Apresentado em 27 de agosto de 2020.

Aceito para publicação em 21 de janeiro de 2021.

Conflito de interesses: não há – Fontes de fomento: não há.

**Endereço para correspondência:**  
Rua Gabriel Monteiro da Silva, 700 - Centro  
37130-001 Alfenas, MG, Brasil.  
E-mail: karina.frnds@hotmail.com

© Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor

Vêm sendo utilizadas pelos profissionais da saúde, com diferentes finalidades, podendo ser aplicadas em várias condições clínicas, e ser um complemento ao tratamento biomédico, a depender da condição da pessoa e, com isso, proporcionar um cuidado diferenciado e com resultados efetivos. Cabe destacar que os profissionais precisam conhecer as contraindicações das PICS para cada fase da gestação, no intuito de não provocar lesões ao binômio mãe-feto<sup>2</sup>.

A gestação é um período de grandes mudanças físicas, psíquicas e sociais, no corpo e mente da mulher, que ocorrem no organismo e são temporárias, porém presentes em quase todo o período gestacional. Assim, faz-se necessário o conhecimento dessas mudanças que a mulher vivencia, pois muitas vezes não requer tratamento farmacológico e sim orientações, acompanhamentos e técnicas ou práticas integrativas que conduzam este período de forma agradável e saudável.

Diante disso, os profissionais da área da saúde têm papel imprescindível no que se refere à aplicação dessas práticas reconhecidas e respaldadas pela legislação vigente. É necessário ter conhecimento dos benefícios que cada prática pode proporcionar no cotidiano do trabalho dos profissionais da saúde e atuar com as práticas integrativas como um modelo de cuidado nos diferentes níveis de atenção, promovendo assistência integral.

Mediante ao exposto, justifica-se este estudo com a importância e necessidade de os profissionais da área da saúde adensar seu conhecimento técnico-científico acerca das PICS no controle da dor lombar em gestantes, bem como passar a visualizá-la como um modelo de cuidado a ser estudado/praticado em seu contexto de trabalho. Espera-se também preencher as lacunas ainda existentes sobre esta temática no campo científico e que estes conhecimentos sejam agregados nas práticas de cuidado desses profissionais.

O objetivo deste estudo foi analisar na literatura nacional e internacional o uso das práticas integrativas e complementares em saúde pelos profissionais em gestantes com dores lombares.

## CONTEÚDO

Trata-se de uma revisão integrativa, para a qual foi adotado referencial metodológico específico<sup>4</sup>. Este referencial aborda seis fases a serem seguidas: elaboração de pergunta norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise dos estudos incluídos, discussão dos resultados e a apresentação da revisão integrativa<sup>4</sup>.

Para elaboração da pergunta norteadora foi utilizado a estratégia PICO, sendo P (população/problema): profissionais; I (Interesse): PICS; (Contexto): gestantes com dores lombares. Portanto, a pergunta norteadora desta pesquisa foi: como são utilizadas as PICS pelos profissionais em gestantes com dores lombares? A busca de artigos científicos foi realizada, de forma pareada e independente por dois pesquisadores, nas seguintes bases e bancos de dados: LILACS, BDENF (Base de Dados de Enfermagem), Scielo, Pubmed, Scopus e *Web of Science*.

Para localizar os artigos que compuseram a amostra, foram utilizados os DECS: Gestantes, Obstetrícia, Dor Lombar, Dor nas Costas e Terapias Complementares, nos idiomas português, espanhol e inglês; e os descritores do MESH *Database: Pregnant Women, Obstetrics, Low Back Pain, Back Pain, e Complementary Therapies*. Utilizou-se

o operador booleano representado pelo termo conector *AND* e associações de dois em dois. As estratégias de buscas dos artigos em cada base e banco de dados estão representadas na tabela 1.

**Tabela 1.** Estratégias de buscas nas bases e bancos de dados

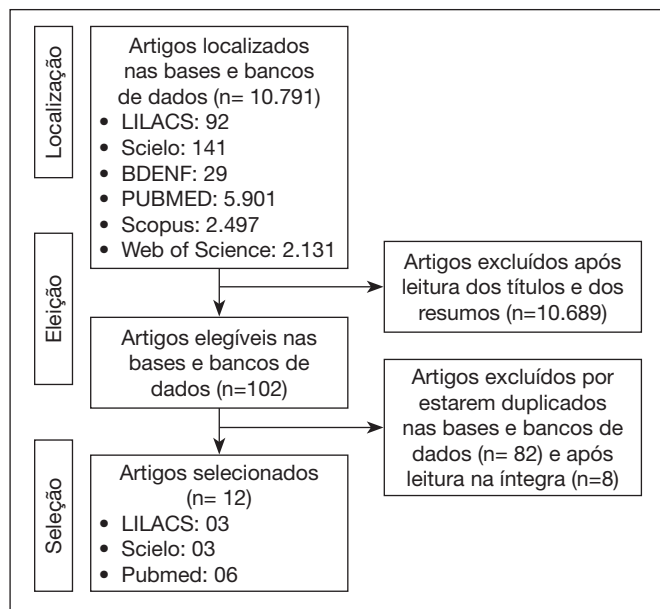
Bases e bancos de dados	Associações dos descritores
	Gestantes <i>AND</i> Dor Lombar Gestantes <i>AND</i> Dor nas Costas Gestantes <i>AND</i> Terapias Complementares Obstetrícia <i>AND</i> Dor Lombar Obstetrícia <i>AND</i> Dor nas Costas Obstetrícia <i>AND</i> Terapias Complementares Dor Lombar <i>AND</i> Terapias Complementares Dor nas Costas <i>AND</i> Terapias Complementares
LILACS	<i>Mujeres Embarazadas AND Dolor de la Región Lumbar</i> <i>Mujeres Embarazadas AND Dolor de Espalda</i> <i>Mujeres Embarazadas AND Terapias Complementarias</i>
BDENF	<i>Obstetrícia AND Dolor de la Región Lumbar</i> <i>Obstetrícia AND Dolor de Espalda</i>
Scielo	<i>Obstetrícia AND Terapias Complementarias</i> <i>Dolor de la Región Lumbar AND Terapias Complementarias</i> <i>Dolor de Espalda AND Terapias Complementarias</i>
	<i>Pregnant Women AND Low Back Pain</i> <i>Pregnant Women AND Back Pain</i> <i>Pregnant Women AND Complementary Therapies</i> <i>Obstetrics AND Low Back Pain</i> <i>Obstetrics AND Back Pain</i> <i>Obstetrics AND Complementary Therapies</i> <i>Low Back Pain AND Complementary Therapies</i> <i>Back Pain AND Complementary Therapies</i>
Pubmed	<i>Pregnant Women AND Low Back Pain</i> <i>Pregnant Women AND Back Pain</i> <i>Pregnant Women AND Complementary Therapies</i>
SCOPUS	<i>Obstetrics AND Low Back Pain</i> <i>Obstetrics AND Back Pain</i>
Web of Science	<i>Obstetrics AND Complementary Therapies</i> <i>Low Back Pain AND Complementary Therapies</i> <i>Back Pain AND Complementary Therapies</i>

Como critério de inclusão foi definido o período de corte de 2006 a 2019. Foram selecionados artigos com resumos e textos completos nos idiomas português, espanhol e inglês, nas bases e bancos de dados a serem pesquisadas. Foram excluídas as publicações que estivessem duplicadas.

Foi utilizado um instrumento de coleta de dados da revisão integrativa que contém variáveis como: dados de identificação do estudo (título do artigo, periódico, autores, ano, país de publicação e idioma) e caracterização do estudo (objetivos, tipo de estudo, sujeitos do estudo, resultados e conclusões)<sup>5</sup>. Finalmente, para análise dos estudos incluídos na pesquisa, adotou-se os Níveis de Evidência propostos por Polit e Beck<sup>6</sup>.

Durante a busca às bases e bancos de dados foram localizados 10.791 artigos, sendo 9 artigos elegíveis no LILACS, 14 no Scielo, 6 na BDENF, 25 na Pubmed, 25 na Scopus e 23 na *Web of Science*, totalizando 102 artigos elegíveis. Observou-se que 4 artigos estavam duplicados na LILACS, 11 no Scielo, 6 na BDENF, 19 na Pubmed,

21 na Scopus e 21 na *Web of Science*, totalizando 82 artigos duplicados. Posteriormente, mais 8 artigos foram excluídos por duplicidade. Assim, na leitura crítica e analítica foram selecionados 12 artigos, estando três no LILACS, três na Scielo e seis na Pubmed (Figura 1). A síntese dos resultados alcançados nos artigos selecionados é apresentada na tabela 2, com relação às variáveis: autores, título do artigo, periódico, ano, país de publicação, idioma e formação. Dentre os artigos selecionados, 10 foram publicados nos últimos 10 anos, sendo 7 nos últimos cinco anos e 2 nos anos de 2006 e 2008. Seis artigos foram publicados em periódicos localizados nos Estados Unidos e os outros 6 em periódicos localizados no Brasil, sendo a mesma proporção nos idiomas português e inglês (Tabela 2). Quanto à formação profissional, 7 autores eram enfermeiros, 3 eram fisioterapeutas e 2 médicos.



**Figura 1.** Distribuição dos artigos encontrados e selecionados segundo as bases e bancos de dados no período de 2006 a 2019  
Fonte: Elaborado pelos autores.

Com relação ao tipo de estudo houve predomínio de estudo de revisão, sendo uma revisão integrativa, duas narrativas e uma revisão sistemática com meta-análise, dois estudos quase experimentais, três estudos clínicos randomizados e controlados, dois qualitativos e apenas uma pesquisa descritiva e quantitativa. Dos participantes avaliados nos estudos selecionados citam-se as gestantes que apresentavam queixa de dor lombar, sendo esta a população do estudo predominante, variando de acordo com a idade gestacional. Ao analisar o nível de evidência dos estudos desta revisão, utilizando referencial mencionado anteriormente<sup>6</sup>, um estudo obteve classificação de nível de evidência I, cinco estudos de nível II, três com nível VI e três artigos incluídos e avaliados não possuíam nível de evidência. Mediante a análise dos resultados e das conclusões dos artigos selecionados foram elencadas duas categorias: 1. PICS utilizadas pelos profissionais em gestantes com dores lombares; e 2. PICS em gestantes com dores lombares.

**PICS utilizadas pelos profissionais em gestantes com dores lombares**

A PICS mais citada dentre os 12 artigos incluídos nesta revisão foi a acupuntura<sup>7,9,14-18</sup>. No contexto da gestação, esta prática vem sendo muito utilizada para alívio da dor lombar, uma vez que a estimulação dos pontos espalhados pelo corpo gera liberação pelo sistema nervoso central de neurotransmissores e outras substâncias responsáveis pelo efeito da analgesia, restauração de funções orgânicas e manutenção da imunidade. Pode proporcionar também o equilíbrio energético e da saúde física, mental, espiritual e emocional<sup>18</sup>. A literatura revela, de uma forma geral, que as gestantes referem bem-estar após as primeiras sessões e relatam redução da dor, incluindo a lombar, gradativamente com o avançar do número de sessões desta prática. Portanto, quanto maior o número de sessões a que elas foram submetidas, melhores os resultados e maior a diminuição da intensidade da dor. Além da satisfação e bem-estar, há melhora na mobilidade, no sono, no cansaço, favorecendo a qualidade de vida das gestantes<sup>18</sup>. As PICS, principalmente a acupuntura, podem ser utilizadas de forma isolada ou associada a outras terapias. Grande parte delas é

**Tabela 2.** Características dos estudos incluídos na revisão integrativa, segundo as bases e bancos de dados no período de 2006 a 2019

Autores	Periódico	Ano	País de publicação	Idioma	Formação
Ferreira, Pitanguí e Nakano <sup>7</sup>	Fisioterapia Brasil	2006	Brasil	Português	Fisioterapia
Pitanguí e Ferreira <sup>8</sup>	Fisioterapia em movimento	2008	Brasil	Português	Fisioterapia
Ekdahl e Petersson <sup>9</sup>	<i>Scandinavian Journal of Caring Sciences</i>	2010	Suécia	Inglês	Enfermagem
Sadr, Pourkiani-Allah-Abad e Stuber <sup>10</sup>	<i>Chiropractic &amp; Manual Therapies</i>	2012	Canadá	Inglês	Fisioterapia
Akmese e Oran <sup>11</sup>	<i>Journal of Midwifery &amp; Women's Health</i>	2014	Estados Unidos	Inglês	Enfermagem
Hall et al. <sup>12</sup>	Medicine	2016	Austrália	Inglês	Medicina
Silva et al. <sup>13</sup>	Revista Gaúcha de Enfermagem	2016	Brasil	Português	Enfermagem
Martins et al. <sup>14</sup>	Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste	2017	Brasil	Português	Enfermagem
Hughes et al. <sup>15</sup>	<i>Complementary Therapies in Clinical Practice</i>	2018	Estados Unidos	Inglês	Enfermagem
Martins et al. <sup>16</sup>	Revista da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo	2018	Brasil	Português	Enfermagem
Holden et al. <sup>17</sup>	<i>Global Advances in Health and Medicine</i>	2019	Estados Unidos	Inglês	Medicina
Martins et al. <sup>18</sup>	Acta Paulista de Enfermagem	2019	Brasil	Português	Enfermagem

Fonte: Elaborado pelos autores.

segura, simples, com poucas contraindicações e de reações adversas mínimas. Desse modo, os profissionais devem conhecer as poucas contraindicações destas PICS, atentando-se quanto às semanas/meses de gestação, a fim de evitar riscos ao binômio mãe-feto<sup>18</sup>.

Outra PICS mencionada e utilizada pelos profissionais denomina-se relaxamento<sup>7,8,11</sup>. Um estudo de revisão sistemática concluiu que existem diversos efeitos positivos das técnicas de relaxamento durante a gravidez, incluindo resultados maternos, fetais e neonatais<sup>19</sup>. Dentre os efeitos positivos desta técnica, destacam-se: menos internações hospitalares, complicações obstétricas, partos prematuros, cesarianas, complicações pós-parto, frequência cardíaca fetal reduzida, maior peso ao nascer e melhor desempenho/desenvolvimento neonatal. Efeitos citados na mãe: diminuição do estresse materno, das contrações musculares e da sensação de dores, assim como melhora da qualidade de vida<sup>19</sup>.

Outra PICS mencionada nos artigos desta revisão é a massoterapia<sup>7,12</sup>. Adicionalmente, um estudo de revisão sistemática e meta-análise encontrou efeito positivo para redução da intensidade da dor, dentre elas a lombar, na massagem realizada pelo parceiro experimentada por mulheres grávidas quando comparados ao relaxamento. É um efeito positivo geral nestas mulheres quando as terapias de osteopatia, massagem e relaxamento utilizados neste estudo foram combinadas<sup>12</sup>.

Diante dos artigos analisados, outra PICS mencionada e aplicada pelos profissionais foi a quiropraxia<sup>10,15</sup>. Um estudo qualitativo investigou a experiência do tratamento quiroprático em pacientes grávidas com dor lombar, bem como a dos de seus profissionais quiropráticos. Constatou-se que houve resultados positivos na percepção de ambos. Destaca-se que as pacientes envolvidas relataram que estavam geralmente satisfeitas com os cuidados quiropráticos que receberam durante a gravidez e tiveram também resultados positivos que favoreceram a redução da lombalgia, melhora na amplitude do movimento e bem-estar da função geral do organismo<sup>10</sup>.

Outras PICS mencionadas na revisão foram a aromaterapia, fitoterapia, homeopatia e a reflexologia, sendo analisadas em um único estudo<sup>15</sup>. Em uma revisão integrativa evidenciou-se em seus resultados que não há estudos abordando dados específicos sobre aromaterapia aplicada em gestantes com queixas de dor lombar. Entretanto, concluíram que o uso durante a gestação deveria ser recomendado devido a sua ação antinociceptiva que reduz a dor lombar e promove ação ansiolítica principalmente no final da gestação<sup>20</sup>.

Já com relação à PICS fitoterapia, em uma pesquisa de revisão integrativa concluiu-se que a visão estereotipada de que a fitoterapia está associada somente a mulheres de baixa renda, pouco escolarizadas e moradoras da zona rural não reflete a realidade global. Independente do local geográfico, condições socioeconômicas e étnico-culturais que possam distingui-las, grande parte das mulheres de todo o mundo fazem uso da fitoterapia durante a gestação, algumas em uso de gengibre como antiemético, outras fazem o uso de camomila e menta como forma de relaxamento, alívio de cefaleias, mialgias e dores lombares<sup>21</sup>.

Quanto à homeopatia, um estudo de revisão concluiu uma boa adesão no tratamento homeopático para as gestantes e as lactantes, nas mais variadas indicações dos sintomas comuns no período pré e pós-parto, no trabalho de parto, na amamentação, na estabilidade emocional pós-parto, nas inquietações sofridas pelos recém-nascidos

como cólicas e gases. Porém, são necessários profissionais de saúde habilitados para realização da prescrição e do tratamento, orientando e monitorando os possíveis efeitos adversos, visando sempre o seu sucesso<sup>22</sup>.

A outra PICS mencionada refere-se a reflexologia que também pode ser denominada de reflexoterapia ou terapia reflexa. Neste contexto, um estudo qualitativo, do tipo relato de experiência, desenvolvido com nove gestantes de diferentes períodos gestacionais, de uma Estratégia de Saúde da Família (ESF), as quais receberam a reflexologia, permitiu constatar e averiguar resultados imediatos como a sensação de bem-estar, o favorecimento do sono, a diminuição da dor, incluindo a lombar, que no seu conjunto contribuíram para a sensação de relaxamento. Essa técnica realizada com gestantes propiciou resultado positivo e a maioria das participantes sentiu bem-estar durante e até mesmo após a realização da prática<sup>23</sup>.

Outra prática encontrada nesta revisão, sendo mais um dos recursos terapêuticos que promovem alívio da lombalgia no período gravídico, foi a hidroterapia<sup>7</sup>. A execução dos movimentos com o corpo submerso na água reduz o estresse articular, o impacto sob as articulações e o risco de lesões em gestantes. Minimiza os desconfortos musculoesqueléticos ocasionados pela gestação, além de promover um acentuado controle postural que proporciona analgesia lombar<sup>24</sup>.

Também a acupressão foi uma PICS utilizada em gestantes<sup>13</sup>. Em um estudo qualitativo e descritivo desenvolvido com 15 gestantes de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de Natal-RN, as quais receberam acupressão durante a gestação, constatou que a cada toque e aplicação da técnica a expressão facial e corporal emitia informação da sensação de bem-estar, alívio de desconfortos e das tensões em feixes de músculos, sobretudo na região lombar, ombros e cervical. Os autores concluíram que houve redução dos desconfortos da gravidez, como as câimbras, o cansaço nos membros inferiores, a lombalgia e a cefaleia<sup>13</sup>.

Outra PICS mencionada no presente estudo foi a osteopatia<sup>12</sup>. Neste sentido, o tratamento da disfunção somática pode melhorar a homeostase, proporcionar conforto e melhorar a qualidade de vida à medida que o corpo materno se adapta às mudanças fisiológicas e estruturais da gravidez. Por meio da aplicação da osteopatia pode haver melhora significativa na vida das mulheres durante a gravidez<sup>25</sup>. Por fim, a última PICS utilizada também pelos profissionais foi o yoga<sup>17</sup>. Um ensaio clínico randomizado realizado com 168 mulheres que apresentavam dor lombar e realizaram yoga concluiu que esta intervenção no pré-natal melhora a dor e proporciona bem-estar materno, além da redução da carga geral dos sintomas da gravidez e melhora da estabilidade postural das mulheres grávidas<sup>17</sup>.

### **Profissionais que utilizam as PICS em gestantes com dores lombares**

O profissional mais citado, dentre os 12 artigos incluídos nesta revisão, foi o enfermeiro<sup>9,11,13-16,18</sup>. As PICS são reafirmadas como especialidade da Enfermagem por meio da Resolução 581 de 2018, do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) que assegurou para estes profissionais atuações e o desenvolvimento de pesquisas na área das PICS em geral<sup>26</sup>.

Ainda neste contexto, um estudo quase experimental concluiu que a prática de acupuntura realizada pela enfermagem no pré-natal de risco habitual proporcionou efeitos positivos favoráveis à saúde das



gestantes, reduzindo os demais desconfortos da gravidez e, principalmente, a dor lombar a partir da segunda sessão e, assim, gradativamente com o avançar do número de sessões<sup>18</sup>.

Outro profissional citado nesta revisão foi o fisioterapeuta<sup>7,8,10</sup>. A Resolução 380 de 03/11/2010 do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO) regulamentou o uso de algumas PICS pelo fisioterapeuta como a fitoterapia, práticas corporais, manuais e meditativas, terapia floral, magnetoterapia, fisioterapia antroposófica, termalismo/crenoterapia/balneoterapia e hipnose. Por esta Resolução, eles podem exercer e prescrever as PICS, desde que comprovem perante o Conselho a reconhecida certificação de conhecimento das práticas<sup>27</sup>.

Em um estudo de revisão narrativa, constatou-se que a gestação é apontada como um fator que limita o tratamento farmacológico da lombalgia e demais desconfortos. Assim, ressalta-se a importância e a necessidade da atuação do fisioterapeuta baseada no conhecimento que este profissional detém sobre os recursos mais apropriados e efetivos neste período<sup>7</sup>.

Outro profissional também citado neste estudo foi o médico<sup>12,17</sup>. Por meio das Resoluções 1000, de 04/06/1980 e 1455, de 11/08/1995, do Conselho Federal de Medicina (CFM), foram reconhecidas, respectivamente, a homeopatia e a acupuntura como especialidades médicas que propiciaram aos profissionais médicos passarem a ter o respaldo legal para exercer as PICS já descritas<sup>28,29</sup>.

Neste sentido, um estudo piloto randomizado controlado desenvolvido por médicos, realizou uma intervenção de yoga em pacientes no pré-natal e com 12 a 26 semanas de gestação em um centro médico acadêmico nos Estados Unidos. Estes profissionais constataram que a realização do yoga no pré-natal melhorou a dor lombar gestacional e promoveu o bem-estar materno, sendo uma técnica viável e segura<sup>17</sup>.

Apesar destes profissionais da área da saúde já descrita estar respaldados por Resoluções de seus Conselhos, cabe mencionar que, de um modo geral, todos eles podem enfrentar facilidades e dificuldades para a realização das PICS. Dentre as facilidades para aplicabilidade das PICS, ressalta-se que estas são apontadas como uma alternativa social, de suma importância, que amplia o acesso à saúde das populações, qualifica e valoriza seu cuidado por meio de sua natureza voltada para o cuidado integral<sup>30</sup>.

Apresentam-se de forma economicamente viável e de rápida aplicação, para assegurar o acesso à saúde das populações e humanizar o cuidado, contribuindo para uma vida mais saudável e reduzindo as intervenções desnecessárias. Elas vêm ganhando espaço e notoriedade com os profissionais de saúde e gestantes, pelos benefícios proporcionados a elas e aos recém-nascidos<sup>30</sup>.

Em contrapartida, há alguns desafios enfrentados pelos profissionais de saúde que dificultam a aplicabilidade das PICS. Por meio de um estudo documental pôde-se constatar que é reduzido o número dos profissionais que atuam com as PICS ou possuem conhecimento para prescrever e encaminhar os usuários para esse tipo de atendimento. Há também profissionais que possuem especialização ou cursos nestas terapias, porém, não são oferecidos nas Unidades Básicas de Saúde que atuam, nem dispõem de tempo, de espaço ou de autorização para exercê-las<sup>31</sup>.

Algumas das dificuldades podem ser devido às lacunas durante o processo de formação profissional, uma vez que os temas relacio-

nados às PICS nem sempre são abordados durante a graduação. Percebe-se ainda que há poucos profissionais em pesquisas e em atividades de extensão dentro das universidades e na prática clínica nas Unidades Básicas de Saúde e instituições privadas. Mais profissionais atuando na área seria positivo para o aumento do conhecimento com embasamento científico e a disseminação dessas terapias para a comunidade<sup>31</sup>.

Frente ao exposto, vale ressaltar que, diante das facilidades e das dificuldades para a realização das PICS, acredita-se que os profissionais de saúde possam rever a qualidade da assistência ao público obstétrico, não só por meio de tratamento farmacológico, mas com ênfase na aplicabilidade das PICS em todo o ciclo gravídico, contribuindo de forma essencial e significativa para um cuidado integral e humanizado, configurando um avanço para a saúde das gestantes<sup>16</sup>.

É importante mencionar que o presente estudo apresentou algumas limitações, como a diversidade de palavras-chave e conceitos que estão relacionados às PICS, o que pode ter dificultado a localização de produções científicas nas bases e bancos pesquisados. Outra limitação refere-se à dificuldade de coletar informações nos artigos incluídos quanto ao tipo de estudo, níveis de evidência e limitações, além da pouca quantidade de artigos sobre esta temática.

Com isso, é necessário a padronização das palavras-chave relacionadas às PICS, assim como a inclusão de novos descritores controlados que abordem esta área com o objetivo de facilitar e abranger a coleta de dados. É fundamental a realização de novos estudos científicos com maior nível de evidência e rigor metodológico que utilizem medidas confiáveis para avaliar os efeitos das PICS na saúde das gestantes com dores lombares.

## CONCLUSÃO

Diante dos resultados positivos da utilização das PICS em gestantes com dores lombares, é importante destacar que a inclusão destas terapias como estratégia coadjuvante na promoção e na prevenção à saúde da mulher em todo ciclo gravídico se faz necessário, para melhor qualidade de vida neste período. Além dos benefícios proporcionados pela redução da dor lombar, estas terapias também podem reduzir os demais sintomas e desconfortos ocasionados pela gestação.

Com a utilização e a aplicabilidade das PICS pelos profissionais, será oferecido a estes trabalhadores novas oportunidades, maior conhecimento e autonomia, assim como melhor assistência às gestantes, satisfação e bem-estar das mesmas durante todo o período gravídico. Dessa forma, será possível alcançar um avanço no âmbito da promoção em saúde, uma melhor assistência na atenção hospitalar e na Rede Básica de Saúde.

## CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

### Karina da Silva Fernandes

Coleta de Dados, Gerenciamento do Projeto, Metodologia, Redação – Preparação do original, Redação – Revisão e Edição

### Patrícia Mônica Ribeiro

Gerenciamento do Projeto, Metodologia, Redação – Preparação do original, Redação – Revisão e Edição, Supervisão

**Murilo César do Nascimento**

Gerenciamento do Projeto, Metodologia, Redação – Preparação do original, Redação – Revisão e Edição, Supervisão

**Fábio de Souza Terra**

Gerenciamento do Projeto, Metodologia, Redação – Preparação do original, Redação – Revisão e Edição, Supervisão

**REFERÊNCIAS**

- Costa AD, Lopes SS, Corralo VS, De Sá AC, Copatti SL, Bonorino LS. O uso da acupuntura antes, durante e após a gestação: uma revisão integrativa. *FisiSenectus*. 2017;5(2):13-26.
- Mendes DS, Moraes FS, Lima GO, Silva PR, Cunha TA, Crossetti MGO, et al. Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. *J Health NPEPS*. 2019;4(1):302-18.
- Leite AC. Práticas alternativas no período gestacional: implantação na atenção básica na cidade de porto de pedras/AL. Universidade Federal de Santa Catarina. 2014;1-13.
- Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*. 2010;8(1):102-6.
- Fernandes DL. Representações sociais de adolescentes sobre o câncer de colo do útero [dissertação]. Recife: Universidade Federal do Pernambuco; 2011.
- Polit DF, Beck CT. Fundamentos de Pesquisa em Enfermagem: Avaliação de evidências para a prática da enfermagem. 8ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2018.
- Ferreira CHJ, Pitangui ACR, Nakano AMS. Tratamento da lombalgia na gestação. *Fisioterapia Brasil*. 2006;7(2):138-41.
- Pitangui ACR, Ferreira CHJ. Avaliação fisioterapêutica e tratamento da lombalgia gestacional. *Fisioter Mov*. 2008;21(2):135-42.
- Ekdahl L, Petersson K. Acupuncture treatment of pregnant women with low back and pelvic pain—an intervention study. *Scand J Caring Sci*. 2010;24(1):175-82.
- Sadr S, Pourkiani-Allah-Abad N, Stuber KJ. The treatment experience of patients with low back pain during pregnancy and their chiropractors: a qualitative study. *Chir Man Ther*. 2012;20(1):1-8.
- Akmese ZB, Oran NT. Effects of progressive muscle relaxation exercises accompanied by music on low back pain and quality of life during pregnancy. *J Midwifery Womens Health*. 2014;59(5):503-9.
- Hall H, Cramer H, Sundberg T, Ward L, Adams J, Moore C, et al. The effectiveness of complementary manual therapies for pregnancy-related back and pelvic pain: a systematic review with meta-analysis. *Medicine*. 2016;95(38):1-10.
- Silva FCB, Brito RS, Carvalho JBL, Lopes TRG. Uso da acupressão para minimizar desconfortos na gestação. *Rev Gaúcha Enferm*. 2016;37(2):e54699.
- Martins ESM, Castro RCMB, Rocha LMA, Pinheiro AKB. Acupuntura e gravidez: medicina oriental como aliada no tratamento de dor lombar. *Rev RENE*. 2017;18(4):551-8.
- Hughes CM, Liddle SD, Sinclair M, McCullough JEM. The use of complementary and alternative medicine (CAM) for pregnancy related low back and/ or pelvic girdle pain: an online survey. *Complement Ther Clin Pract*. 2018;31(1):379-83.
- Martins ES, Tavares TMCL, Lessa PRA, Aquino OS, Castro RCMB, Pinheiro AKB. Tratamento com acupuntura: avaliação multidimensional da dor lombar em gestantes. *Rev Esc Enferm USP*. 201852(1):1-9.
- Holden SC, Manor B, Zhou J, Zera C, Davis RB, Yeh GY. Prenatal yoga for back pain, balance, and maternal wellness: a randomized, controlled pilot study. *Glob Adv Health Med*. 2019;8(1):1-11.
- Martins ES, Costa N, Holanda SM, Castro RCMB, Aquino PS, Pinheiro AKB. Enfermagem e a prática avançada da acupuntura para alívio da lombalgia gestacional. *Acta Paul Enferm*. 2019;32(5):477- 84.
- Fink NS, Urech C, Cavelti M, Alder J. Relaxation during pregnancy: what are the benefits for mother, fetus, and the newborn? a systematic review of the literature. *J Perinat Neonat Nur*. 2012;26(4):296-306.
- Silva SCSB, Medina ET, Oliveira TB, Valverde SS. A aplicação da aromaterapia como método de alívio da dor em gestantes: uma revisão integrativa. *Vittale - Rev Ciências da Saúde*. 2019;31(1):61-73.
- Cardoso BS, Amaral VCS. O uso da fitoterapia durante a gestação: um panorama global. *Ciênc Saúde Coletiva*. 201924(4):1-12.
- Amorim AMR, Soares CBS, Cerqueira RS, Souza RFF, Souza SKS, Portugal WF et al. O uso da homeopatia por gestantes, lactantes e lactentes. *J Surg Clin Res*. 2019;27(1):154-8.
- Silva ALDA, Azevedo JPF, Araujo RC, Mora AS, Nagashima AMS. Massagem podal em gestantes: relato de experiência. *Práticas Integrativas e Complementares em Saúde*. 2017;1(1):1-4.
- Sebben V, Perussolo C, Guedes JM, Tourinho HF. Tratamento hidroterapêutico na dor lombar em gestantes. *Rev Perspectiva*. 2011;35(129):167-75.
- Lavelle JM. Osteopathic manipulative treatment in pregnant women. *J Am Osteopath Assoc*. 2012; 112(6):343-46.
- Cofen. Conselho Federal de Enfermagem. Resolução COFEN Nº 581/2018. Atualiza, no âmbito do Sistema Cofen/Conselhos Regionais de Enfermagem, os procedimentos para Registro de Títulos de PósGraduação Lato e Stricto Sensu concedido a Enfermeiros e aprova a lista das especialidades. Brasília (DF); 2018.
- Coffito. Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional. Resolução COF-FITO-380/2010. Regulamenta o uso pelo Fisioterapeuta das Práticas Integrativas e Complementares de Saúde e dá outras providências. Brasília (DF); 2010.
- CFM. Conselho Federal de Medicina. Resolução CFM-1000/1980. Acrescentar na relação de especialidades reconhecidas pelo CFM, para efeito de registro de qualificação de especialistas a hansenologia e a homeopatia. Brasília (DF); 1980.
- CFM. Conselho Federal de Medicina. Resolução CFM-1455/1995. A decisão acatada pelo Plenário deste Conselho Federal de Medicina reconhece a acupuntura como especialidade médica. Brasília (DF); 1995.
- Melo LSF. As práticas integrativas complementares no cuidado pré-natal de risco habitual: Uma revisão integrativa [dissertação]. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz; 2017.
- Azevedo C, Moura CC, Correa HP, Mata LRF, Chaves ECL, Chianca TCM, et al. Práticas integrativas e complementares no âmbito da enfermagem: aspectos legais e panorama acadêmico-assistencial. *Esc Anna Nery*. 2019;23(2):1-9.

