

A INCLUSÃO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE ASSOCIADAS À ENFERMAGEM NA DEPRESSÃO PÓS-PARTO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

THE INCLUSION OF INTEGRATIVE AND COMPLEMENTARY HEALTH PRACTICES ASSOCIATED WITH NURSING IN POSTPARTUM DEPRESSION: AN INTEGRATIVE REVIEW

Anna Carolina Teodora Maximiano¹

Beatriz Dias Trindade²

Erlayne Camapum Brandão³

RESUMO: A depressão pós-parto (DPP) é uma condição clínica de caráter psicológico e emocional que pode acometer mulheres nas primeiras semanas após o nascimento do bebê, podendo ser tratada além do tratamento psicofarmacêutico com a inclusão da assistência de enfermagem e utilização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). O estudo teve como objetivo compreender a integração entre a assistência da Enfermagem e as PICS no cuidado à mulher com Depressão Pós-Parto. E tem como justificativa a necessidade de ampliar o olhar terapêutico para além do modelo médico convencional. A pesquisa, de caráter qualitativo e descritivo, baseou-se em revisão integrativa da literatura, analisando 17 artigos publicados entre 2015 e 2025. Como resultados se observou que as PICs contribuem para a redução de sintomas depressivos, ansiedade e estresse, promovendo bem-estar e fortalecendo o vínculo materno-infantil. Conclui-se que a integração entre Enfermagem e PICS fortalece o cuidado integral e humanizado à mulher com DPP.

8137

Palavras-chaves: Depressão pós-parto. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde; assistência de enfermagem. Saúde da mulher.

ABSTRACT: Postpartum depression (PPD) is a clinical condition of a psychological and emotional nature that can affect women in the first weeks after the birth of their baby. It can be treated not only with psychopharmacological treatment but also with the inclusion of nursing care and the use of Integrative and Complementary Health Practices (ICPs). This study aimed to understand the integration between nursing care and ICPs in the care of women with postpartum depression. It is justified by the need to broaden the therapeutic perspective beyond the conventional medical model. The qualitative and descriptive research was based on an integrative literature review, analyzing 17 articles published between 2015 and 2025. The results showed that ICPs contribute to the reduction of depressive symptoms, anxiety, and stress, promoting well-being and strengthening the mother-infant bond. It is concluded that the integration between nursing and ICPs strengthens comprehensive and humanized care for women with PPD.

Keywords: Postpartum depression. Integrative and Complementary Health Practices. Nursing care; women's health.

¹ Discente em enfermagem no IESB.

² Discente em enfermagem pra IESB.

³ Docente do curso de enfermagem do IESB, Mestre em enfermagem pela universidade de Brasília.

I. INTRODUÇÃO

A depressão pós-parto, também denominada depressão perinatal, é um transtorno mental que acomete mulheres após o nascimento do bebê, caracterizando-se por sentimentos intensos de tristeza, ansiedade, irritabilidade e exaustão, que ultrapassam as alterações emocionais esperadas no puerpério, dificultando o cuidado materno e o vínculo com o recém-nascido (Silva et al., 2024). Trata-se de uma condição multifatorial, influenciada por fatores biológicos, psicológicos e socioambientais. A ausência de apoio social, dificuldades econômicas, estresse e histórico prévio de transtornos emocionais aumentam a vulnerabilidade da mulher ao desenvolvimento da DPP (Oliveira et al., 2022). No Brasil, estima-se que cerca de 10% a 20% das mulheres apresentem sintomas compatíveis com o transtorno, o que reforça sua relevância como problema de saúde pública.

A DPP compromete não apenas a saúde mental da mãe, mas também o bem-estar do bebê e da família, podendo interferir no desenvolvimento infantil e na formação do vínculo afetivo. A atuação da Enfermagem é essencial nesse contexto, pois o enfermeiro, especialmente na Atenção Primária à Saúde, desempenha papel estratégico na identificação precoce, acolhimento e acompanhamento das puérperas com sintomas depressivos. Ferramentas como a Escala de Depressão Pós-Natal de Edimburgo (EPDS) auxiliam no rastreamento e encaminhamento adequado das mulheres para os serviços especializados (Souza; Nogueira, 2023).

8138

Diante da complexidade do sofrimento psíquico vivenciado pela puérpera, o estudo se justifica pela necessidade de ampliar o olhar terapêutico para além do modelo médico convencional. As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde surgem, nesse cenário, como estratégias terapêuticas reconhecidas pelo Ministério da Saúde e incorporadas às diretrizes do SUS (Brasil, 2025). Tais práticas incluem aromaterapia, acupuntura, meditação, yoga, fitoterapia, dança circular e etc., que favorecem o equilíbrio físico, mental e espiritual, além de promoverem o bem-estar e o autocuidado.

A integração das PICS à assistência de Enfermagem representa uma alternativa eficaz e humanizada para o cuidado às mulheres com DPP, possibilitando abordagens que respeitam as singularidades culturais, espirituais e emocionais de cada puérpera. Contudo, a efetiva implementação dessas práticas ainda enfrenta desafios, como a falta de formação profissional e preconceitos institucionais (Fernandes et al., 2021). Assim, o fortalecimento da educação permanente em saúde é essencial para capacitar os enfermeiros a atuarem de forma ética, segura

e sensível às necessidades das mulheres. Diante desse contexto, o presente estudo teve como objetivo compreender a integração entre a assistência de enfermagem e as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no cuidado à mulher com Depressão Pós-Parto.

2. METODOLOGIA

A presente pesquisa adotará a metodologia de revisão integrativa da literatura, através de um estudo qualitativo e descritivo, com o objetivo de compreender a integração da assistência de enfermagem com as PICS no contexto da DPP. A abordagem adotada permite reunir, analisar criticamente e sintetizar estudos relevantes, oferecendo uma visão ampla e atualizada sobre o tema, além de favorecer a identificação de lacunas no conhecimento que podem orientar futuras investigações (Mendes, Silveira e Galvão, 2008).

2.1 REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

A revisão integrativa da literatura é um método de pesquisa que possibilita a reunião, análise crítica e síntese de estudos já publicados sobre um determinado tema, oferecendo uma visão abrangente do estado do conhecimento. Sua principal característica é permitir a inclusão de pesquisas com diferentes abordagens metodológicas, quantitativas e qualitativas, o que favorece uma compreensão ampla do fenômeno investigado. Além disso, constitui-se em uma estratégia essencial para a prática baseada em evidências, pois organiza o conhecimento científico disponível, identifica lacunas do saber e orienta o desenvolvimento de novas investigações (Souza, Silva e Carvalho, 2010).

8139

Essa abordagem segue etapas sistemáticas e auxilia na atualização do conhecimento, identificação de lacunas e apoio à prática profissional, especialmente em saúde e enfermagem. A revisão integrativa da literatura foi conduzida seguindo seis etapas inter-relacionadas que se complementam mutuamente.

2.1.1 PRIMEIRA ETAPA: IDENTIFICAÇÃO DO TEMA E ELABORAÇÃO DA QUESTÃO DE PESQUISA

Na primeira etapa ocorre a definição do tema e a formulação da questão de pesquisa ou norteadora. Esse momento é fundamental, pois orienta todas as etapas seguintes e garante que o estudo tenha foco e relevância científica. A criação da pergunta deve ser feita de maneira clara, objetiva e baseada em fundamentos teóricos. Ela pode ser delimitada a partir de uma

intervenção específica ou abordar aspectos conceituais, teóricos ou subjetivos relacionados ao tema (Dantas et al., 2021).

Desse modo, esta revisão foi conduzida pela seguinte questão norteadora: Como se dá a inclusão entre a assistência de enfermagem convencional e as Práticas Integrativas e Complementares em saúde na atenção à mulher com depressão pós-parto?

2.1.2 SEGUNDA ETAPA: SELEÇÃO DE AMOSTRAS

Nessa fase é realizada a definição dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos, que irão nortear a seleção das literaturas científicas a serem analisadas. Os critérios de amostragem devem assegurar a representatividade da amostra, constituindo elementos essenciais para a confiabilidade e a validade dos resultados obtidos. Assim, a definição dos critérios deve estar alinhada à pergunta norteadora, levando em conta a intervenção e os resultados (Souza, Silva e Carvalho, 2010).

Neste estudo, a busca de dados se deu a partir de artigos coletados dos portais renomados PubMed, Periódico CAPES, SciELO, EBSCO e Biblioteca Virtual em Saúde que engloba o Lilacs e BDeinf. Para o agrupamento de dados, de acordo com os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), foram utilizados os descritores “Depressão”, “Depressão pós-parto”, “Assistência de enfermagem”, “Puérperas”, “Saúde da mulher”, “Terapias complementares” e o termo alternativo “Práticas de Saúde Integrativas e Complementares” e “PICS” juntamente com o operador booleano AND. Os mesmos descritores foram transcritos para inglês e espanhol a fim de aumentar o raio de pesquisa.

8140

Como critérios de inclusão foram abrangidos artigos do período de 2015 a 2025, com textos completos, pagos e gratuitos e na língua portuguesa, inglesa e espanhola. Como critérios de exclusão foram excluídos textos de sites não confiáveis, resumos e artigos de opinião.

A estratégia de busca e critérios de exclusão dos artigos selecionados nas bases de dados em saúde foram dispostas em um quadro com as seguintes informações: Base de dados, termos utilizados, artigos encontrados, critérios de exclusão aplicados e artigos selecionados (Quadro 1).

2.1.3 TERCEIRA ETAPA: DEFINIÇÃO DA EXTRAÇÃO DE DADOS

Na terceira fase ocorre a definição das informações que serão coletadas dos estudos selecionados anteriormente para compor a revisão. Esse processo exige a elaboração de um instrumento de dados organizado de modo objetivo, geralmente estruturado em forma de

quadro ou formulário, que facilita a comparação dos estudos em assuntos específicos como problemas, metodologias e resultados (Dantas et al., 2021). Neste estudo foram englobadas as seguintes informações: autor/ano, objetivo, título, metodologia e principais resultados (Quadro 2).

2.1.4 QUARTA ETAPA: ANÁLISE DOS ESTUDOS INCLUÍDOS

A análise tem como objetivo verificar a qualidade das informações dentro das publicações selecionadas. Essa avaliação é essencial para assegurar a confiabilidade das evidências, permitindo que as conclusões sejam fundamentadas em dados sólidos (Hassunuma et al, 2024). Após a seleção dos artigos, foi feita a leitura dos resumos avaliando critérios como consistência e relevância dos dados e resultados apresentados.

2.1.5 QUINTA ETAPA: DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O objetivo dessa etapa é transformar os dados coletados em informações significativas, que respondam à questão norteadora da pesquisa e permitam compreender o estado atual do tema investigado. Isso possibilita a identificação de lacunas no conhecimento e contribui para seu preenchimento. A revisão deve ser concluída com a descrição dos possíveis vieses, suas implicações e contribuições, apontando novos questionamentos e sugestões para pesquisas futuras (Dantas et al., 2021).

8141

A interpretação dos resultados ocorreu a partir da comparação dos dados obtidos nos estudos. Foi realizado o levantamento de conclusões e identificadas lacunas no sentido de que há uma falta de exploração desse tema, a fim de propor futuras pesquisas. Os resultados foram apresentados por meio de categorias temáticas e quadros, de forma a sistematizar a discussão.

2.1.6 SEXTA ETAPA: APRESENTAÇÃO DA REVISÃO INTEGRATIVA

A apresentação da revisão deve ser objetiva e abrangente, permitindo que o leitor avalie criticamente os resultados. Para isso, é necessário incluir informações relevantes fundamentadas em metodologias adequadas ao contexto do estudo. (Souza, Silva e Carvalho, 2021).

A apresentação desta revisão foi realizada por meio de um documento no qual constam todas as etapas anteriores e os principais achados evidenciados na análise dos artigos inclusos.

Quanto aos aspectos éticos, conforme a Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) este estudo não necessitou de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa

(CEP/CONEP), uma vez que se trata de uma revisão integrativa de literatura, realizada a partir de estudos previamente publicados. Dessa forma, não houve participação direta de seres humanos ou coleta de dados, e respeitando os princípios éticos da pesquisa científica incluindo a citação das fontes e o reconhecimento dos autores originais.

Para a realização da presente pesquisa, foram empregadas as estratégias de busca descritas no item “2.1.2”. No total, foram encontrados 822 artigos distribuídos entre as bases de dados pesquisadas. Após a leitura dos títulos, resumos e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram excluídos 805 artigos por não atenderem aos padrões estabelecidos. Dessa forma, 17 artigos foram selecionados para compor a amostra final, constituindo a base teórica para a construção e análise da revisão integrativa, conforme apresentado no “quadro 1”.

Quadro 1 – Estratégia de busca e critérios de exclusão dos artigos selecionados nas bases de dados em saúde.

Base de dados	Termos e descritores utilizados	Artigos encontrados	Crítérios de exclusão aplicados	Artigos selecionados
EBSCO	“PICS and Assistência de Enfermagem”; “PICS and Puérperas”; “PICS and Depressão pós-parto”; “Depressão pós-parto and Puérperas”; “Depressão pós-parto and Assistência de Enfermagem”; “Depressão pós-parto and PICS”; “Puérperas and Assistência de Enfermagem”.	330	Texto incompleto (38), revisões de literatura (69), artigos antigos (109), sem relação direta com o tema (150) e duplicados (5).	3
BVS, LiLacs e BDenf	“Depressão pós-parto and PICS”; “Depressão pós-parto and Assistência de Enfermagem”; “Depressão pós-parto and Puérperas”.	318	Excluídos por texto incompleto (53), revisão (44), artigos antigos (60), sem relação direta com o tema (198) e duplicados (4)	2
PubMed	“Terapias Complementares and Assistência de Enfermagem”; “Depressão pós-parto and Puérperas”.	45	Excluídos por revisão (14), sem relação direta (36) e duplicados (3)	3
SciELO	“Saúde da Mulher and PICS”; “Depressão and PICS”; “Depressão and Terapia Complementar”; “Saúde da Mulher and Depressão Pós-parto”; “Assistência de Enfermagem and Terapias Complementares”.	47	Excluídos por texto incompleto (5), revisão (8), artigos antigos (5), sem relação direta (27) e duplicados (1).	2

Periódico CAPES	“Saúde da Mulher and PICS”; “Depressão and PICS”; “Depressão and Terapia Complementar”; “Saúde da Mulher and Depressão Pós-parto”; “Assistência de Enfermagem and Terapias Complementares”.	90	Revisão (6) e sem relação direta (77).	7
----------------------------	---	----	---	---

Fonte: Autoras da pesquisa (2025)

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados foram elaborados a partir de um quadro com as seguintes variáveis: autor/ano, objetivo, título, metodologia e principais resultados (Quadro 2). E em duas categorias temáticas: A assistência de enfermagem às mulheres com dpp na atenção primária à saúde e a implementação das PICS na DPP no contexto da assistência de enfermagem.

Quadro 2 - Análise dos artigos selecionados.

Autor/ano	Objetivo	Título	Metodologia	Principais Resultados
Santos et al., 2021	Descrever a experiência de promoção da saúde de gestantes, parturientes e puérperas internadas em maternidade através da Dança Circular.	Dança circular em maternidade: Vivência extensionista.	Relato de experiência.	As sessões de Dança Circular tiveram um impacto positivo no bem-estar das participantes, que se mostraram felizes e receptivas.
Silva et al., 2024	Identificar sinais precoces de alterações e/ou transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado.	Identificação de sinais precoces de alteração/ transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado.	Estudo de campo com abordagem quantitativa.	As puérperas relataram sentimentos como ansiedade, medo, e insegurança, além de alterações no sono, apetite e cansaço. A maioria buscava apoio familiar para lidar com essas emoções.
Resende et al., 2025	Analisar a importância do acompanhamento pré-natal e pós-parto na identificação e	A importância do acompanhamento pré-natal e pós-parto frente à depressão em mulheres	Estudo de abordagem qualitativa.	O acompanhamento contínuo no pré-natal e puerpério favorece a detecção precoce de

	prevenção da depressão pós-parto (DPP) em mulheres atendidas na Atenção Primária à Saúde na região Tocantina.	atendidas na atenção primária na região tocantina.		sintomas depressivos, enquanto a falta de vínculo e escuta qualificada agrava o quadro.
Raffaele et al., 2016	Identificar a assistência de enfermagem às mulheres com depressão pós-parto em área de cobertura de programa de saúde da família.	O enfermeiro frente a puérperas com depressão pós-parto em unidades básicas de saúde do município de Ipojuca-pe.	Estudo de campo descritivo.	O estudo mostrou que, apesar de conhecerem os fatores de risco, a maioria dos enfermeiros não rastreia nem identifica casos de DPP. Conclui-se que é preciso capacitação precoce nas UBS.
Tomaz, Brito e Riesco, 2025	Elaborar material educativo e qualificar os profissionais de enfermagem sobre saúde mental puerperal.	Educação dos profissionais de enfermagem sobre saúde mental puerperal: estudo antes e depois.	Estudo quase experimental tipo antes e depois.	Houve melhora geral nos critérios auditados, com destaque para o treinamento da equipe e o aumento das orientações e inclusão dos parceiros no cuidado pós-parto.
Oliveira et al., 2022	Identificar as pacientes com quadro de depressão na gravidez e puerpério imediato através da escala de depressão pós-parto de Edimburgo (EPDS).	Screening of perinatal depression using the Edinburgh Postpartum Depression Scale.	Estudo observacional transversal.	Foram encontradas 62 mulheres com depressão, associada a baixa renda, conflitos conjugais e agressão psicológica, sendo esses os principais preditores da depressão perinatal.
Meng et al., 2021	Avaliar o efeito da intervenção de enfermagem baseada em evidências na prevenção e redução da depressão e ansiedade pós-parto.	Effects of an evidence-based nursing intervention on prevention of anxiety and depression in the postpartum period.	Estudo randomizado e controlado.	A intervenção de enfermagem baseada em evidências por 6 semanas reduziu a incidência de depressão pós-parto, diminuiu a ansiedade e aumentou a satisfação das pacientes.
Silva et al., 2016	Analisar as PICs utilizadas por doulas nos	Uso de práticas integrativas e complementares	Estudo qualitativo.	O suporte das doulas e PICs promove controle

	municípios de Fortaleza (CE) e Campinas (SP).	por doulas em maternidades de Fortaleza (CE) e Campinas (SP).		da dor, empoderamento e respeito ao parto natural.
Queiroz e Schwambach, 2023	Avaliar o uso das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como ferramenta auxiliar no tratamento da depressão.	Uso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde no tratamento da depressão.	Revisão bibliográfica.	Acupuntura, yoga e meditação ajudam na depressão e estresse, mas o uso é limitado por falta de profissionais e evidências, apesar do baixo custo e potencial de expansão.
Nogueira et al., 2024	Investigar a associação entre doenças ou agravos crônicos e o uso de PICs na população adulta brasileira.	Prevalência de uso de práticas integrativas e complementares e doenças crônicas: Pesquisa Nacional de Saúde 2019.	Estudo transversal de base populacional.	A prevalência de uso de PICs no Brasil foi de 5,5%, sendo maior entre adultos com doenças crônicas.
Silva et al., 2025	Avaliar o impacto de uma intervenção educativa sobre a assistência de enfermagem à mulher com indicativo de depressão pós-parto para enfermeiros da atenção primária à saúde.	Impacto de uma intervenção educativa sobre depressão pós-parto para enfermeiros da atenção primária: estudo quase-experimental.	Estudo quase experimental tipo antes e depois.	Após a intervenção, os enfermeiros melhoraram o rastreamento e o manejo da depressão pós-parto.
Valdez et al., 2021	Destacar a importância do papel da enfermagem na identificação precoce da DPP.	Intervenções de enfermagem na detecção precoce de depressão pós-parto.	Revisão literária.	A capacitação contínua dos enfermeiros e a integração de abordagens individuais e coletivas são essenciais para prevenir e manejar a depressão pós-parto.
Monteiro et al., 2020	listar os cuidados do enfermeiro às mulheres com depressão pós-parto e suas repercussões psicossociais.	Depressão pós-parto: atuação do enfermeiro.	Estudo bibliográfico qualitativo e descritivo.	O enfermeiro atua no rastreamento, acompanhamento terapêutico e educação de puérperas com DPP, promovendo diagnóstico precoce e assistência adequada.

Nascimento, Sousa e Sousa, 2021	Analisar a assistência de enfermagem na depressão pós-parto considerando as etapas de identificação diagnóstica e tratamento.	A assistência de enfermagem na depressão pós-parto.	Revisão de literatura.	A assistência de enfermagem é essencial para identificar e tratar puérperas com DPP, garantindo um atendimento humanizado e favorecendo a saúde da mãe e do bebê.
Silva et al., 2022	Analisar a percepção de enfermeiros quanto à assistência às puérperas com indicativo de Depressão pós-parto, na Atenção Primária à Saúde.	Percepção de enfermeiros de estratégias de saúde da família quanto à assistência às puérperas com indicativo de depressão pós-parto.	Estudo exploratório qualitativo.	Enfermeiros reconhecem sinais de DPP, mas se sentem inseguros, sendo essencial conhecimento e cuidado multiprofissional.
Silva, Cunha e Araújo, 2020	Analisar os benefícios das Práticas Integrativas e Complementares no trabalho de parto.	Os benefícios das práticas integrativas e complementares no trabalho de parto humanizado.	Revisão integrativa de literatura.	As PICs reduzem dor, estresse e tempo de parto, destacando a importância da qualificação dos enfermeiros.
Souza et al., 2020	Analisar a utilização das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) na atenção integral à Saúde da Mulher.	As Práticas Integrativas e Complementares na atenção à saúde da mulher.	Revisão narrativa da literatura.	PICS, como musicoterapia e aromaterapia, aliviam sintomas físicos e emocionais da mulher e são usados por diversos profissionais de saúde.

Fonte: Autoras da pesquisa (2025)

A presente discussão propõe uma análise crítica e integrada sobre a depressão pós-parto, destacando a atuação da enfermagem na Atenção Primária à Saúde (APS) e a relevância das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde como estratégias de cuidado ampliado. Os resultados da revisão evidenciam a necessidade de uma abordagem interdisciplinar e humanizada, sustentada em evidências científicas e voltada à integralidade do cuidado. Acordante ao “quadro 2”.

3.1 A ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM ÀS MULHERES COM DPP NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

O tratamento da depressão pós-parto é baseado principalmente na combinação de intervenções farmacológicas e na psicoterapia com o acompanhamento de psicólogos e/ou psiquiatras. A escolha das abordagens deve considerar a gravidade dos sintomas, histórico clínico da paciente e fatores de riscos ao bebê, sempre priorizando o acompanhamento multidisciplinar e o suporte contínuo à puérpera. A enfermagem dentro da Atenção Primária à Saúde, sendo a porta de entrada, apresenta-se como uma equipe de fundamental importância, tendo o papel da identificação precoce do transtorno e o acolhimento da paciente (Nascimento, Sousa e Sousa, 2021).

A identificação precoce pode ser feita a partir da utilização de instrumentos validados, como a Escala de Depressão Pós-natal de Edimburgo que é fundamental para o rastreamento da doença (Oliveira et al., 2022). No entanto, o estudo de Raffaele et al. (2016), revelou uma lacuna crítica: 71% dos enfermeiros entrevistados, apesar de conhecerem os fatores de risco, não utilizavam métodos de rastreamento para a DPP. Em contrapartida, Valdez et al. (2021) e Monteiro et al. (2020) reforçam a necessidade de triagens durante o pré-natal e puerpério, destacando o papel do enfermeiro no diagnóstico precoce e no acompanhamento psicoterapêutico.

A capacitação e o conhecimento profissional estão diretamente ligados à qualidade do atendimento. O estudo quase-experimental de Tomaz, Brito e Riesco (2025) demonstrou que a intervenção educacional em saúde mental pós-parto resultou em um aumento de 0% para 100% na conformidade do critério de educação continuada. De forma complementar, a intervenção educacional de Melo et al. (2018) com enfermeiros da APS resultou em maior conhecimento sobre sinais e sintomas da DPP, adoção de escalas de rastreamento e práticas mais humanizadas. Tais resultados indicam que o investimento em educação permanente é a chave para transformar a prática clínica.

A atuação da Enfermagem deve ir além do rastreio, a fim de gerar uma assistência integral e humanizada. Nascimento et al. (2021) e Silva et al. (2024) enfatizam que a efetivação da assistência integral e a promoção do autocuidado são condições essenciais para a prevenção de transtornos mentais no ciclo gravídico-puerperal. A intervenção de enfermagem baseada em evidências, como a testada por Meng et al. (2021), provou ser eficaz na redução significativa da incidência de DPP e no alívio da ansiedade, reforçando a capacidade da Enfermagem de intervir com sucesso na prevenção.

3.2 A IMPLEMENTAÇÃO DAS PICS NA DPP NO CONTEXTO DA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM

O objetivo das PICS é prestar um cuidado de maneira holística, sendo capaz de promover a saúde, e proporcionar um equilíbrio entre ciência e humanização. Na saúde da mulher essas práticas vêm sendo utilizadas, nas diversas fases da vida, como durante o período gestacional e puerpério. Tais práticas, integradas ao SUS por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), ampliam o olhar sobre a saúde ao contemplar aspectos físicos, emocionais e espirituais. A inserção das PICS no cuidado à mulher no puerpério reforça o princípio da integralidade do SUS, valorizando práticas baseadas no acolhimento e humanização. (Souza et al., 2020).

Os conceitos achados nos artigos que introduzem as PICS como abordagens terapêuticas relacionados ao ciclo gravídico-puerperal, tratamento da depressão maior e saúde da mulher podem ser descritos no “quadro 3”. Entretanto, a revisão da literatura evidenciou uma escassez de estudos que abordem de forma abrangente todas as terapias complementares das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde voltadas para o tratamento da depressão pós-parto. Isso evidenciou uma dificuldade em encontrar pesquisas que integrem múltiplas abordagens. Essa lacuna limita a análise comparativa e a síntese de evidências sobre a efetividade global das PICS. Desse modo, destaca-se a necessidade de investigações mais amplas e integradas.

8148

Quadro 3 - Relação das PICS com o ciclo gravídico-puerperal, depressão maior e saúde da mulher:

Relevância do uso do PICS	Achados dos artigos
Ciclo gravídico-puerperal	Santos et al. (2021) relatou que a Dança Circular teve um impacto positivo no bem-estar das participantes de uma maternidade pública, que se mostraram sorridentes, felizes e receptivas, sugerindo um potencial no manejo do humor e da ansiedade. O estudo qualitativo de Silva et al. (2016) apontou que o suporte das doulas, que utilizam PICS, está associado à diminuição do tempo de trabalho de parto, melhor controle da dor, e empoderamento das mulheres. Segundo Silva, Cunha e Araújo (2020), as PICS na fase ativa do parto, como auriculoterapia, acupressão, hidroterapia, banho, essências florais e bola suíça, promovem alívio da dor, redução da ansiedade, conforto, aceleração do trabalho de parto e melhor controle emocional para as mulheres.
Tratamento da depressão maior	Nogueira et al. (2024) e Schwambach, et al. (2023) destacam que as PICS, como acupuntura, yoga e meditação, são eficazes na melhora dos sintomas de estresse e ansiedade e na redução do uso de medicamentos antidepressivos. A prevalência de uso de PICS no Brasil é de 5,5% na população adulta, sendo maior em indivíduos com agravos crônicos.
Saúde da mulher	Segundo Souza et al. (2020), as PICS relacionadas a plantas medicinais, musicoterapia, massoterapia, escalda-pés, Qi Gong, hidroterapia, aromaterapia, reflexologia, relaxamento guiado e acupressão contribuem para a saúde da mulher ao promover bem-estar físico, mental e energético, aliviar dores, reduzir tensões e melhorar a circulação, especialmente em condições como dismenorreia, sintomas

do trabalho de parto e estresse. Plantas medicinais, de fácil acesso e culturalmente transmitidas, são utilizadas na prevenção e tratamento de enfermidades femininas, enquanto as demais terapias oferecem suporte no autocuidado, equilíbrio emocional e fortalecimento da qualidade de vida.

As terapias complementares têm demonstrado efeitos positivos sobre o humor, o estresse, a ansiedade e o bem-estar geral da mulher, fatores intimamente relacionados à prevenção e ao manejo da DPP. Embora haja escassez de pesquisas que avaliem a aplicação das PICS no tratamento da doença, os achados isolados mostram potencial significativo dessas terapias como complementares às abordagens convencionais. A enfermagem, ao implementar as PICS de forma ética e baseada em evidências, amplia a integralidade da assistência, contribui para a prevenção de agravos mentais e fortalece a humanização do cuidado. A evidência aponta para as PICS como uma estratégia de baixo custo e com potencial de crescimento no SUS (Nogueira et al. 2024), oferecendo uma alternativa ou complemento seguro ao tratamento convencional.

A enfermagem pode articular a assistência convencional com as terapias complementares por meio de ações que integram o diagnóstico precoce, o manejo clínico e o cuidado humanizado. O primeiro passo consiste na identificação de sinais e sintomas da DPP, utilizando instrumentos como a Escala de Depressão Pós-natal de Edimburgo e aplicando-os de forma sistemática nas consultas de pré-natal, puerpério e visitas domiciliares. Uma vez identificado o risco ou a presença de sintomas, o enfermeiro pode associar intervenções convencionais à práticas integrativas. Essas práticas, quando conduzidas por enfermeiros capacitados, contribuem para melhorar o equilíbrio emocional da puérpera.

A depressão pós-parto é uma condição complexa que exige uma resposta coordenada e multifacetada do sistema de saúde. A enfermagem na APS detém a capacidade técnica e o posicionamento estratégico para atuar na identificação precoce e na intervenção, desde que haja um investimento contínuo em capacitação e na implementação rigorosa de protocolos de rastreamento

Ao sintetizar essas evidências, o estudo não apenas diagnostica a situação, mas propõe um modelo de assistência que, ao valorizar o conhecimento científico e as práticas humanizadas, está apto a promover uma transformação na saúde mental materna e infantil.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise realizada evidencia que a depressão pós-parto, pela sua alta prevalência e pelos impactos significativos sobre a saúde materna, o vínculo mãe-bebê e a dinâmica familiar,

permanece um desafio de grande relevância para a saúde pública. A revisão integrativa desenvolvida, composta por 17 artigos científicos, permitiu compreender de forma ampliada como a enfermagem na Atenção Primária à Saúde ocupa um papel estratégico e indispensável na identificação, prevenção e manejo da DPP.

Os achados demonstram que, embora existam instrumentos validados e eficazes para o rastreamento, como a Escala de Depressão Pós-Natal de Edimburgo, sua utilização ainda é insuficiente na prática clínica cotidiana. Isso reforça a necessidade de fortalecer a vigilância em saúde mental no puerpério e de consolidar o papel da APS como espaço de acolhimento e detecção precoce.

A revisão também confirma que a DPP exige uma abordagem ampliada, capaz de integrar práticas convencionais e terapias complementares. Nesse sentido, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde se destacam como ferramentas promissoras para qualificar o cuidado, contribuindo para a redução de sintomas de ansiedade e estresse, o bem-estar emocional e o fortalecimento do vínculo afetivo entre mãe e bebê. Sua aplicação pela enfermagem demonstra potencial de humanização, baixo custo e complementaridade terapêutica.

A contribuição deste estudo está na proposição de um modelo de assistência integral que articula o saber técnico-científico da enfermagem com o potencial terapêutico das PICS. Contudo, para que essa integração seja efetiva, torna-se imprescindível investir em educação permanente, visto que os estudos analisados demonstram melhorias expressivas no conhecimento e na adoção de práticas humanizadas após capacitações específicas.

Portanto, conclui-se que a inclusão das PICS na assistência de enfermagem à mulher com DPP não é apenas uma tendência, mas uma necessidade urgente para a promoção de um cuidado verdadeiramente humanizado, integral e alinhado com as diretrizes de saúde pública. A revisão, ao consolidar essas evidências, espera contribuir para a transformação da prática clínica e para a melhoria da saúde mental das mães e de seus filhos.

REFERÊNCIAS

ALOISE, M. B.; FERREIRA, C.; LIMA, A. G. O papel da equipe de enfermagem na depressão pós-parto. *Revista UniLS Acadêmica*, Taguatinga-DF, v. 3, n. 1, p. 1-8, 2024.

DANTAS, H. L. L. et al. Como elaborar uma revisão integrativa: sistematização do método científico. *Revista Recien*, São Paulo, v. 12, n. 37, p. 334-345, 2021.

FERNANDES, M. R. et al. Políticas públicas e a inserção das práticas integrativas no SUS: avanços e desafios. *Revista Brasileira de Políticas Públicas*, v. 11, n. 2, p. 89–102, 2021.

FIGUEIRA, B. B. et al. Benefícios das práticas integrativas e complementares aplicadas pelos enfermeiros no parto humanizado: uma revisão integrativa. *Revista Saúde em Foco*, Edição nº 15, 2023.

HASSUNUMA, R. M. et al. Revisão integrativa e redação de artigo científico: uma proposta metodológica em 10 passos. *Revista Multidisciplinar em Educação e Meio Ambiente*, v. 5, n. 3, 2024. DOI: <https://doi.org/10.51161/integrar/remis/4275>.

LIMA, T. R.; ROCHA, C. A. S. Educação permanente e práticas integrativas na atenção primária: perspectivas para a enfermagem. *Revista Saúde Coletiva*, v. 10, n. 45, p. 63–71, 2020.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto – Enfermagem*, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758–764, out./dez. 2008.

MENG, J. et al. Effects of an evidence-based nursing intervention on prevention of anxiety and depression in the postpartum period. *Stress and Health*, v. 38, n. 3, p. 435–442, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1002/smi.3104>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). Brasília: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>.

MONTEIRO, S. J. et al. Depressão pós-parto: atuação do enfermeiro. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, v. 4, p. e4547, 8 out. 2020.

NASCIMENTO, L. A. de S.; SOUSA, V. P. de; SOUSA, P. M. L. S. de. A assistência de enfermagem na depressão pós-parto. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 7, n. 9, p. 1381–1392, 2021. DOI: <https://doi.org/10.51891/rease.v7i9.2366>.

NOGUEIRA, M. C. et al. Prevalência de uso de práticas integrativas e complementares e doenças crônicas: Pesquisa Nacional de Saúde 2019. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 29, n. 9, e20442022, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024299.20442022>.

OLIVEIRA, M. C. S. et al. Prevalência e fatores associados à depressão pós-parto em mulheres atendidas na atenção primária à saúde. *Revista de Saúde Pública*, v. 56, e20345, 2021.

OLIVEIRA, T. A. et al. Screening of perinatal depression using the Edinburgh Postpartum Depression Scale. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 44, n. 5, p. 452–457, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1055/s-0042-1743095>.

PONTE, S. B.; LINO, C.; TAVARES, B. Yoga in primary health care: a quasi-experimental study to assess the effects on quality of life and psychological distress. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 2019.

QUEIROZ, L. C.; SCHWAMBACH, L. B. Uso de práticas integrativas e complementares em saúde no tratamento da depressão. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 33, e33077, 2023. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-7331202333077>.

RAFFAELE, A. M. et al. O enfermeiro frente a puérperas com depressão pós-parto em unidades básicas de saúde do município de Ipojuca-PE. *Revista Saúde - UNG-Ser*, v. 10, n. 1 ESP, p. 44, 2017.

RESENDE, A. B. de S. et al. A importância do acompanhamento pré-natal e pós-parto frente à depressão em mulheres atendidas na atenção primária na região Tocantina. *RGSA – Revista de Gestão Social e Ambiental*, v. 19, n. 8, 2025. DOI: <https://doi.org/10.24857/rgsa.v19n8-020>.

SANTANA, R. P. et al. Depressão pós-parto: uma revisão integrativa da literatura. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 22, n. 2, p. 417–425, 2022.

SANTOS, E. O. R. et al. Desvelando as alterações fisiológicas da gravidez: estudo integrativo com foco na consulta de enfermagem. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 12, e18291210836, 2020.

SANTOS, E. R. S. et al. Dança circular em maternidade: Vivência extensionista. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, v. 12, n. 1, p. 23–32, 2021. DOI: <10.36661/2358-0399.2021VI12IO1.II632>.

SILVA, A. M. da; SANTOS, R. M. dos; SOUZA, M. F. de. Depressão pós-parto: fatores de risco e repercussões no pós-parto. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 24, n. 1, p. 1–9, 2024.

SILVA, D. A. da et al. Impacto de uma intervenção educativa sobre depressão pós-parto para enfermeiros da atenção primária: estudo quase-experimental. *Rev Esc Enferm USP*, v. 59, e20250032, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2025-0032en>.

8152

SILVA, D. A. de et al. Percepção de enfermeiros de estratégias de saúde da família quanto à assistência às puérperas com indicativo de depressão pós-parto. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 11, e210111133425, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11n11.33425>.

SILVA, J. K. A. et al. Identificação de sinais precoces de alteração/transtornos mentais em puérperas para promoção do autocuidado. *Revista Pesquisa (Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Online)*, v. 16, p. 11705, jan.–dez. 2024.

SILVA, M. A. da; LIMA, M. E. de S.; OLIVEIRA, M. A. de et al. A escuta terapêutica como estratégia de intervenção em saúde. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 52, p. e03388, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2017015803388>.

SILVA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, v. 8, n. 1, p. 102–106, jan. 2010.

SILVA, R. A. et al. Fatores associados à depressão pós-parto: revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 13, n. 3, p. e6050, 2021.

SILVA, R. M. da et al. Uso de práticas integrativas e complementares por doulas em maternidades de Fortaleza (CE) e Campinas (SP). *Saúde e Sociedade, São Paulo*, v. 25, n. 1, p. 108–120, 2016. DOI: <<https://doi.org/10>>