

## USO DA ACUPUNTURA COMO CONFORTO DURANTE A GESTAÇÃO

BELAI, Juliana da Silva \*

MATOS, Taianne \*\*

Orientador(a): MARCHI, Ana Leticia

Esta pesquisa tem como tema o uso da acupuntura para o conforto durante a gestação, para que assim esta fase seja enfrentada como um processo natural e bem vindo, promovendo bem-estar físico e emocional, abordando um equilíbrio de mente, corpo, e espírito. Demonstrando ainda na assistência, que a própria gestante pode promover seu bem estar através de práticas de autocuidado, como por exemplo, a acupressão, ou seja, método de terapia manual trabalhados sob pressão. Diante das transformações advindas da gravidez, ocorrem algumas reações indesejáveis pela mulher, as quais podem ser aliviadas através do estímulo de pontos. O objetivo geral do estudo é mostrar a atuação da enfermagem na acupuntura e os benefícios da técnica durante o período gestacional, através de uma revisão bibliográfica. Concluindo assim, que práticas alternativas, como o uso da acupuntura, além de eficaz atua na substituição de uso de terapias farmacológicas, internações hospitalares, bem como reduz estados mais comuns durante este período, como náusea, vômito, cefaléia, dores lombares, fadiga, insônia, ansiedade sonolência e medo, oras vivenciado pela gestante, acerca de experiência individual que vem a ser o período gestacional, oferecendo tranquilidade em seu momento pré-maternal e estimulando seus meses lunares a serem de maior conforto e bem estar geral.

Palavras-chave: Gestação. Conforto. Acupuntura.

---

\* FUNEC, thomazgarros@hotmail.com

\*\* FUNEC, luispaulolp@hotmail.com