



MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA ALÍVIO DA DOR NO PARTO

Valéria de Oliveira Lourenço¹

Ana Eulária Silva Costa²

Alana Bezerra Lima³

Bárbara Xavier dos Santos Gois⁴

Emilly de França Fontenele⁵

Nayara Santana Brito⁶

TRABALHO PARA PREMIAÇÃO: GRADUAÇÃO - EIXO 5: ENFERMAGEM EM SAÚDE DA MULHER E SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE

RESUMO

INTRODUÇÃO: O parto é um momento singular que envolve alterações fisiológicas e psicológicas na parturiente, consiste em um momento repleto de sentimentos, podendo ser acompanhado de ansiedade, alegria ou medo. **OBJETIVO:** Identificar na literatura científica estudos sobre o uso dos métodos não farmacológicos para o alívio da dor no parto. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com estudos que apresentaram relevância científica em relação ao objetivo proposto. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A amostra final de 7 estudos selecionados para compor os resultados, publicados entre os anos de 2017 e 2021. Após a leitura dos artigos da amostra final, têm-se, portanto, um cenário inicial a respeito das práticas que possibilitam os métodos não farmacológicos, cujo objetivo é o alívio da dor. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Evidencia-se que para melhor assistência à parturiente durante o trabalho de parto é necessário que a equipe multiprofissional encoraje a mesma ao uso de métodos não farmacológicos (MNF) como massagens, musicoterapia, aromaterapia, deambulação e banho no chuveiro, visto que esses métodos auxiliam no conforto durante o trabalho de parto, diminuindo a ansiedade, o medo e conseqüentemente a dor.

1. Graduanda pela Universidade Estadual do Ceará
2. Graduanda pela Universidade Estadual do Ceará
3. Graduanda pela Universidade Estadual do Ceará
4. Graduanda pela Universidade Estadual do Ceará
5. Graduanda pela Universidade Estadual do Ceará
6. Mestre em Enfermagem. Doutoranda do PPCCLIS/UECE.
E-mail do autor: valeria.lourenco@aluno.uece.br

INTRODUÇÃO

O parto é um momento singular que envolve alterações fisiológicas e psicológicas na parturiente, consiste em um momento repleto de sentimentos, podendo ser acompanhado de ansiedade, alegria ou medo. É um evento natural e marcante para a gestante. Vale ressaltar que as experiências e visões acerca do trabalho de parto variam de uma mulher para outra, pois muitas associam o parto a um evento doloroso e de sofrimento, e para outras um momento de alegria devido à chegada do bebê que está gestando. (MAFFEI *et al.*, 2019).

A dor é uma experiência sensorial e emocional e que cada mulher vivencia de acordo com suas particularidades, influenciada por diversos fatores, tais como: cultura, fadiga, frio, fome, solidão, desamparo social e afetivo, ansiedade, medo e a experiência anterior traumática, e durante o trabalho de parto isso preocupa as parturientes, onde muitas relutam pelo medo da dor e acabam acreditando que a cesárea é a melhor opção (SOUZA *et al.*, 2021).

Diante disso, é necessário que a equipe multidisciplinar que irá assistir o parto, tire dúvidas, desmitifique informações acerca do parto, denote benefícios para o binômio mãe-filho e encoraje as suas clientes ao parto normal e além de fazer o uso dos métodos não farmacológicos (MNF) para o alívio da dor, durante o processo de parturição, pois esses métodos além de se mostrarem eficazes para o alívio da dor, estimulam também a dilatação uterina (SOUZA *et al.*, 2021).

Vale destacar que durante o trabalho de parto ocorre a liberação da ocitocina que está envolvida na contração uterina para dilatação do colo uterino e assim, facilitar a descida do recém-nascido. Assim, embora seja uma sensação desagradável, representa um dos principais sinais do início do trabalho de parto. No entanto, fatores emocionais, tais como o medo, estresse e a ansiedade estimulam a produção de adrenalina e vale ressaltar, que a adrenalina quando liberada antagoniza o efeito da ocitocina tornando o parto mais demorado que o usual e colaborando negativamente no surgimento de dores na mulher (MAFFEI *et al.*, 2019)

Ademais, vale ressaltar que o Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento (PHPN) tem como finalidade assegurar e promover qualidade durante o pré-natal, parto e puerpério. Logo, garante uma assistência humanizada e segura à

mulher (BRASIL, 2002). Além disso, as Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal denotam que o enfermeiro obstetra pode atuar na assistência ao parto e detém conhecimento acerca dos MNF, assim, sendo capacitado para realizar estratégias não farmacológicas para o alívio da dor no trabalho de parto (BRASIL, 2017).

Os MNF são representados como: massagens na lombar, musicoterapia onde pode ser acompanhada de dança, aromaterapia, uso do cavalinho, e, além disso, a mulher pode optar por posições em que a mesma se sinta confortável durante esse momento. Assim, a equipe será capaz de promover aquela gestante um momento que trará menos traumas a ela e ao bebê, bem como lembrar desse momento de uma forma positiva que é bastante especial (GOMES; DAVIM, 2018).

Assim o presente estudo, busca responder a seguinte questão norteadora: quais os métodos não farmacológicos utilizados para alívio da dor o trabalho de parto? Dessa forma, o estudo tem por objetivo identificar na literatura científica estudos sobre o uso dos métodos não farmacológicos no alívio da dor do parto.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, com estudos que apresentaram relevância científica em relação ao objetivo proposto. Para tanto, a coleta de dados foi realizada no mês de abril de 2022, nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), mediada através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCs): Dor do Parto, Parto Humanizado Enfermagem Obstétrica, relacionados através do operador booleano "AND".

Os critérios de inclusão adotados foram: publicações no idioma português e inglês, disponíveis gratuitamente na íntegra, publicados nos últimos 5 anos (2017-2022) e respondessem à questão norteadora. Assim, adotou-se a exclusão de teses e dissertações.

Na busca com os descritores foram encontrados 55 artigos disponíveis na íntegra, após o uso dos critérios de inclusão e exclusão adotados, reduziu-se a quantidade de artigos para 33 publicações, dos quais 23 foram excluídos por não responderem à pergunta norteadora, sendo a amostra final composta por 07 artigos.

Após a leitura dos artigos da amostra final, têm-se, portanto, um cenário inicial a respeito das práticas que possibilitam os métodos não farmacológicos, cujo objetivo é o alívio da dor.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra final foi composta por 7 estudos, publicados entre os anos de 2017 e 2021, nota-se que todos eles seguiram a abordagem qualitativa. Dentre os objetivos dos estudos, têm-se os seguintes verbos utilizados: buscar, neste caso, as evidências na literatura sobre o tema abordado (1), identificar e descrever, relatando sobre as estratégias seguidas (2), conhecer as tecnologias utilizadas nos métodos não-farmacológicos (2) e caracterizar, no caso, os partos em que utiliza-se o método não-farmacológicos (2).

Após a leitura dos artigos, têm-se, portanto, um cenário inicial a respeito das práticas que possibilitam os métodos não farmacológicos, cujo objetivo é o alívio da dor. Dentre os principais métodos não farmacológicos encontrados na literatura, destaca-se: massagem na região lombar, balanço pélvico, banho no chuveiro, uso do cavalinho, exercícios respiratórios, deambulação e aromaterapia, todos esses métodos visando promover o relaxamento dessas mulheres durante o trabalho de parto (LIMA *et al.*, 2018).

Parturientes que fazem o uso do cavalinho ativo e que recebem massagens favorecendo o relaxamento, além do uso de outras estratégias como exercícios respiratórios e aromaterapia, terão efeito de alívio da dor entre as contrações, melhorando assim tanto a tensão do momento como a oxigenação uterina e também é responsável por diminuir o tempo de duração do parto (GOMES; DAVIM, 2018). As massagens acabam sendo um método de estimulação sensorial, que proporcionam analgesia e também contribuem para o vínculo entre a parturiente e o profissional (LEHUGEUR; STRAPASSON; FRONZA, 2017).

O vínculo criado e o apoio prestado pelo profissional às pacientes, é citado por Maffei *et al.* (2021) como um MNF, pois essa relação torna-se um método eficaz para o alívio da dor desde que exista uma relação de troca de informações e construção de vínculo entre eles. Foi relatado pelas parturientes, a segurança que a

equipe de saúde transmitiu naquele momento, fortalecendo o lado emocional, proporcionando também maior conforto e diminuindo a sensação de dor.

Vale destacar que dentre os métodos mais aceitos pelas parturientes, o banho quente no chuveiro é o principal método, sendo esse responsável por produzir uma dilatação periférica e conseqüentemente elevar a sensação de conforto dessas mulheres (SOUZA *et al.*, 2021).

A humanização do parto, de forma a promover o bem-estar emocional, físico, conforto e segurança é algo imprescindível para as gestantes. Com as novas políticas de humanização, o parto torna-se mais seguro e estimula os profissionais de saúde a mudarem suas práticas, bem como estimular o protagonismo dessas parturientes durante o trabalho de parto (MARINS *et al.*, 2020).

Vale ressaltar que as Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal denota que o profissional de enfermagem deve promover uma assistência acolhedora e esclarecedora. Além disso, o profissional deve oferecer estratégias de alívio da dor, logo, ele deve apresentar os MNF disponíveis na unidade, mostrando os benefícios do uso dos métodos no alívio da dor à parturiente (BRASIL, 2017). Assim, é de suma importância a presença do enfermeiro obstétrico no parto no que cerne a ofertar uma assistência humanizada e relacionada com o uso das boas práticas em saúde, pois garante qualidade e humanização ao serviço (ALVES *et al.*, 2019).

Além disso, o uso de tecnologias que buscam por não se utilizar dos métodos farmacológicos são caracterizadas como um tipo de tecnologia leve-dura e tais técnicas fazem que essas mulheres sintam-se mais descontraídas e até mais seguras, promovendo o relaxamento das mesmas. Utilizar dessas estratégias possibilitam o parto natural e conseqüentemente reduz possibilidades de intervenções desnecessárias, bem como maior autonomia das parturientes (MARINS, *et al.* 2020). Além disso, o uso em conjunto desses métodos diminui o medo e estresse, promovendo essa assistência humanizada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidencia-se que para melhor assistência à parturiente durante o trabalho de parto é necessário que a equipe multiprofissional encoraje a mesma ao uso de

métodos não farmacológicos (MNF) como massagens, musicoterapia, aromaterapia, deambulação e banho no chuveiro, visto que esses métodos auxiliam no conforto durante o trabalho de parto, diminuindo a ansiedade, o medo e conseqüentemente a dor.

Ademais, os MNF auxiliam também no quesito emocional daquela mulher, o apoio da equipe de saúde e familiar configuram-se fundamentais, pois trazem mais segurança e conforto à parturiente naquele momento. Assim, tais medidas se configuram essenciais para o alívio da dor durante o trabalho de parto.

REFERÊNCIAS

ALVES, T. C. M. *et al.* Contribuições da enfermagem obstétrica para as boas práticas no trabalho de parto e parto vaginal. **Enferm. Foco.**, v.10, n.4, p.54-60, 2019.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Gestão e Incorporação de Tecnologias em Saúde. **Diretrizes nacionais de assistência ao parto normal: versão resumida.** Brasília, 2017.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria Executiva. **Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento.** Brasília, 2002.

GOMES, E. C. H., DAVIM, R. M. B. Prática do enfermeiro obstetra quanto ao alívio da dor de parturientes. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, v.12, n.12, e.3426-35, dez., 2018.

LEHUGEUR, D., STAPASSON, M. R., FRONZA, E. Manejo não farmacológico de alívio da dor em partos assistidos por enfermeira obstétrica. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, v.11, n.12, e:4929-37, dec., 2017.

LIMA, S. B. G *et al.* Práticas obstétricas de uma maternidade pública do Rio Branco - AC. **Cogitare Enferm.**, v.23, n.4, e: 53258, 2018.

MAFFEI, M. C. V. *et al.* Uso de métodos não farmacológicos durante o trabalho de parto. **Rev. enferm UEPE on line.**, v.15, e:245001, 2021.

MARINS, R. B. *et al.* Tecnologias de cuidado para o alívio da dor na parturição. **J. res.: fundam. care. online.**, v.12, p.276-281, jan-dez, 2020.

SOUZA, B. *et al.* Uso de métodos não farmacológicos de alívio da dor no parto normal. **J. Nurs. Health.**, v.11, n.2, e:211129428, 2021.

