

# MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS UTILIZADOS COMO ALÍVIO DA DOR NO PARTO HUMANIZADO: UMA REVISÃO DE LITERATURA

## NON-PHARMACOLOGICAL METHODS USED AS A PAIN RELIEF IN HUMANIZED CHILDREN: A LITERATURE REVIEW

Mayk Daniely Rodrigues Ferreira<sup>1</sup>, Daylâne Danielly dos Santos Silva<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Instituto de Desenvolvimento Educacional- IDE, <sup>2</sup>Universidade de Pernambuco.

### Resumo

**Introdução:** Sabe-se que o processo de parturição está intimamente relacionado com as alterações fisiológicas, sentimentos e valores socioculturais e que durante o trabalho de parto, a dor é um dos importantes sinais nesse processo. Porém, se não controlada, pode causar inúmeros efeitos colaterais indesejados, sendo, portanto, essencial a utilização dos métodos não farmacológicos para proporcionar o alívio da dor e a humanização do parto. **Objetivo:** Identificar os métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto humanizado relatados nas produções científicas de 2012 a 2018. **Método:** Para o direcionamento da pesquisa foi utilizada a revisão integrativa de literatura, tendo como base para esta construção o instrumento proposto por Mendes, Silveira e Galvão. A busca dos artigos foi realizada através das bases de dados eletrônicas LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BDENF (Base de Dados de Enfermagem) e IBECs. **Discussões:** os estudos foram categorizados e analisados à luz da literatura científica, sendo divididos em três núcleos temáticos: 1) Conhecimento das puérperas sobre os métodos não farmacológicos no trabalho de parto; 2) Principais métodos não farmacológicos utilizados para alívio da dor no trabalho de parto; 3) Efetividade dos métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto. **Considerações Finais:** Os métodos não farmacológicos quando aplicados, proporcionam alívio da dor, conforto, redução da ansiedade e de estresse, bem como, torna o parto mais naturalizado.

**Palavras-Chave:** Dor. Parto Humanizado. Trabalho de Parto.

### Abstract

**Introduction:** It is known that the process of parturition is closely related to physiological changes, feelings and sociocultural values and that during labor, pain is one of the important signs in this process. However, if uncontrolled, it can cause a number of undesirable side effects, and it is therefore essential to use non-pharmacological methods to provide pain relief and the humanization of labor. **Objective:** To identify the non-pharmacological methods for pain relief in humanized labor reported in scientific productions from 2012 to 2018. **Method:** To guide the research, an integrative literature review was used, based on this construction, the instrument proposed by Mendes, Silveira and Galvão. The articles search was carried out through the electronic databases LILACS (Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences), BDENF (Nursing Database) and IBECs. **Discussion:** the studies were categorized and analyzed in light of the scientific literature, being divided into three thematic nuclei: 1) Knowledge of puerperae on nonpharmacological methods in labor; 2) Main non-pharmacological methods used for pain relief in labor; 3) Effectiveness of non-pharmacological methods for pain relief in labor. **Final remarks:** Non-pharmacological methods, when applied, provide pain relief, comfort, reduction of anxiety and stress, as well as, makes delivery more naturalized.

**Keywords:** Pain. Humanized birth. Labor of Delivery.

## Introdução

No Brasil, até meados do século XX o parto era caracterizado como um evento familiar, realizado na casa das parturientes sendo a assistência prestada pelas parteiras, curandeiras, comadres e até mulheres de confiabilidade da parturiente e da família. Este cuidado era assegurado desde o trabalho de parto até o puerpério, com um olhar holístico abarcando não só as necessidades da mulher, como também, todos do âmbito familiar (MATTOS; VANDENBERGHE; MARTINS, 2016).

De evento fisiológico, familiar e social, o parto passou a ser considerado ato médico, no qual o risco de patologias e complicações se tornou evidente. Desse modo, a transição do parto domiciliar para as instituições médicas, favoreceu o declínio brusco das parteiras, e o parto passou a ser visto como um evento perigoso, predominando o modelo intervencionista do médico em um processo que antes era natural. Assim, outros personagens e outras práticas para o nascimento surgiram e, a mulher deixou de ser a protagonista para representar um objeto deste processo (MAIA, 2010; ALMEIDA; ACOSTA; PINHAL, 2015).

Nesse modelo atual de assistência ao parto, a Organização Mundial de Saúde (OMS) explicita que a intervenção médica é considerada prejudicial e que não possuem evidências científicas para a sua utilização. O uso rotineiro de cateter venoso periférico, dieta zero, posição de litotomia, uso rotineiro de ocitócitos e amniotomia, manobra de Kristeller e número excessivo de episiotomias, são exemplos de práticas com efeitos negativos. Vale salientar que a proposta da OMS não é extinguir tais intervenções, mas reduzi-las às situações de necessidade comprovada, sabendo do malefício já perceptível por estas ações (OMS, 1996; NARCHI; CRUZ; GONÇALVES, 2015).

Nesse sentido, a OMS propõe mudanças na assistência ao parto hospitalar e medicalizado no Brasil e recomenda a transformação de rotinas consideradas desnecessárias, causadoras de risco e excessivamente intervencionistas. Assim, indica as boas práticas em saúde, no qual, ainda não são respeitadas ou implementadas integralmente, a exemplo do uso de métodos não farmacológicos (MNF) para o alívio da dor e o respeito à presença contínua do acompanhante de escolha da mulher, este último, garantido pela Portaria nº 1.459, de 24 de Junho de 2011 (HANUM et al., 2017; DINIZ et al.; 2014; BRASIL, 2011).

Para tanto, o fornecimento de assistência obstétrica no nível mais periférico, o uso de métodos como deambulação; liberdade de posição e movimento; estímulo a posições não supina; exercícios respiratórios; posições variadas, banhos de imersão e/ou aspersão, exercícios de relaxamento, massagens, principalmente lombossacrais; exercícios na bola, entre outros, são práticas instituídas pelo Ministério da Saúde, propostos por meio do processo de humanização, visando alívio da dor da parturiente durante o trabalho de parto, introduzidos de forma a substituir técnicas invasivas, analgésicas e anestésica (OMS, 1996; OLIVEIRA et al., 2014).

Nesse contexto, é fundamental que cuidados não farmacológicos de alívio da dor sejam implementados e executados, por se tratarem de ações mais seguras e menos invasivas, visto que, a dor pode ser aliviada utilizando apenas essa linha de cuidado, retomando o significado fisiológico que o parto representa.

Deste modo, o interesse voltado a temática surgiu a partir da observação na prática realizada no Hospital Memorial Guararapes na cidade de Jaboatão dos Guararapes – PE, no qual, os métodos não farmacológicos são ofertados na assistência obstétrica sendo rotina sistemática nesse serviço o que despertou conhecer esse cenário a nível nacional.

Tendo em vista que essas práticas não farmacológicas têm a finalidade de tornar o parto natural, tendo como objetivo principal a redução das intervenções e cesarianas desnecessárias, o direcionamento deste estudo, partiu da seguinte questão norteadora: “Quais são as principais técnicas não farmacológicas que auxiliam no alívio da dor durante o trabalho de parto?”

Assim, o objetivo do estudo foi identificar os métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto humanizado relatados nas produções científicas de 2012 a 2018.

## Materiais e métodos

Trata-se de uma Revisão Integrativa de Literatura, que busca integrar e sintetizar o conhecimento existente sobre o tema proposto elaborando uma conclusão, tendo como base o auxílio de artigos publicados em periódicos científicos e manuais do Ministério da Saúde.

Para a construção desta revisão de literatura, foram utilizadas as etapas preconizadas por Mendes, Silveira e Galvão (2008), a saber: 1. Identificação do tema e elaboração da questão de pesquisa; 2. Estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, descritores e a busca na base de dados; 3. Definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4. Avaliação dos estudos incluídos na revisão; 5. Interpretação dos resultados; 6. Síntese do conhecimento.

A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados eletrônicas LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BDENF (Base de Dados de Enfermagem) e IBICS. Em todas as bases de dados foram utilizados os seguintes descritores, consultados na plataforma dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): "Dor", "Trabalho de Parto", "Parto Humanizado".

Os critérios de inclusão estabelecidos foram: artigos publicados sobre métodos não farmacológicos para alívio da dor no processo de trabalho de parto em periódicos nacionais, no período de 2013 a 2018, com disponibilidade de texto na íntegra. Como critérios de exclusão definiu-se: monografias, dissertações e teses não publicadas na forma de artigo, publicações referentes ao período inferior ao ano de 2013, artigos publicados com conteúdos incompletos, artigos duplicados nas bases de dados e que não respondiam ao objetivo estabelecido neste trabalho.

A partir da aplicação dos descritores elencados, foram selecionados 49 artigos. Posteriormente, estes tiveram seu resumo lido, tendo sido excluídos 43 produções científicas. Seguindo-se os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, foram escolhidos 06 artigos (Tabela 1).

**TABELA 1 - Seleção dos artigos de acordo com as bases de dados utilizadas. Recife, 2019.**

| Base de Dados | Nº de Artigos Encontrados | Nº de Artigos Excluídos | Nº de Artigos Incluídos |
|---------------|---------------------------|-------------------------|-------------------------|
| LILACS        | 29                        | 25                      | 04                      |
| BDENF         | 09                        | 07                      | 02                      |
| IBICS         | 11                        | 11                      | 00                      |
| <b>TOTAL</b>  | 49                        | 43                      | 06                      |

Após a seleção dos artigos, houve leitura direta de todas as produções científicas, em busca da temática de proposta. Foram considerados artigos relacionados, todos aqueles que incluíssem produção científica sobre métodos não farmacológicos utilizados para alívio da dor no parto humanizado.

Para a extração das informações dos artigos, foi utilizado duas tabelas. A primeira contendo: título, periódico, ano de publicação e tipo de estudo, a segunda, por sua vez, foi composta por: autor, tipo de abordagem e síntese dos achados. Tal organização permitiu a avaliação e comparação dos estudos. Posteriormente, os estudos foram categorizados e analisados à luz da literatura científica, sendo divididos em três núcleos temáticos: 1) Conhecimento das puérperas sobre os métodos não farmacológicos no trabalho de parto; 2) Principais métodos não farmacológicos utilizados para alívio da dor no trabalho de parto; 3) Efetividade dos métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

### CARACTERIZAÇÃO DOS ESTUDOS

Em se tratando da base de dados, quatro emergiram do LILACS e dois da BDENF. Tiveram como autores profissionais da saúde da área de obstetrícia, mais especificamente, enfermeiros. A análise do cenário dos artigos revelou que as pesquisas foram realizadas em maternidades do

Sistema Único de Saúde (SUS) com mulheres na fase ativa de trabalho de parto. No que tange ao estado de origem, nenhum estudo foi realizado na região Nordeste.

**QUADRO 01 - Disposição dos artigos selecionados quanto ao título, periódico, ano de publicação e tipo de estudo. Recife, 2019.**

| Nº | Título                                                                                                                 | Periódico                                 | Ano de Publicação | Tipo de Estudo                          |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------|
| 01 | Nascer no Brasil: a presença do acompanhante favorece a aplicação das boas práticas na atenção ao parto na região sul. | Revista de Saúde Pública                  | 2018              | Transversal de um estudo Longitudinal   |
| 02 | Estratégias não farmacológicas para alívio da dor no trabalho de parto: efetividade sob a ótica da parturiente.        | Revista de Enfermagem da UFPE On Line     | 2017              | Pesquisa de Campo                       |
| 03 | Acupuntura e Auriculoterapia como método não farmacológico de alívio de dor no processo de parturição.                 | Revista Cogitare Enfermagem               | 2016              | Pesquisa Convergente Assistencial       |
| 04 | Conhecimento das puérperas com relação aos métodos não farmacológicos de alívio da dor no parto.                       | Revista Mineira de Enfermagem             | 2015              | Revisão Sistemática                     |
| 05 | Avaliação da efetividade de métodos não farmacológicos no alívio da dor do parto                                       | Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste | 2014              | Revisão Sistemática                     |
| 06 | Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto.                              | Revista Acta Paulista de Enfermagem       | 2013              | Estudo Clínico Experimental Randomizado |

**QUADRO 02 - Disposição dos artigos selecionados no que se refere a autor, tipo de abordagem e Síntese do Achado. Recife, 2019.**

| Nº | Autor                                                                                                       | Tipo de Abordagem | Síntese do Achado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 01 | Monguilhott, Juliana Jacques da Costa; Brüggemann, Odaléia Maria; Freitas, Paulo Fontoura; D'Orsi Eleonora. | Qualitativa       | A maioria das mulheres teve o acompanhante durante o trabalho de parto (51,7%), mas poucas permaneceram com ele no parto (39,4%) ou na cesariana (34,8%). Menos da metade das mulheres teve acesso às várias práticas recomendadas, enquanto práticas não recomendadas continuam sendo realizadas.                                           |
| 02 | Hanum, Samira dos Passos; Mattos, Diego Vieira de; Matão, Maria Eliane Liégio; Martins, Cleusa Alves.       | Quantitativa      | A técnica mais utilizada e considerada eficiente e confortável, foi o banho morno, que reduziu e amenizou a sensação de dor, provocando relaxamento nas parturientes.                                                                                                                                                                        |
| 03 | Cherobin, Fabiane; Oliveira, Arnildes Rodrigues; Brisola, Ana Maria.                                        | Qualitativa       | Os resultados demonstraram que n=15 (79%) das mulheres obtiveram alívio da dor nos primeiros 30 minutos de tratamento. Tais resultados traz perspectivas positivas para a assistência ao trabalho de parto por se tratarem de métodos de baixo custo e seguros, aumentando o número de alternativas não farmacológicas para as parturientes. |

| Nº | Autor                                                                                                                 | Tipo de Abordagem | Síntese do Achado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 04 | Almeida, Janie Maria de; Acosta, Laís Guirao; Pinhal, Marília Guizelini.                                              | Quantitativa      | O conhecimento dos métodos durante todo o período gravídico é deficiente, pois somente 23% das mulheres conheciam alguma técnica para aliviar a dor no parto. A opinião delas sobre a aplicação desses métodos foi relatado com sentimentos ambíguos de alívio e intensificação da dor, porém favoreceu a evolução do trabalho de parto, pela rapidez e eficiência. A técnica mais utilizada e considerada efetiva e confortável foi o banho de chuveiro.         |
| 05 | Osório, Samara Maria Borges; Júnior, Lourival Gomes da Silva; Nicolau, Ana Izabel Oliveira.                           | Qualitativa       | Massagem, aromaterapia, banho de imersão, acupuntura e a acupressão são métodos eficazes para aliviar a dor no trabalho de parto, pois além de diminuir a percepção dolorosa, ainda reduzem os níveis de ansiedade e de estresse. A massagem mostrou-se como método mais eficaz quando aplicada na primeira fase de trabalho de parto.                                                                                                                            |
| 06 | Barbieri, Márcia; Henrique, Angelita José; Chors, Frederico Molina; Maia, Nathália Lira; Gabrielloni, Maria Cristina. | Qualitativa       | A utilização de intervenções não farmacológicas para alívio da dor durante a fase ativa do trabalho de parto, como o banho de aspersão de forma isolada e o uso deste com a bola suíça de forma combinada reduziu a intensidade da dor referido pelas parturientes, promoveu o relaxamento e a diminuição da ansiedade. Ambas as estratégias mostraram-se como práticas seguras, promoveram o conforto e bem estar às parturientes e seu uso deve ser estimulado. |

Após a avaliação individual dos artigos os estudos foram analisados à luz do Método de Bardin (2011), emergindo três núcleos temáticos: 1. Conhecimento das puérperas sobre os métodos não farmacológicos no trabalho de parto; 2. Principais métodos não farmacológicos utilizados para alívio da dor no trabalho de parto; 3. Efetividade dos métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto.

## CONHECIMENTO DAS PUÉRPERAS SOBRE OS MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS NO TRABALHO DE PARTO

Dentre os seis artigos estudados, quatro retrataram sobre o perfil sociodemográfico e obstétrico das mulheres estudadas revelando que a faixa etária predominante foi de 18 a 34 anos, eram casadas ou se encontrava em união estável, com escolaridade média, realizaram Pré-Natal no Sistema Único de Saúde – SUS e tiveram a presença do acompanhante na Unidade, bem como, tinha conhecimento desse direito. Quanto as características obstétricas, eram múltiparas e já haviam realizado parto normal (MONGUILHOT et al., 2018; HANUM et al., 2017; CHEROBIN; OLIVEIRA; BRISOLA, 2016; ALMEIDA; ACOSTA; PINHAL, 2015).

Nos estudos analisados, uma grande parcela das mulheres demonstrou saber sobre o processo de trabalho de parto, tendo essa informação durante o Pré-Natal, contudo, não foi explicitado sobre a os métodos não farmacológicos para alívio da dor no parto tendo essa informação somente no momento da parição (HANUM et al., 2017; ALMEIDA; ACOSTA; PINHAL, 2015).

Este resultado corrobora com os estudos de Sescato; Souza e Wall (2008) realizado em uma maternidade escola de Curitiba-PR com dez parturientes em trabalho de parto efetivo, no

qual constatou-se que das dez participantes do estudo apenas cinco receberam informação sobre MNFAD, sendo que destas, apenas uma recebeu orientação nas consultas de pré-natal.

Com relação às terapias completares: acupuntura, auriculoterapia, moxabustão, fitoterapia, *Do-in*<sup>1</sup>, *tuiná*<sup>2</sup> e ventosaterapia predominou-se o conhecimento da auriculoterapia e acupuntura, sendo esta última já utilizada por algumas das entrevistadas, no entanto, não foi realizada no período gestacional (CHEROBIN; OLIVEIRA; BRISOLA, 2016).

Sabe-se que no que se refere a saúde da mulher em seus aspectos sexuais e reprodutivos, o Ministério da Saúde instituiu em todo território brasileiro, através da Portaria/GM n.º 569 de 1 de junho de 2000, o Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento (PHPN), voltado para análise das necessidades de atenção à gestante, recém-nascido e à mãe no puerpério, melhorando o acesso, cobertura e qualidade no atendimento no âmbito do Sistema Único de Saúde - SUS (BRASIL, 2000).

Além da finalidade do atendimento humanizado, o PHPN envolve também a necessidade de aperfeiçoar as condições de atendimento às gestantes como modo de reduzir os índices de mortalidade materna e perinatal, apoiando a adoção de medidas e procedimentos benéficos para o acompanhamento do parto e nascimento evitando práticas intervencionistas desnecessárias (ANDREUCCI; CECATTI, 2011).

Percebeu-se nesse estudo que a maioria das entrevistadas recebeu alguma orientação sobre MNFAD no momento do parto, o que chama atenção. Tal fato, aponta a falha de comunicação ainda existente nos serviços de saúde sobre essa questão, tornando deficiente o a divulgação e o estímulo às mulheres para uso de técnicas menos invasivas no momento do trabalho de parto (MAFETONE; SHIMO, 2014).

O fato das mulheres possuírem entendimento do direito do acompanhante da sua escolha durante internação constitui-se fator importante neste estudo, pois, a figura do acompanhante respaldada pela Lei 11.108 de 25 de Abril de 2005 representa fator relevante dentro dos métodos não farmacológicos para alívio da dor no parto, uma vez que, proporciona bem-estar físico e emocional à mulher e auxilia na boa evolução no período gravídico-puerperal. No processo parturitivo, o acompanhante transmite segurança que pode contribuir para a redução das complicações na gestação, parto e puerpério, utilização de analgesia, ocitocina, partos cesáreos e o tempo de hospitalização do binômio mãe e filho (GONÇALVES et al., 2015).

Aplicar os MNFAD é uma das maneiras de praticar a humanização do atendimento nas maternidades. Além disso, oferecer orientações às gestantes durante todo o período gestacional é imprescindível devendo ser valorizada e disseminada, não sendo realizada apenas no momento do parto, conforme constatado neste estudo. Desse modo, constata-se que a deficiência de conhecimento sobre MNFAD advém de falhas ocorridas desde as consultas de pré-natal realizadas no período gravídico (PEREIRA et al., 2012).

Nesse contexto, estimular a adoção e implementação dessas técnicas junto aos profissionais que prestam assistência à mulher, principalmente no pré-natal é relevante. Espaços de discussão, oficinas, são ferramentas importantes para o conhecimento e sensibilização dos profissionais quanto as boas práticas do alívio da dor no processo de trabalho de parto.

## PRINCIPAIS MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS UTILIZADOS PARA ALÍVIO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO

Ao analisar as técnicas mais utilizadas para alívio da dor, em cinco dos artigos estudados, destacaram-se: banho quente de aspersão, exercícios respiratórios de relaxamento, massagem lombossacral, bola suíça, movimento de balanço de quadril, cavalinho, acupuntura,

<sup>1</sup> *Do-in*: técnica de automassagem de origem oriental, que utiliza a pressão dos dedos das mãos em pontos específicos do corpo humano, com objetivo de trazer alívio, prevenir, identificar e tratar enfermidades. **Fonte:** [www.medicinachinesapt.com/tui\\_na.html](http://www.medicinachinesapt.com/tui_na.html).

<sup>2</sup> *Tuiná*: é uma forma de massagem [chinesa](#) que emprega técnicas de [massagem](#) para estimular ou sedar os pontos dos [meridianos](#) do paciente, visando o equilíbrio do fluxo de energia por estes canais. **Fonte:** [www.medicinachinesapt.com/tui\\_na.html](http://www.medicinachinesapt.com/tui_na.html).

auriculoterapia, deambulação, aromaterapia e música (HANUM et al., 2017; CHEROBIN; OLIVEIRA; BRISOLA, 2016; ACOSTA; PINHAL, 2015; OSÓRIO. JUNIOR; NICOLAU, 2013).

Para a OMS é primordial que métodos não farmacológicos para alívio de dor sejam aplicados por serem seguros e menos invasivos. Estas práticas, por sua vez, oferecem conforto, possibilitam a liberdade de escolha por parte das parturientes, retomando o significado fisiológico que o parto deve representar para a mãe e para o recém-nascido (OMS, 1996; OSÓRIO. JUNIOR; NICOLAU, 2013).

O banho morno proporciona relaxamento muscular, uma vez que a água aquecida induz a vasodilatação periférica e redistribuição do fluxo sanguíneo. O mecanismo de alívio da dor ocorre pela minimização da liberação de catecolaminas e elevação das endorfinas, reduzindo a ansiedade e aumentando a satisfação da parturiente. Ressalta-se que para alcançar o resultado desejado é necessário que a temperatura da água esteja em torno de 37-38 °C, sendo relevante que a parturiente permaneça, um tempo mínimo de vinte minutos no banho (GALLO et al. 2011; RITTER, 2012).

Nessa perspectiva, Gallo et al. (2011) e Silva et al. (2011) enfatizam que a hidroterapia deve ser iniciada na fase ativa do trabalho de parto e com dilatação cervical acima de 5 cm. Estas medidas devem ser aplicadas de modo que não afete a intensidade das contrações e o prolongamento do trabalho de parto, visto que a água possibilita resultado relaxante.

Os exercícios de relaxamento oportunizam que as parturientes reconheçam as partes do seu corpo, esclarecendo as diferenças entre relaxamento e contração, melhorando o tônus muscular e, assim, beneficiando positivamente a evolução do trabalho de parto (NASCIMENTO et al., 2010).

Uma das técnicas mais utilizadas é o relaxamento muscular progressivo, no qual a parturiente realiza a contração de grupos musculares seguida de relaxamento, priorizando o intervalo das contrações uterinas. Para um bom relaxamento muscular é primordial a adoção de posturas confortáveis a ambientes tranquilos, utilizando a imaginação para desmistificar o trauma da dor no trabalho de parto (RITTER, 2012).

A massagem por sua vez, é um método de estimulação sensorial caracterizado pelo toque sistêmico e pela manipulação dos tecidos, proporcionando o alívio da dor, maior contato físico com a puérpera, diminuindo o estresse emocional e otimizando o fluxo sanguíneo e oxigenação dos tecidos (GALLO et al., 2011).

A Bola Suíça, também conhecida como Bola de Nascimento, Bola de Baboth ou Bola Obstétrica, trata-se de um método que se compõem de uma bola de borracha inflável que permite a mudança de posição, reduzindo a percepção dolorosa da contração uterina. A bola suíça estimula movimentos espontâneos e não habituais, fazendo que a mulher se movimente para frente e para trás, como se estivesse em uma cadeira de balanço, ajudando na rotação e na descida fetal (SILVA et al., 2013).

Em se tratando da Acunputura, estudo realizado por Osório et al., (2014) revelou que na aplicação dessa prática, constatou-se que foi observado nas mulheres satisfação com o alívio da dor durante o trabalho de parto, bem como, redução da ansiedade. No estudo de Cherobin; Oliveira e Brisola (2016) as técnicas de acunpuntura e auriculoterapia trouxe como resultado que a maior parcela das mulheres estudadas relataram alívio de dor no início do tratamento, permanecendo ou piorando com o passar do tempo.

Chama atenção o estudo de Monguilhott et al. (2018) realizado na região Sul do Brasil, no qual, constatou-se nas entrevistadas que a maioria pôde movimentar-se durante o trabalho de parto (59,2%), porém poucas fizeram uso dos MNFAD (32,7%). As que fizeram uso mencionaram as seguintes técnicas: banheira, chuveiro, bola, massagem, banquinho de cócoras e cavalinho. Grande parte das mulheres receberam ocitocina (52,2%), tiveram as membranas rompidas de forma artificial (52,2%), uma quantidade reduzida recebeu anestesia ou ráqui (9,1%), uma minoria pôde escolher a posição diferente da litotômica para parir (5,1%), muitas receberam episiotomia (44,1%) ou foi utilizada a manobra de Kristeller (27,6%) e menos da

metade das participantes do estudo ficou em contato direto com o bebê logo após o parto (43,3%).

Estas práticas acima mencionadas revelam que na região Sul grande parcela das mulheres não tem acesso as boas práticas na assistência ao parto e nascimento. Fato preocupante, dado que as técnicas invasivas e prejudiciais vem sendo utilizadas no intuito de não prolongar o trabalho de parto (SCHMITZ; MEUNIER, 2008).

Diante das técnicas analisadas nos artigos estudados, constata-se que as maternidades vêm adotando as recomendações da OMS, uma vez que as mulheres foram estimuladas para utilizar os métodos não farmacológicos durante o processo de trabalho de parto. Tal fato, proporciona além do conforto, empoderamento dessas parturientes para que escolham o melhor método no momento do parto, sem serem submetidas a técnicas invasivas e privadas dos seus direitos e valores.

## **EFETIVIDADE DOS MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA ALÍVIO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO**

A mensuração da dor é um ponto fundamental para a veracidade de cada estudo realizado acerca dos MNFAD. Devido ao seu caráter subjetivo, a precisão da contagem da dor tem sido levada em consideração e também bastante questionada. Estudos têm demonstrado que a Escala Analógica Visual (EVA) apesar de ser inconsistente para comparar indivíduos, essa ferramenta pode ser útil para se empregar em um mesmo paciente ao longo do tempo. Isto acontece porque a magnitude da dor é indicada marcando a linha em uma escala (BOTERGA; FONTANA, 2010).

A utilização de métodos não farmacológicos para alívio da dor durante a fase ativa do trabalho de parto, à exemplo do banho de aspersão de forma isolada e o uso deste com a bola suíça de forma combinada, bem como, os exercícios respiratórios, exercício de relaxamento e massagem de forma combinada, proporcionaram redução no score de dor e promoveram o relaxamento e a diminuição da ansiedade, mostrando-se como práticas seguras que auxiliaram no conforto e bem-estar das parturientes (BARBIERI et al., 2013; SEIBERT, 2010).

Pesquisa realizada por Cherobin, Oliveira e Brisola (2016) constatou-se que todas as puérperas participantes avaliaram as técnicas não farmacológica de forma positiva e confortável no trabalho de parto. Corroborando com estes dados, um estudo transversal realizado por Medeiros et al. (2015) evidenciou que uso dos métodos não farmacológicos foi considerado fator eficaz devido ao alívio da dor ou ausência de outros desconfortos.

Nessa perspectiva, os métodos não farmacológicos demonstram-se ser técnicas promissoras, com resultados positivos para a assistência ao trabalho de parto, pois, além de auxiliar no processo natural do parto, trata-se de métodos seguros e de baixo custo. Diante do exposto, percebe-se que os benefícios são alcançados tanto de forma isolada como combinada com outras técnicas, no qual, são capazes de preservar a naturalidade do processo de parturição tornando-o tranquilo, seguro e humanizado para as mulheres.

## **CONCLUSÃO**

Por meio da discussão do presente artigo, foi possível adquirir informações acerca do conhecimento das Puérperas sobre os métodos não farmacológicos no trabalho de parto, principais métodos não farmacológicos utilizados para alívio da dor durante o processo de parturição, bem como, sua efetividade quando oferecidos e aplicados nas mulheres.

Dessa forma, observou-se que na maior parcela dos artigos estudados, foi revelado que ainda há uma deficiência de conhecimento sobre métodos não farmacológicos de alívio da dor do parto por parte da parturiente, apontado a falha da informação principalmente durante as consultas de pré-natal. Contudo, quando os métodos não farmacológicos são aplicados, estes, proporcionam resultados satisfatórios envolvendo: alívio da dor, melhora no desconforto, redução da ansiedade e de estresse, além de tornar o parto mais naturalizado.

Dentre os métodos analisados, destacou-se que o banho morno, exercícios de respiração, massagem lombossacral, bola suíça, deambulação, auriculoterapia, aromaterapia, musicoterapia utilizados tanto de forma isolada como combinada, proporcionaram maior conforto e alívio da dor para a parturiente.

Considerando que os resultados dessa pesquisa trouxeram impactos positivos, é necessário mais análises e pesquisas para aprimoramento desses métodos, com o intuito de atingir maior divulgação populacional. Assim, cada vez mais, poderão ser ofertadas às parturientes técnicas que venham a contribuir para o alcance do conforto, segurança e tranquilização durante o trabalho de parto.

Portanto, a assistência prestada pela equipe de saúde é um fator relevante, visto que, trata-se do profissional em que irá transmitir as informações e ofertar a utilização de práticas não invasivas e não medicamentosas durante o processo de trabalho de parto, proporcionando as parturientes um trabalho de parto e parto natural e saudável.

## Referências

ALMEIDA, Janie Maria de.; ACOSTA, Laís Guirao.; PINHAL, Marília Guizelini. **Rev. Min Enferm**, v.19, n.3, p.711-717, 2015.

ANDREUCCI, Carla Betina.; CECATTI, Joé Guilherme. Desempenho de indicadores de processo do Programa de Humanização do Pré-natal e Nascimento no Brasil: uma revisão sistemática. **Cad. Saúde Pública**, v.27, n.6, p. 1053-1064, Rio de Janeiro, 2011.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BARBIERI, Márcia; HENRIQUE, Angelita José; CHORS, Frederico Molina; MAIA, Nathália de Lira; GABRIELLONI, Maria Cristina. Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. **Acta Paul Enferm**, v.26, n.5, p.478-84, 2013.

BOTTEGA, Fernanda Hanke; FONTANA Rosane Teresinha. A dor como quinto sinal vital: utilização da escala de avaliação por enfermeiros de um hospital geral. **Texto Contexto Enferm**, v.19, n.2, p.283-90, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 1.459, de 24 de junho de 2011**. Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt1459\\_24\\_06\\_2011.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt1459_24_06_2011.html)> Acesso em: 20 de out, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Humanização, 2000**. Disponível em: <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2000/prt0569\\_01\\_06\\_2000\\_rep.html](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2000/prt0569_01_06_2000_rep.html)> Acesso em: 12 dez. 2018.

CHEROBIN, Fabiane.; OLIVEIRA, Arnildes Rodrigues.; BRISOLA, Ana Maria. Acupuntura e Auriculoterapia como método não farmacológico de alívio de dor no processo de parturição. **Cogitare Enfermagem**, v. 21, n.3, p. 01-08, 2016.

DINIZ, Carmem Simone Grilo; D'ORSI, Eleonara; DOMINGUES, Rosa Maria Soares Madeira; TORRES, Jacqueline; DIAS, Marcos Augusto Bastos; SCHNECK, Camilla, LANSKY, Sônia; TEIXEIRA, Neuma Zamariano Fanaia; RANCE, Susanna, SANDALL, Jane. Implementação da presença de acompanhantes durante a internação para o parto: dados da pesquisa nacional Nascer no Brasil. **Caderno Saúde Pública**, v. 30, 2014.

GALLO, Rubneide Barreto Silva.; SANTANA, Licia Santos.; MARCOLIN, Alessandra Cristina.; FERREIRA, Cristine Homsy Jorge.; DUARTE, Geraldo.; QUINTANA, Silvana Maria. Recursos não farmacológicos no trabalho de parto: protocolo assistencial. **Rev. Femina, Ribeirão Preto**, v. 39, n. 1, jan. 2011.

GONÇALVES, Annelise de Carvalho.; ROCHA, Camila Martinez.; GOUVEIA, Helga Geremias.; ARMELLINI, Cláudia Junqueira.; MORETTO, Virginia Leismann.; MORAES, Bruna Alíbio. O acompanhante no centro obstétrico de um hospital universitário do sul do Brasil. **Revista Gaúcha Enfermagem**, v.36, p. 159-67, 2015.

HANUM, Samira dos Passos.; MATTOS, Diego Vieira de.; MATÃO, Maria Eliane Liégio.; MARTINS, Cleusa Alves. Estratégias não farmacológicas para alívio da dor no trabalho de parto: efetividade sob a ótica da parturiente. **Rev Enferm UFPE on line.**, v.11, n. 8, p.3303-9, Recife, 2017

MAFETONI, Reginaldo Roque; SHIMO, Antonieta Keiko Kakuda. Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: revisão integrativa. **REME rev min enferm**, v. 18, n.2, p.505-12, 2014.

MAIA, Mônica Bara. **Humanização do parto**: políticas públicas, comportamento organizacional e ethos profissional. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; 2010.

MATTOS, Diogo Vieira; VANDENBERGHE, Luc; MARTINS, Creusa Alves. O enfermeiro obstetra no parto domiciliar planejado. **Rev Enferm UFPE On Line**, v.10, n.2, p.568-75, 2016.

MEDEIROS, Juliana.; HAMAD, Graziela Brito Neves Zboralski.; COSTA, Raphael Raniere de Oliveira.; CHAVES, Ana Elisa Pereira.; MEDEIROS, Soraya Maria. Métodos não farmacológicos no alívio da dor de parto: percepção de puérperas. **Espaç. Saúde**, v. 16, n. 2, p. 37-44, abr/jun. 2015.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto: Contexto-Enfermagem**, v.17, n.4, p.758-764, 2008.

MONGUILHOTT, Juliana Jacques da Costa.; BRÜGGEMANN, Odaléa Maria.; FREITAS, Paulo Fontoura.; D'ORSI, Eleonora. Nascer no Brasil: a presença do acompanhante favorece a aplicação das boas práticas na atenção ao parto na região sul. **Rev Saude Publica**, 2018.

NARCHI, Nádia Zanon.; CRUZ, Elizabete Franco.; GONÇALVES, Roselane. O papel das obstetrias e enfermeiras obstetras na promoção da maternidade segura no Brasil. **Ciênc Saúde Coletiva**, v. 18, n.4, p.1059-68, 2013.

NASCIMENTO, Natália Magalhães.; OLIVEIRA, Thalita Rocha.; PROGIANTI, Jane Márcia.; VARGENS, Octávio Muniz da Costa.; NOVOA, Rachelli Iozzi. Tecnologias não invasivas de cuidado no parto realizadas por enfermeiras: a percepção de mulheres. **Esc. Anna Nery**, n.3, Rio de Janeiro, 2010.

OLIVEIRA, Amanda Souza.; DAMASCENO, Ana Kelve de Castro.; MORAES, Jamile Lopes.; MOREIRA, Karla de Abreu Peixoto.; TELES, Liana Mara Rocha.; GOMES, Linicarla Fabíole de Souza. **Tecnologias utilizadas por acompanhantes no trabalho de parto e parto: estudo descritivo**, 2014.

OMS. Organização Mundial da Saúde, Saúde Reprodutiva e da Família, Unidade de Maternidade Segura, Saúde Materna e Neonatal. **Assistência ao parto normal**: um guia prático. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 1996.

OSÓRIO, Samara Maria Borges.; JÚNIOR, Lourival Gomes da Silva.; NICOLAU, Ana Izabel Oliveira. Avaliação da efetividade de métodos não farmacológicos no alívio da dor do parto. **Rev Rene**, v.15, n.1,p.174-84, 2014.

PEREIRA, Adriana Lenho de Figueiredo.; DE LIMA, Tamara Rubia Lino.; SCHROETER, Mariana Santana; GOUVEIA, Monique da Silva Ferreira; do NASCIMENTO, Sabrina Damazio. Resultados maternos e neonatais da assistência em casa de parto. **Esc. Anna Nery**, v.17, n.1, p. 17-23, 2013.

RITTER, Karoline Maturana. **Manejo não farmacológico da dor em mulheres durante o trabalho de parto e parto em um hospital escola**. Porto Alegre-RS, 2012.

SEIBERT, Sabrina Lins. **Tecnologias não-invasivas de cuidados de enfermagem obstétrica no suporte físico à parturiente: critérios e efeitos esperados**. Rio de Janeiro: UERJ; 2010.

SESCATO, Andréia Cristina,; SOUZA, Silvana Regina Rossi .; WALL, Marilene Loewen. Os cuidados não-farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: orientações da equipe de enfermagem. **Cogitare Enferm**, v.13, n.4, p.585-90, 2008.

SILVA, Dannielly Azevedo de Oliveira.; RAMOS, Marcela Greysy.; JORDÃO, Vanessa da Rocha Viana.; SILVA, Richardson Augusto Roseno.; CARVALHO, Jovanka Bittencourt Leite.; COSTA, Mayara Mirna do Nascimento. Uso de métodos não farmacológicos para o alívio durante o trabalho de parto normal: revisão integrativa. **Rev enferm UFPE**, Recife, 7(esp):4161-70, maio, 2013.

SILVA, Eveline Franco.; STRAPASSON, Márcia Rejane.; FISCHER, Ana Carla dos Santos. Métodos não farmacológicos de alívio da dor durante trabalho de parto e parto. **Rev. Enferm.**, v. 1, n. 2, ago. 2011.

SCHMITZ, T .; MEUNIER, E. Medidas a serem tomadas durante o trabalho para reduzir o número de extrações instrumentais. **J Gynecol Obstet Biol Reprod** (Paris). 2008; 37 supl. 8: s 179-87.

Recebido em: 13/07/2020

Aprovado em: 08/09/2020