



ISSN: 2230-9926

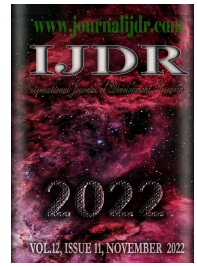
Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 12, Issue, 11, pp. 60361-60365, November, 2022

<https://doi.org/10.37118/ijdr.25891.11.2022>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS DE ALÍVIO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO: ANÁLISE CONCEITUAL EXPLORATÓRIA

Amanda Thaise de Souza Barbosa^{*1}, Thamires Ribeiro Carvalho de Sousa², Malueska Luacche Xavier Ferreira Sales³, Juçara Elke Lourenço da Silva⁴, Ana Lúcia de Medeiros Cabral⁵, Maria Lúcia Fernandes de Carvalho Marques⁶, Rômulo Wanderley de Lima Cabral⁷, Emanuel Nildivan Rodrigues da Fonseca⁸, Maria Rosilene dos Santos⁹ and André Felipe Pereira de Sousa¹⁰

^{1*}Enfermeira. Especialista em Obstetrícia. Enfermeira Obstetra do Hospital Universitário Lauro Wanderley- EBSEH/UFPB. João Pessoa, Paraíba, Brasil. ² Enfermeira do Hospital Universitário Lauro Wanderley - EBSEH/UFPB, João Pessoa - PB, Brasil. ³Enfermeira. Mestre em enfermagem. Hospital Universitário Lauro Wanderley da Universidade Federal da Paraíba - EBSEH/UFPB. João Pessoa, Paraíba, Brasil. ⁴Enfermeira. Especialista em obstetrícia. Enfermeira do Hospital Belarmino Correia, Goiana/PE, Brasil. ⁵Enfermeira. Doutora em enfermagem. Especialista em Obstetrícia. Enfermeira Obstetra do Hospital Universitário Lauro Wanderley da Universidade Federal da Paraíba- EBSEH/UFPB. João Pessoa, Paraíba, Brasil. ⁶Enfermeira, Especialista em Obstetrícia. Enfermeira Obstetra do Hospital Universitário Lauro Wanderley- EBSEH/UFPB, João Pessoa- PB. ⁷Enfermeiro. Mestre em Saúde Pública. Especialista em Obstetrícia. Enfermeira Obstetra do Hospital Universitário Lauro Wanderley da Universidade Federal da Paraíba- HULW/UFPB. João Pessoa, Paraíba, Brasil. ⁸Enfermeiro. Doutorando em Psicologia Clínica pela Universidade de São Paulo – USP. Especialista em Obstetrícia. Docente da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG. Enfermeiro da Universidade Federal da Paraíba - Hospital Universitário Lauro Wanderley - EBSEH/UFPB, João Pessoa - PB, Brasil. ⁹Especialista em Saúde da Família. Enfermeira do Hospital Universitário Lauro Wanderley da Universidade Federal da Paraíba -EBSEH/UFPB. João Pessoa, Paraíba, Brasil. ¹⁰Odontólogo. Especialista em Endodontia. Especialista em Ortodontia e Ortopedia Facial. Especialista em Laminados e Lentes de Contato Dental

ARTICLE INFO

Article History:

Received 10th August, 2022

Received in revised form

25th September, 2022

Accepted 29th October, 2022

Published online 30th November, 2022

KeyWords:

Métodos não farmacológicos, Parto, Enfermagem, Dor do parto.

*Corresponding author:

Amanda Thaise de Souza Barbosa

ABSTRACT

A dor do trabalho de parto é associada a intenso sofrimento pela maioria das pacientes existindo o reconhecimento de que a dor neste período deve ser aliviada através de medidas não farmacológicas em que beneficiam a evolução do trabalho de parto e manejo com a dor. **Objetivo:** desse artigo é analisar as produções científicas sobre os métodos não farmacológicos (MNFs) de alívio da dor no trabalho de parto; conhecer a importância e os cuidados de enfermagem na aplicabilidade desses métodos e identificar a eficácia dos MNFs utilizados no trabalho de parto. **Materiais e Métodos:** O estudo trata-se de uma análise conceitual exploratória sobre os métodos não farmacológicos de alívio da dor no trabalho de parto em que foram selecionados 20 artigos publicados entre 2011 a 2021. **Resultados:** a pesquisa mostrou-se que a enfermagem se destaca no papel da aplicação dos MNFs, por ter uma formação voltada para o cuidar e respeito a fisiologia, garantindo uma assistência voltada para as boas práticas do parto e nascimento. **Conclusão:** as medidas de alívio da dor no trabalho de parto mais eficazes citadas na maioria dos estudos são exercícios respiratórios associados a massagens, bola suíça e hidroterapia.

Copyright©2022, Amanda Thaise de Souza Barbosa et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Amanda Thaise de Souza Barbosa, Thamires Ribeiro Carvalho de Sousa, Malueska Luacche Xavier Ferreira Sales et al. "Métodos não farmacológicos de alívio da dor no trabalho de parto: análise conceitual exploratória", *International Journal of Development Research*, 12, (11), 60361-60365.

INTRODUCTION

O trabalho de parto trata-se de um processo fisiológico, caracterizado por alterações mecânicas e hormonais que promovem contrações uterinas, resultando na dilatação do colo uterino e descida da apresentação fetal. Durante a fase de dilatação, a dor corresponde a uma sensação subjetiva, descrita como aguda, visceral e difusa. Enquanto, na fase de descida fetal, a dor é somática, mais nítida e contínua, podendo ser intensificada pelo estado emocional da

parturiente e por fatores ambientais (Duarte, Ferreira, Gallo *et al*, 2011). A dor do trabalho de parto é associada a intenso sofrimento pela maioria das pacientes. Dessa forma, existe o reconhecimento de que a dor no trabalho de parto deve ser aliviada através de medidas e procedimentos benéficos para o acompanhamento do parto e do nascimento, evitando práticas intervencionistas desnecessárias, que embora tradicionalmente realizadas não beneficiam a mulher nem o recém-nascido, e que com frequência acarretam maiores riscos para ambos (Brasil, 2017). O modelo de parto "normal" é percebido como

degradante com a perda do papel de protagonista da mulher, tornando-a fragilizada e vulnerável a situações que a descaracterizam, infantilizam e violentam. Nessa condição de fraqueza, a parturiente vivencia um sentimento de medo e passa a perceber o parto e o nascimento como ameaça de dor, sofrimento e morte, encontrando a cesariana como meio de fuga e proteção (Bruggemann, Freitas, d'Orsi e Monguilhott, 2018). O modelo predominante e tradicional da assistência obstétrica no Brasil é centrado no médico obstetra e na atenção hospitalar. O Ministério da Saúde incentiva a incorporação da enfermeira obstétrica nas equipes hospitalares e aposta na sua contribuição para redução no uso das intervenções e das cesáreas desnecessárias, que caracterizam a assistência obstétrica no País. Sendo incorporado em algumas maternidades do país no intuito de melhorar a qualidade de assistência ao parto (Vogt, Silva e Dias, 2014). Assim, o uso dos métodos não farmacológicos é importante por aliviar a dor, além de acarretar menos intervenções e retornar à essência da fisiologia que o parto representa para a mãe e o conceito. Estes métodos além de estarem profundamente comprometidos com as políticas de humanização do decurso do nascimento, proporcionam às mulheres a diminuição do medo, autoconfiança e satisfação. Para isso é indispensável que os profissionais de saúde respeitem os anseios, desejos e direitos da mulher, identificando-a junto ao conceito como seres únicos no processo de nascimento para assegurar um parto mais fisiológico (Alves, Dias, Ferreira *et al*, 2018).

Os Métodos Não Farmacológicos (MNFs) de alívio a dor no trabalho de parto, surgiram com o intuito de promover uma assistência sem o uso da medicalização e procedimentos invasivos desnecessários, além de oferecer suporte psicoemocional a mesma e aos seus familiares, fornecendo uma assistência obstétrica humanizada, promovendo o respeito aos direitos da mulher e criança, baseadas em evidências científicas. No entanto, embora seja um tema muito discutido, o país ainda está longe de apresentar um programa humanizado de assistência ao parto, haja vista que os profissionais de saúde devem estar devidamente capacitados para garantir a gestante e seus familiares uma atenção de qualidade, de forma a promover um período de conforto e bem-estar (Schvartz, Prates, Possati, *et al*, 2016). O uso dos MNFs, são propostos como uma opção para substituição de anestésicos e analgésicos durante o trabalho de parto e parto. Nesta perspectiva, estes cuidados são incentivados através da recomendação da prática de algumas ações não farmacológicas, como liberdade de adotar posturas e posições variadas, deambulação, respiração ritmada e ofegante, comandos verbais e relaxamento, banhos de chuveiro e de imersão, toque e massagens e o uso da bola. Estas práticas têm a finalidade de tornar o parto o mais natural possível, diminuindo as intervenções, cesarianas desnecessárias e a administração de fármacos (Fischer, Silva e Strapasson, 2011). A principal vantagem na utilização de recursos não-farmacológicos é o reforço da autonomia da parturiente, proporcionando sua participação ativa e de seu acompanhante durante o parto e nascimento, estando associados a poucas contraindicações ou aos efeitos colaterais (Barbieri, Henrique, Chors *et al*, 2013). Neste contexto, as informações existentes na literatura científica demonstram que os MNFs utilizam para alívio da dor no trabalho de parto, deambulação, exercícios respiratórios, massoterapia, bola suíça, banho de imersão e de chuveiro, eletroestimulação nervosa transcutânea (ENT), técnicas de relaxamento a bola suíça, a deambulação, banho de imersão e aspersão, ducha quente, cavalinho, massagem, musicoterapia, aromaterapia, acupressão, dentre outros, promovendo benefícios tanto para a instituição quanto para a parturiente. A assistência ao parto tem como objetivo ter uma mãe e uma criança com boas condições de saúde e com o menor número possível de intervenções em nível que garanta segurança. Para que se interfira no processo natural do parto normal, deve existir uma razão real (Brasil, 2017).

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma análise conceitual exploratória, a partir da revisão bibliográfica de 20 artigos sobre os métodos não farmacológicos no alívio da dor no trabalho de parto. A coleta de informações foi

realizada nas bases de dados: Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Bases de dados em Enfermagem (BDENF), e a biblioteca virtual ScientificElectronic Library Online (SciELO) disponíveis eletronicamente, publicados em língua portuguesa no período de 2011 a 2021. O estudo apresenta como variáveis primárias a eficácia dos Métodos Não Farmacológicos de Alívio da dor no Trabalho de parto e a importância da enfermagem nesse contexto, e como variáveis secundárias a Paridade, Idade, Escolaridade, tipos de métodos e o profissional que aplicou esses métodos. Os resultados serão demonstrados em tabelas atendendo a proposta da pesquisa conforme as variáveis estabelecidas. Utilizou-se como descritores: métodos não farmacológicos, parto, enfermagem e dor do parto.

RESULTADOS

Dentre os 20 artigos, em relação a paridade, 07 artigos não citaram as condições clínico – obstétricas (35%), observou-se que a maior parte das mulheres eram múltiparas (30%). Os demais artigos citaram: nulíparas e primíparas em 20% e secundíparas em 10%, conforme tabela 1. Em todos os estudos as parturientes apresentaram idade gestacional maior que 37 semanas.

Tabela 1. Paridade

TIPOS	PORCENTAGEM
Nulo	35% (07 artigos)
Nulíparas	20% (04 artigos)
Primípara	20% (04 artigos)
Secundíparas	10% (02 artigos)
Múltiparas	30% (06 artigos)

A maioria das mulheres incluídas nesses estudos encontravam-se na faixa etária de 18 a 34 anos, correspondendo a 30%, as demais estão na faixa de 10 a 24 anos, equivalente a 10%. Em 13 artigos (65%) não citaram idade das mulheres, conforme apresentados na Tabela 2. A faixa etária predominante desse estudo encontra-se entre mulheres jovens.

Tabela 2. Idade

PORCENTAGEM	RESULTADO
Nulo	65% (13 artigos)
10 a 19 anos	5% (01 artigo)
15 a 24 anos	5% (01 artigo)
18 a 22 anos	10% (02 artigos)
18 a 30 anos	10% (02 artigos)
20 a 34 anos	10% (02 artigos)

Tabela 3. Escolaridade

PORCENTAGEM	RESULTADO
NULO	75 % (15 artigos)
ALFABETIZADAS	5 % (01 artigo)
MÉDIO	20 % (04 artigos)
SUPERIOR	5% (01 artigo)

Quanto a escolaridade, dos 20 artigos selecionados, 15 não citaram o grau de estudo das parturientes, equivalendo a 75%. Somente 1 artigo cita que as participantes da pesquisa são alfabetizadas, e 04 artigos (20%) relatam ensino médio, 01 artigo cita que somente uma cursava ensino superior. Diante do exposto observa-se que poucas mulheres possuem o ensino superior, predominando as mulheres com ensino médio completo.

Tabela 4. Profissional que aplicou os MNFs de alívio da dor

PORCENTAGEM	RESULTADOS
NULO	35 % (07 artigos)
ENFERMEIRO	60 % (12 artigos)
FISIOTERAPEUTA	10 % (02 artigos)
MÉDICO	15% (03 artigos)
OUTROS	15% (03 artigos)

O principal executante dos métodos citados, foram a equipe de enfermagem equivalendo a 60% dos estudos, seguidos dos médicos (15%), fisioterapeutas (10%), e outros como doulas, psicólogos e acompanhantes são citados em 15% dos artigos em estudo. Com isso, é identificado que a enfermagem é que presta maior contribuição na aplicabilidade dos métodos não farmacológicos de alívio da dor.

Tabela 5. Tipos de Métodos

MÉTODOS	PORCENTAGEM
AURICULOTERAPIA E ACUNPRESSÃO	10% (02 artigos)
AROMATERAPIA	25% (05 artigos)
BANQUINHO U	5% (01 artigo)
BOLA SUIÇA	75% (15 artigos)
CRIOTERAPIA	25% (05 artigos)
DEAMBULAÇÃO	60% (12 artigos)
ESCALDA PÉS	5% (01 artigo)
EET	35% (07 artigos)
HIDROTERAPIA	90% (18 artigos)
MASSAGENS	75% (15 artigos)
MÉTODO CAVALINHO	25% (05 artigos)
MUDANÇAS DE POSIÇÃO	20% (04 artigos)
MUSICOTERAPIA	20% (04 artigos)
PENUMBRA	5% (01 artigo)
REBOZO	5% (01 artigos)
VERTICALIZAÇÃO DA MULHER	20% (04 artigos)

Com base nos artigos selecionados, os métodos de alívio da dor utilizados em sua maioria foram a hidroterapia equivalendo a 90% dos estudos, seguidos de bola suíça e massagens (75%), deambulação (60%), Eletroestimulação transcutânea (EET) em 35% dos artigos, aromaterapia e método cavalinho (25%), mudanças de posição, musicoterapia e verticalização da mulher (20%), auriculoterapia e acupressão (10%), e por fim banquinho U, escalda pés, penumbra e rebozo (5%).

Tabela 6. Método Não farmacológico de melhor eficácia

MÉTODOS	PORCENTAGEM
NULO	40% (08 artigos)
HIDROTERAPIA	30% (06 artigos)
EXERCÍCIOS RESPIRATORIOS ASSOCIADOS DE MASSAGENS	25% (05 artigos)
BOLA SUIÇA	10% (02 artigos)

Em relação ao método mais eficaz para alívio da dor no trabalho de parto, a hidroterapia, sendo o banho de aspersão o favorito entre as parturientes, é referido em 30% dos artigos selecionados, seguido de exercícios respiratórios associados de massagens em 25% e bola suíça em 10% dos estudos. Por conseguinte, 08 artigos não relataram a eficácia dos métodos, correspondendo a 40%. Segundo, Alves, Dias, Ferreira *et al.* (2018) cita que o banho de aspersão é o método que as mulheres mais se identificaram e relacionaram ao fato desse método ter proporcionado alívio da dor, relaxamento, calma e redução da dor. Como evidenciado na tabela 5 e 6 desse estudo, a hidroterapia está entre o método mais utilizado.

DISCUSSÃO

Levando em consideração os objetivos traçados pela pesquisa, ao analisarmos os artigos selecionados para o estudo, observou-se que as mulheres que receberam os métodos não farmacológicos de alívio da dor no trabalho de parto, são em sua maioria primíparas e múltiparas, com destaque maior para as múltiparas, predominaram as jovens de idade entre 18 a 24 anos, com nível de escolaridade média em sua maioria. Os resultados mostram que o profissional mais envolvido na aplicação dos métodos não farmacológicos de alívio da dor no processo de trabalho de parto é a equipe de enfermagem, foram identificados também médicos, fisioterapeutas e outros profissionais como doulas e psicólogos. Além disso, alguns estudos relataram que os acompanhantes estão envolvidos na aplicabilidade desses métodos implicando em uma melhor adesão nos mesmos. O trabalho de parto é

um momento único e específico na vida da mulher, a aplicação do MNFs proporciona as mesmas a passarem por um processo de parturição de forma menos traumática, tornando-se um método que gera uma importante via de conforto no trabalho de parto. Com isso, cabe ao profissional que presta cuidado a gestante proporcionar um ambiente calmo e tranquilo que favoreça a liberdade da mulher e viabilize o uso do MNFs. Como mostrado nos resultados desse estudo, a enfermagem se destaca no papel de aplicação dos MNFs, por ser uma profissão voltada para o cuidar, respeitando o fisiológico, garantindo uma assistência voltada para as boas práticas do parto e nascimento, assim como preconiza a OMS, diminuindo as intervenções desnecessárias, contribuindo nas mudanças do processo de parir. A assistência prestada pela enfermeira obstetra é um fator importante, pois propicia a utilização de práticas não intervencionistas e não medicamentosa durante a condução do trabalho de parto e atenção a situação de dor da parturiente (Mafetoni e Shimo, 2014). Os cuidados de enfermagem na aplicação desses métodos consistem em proporcionar medidas de conforto, apoio emocional, informar e instruir, assim como oferecer apoio ao acompanhante. Além disso, deve possuir competências e habilidades sobre os diversos métodos não farmacológicos para o alívio e controle da dor durante o trabalho de parto. Em um estudo que realiza uma revisão integrativa dos MNFs do alívio da dor, refere que a doula é uma profissional que fornece suporte físico e emocional as parturientes durante e após o parto, abordando aspectos emocionais como encorajar tranquilizar, prestar orientações e estimular medidas de conforto por meio de MNFs (Hanum, Mattos, Matão *et al.*, 2017).

A atuação da fisioterapia no TP ainda é uma prática pouco estabelecida, a fisioterapia na saúde da mulher se identifica com os principais preceitos de humanização da assistência obstétrica e objetiva amenizar a dor, protelar a utilização de recursos farmacológicos, melhorar o conforto físico, viabilizar a aquisição de posturas verticais e a diversificação postural, além de contribuir para interação entre a equipe de saúde, o acompanhante e a parturiente (Barbieri, Henrique, Chors *et al.*, 2013). Os tipos de métodos citados nos estudos foram diversos, como a hidroterapia, bola suíça, massagens, deambulação, estimulação elétrica transcutânea (TENS), aromaterapia, cavalinho, mudanças de posição, musicoterapia, verticalização, auriculoterapia, acupressão, banquinho U, reflexologia, escalda pés, penumbra e rebozo todos esses são tecnologias não invasivas de grande relevância no processo de trabalho de parto. Nessa perspectiva, o cenário do parto e nascimento deverá dispor de práticas humanizadas, assim como de métodos de alívio da dor farmacológicos e não farmacológicos, para minimizar o desconforto causado no processo de parturição. Os métodos não farmacológicos podem ser orientados ao casal (durante o pré-natal) e/ou ensinados/aplicados pela enfermeira ou pela equipe multiprofissional (durante o trabalho de parto e no parto). O ideal é que a equipe multiprofissional estabeleça uma relação de proximidade e empatia com a mulher durante o evento do parto, além de uma assistência adequada quanto à oferta e implementação de práticas humanizadas (Lehuguer, Strapasson e Fronza, 2017). A hidroterapia que consiste no banho de aspersão/imersão funciona por meio do estímulo que a água quente faz nos termos receptores da epiderme estimulando a chegada da mensagem de forma mais rápida ao cérebro do que o estímulo da dor, fazendo assim que exista um bloqueio de forma efetiva. O calor promove o aumento a circulação sanguínea, inibindo os agentes estressores motivado pela contração durante o trabalho de parto, devido ao contato com o tecido é capaz de uma certa melhoria no metabolismo e da elasticidade reduzindo o pré-lúdio da dor (Schvartz HV *et al.*, 2016). A bola de Bobath, ou suíça, é um recurso que vem sendo popularizado e difundido na área obstétrica como dispositivo de alívio da dor no TP e parto, devido, principalmente, aos resultados positivos verificados com a sua utilização. Trata-se de um objeto redondo de borracha, inflável, no qual a paciente pode adotar a posição sentada. Sobre esta bola, a parturiente realiza movimentos pélvicos de bamboleio, que contribuem para a descida e rotação do bebê. A utilização da bola também estimula a circulação sanguínea materna, melhora as contrações uterinas e contribui para a dilatação cervical (Osório, Junior e Nicolau, 2014).

Tabela 7. Principais benefícios dos métodos não farmacológicos de alívio da dor no trabalho de parto

Tipos	EFICÁCIA
Bola suíça	Mobilidade da parturiente, evolução da dilatação e redução do TP.
Deambulação	Reduz o tempo de TP.
Hidroterapia(banho de aspersão/imersão)	Promover o relaxamento corporal.
Massagem	Alívio da dor, reduz o nível de estresse e ansiedade.
Téc. Respiração	Promover o relaxamento, diminuir a ansiedade.
Aromaterapia	Reduziu a dor, ansiedade e o medo.
Acupressão	Alívio da dor.
Cavalinho	Proporcionar a livre movimentação diminuindo a dor, auxílio na progressão do TP.
Eet	Alívio da dor
Posicionamento vertical/lateral	Diminuição do TP.
Musicoterapia	Reduz a ansiedade.
Crioterapia	Alívio da dor.
Rebozo	Alívio da dor.

Massagem é um método de estimulação sensorial caracterizado pelo toque sistêmico e pela manipulação dos tecidos. Tem o potencial de promover o alívio da dor, além de proporcionar o contato físico com a parturiente, potencializando o efeito de relaxamento, diminuindo o estresse emocional e melhorando o fluxo sanguíneo e a oxigenação dos tecidos (Barbieri, Henrique, Chors *et al*, 2013). A deambulação é um método terapêutico que consiste em acelerar o trabalho de parto, facilitado pela posição verticalizada e pelo efeito favorável da gravidade. Adotar mudanças de posição favorece a velocidade da dilatação cervical, promove o alívio da dor durante as contrações e facilita a descida fetal. Portanto, deve ser incentivada a variedade de posições entre sentada, decúbito lateral, ajoelhada, agachada, quatro apoios e em pé, dentre outras (Costa, Sant'ana e Brito, 2017). A aromaterapia utiliza o poder das plantas através de óleos essenciais específicos, para evolução no trabalho de parto e alívio da dor. Na prática do esalda-pés também são utilizadas algumas gotas desses óleos diluídas na água com o propósito de inalação para redução da dor (Costa, Sant'ana e Brito, 2017). O cavalinho é um equipamento similar a uma cadeira invertida, no qual a gestante apoia os braços e o tórax para frente aliviando as costas. Enquanto o banquinho em U trata-se de um banco baixo em forma de U. ambos os métodos são utilizados como finalidade de promover o relaxamento, aumentar a dilatação e diminuir a dor (Araújo, Correia, Rodrigues *et al*, 2018). Auriculoterapia é uma área específica que associa a acupuntura e a reflexologia, sendo efetiva na duração e na severidade da dor no TP. A acupressão faz parte da medicina tradicional chinesa que consiste em estimular os pontos de acupuntura através de mãos e/ou dedos. Já o uso da crioterapia ameniza a dor durante toda fase ativa e o período expulsivo, promove redução na duração da evolução no TP. Pode ser realizada nas costas e na região inferior do abdômen, recomenda-se também a continuidade em região perineal durante o período expulsivo (Fischer, Silva e Strapasson, 2011).

O Tensé caracterizada pela emissão de impulsos ou estímulos elétricos de baixa frequência, assimétricos de correntes bifásicas por meio de eletrodos superficiais lisos aplicados sobre a região dolorosa, que tem como objetivo minimizar a dor na fase ativa do TP, sem efeitos danosos a mãe ou a ao feto (Barbieri, Henrique, Chors *et al*, 2013). Musicoterapia é uma técnica qualificada para diminuir ansiedade, aflição, estresse, medo e pânico da mulher. Proporciona o alívio aos estímulos dolorosos, ampliando o grau de ânimo e vigor, acarretando na diminuição da pulsação cardíaca, dos esforços respiratórios e gerando o alívio da dor (Araújo, Correia, Rodrigues *et al*, 2018). O rebozo é um exercício que se utiliza um tipo de xale. Durante o TP, esse método é usado com a parturiente na posição vertical ou de cócoras com o xale amarrado no alto, ou através de alongamentos de pelve realizados durante as contrações, associados a fricção da lombar com esse tecido (Costa, Sant'ana e Brito, 2017). Os exercícios respiratórios no trabalho de parto têm a função de reduzir a sensação dolorosa, melhorar os níveis de saturação sanguínea materna de oxigênio, proporcionar relaxamento e diminuir a ansiedade (Barbieri, Henrique, Chors *et al*, 2013). De acordo com os estudos analisados e levando em consideração os objetivos traçados temos uma síntese dos benefícios dos MNFs, conforme apresentado em Tabela 7.

Tem-se que as medidas de alívio da dor no trabalho de parto mais eficazes citadas pela maioria dos estudos são exercícios respiratórios associados a massagem, hidroterapia e bola suíça. Em um estudo descritivo, qualitativo realizado com 40 puérperas da Maternidade do hospital e Maternidade Sagrado Coração de Jesus de Janaúba –MG, observou-se que o banho de aspersão foi o mais utilizado e provocou relaxamento, calma, diminuição e alívio da dor. Outro estudo realizado no Instituto de Saúde Elpidio Almeida, Campina Grande – PB, com 18 puérperas, o banho de chuveiro foi o método de preferência das puérperas desse estudo por oferecer resolutividade, bem-estar fisiológico, sensação de relaxamento e conforto (Alves, Dias, Ferreira *et al*, 2018). Foi descrito em um estudo quantitativo, obtido a partir de pesquisa de campo realizado em uma Maternidade de Goiás 84,5% as puérperas utilizaram banho morno, acerca de suas opiniões relataram o melhor método utilizado, apontando um resultado de 45 (53,5%) referiram o banho morno como o melhor método, seguido dos exercícios respiratórios de relaxamento, com 17 (20,2%), e massagem lombossacral, com 14 (10,9%). (Castro, Freitas, Damasceno *et al*, 2018). O banho quente de aspersão é mais efetivo para a redução da dor quando comparada ao uso da bola suíça de forma isolada. No estudo brasileiro realizado no Rio Grande do Norte com mulheres internadas em Unidade de Parto Humanizado que receberam igualmente intervenções não farmacológicas durante a fase ativa do trabalho de parto, como exercício respiratório, relaxamento muscular, massagem lombossacra de modo combinado e banho de aspersão de forma isolada, ao comparar as médias de intensidade da dor antes e após as intervenções, verificou-se efetividade no seu alívio. Contudo, observou-se que quando houve a associação dos métodos mostrou-se ser mais eficiente e eficaz na redução da dor (Mafetoni e Shimo, 2014). Outro método que se mostrou eficaz é a bola suíça, promove liberdade postural e participação ativa da mulher durante do trabalho de parto. Exercícios com a bola suíça proporciona redução da dor e evolução do trabalho de parto. No entanto, quando utilizada de forma combinada com o banho reduz significativamente a dor, diminui o estresse e a ansiedade. Estudo realizado por enfermeiras obstetras que pesquisaram a utilização da bola suíça durante o trabalho de parto em 35 instituições cadastradas no Sistema Único de Saúde do Município de São Paulo mostrou que 100% dos centros de parto normal e 40% dos centros obstétricos utilizaram este recurso como método de assistência obstétrica durante a fase de dilatação. Esta pesquisa mostrou ainda que a utilização da bola suíça na fase ativa do trabalho de parto é mais efetiva, podendo abreviar o período de dilatação (Mafetoni e Shimo, 2014). O uso de exercícios respiratórios melhora a sensação dolorosa no primeiro estágio de trabalho de parto, resultando em melhoria nos níveis de oxigenação materna e redução da ansiedade. Mostra-se mais eficaz na redução da dor no trabalho de parto quando associado a massagens, proporciona um bem-estar físico e emocional, reduzindo o comportamento de ansiedade, oferecendo segurança e tranquilidade, favorecendo a interação com a equipe de saúde.

CONCLUSÃO

Através da análise dos estudos, percebeu-se que os Métodos Não Farmacológicos de Alívio da dor no trabalho de parto, são alternativas eficazes, onde trazem benefícios que se tornam fundamentais para

reduzir a dor provocada no processo de parturição, contribuindo para diminuição de técnicas invasivas, administração de medicamentos e melhora na assistência ao parto. Além disso, esses métodos propiciam o envolvimento da mulher de forma mais participativa, em seu trabalho de parto tornando-se um ato humanizado garantindo uma assistência segura para mães e bebês. Esses Métodos mostram-se ainda mais eficazes quando aplicados de forma combinada, como exercícios respiratórios associados a massagens, onde se mostram mais eficientes na fase inicial, banho de aspersão junto a bola suíça é mais efetiva na fase ativa do parto. Os estudos enfatizam que a atuação da enfermeira obstétrica é de suma importância, promove um cuidado menos intervencionista, voltado a promover o uso de práticas baseadas em evidências com a sensibilidade de resgatar o protagonismo da mulher no processo de parturição. A categoria mostra-se interessada no uso de estratégias não invasivas com vista a manter mais humanizado os serviços prestados. No que diz respeito a eficácia desses métodos, destacou-se a hidroterapia e o banho de aspersão sendo que, este apresenta dados significativos na redução da dor e efeito relaxante. A bola suíça também se mostra útil nas contrações uterinas e dilatação cervical. A massagem associada aos exercícios respiratórios, propiciam um bem-estar físico e emocional, ajudando na redução da ansiedade. De maneira geral, verificou-se que os métodos não farmacológicos de alívio da dor no trabalho de parto são seguros e eficazes no alívio da dor preservando a naturalidade no processo de parir, mostrando-se mais eficazes quando aplicados de forma combinada sendo os profissionais de enfermagem mais voltados para aplicação desses métodos.

REFERÊNCIAS

- Almeida JM, Acosta LG, Pinhal MG. (2015). Conhecimento das puéperas com relação aos métodos não farmacológicos de alívio da dor do parto. REME: Revista Min Enferm. Jul/Set.; 19(3): 711-717. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20150054>. Acesso: 02 Mai. 2022.
- Alves JCS, Dias EG, Ferreira RM *et al* (2018). Eficiência de métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto normal. Rev. Enferm. Foco. (internet). 9(2): 35-39. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1398/442>. Acesso em: 19 abr. 2022.
- Araújo ASC, Correia AM, Rodrigues DP *et al*. (2018). Métodos não farmacológicos no parto domiciliar. Revenferm UFPE (Online). Recife-PE. Abr.; 12(4):1091-6. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i4a230120p1091-1096-2018>. Acesso em: 01 Mai. 2022.
- Barbieri M, Henrique AJ, Chors FM *et al*. (2013). Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. Acta Paul Enferm. 26(5): 478-484. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/djZsHrgCpPb5LrShZnXyGKh>. Acesso em: 25 abr. 2022.
- Brasil (2017). Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal. [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_nacionais_assistencia_parto_normal.pdf. Acesso em: 15 abr. 2022.
- Bruggemann OM, Freitas PF, d'Orsi E, Monguilhott JJC. (2018). Nascer no Brasil: a presença do acompanhante favorece a aplicação das boas práticas na atenção ao parto na região Sul. RevSaúde Pública. (Internet). 52 (1). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/XJcsDzp7RjhSvhHDtP4HSBc/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 19 abr.2022
- Castro RCMB, Freitas CM de, Damasceno AKC *et al*. (2018). Resultados obstétricos e neonatais de partos assistidos. Revenferm UFPE. (Online). Recife-PE. Abr.; 12(4):832-9. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i4a25202p832-839-2018>. Acesso em: 01 Mai. 2022.
- Costa EC, Sant'ana FRS, Brito IF (2017). Percepção de mulheres relacionada aos métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto. Recien. Revista Científica de Enfermagem. (Internet). 7(19): 92-102. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/127/130>. Acesso em: 01 Mai. 2022.
- Duarte G, Ferreira CHJ, Gallo RBS *et al*. (2011) Recursos não-farmacológicos no trabalho de parto: protocolo assistencial. Rev. Femina. (internet). 39(1): 41-48. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0100-7254/2011/v39n1/a2404.pdf>. Acesso em: 15 abr. 2022.
- Fischer ACS, Silva EF, Strapasson MR. (2011). Métodos não farmacológicos de alívio da dor durante trabalho de parto e parto. Revista de enfermagem UFSM. (Internet). Mai/Ago. 1(2): 261-271. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/2526/1640>. Acesso em: 25 abr. 2022.
- Hanum SP, Mattos DV, Matão MEL *et al*. (2017). Estratégias não farmacológicas para o alívio da dor no trabalho de parto: efetividade sob a ótica da paciente. Revista de Enfermagem UFPE (Online). Recife-PE. Ago. 11(Supl. 8):3303-9. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/File/110197/22089>. Acesso: 01 Mai. 2022.
- Lehuteur D, Strapasson MR, Fronza E. (2017). Manejo não farmacológico de alívio da dor em partos assistidos por enfermeira obstétrica. Revista de Enfermagem UFPE. (Online). Recife-PE. Dez.; 11(12): 4924-4937. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v11i12a22487p4929-4937-2017>. Acesso em: 25 Abr. 2022
- Mafetoni RR, Shimo AKK. (2014). Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: revisão integrativa. REME: Revista Min Enferm. (Internet).abr/jun.18(2): 505-512. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-727283>. Acesso em: 30 abr. 2022.
- Mascarenhas VHA, Lima TR, Silva FMD *et al*. (2019). Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio a dor do parto. Acta Paul Enferm. 32(3): 350-357. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201900048>. Acesso em: 01 Mai. 2022.
- Oliveira NRG. Eficácia dos métodos não farmacológicos para alívio da dor durante o trabalho- revisão sistemática. Disponível em: http://www2.pucgoias.edu.br/anais/2014/PDF/Textoscompletos-premios/premio8_eficaciadosmetodos.pdf. Acesso em: 25 abr 2022.
- Osório SMB, Junior LGS, Nicolau AIO (2014). Avaliação da efetividade de métodos não farmacológicos no alívio da dor no parto. Revista Rene. Jan/fev; 15(1): 174-184. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/3112/2386>. Acesso em: 01 Mai. 2022.
- Reis TR, Zamberlan C, Quadros JS *et al*. (2015). Enfermagem Obstétrica: contribuições as metas dos Objetivos do Desenvolvimento do Milênio. Revista Gaúcha de Enfermagem. (Online). 36(esp.): 94-101. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2015.esp.57393>. Acesso em: 01 Mai. 2022.
- Schvartz HV, Prates LA, Possati AB, *et al*. (2016). Estratégias de alívio da dor no trabalho de parto e parto: uma revisão integrativa. Journal of Nursand Health. (Internet).6(2): 355 – 362. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/5975/6051>. Acesso em 24 abr. 2022.
- Souza ENS, Aguiar MGG, Silva BSM. (2015). Métodos não farmacológicos no alívio da dor: equipe de enfermagem na assistência a parturiente em trabalho de parto e parto. Rev Enfermagem Revista. Mai/Ago.; 18(2): 42-56. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/enfermagemrevista/article/view/11693/10337>. Acesso em: 01 Mai. 2022.
- Vogt SE, Silva KS e Dias MAB. (2014). Comparação de modelos de assistência ao parto em hospitais públicos. Rev Saúde Pública. 48(2):304-313. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/3jvHKKT4CjJCmXMrNM7ThRx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 Abr. 2022.