

BENEFÍCIOS DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO PRÉ-NATAL E NA SAÚDE DA GESTANTE

Thayná Eduarda Marcelino¹
Rayanny Ellen Marques Pereira²
Luiz Sinésio Silva Neto³
Daniele Pereira Ramos⁴

INTRODUÇÃO: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) têm ganhado destaque no contexto da Atenção Primária à Saúde, especialmente no acompanhamento pré-natal, por promoverem uma abordagem holística do cuidado, considerando não apenas os aspectos biológicos, mas também emocionais, sociais e espirituais da gestante. **OBJETIVO:** Analisar os benefícios das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no acompanhamento pré-natal, destacando suas contribuições para a promoção da saúde e bem-estar da gestante. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão da literatura do tipo integrativa, sendo a busca de artigos realizada nas bases de dados United States National Library of Medicine (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO), e documentos oficiais vigentes. A busca foi realizada no período de março de 2026 a abril de 2026 selecionando-se estudos publicados no período entre 2024 e 2025. Foram utilizados os seguintes descritores (Decs): ansiedade, gestante e PICS. Os critérios de inclusão foram artigos publicados de 2024 a 2025 em língua portuguesa e inglesa e pesquisas com seres humanos e os critérios de exclusão foram artigos em duplicata e não disponíveis na íntegra. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Observou-se que as ventosa e acupuntura são PICS que contribuem para a redução da ansiedade e estresse, alívio de dores, melhora do sono e fortalecimento do vínculo materno. Além disso, favorecem a humanização do cuidado e ampliam as possibilidades terapêuticas no pré-natal. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Um aspecto relevante é que as PICS podem auxiliar na preparação para o parto, favorecendo o relaxamento, o controle da respiração e a diminuição do medo, o que impacta positivamente na experiência do parto e no puerpério. Ademais, quando inseridas no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS), essas práticas ampliam as possibilidades terapêuticas e fortalecem a integralidade do cuidado. Portanto, a inserção das PICS no pré-natal configura-se como uma importante estratégia de promoção da saúde, contribuindo para uma gestação mais saudável, humanizada e com melhores desfechos maternos e neonatais.

Palavras-chave: Práticas Integrativas. Pré-natal. Saúde da Gestante. Humanização.

¹ Acadêmico do curso de enfermagem 10 períodos, thainamarcelino13@gmail.com

² Acadêmico do curso de enfermagem 10 períodos, rayannymarques123love@gmail.com

³ Pós-Doutor em Educação em Saúde. Universidade Federal do Tocantins. luizneto@uft.edu.br

⁴ Professora do curso de Enfermagem Afya- Porto Nacional. daniele.ramos@afya.com.br