

# A UTILIZAÇÃO DE MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA O MANEJO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO

Descritores: Trabalho de parto, parto humanizado, terapias complementares e enfermagem obstétrica.

**INTRODUÇÃO** O trabalho de parto (TP) é um processo fisiológico geralmente doloroso devido às contrações uterinas, dilatação cervical e à pressão que o feto exerce sob a pelve.<sup>1</sup> Porém, a dor no TP não está apenas associada a esse processo e pode ser influenciada por fatores como o medo, estresse e experiências negativas.<sup>2</sup> Portanto, estratégias devem ser tomadas para controlar o nível de estresse e ansiedade da mulher durante o TP, pois mesmo com o uso de analgésicos, estes não são capazes de gerir nesse fenômeno multifatorial que é a algia no TP.<sup>3</sup> São conhecidos diversos métodos não farmacológicos (MNF), bons aliados para reduzir a dor, o estresse, intervenções e cesáreas desnecessárias.<sup>2</sup> **OBJETIVO** Analisar estudos que demonstram os benefícios dos MNF para o alívio da dor durante o TP. **METODOLOGIA** Revisão integrativa usando os descritores: trabalho de parto; parto humanizado; terapias complementares e enfermagem obstétrica, nas bases de dados SciELO, LILACS, Portal da BVS e Google Acadêmico. Foram incluídos artigos que identificaram os benefícios dos MNF para o alívio da dor durante o TP; dos anos de 2013 a 2018, em idiomas português e inglês, gratuitos e disponíveis. **RESULTADOS:**

Título	Autores	Ano	Tipo de estudo	Resultados	Conclusões
Métodos não farmacológicos de alívio da dor durante o trabalho de parto e parto	Silva EF, Strapason MR, Fisher ACS.	2011	Revisão Integrativa	Os estudos abordaram: mobilidade, hidroterapia, crioterapia, estimulação elétrica transcutânea, técnicas de respiração e relaxamento.	Nota-se a importância da realização de estudos exploratórios devido a redução do medo e do uso de analgésicos e anestésicos, sacramentando o uso destas terapias.
Estratégias não farmacológicas utilizadas no parto: uma	Moreira KAP, et al.	2012	Revisão integrativa	Estudos determinaram diversas estratégias utilizadas no parto, destacando-se a massagem e acupuntura como as mais discutidas, além da posição vertical, deambulação, injeções de água estéril e estratégias	Maiores estudos são necessários para avaliar a eficácia das técnicas descritas para analisar sua eficácia com vistas à promoção da saúde.

revisão integrativa				combinadas. As estratégias demonstraram redução da dor no TP, diminuição das taxas de cesarianas e encurtamento do trabalho de parto.	
Métodos não farmacológicos para o alívio da dor no trabalho de parto: revisão integrativa	Mafetoni RR, Shimo AKK.	2014	Revisão integrativa	Os resultados demonstraram que o uso da eletroestimulação transcutânea é mais recorrente no início da primeira fase do trabalho de parto; outros métodos associados (massagem lombossacral, exercício respiratório e relaxamento), hidroterapia e crioterapia propiciaram, a redução dos escores de dor na fase ativa; enquanto que a presença da doula foi considerada importante para a transmissão de segurança e confiança as parturientes.	Conclui-se que valorizar a liberdade da mulher, oferecendo-lhe alternativas e medidas de conforto, é uma importante via na assistência a parturiente.
Estratégias não farmacológicas para o alívio da dor no trabalho de parto: efetividade sob a ótica da parturiente	Hanum SP, Mattos DV, Matão MEL, Martins CA.	2017	Estudo descritivo, transversal, com abordagem quantitativa	A taxa de uso dos métodos não farmacológicos foi de 81,6% (84), tendo o banho morno como o método mais utilizado pelas parturientes durante o TP.	O banho morno, foi considerado a técnica mais eficiente e confortável, pois reduziu e amenizou a sensação de dor.
Assistência de enfermagem ao processo parturitivo natural e humanizado	Pinheiro MMC, Filho ECO.	2017	Revisão bibliográfica no formato narrativa	A deambulação, o banho de imersão ou aspersão, terapias complementares, bola suíça são alguns métodos de manejo da dor não-farmacológicos utilizados e regulamentados pela Organização Mundial de Saúde.	A proposta de criação do parto humanizado vem com a intenção de diminuir drasticamente o alto índice de morbimortalidade materna e perinatal, proporcionando uma experiência marcante e única na vida do recém-nascido, da mãe e seu acompanhante.

**DISCUSSÃO** A análise dos estudos selecionados identificou que os MNF mais utilizados para o alívio da dor foram: hidroterapia: método que melhora a progressão do TP, podendo reduzir a duração do mesmo. O banho de aspersão promove o relaxamento muscular, devendo durar pelo menos 20 minutos; mudança de posição: promove alívio da dor, bem como a deambulação e/ou posição verticalizada;<sup>4</sup> bola suíça: promove maior mobilidade da parturiente, melhorando a evolução da dilatação e redução da fase ativa do TP, além de diminuir a dor; Exercício respiratório: diafragmático, lento e profundo, associado ao relaxamento muscular promove sensação de bem-estar emocional e físico; massagem lombossacral: método simples, mais utilizado de alívio da dor durante o TP, e pode ser delegada ao acompanhante; acupressão: baseada na medicina tradicional chinesa, possui o

mesmo princípio da acupuntura, porém os estímulos são aplicados com as mãos e os dedos em pontos específicos. Há estudos que demonstram que o ponto BP6 pode reduzir o período de TP sem maiores danos.<sup>5</sup> Outras técnicas também citadas nos estudos, mas menos exploradas são a crioterapia, estimulação elétrica transcutânea e injeções de água estéril. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que existem diversos MNF para alívio da dor no TP e devem ser orientados e estimulados durante o TP, com a intenção de reduzir taxas de cesárea e a morbidade no período pós-parto.

**REFERÊNCIAS:** 1. Mamede, F.V et al. A dor durante o trabalho de parto: o efeito da deambulação. Rev. Latino-AM. Enfermagem, Ribeirão Preto, v.15, n.6, 2007. 2. Barbieri M, Henrique AJ, Chors FM, Maia ND, Gabrielloni MC. Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. Acta Paul Enferm. 2013; 26(5):478-84. 3. Mobily PR, Herr KA, Nicholson AC. Validation of cutaneous stimulation interventions for pain management. Int J Nurs Stud. 1994 Dec; 31(6):533-44. 4. Silva, MF. Cuidados de Enfermagem à mulher com dor do parto: Transformações a partir da pesquisa-ação participativa. 2016 Tese (Mestrado em Enfermagem) – Escola de Enfermagem, Universidade Federal da Bahia. Salvador, p.123. 2016. 5. Mafetoni RR, Shimo AKK. Efeitos da acupressão na evolução do parto e taxa de cesárea: ensaio clínico randomizado. Rev Saúde Pública 2015;49:9.