

## O USO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES NO CUIDADO À GESTANTE COM DEPRESSÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Giovana Florencio Bolteri<sup>1</sup>, Regina C. B. Rezende Machado<sup>2</sup>

Universidade Estadual de Londrina (UEL). Londrina, Paraná, Brasil. E-mail: [giovana.florencio@uel.br](mailto:giovana.florencio@uel.br)

**Introdução:** Durante a gestação a mulher enfrenta diversas mudanças físicas, hormonais, psíquicas e de inserção social, refletindo diretamente em sua saúde mental, onde a doença de maior prevalência é a depressão. As Práticas Integrativas e Complementares (PICS) foram estabelecidas pelo Ministério da Saúde (MS) com o objetivo de ofertar uma atenção humanizada e de integralidade à população, atuando na promoção, manutenção e recuperação da saúde, o Ministério da Saúde instituiu as PICS na atenção básica, por ser um modelo de atenção à saúde que trazem benefício, podendo incluir nas consultas de pré-natal sendo uma alternativa de cuidado que amplia a adesão e frequência de gestantes nas consultas, contudo, ainda há muita escassez de estudos sobre essa política no processo de pré natal.

**Objetivo:** Analisar a produção científica sobre o uso de Práticas Integrativas Complementares no cuidado à gestante com Depressão e quais PICS são utilizadas no cuidado à gestante com depressão. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão integrativa onde utilizou-se seis fases com etapas específicas para o estudo, sendo estas: (I) Elaboração de Pergunta Norteadora, (II) Busca ou Amostragem na Literatura, (III) Coleta de dados, (IV) Análise Crítica dos Estudos Incluídos, (V) Discussão dos Resultados e (VI) Apresentação da Revisão Integrativa. **Resultados:** Foram encontrados 176 artigos nas bases Scielo, BVS, LILACS, BDEnf, Medline e Google Acadêmico, excluindo alguns artigos por títulos, posteriormente leitura do resumo de depois na íntegra, restando somente 4 artigos que foram incluídos para análise, apontando que as PICS trazem benefícios para gestante, puérpera e até mesmo futuramente para o recém-nascido e as mais utilizadas e com benefícios evidenciados nos estudos são: Yoga, Reiki, meditação, acupuntura, aromaterapia, massagem e acupressão. **Conclusão:** As PICS trazem inúmeros benefícios para a gestação, diminuindo estresse e alivia tensões do dia a dia, proporcionando bem-estar físico e mental, auxiliando diretamente na ansiedade e depressão.

**Palavras-chave:** Gestação; PICS; Depressão.