

BOAS PRÁTICAS PARA O ALÍVIO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO E PARTO

Solange Cristina Ferreira de Queiroz¹, Rosana Serejo dos Santos²

¹Universidade Federal do Piauí, (solanghecf@gmail.com)

²Faculdade Estácio de Teresina, (enfer.rosanaserejo@gmail.com)

Resumo

Objetivo: objetivo analisar os métodos não invasivos de alívio da dor durante o trabalho de parto e parto. **Método:** Trata-se de um estudo do tipo revisão de literatura, de caráter descritivo e qualitativo, a busca se deu nas bases de dados Cochrane com os termos Mesh, (Labor Pain) AND (Labor Presentation) AND (Pain Clinics) e Biblioteca Virtual em saúde (BVS), utilizando os descritores ("Dor do Trabalho de Parto") AND ("trabalho de parto") AND ("alívio da dor"). Nos meses de maio a junho de 2021. Resultando em 89 artigos em todas as bases de dados. **Resultados:** A amostra final foi constituída de 14 artigos. A utilização de métodos não farmacológicos, visa promover a satisfação materna e melhorar os resultados obstétricos, o banho de chuveiro é um dos mais aceitos e efetivos. O banho morno promove relaxamento muscular, através da vasodilatação sanguínea estimulada pelo calor, além de reduzir os níveis de ansiedade, o banho pode ser indicado a todas as parturientes em qualquer fase do trabalho de parto, é considerado de baixo custo e fácil aplicabilidade não havendo contraindicação para a sua utilização e podendo ser a associado a outros métodos não farmacológicos. **Conclusão:** A utilização dos métodos não farmacológicos, são benéficos quando bem aceito pelas parturientes, considerada como tecnologia de baixo custo que permite a sua utilização por todas as mulheres, caso não tenham impedimentos de caráter obstétricos. Obtém-se efeitos satisfatórios com a minimização da dor, promovendo a criação de vínculo de confiança entre a parturiente e a equipe que assiste.

Palavras-chave: Trabalho de parto; Empoderamento; Dor do Parto; Enfermeiras obstétricas.

Área Temática: Temas Livres.

Modalidade: Trabalho completo

1 INTRODUÇÃO

A parturição envolve além do processo fisiológico do nascer, uma série de fatores que podem contribuir com o momento do parto, as ações desenvolvidas desde de sua concepção assim como nas consultas de pré-natal elenca desde orientações de desenvolvimento a preparação fisiológica e psicológica. Na fisiologia do parto, essa dor se dá devido ao estiramento vaginal, as contrações uterinas a dilatação do colo e ao seu apagamento, eventos

necessários para que o nascimento ocorra. No entanto deve-se ter um olhar holístico e individualizado para cada mulher (CAMACHO *et al.*, 2019).

As gestantes quando bem orientadas e cercadas com a sua rede de apoio, papel esse com grande contribuição quando bem escolhida, sentem-se acolhida, o que por consequência promove um bem-estar, estimulando a alta confiança e assim, essas mulheres conseguem se sintonizar com o seu parto, entendendo o que o seu corpo fala, tornando esse momento de dor, o menos doloroso possível, onde seja possível guardar boas recordações (BOHREN *et al.*, 2020).

Após essa conexão no trabalho de parto, a equipe que a assiste passa a ser coadjuvante, se tratando de gestação de risco habitual, essa mulher é assistida pela equipe de Enfermeiras (os) Obstetras e equipe multiprofissional. O empoderamento é mais do que orientar é permitir que a parturiente seja a protagonista do seu parto, respeitando as suas vontades como a livre escolha de posição de parto e resguardando seus direitos como a presença de acompanhante e livre escolha de posição e assim o milagre da vida acontece, em um ambiente que exala ocitocina (GOMES; DAVIM, 2018).

As medidas não farmacológicas para o alívio da dor no processo do trabalho de parto e parto, devem ser ofertadas a todas as parturientes que as aceitem, visando o bem-estar materno fetal e sua dignidade humana, atualmente o cenário de humanização do parto está em constante crescimento, reflexo da disseminação de informações quanto a sua eficácia, esses métodos são considerados de baixo custo, com fácil aceitação e cientificamente comprovado a efetividade dessas ações (DIAS *et al.*, 2018).

De acordo com Gnatta *et al.* (2016), no que se refere ao alívio da dor da parturiente, o uso dos métodos não farmacológicos é proposto como uma opção para substituição de analgésicos durante o trabalho de parto e o parto. Esses cuidados são incentivados a partir da recomendação da prática de algumas ações não farmacológicas, essas práticas têm a finalidade de tornar o parto o mais natural possível.

Diante do exposto, este estudo tem como objetivo analisar os métodos não invasivos de alívio da dor durante o trabalho de parto e parto.

2 MÉTODO

Trata-se de um estudo do tipo revisão de literatura, de caráter descritivo e qualitativo, a busca se deu nas bases de dados Cochrane utilizando os termos Mesh, (Labor Pain) AND (Labor Presentation) AND (Pain Clinics) e na Biblioteca Virtual em saúde (BVS). Utilizando os

descritores ("Dor do Trabalho de Parto") AND ("trabalho de parto") AND ("alívio da dor"). Nos meses de maio a junho de 2021. Resultando em 89 artigos em todas as bases de dados.

Como critério de inclusão foram utilizados os artigos com abrangência temporal dos últimos 5 anos, disponíveis na íntegra em português e inglês. Os critérios de exclusão, foram os artigos duplicados, fora da temática ou da lacuna temporal escolhida. Após a leitura criteriosa foram selecionados como amostra final 14 artigos. Foram excluídos teses e dissertações, artigos pagos, artigos de revisão integrativas ou narrativa, e publicações duplicadas. A busca de dados foi realizada por meio de estratégia de busca desenvolvida na construção deste estudo, conforme descrita no **quadro 1**.

Quadro 1 – Estratégia de busca dos artigos nas bases de dados, 2021.

BASE DE DADOS	ESTRATÉGIA DE BUSCA
BVS	("Dor do Trabalho de Parto") AND ("trabalho de parto") AND ("alívio da dor")
Cochrane	Labor Pain AND Labor Presentation AND Pain Clinics

Fonte: Dados da Pesquisa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesta perspectiva, para analisar os artigos incluídos nesse estudo, no quadro 2, são apresentados os resultados das publicações quanto as características, contendo: ano de publicação, título do artigo, autores, tipo de estudo/abordagem e periódico de publicação/revista.

Quadro 2: Caracterização dos artigos selecionados para a análise de dados, segundo ano de publicação, título do artigo, autores, tipo de estudo/abordagem e periódico de publicação/revista. Teresina- PI, BRASIL, 2021.

ANO	TÍTULO	AUTORES	TIPO DE ESTUDO E ABORDAGEM	PERIÓDICO
	Cuidados de enfermagem à mulher com dor do parto: transformações a partir da pesquisa-ação participativa.	SILVA	Estudo descritivo de natureza qualitativa utilizando a abordagem da pesquisa-ação participativa em saúde	Repositório UFBA
2017	Boas Práticas na atenção obstétrica e sua interface com a humanização da assistência.	ANDRADE; RODRIGUES; SILVA	Estudo descritivo de abordagem quantitativa, do tipo retrospectivo, a partir de dados secundários	Rev enferm UERJ
2017	Continuous support for women during childbirth	BOHREN. <i>et al.</i>	Revisão Sistemática Cochrane	Cochrane Database of

				Systematic Reviews
2017	Manejo não farmacológico de alívio da dor em partos assistidos por enfermeira obstétrica	LEHUGEUR; STRAPASSON; FRONZA	Estudo quantitativo, transversal, descritivo e retrospectivo	Rev enferm UFPE
2017	Satisfação das puérperas atendidas em um centro de parto normal.	SOARES <i>et al.</i>	Estudo qualitativo, descritivo e exploratório	Rev enferm UFPE
2018	Eficiência de métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto normal.	DIAS <i>et al.</i>	Estudo descritivo e qualitativo	Enfermagem em foco
2018	Prática do enfermeiro obstetra quanto ao alívio da dor de parturientes.	GOMES; DAVIM	Estudo bibliográfico do tipo revisão integrativa	Rev enferm UFPE
2019	Conhecimento e aplicabilidade dos métodos não farmacológicos utilizados pelos enfermeiros obstetras para alívio da dor no trabalho de parto.	CAMACHO <i>et al.</i>	Pesquisa de campo, com abordagem qualitativa	Nursing
2019	A prática de métodos não farmacológicos para o alívio da dor de parto em um hospital universitário no Brasil.	MIELKE; GOUVEIA; GONÇALVES.	Estudo quantitativo de corte transversal	Avances enferm
2020	Vivência de mulheres em trabalho de parto com o uso de essências florais	LARA <i>et al.</i>	Pesquisa descritiva exploratória, de conteúdo qualitativo	Fun care on line
2020	Acupuncture or acupressure for pain management during labour.	SMITH <i>et al.</i>	Revisão Sistemática Cochrane	<i>Cochrane Database of Systematic Reviews</i>
2021	Non-invasive technologies for pain relief in parturition.	PIMENTEL <i>et al.</i>	Revisão integrativa de literatura,	Rev Pesq Cui Fund Online

Fonte: Dados da Pesquisa.

Dos artigos selecionados, quanto ao ano de publicação 2017 possui o maior número de artigos publicados com o total de 4 estudos que atende o objetivo deste estudo, 2018, 2019 e 2020 com duas publicações, 2016 e 2021 com apenas uma. Quanto aos periódicos/revista destaca-se a Revista de Enfermagem da Universidade Federal de Pernambuco-UFPE com três publicações e *Cochrane Database of Systematic Reviews* com duas publicações.

Após avaliar as características dos artigos com relação às temáticas abordadas, população do estudo, aplicação da metodologia, resultados e os principais temas da discussão, gerou os resultados discursivos deste estudo.

A Humanização, como conjunto de estratégias, visa a construção/ativação de atitudes ético-estético-políticas. Nessa perspectiva, a atitude ética relaciona-se com a “defesa da vida

como eixo de suas ações”, enquanto a estética, um tanto mais complexo, volta sua atenção para “invenção das normas que regulam a vida, para os processos de criação que constituem o mais específico do homem em relação aos demais seres vivos” (BRASIL, 2004).

No entanto, a atribuição política enfatiza as relações sociais e de poder, demonstrando a sua importância na estruturação da Humanização. A troca de saberes nessas relações sociais, especialmente entre profissionais e pacientes (incluindo os familiares), mostra-se imprescindível na resolução dos problemas enfrentados durante os momentos de convivência (BRASIL, 2004).

Promover uma assistência humanizada, de maneira a atender as demandas e as expectativas criadas para o momento do nascimento, requer muito além de intervenções, são necessárias ações e olhares holísticos, centrados na parturiente. Respeitando a sua autonomia, seu credo, seus direitos e sua opinião, levando sempre em consideração o bem-estar materno-fetal, que guiará as ações a serem executadas no desenrolar do trabalho de parto e parto (ANDRADE; RODRIGUES; SILVA, 2017).

Existem diversos métodos não farmacológicos que podem ser utilizados no trabalho de parto. Em uma revisão Cochrane com 28 ensaios clínicos randomizados com total de 3.900 mulheres, (SMITH *et al.*, 2020) elenca o uso da Acupressão ou acupuntura falsa, que é baseada na aplicação de uma pressão em pontos estratégicos no corpo, onde comprova que ao exercer essa pressão tem-se a redução nos níveis de dor, essa ação não interfere nas vias de parto, porém contribuí efetivamente com a redução da necessidade de utilização de métodos farmacológicos.

De acordo com Santos *et al.*, (2021) a utilização dessas terapias complementares é fundamental para estabelecer a autonomia profissional, pois o conhecimento e divulgação destes métodos são a base para dinamizar o seu caráter científico e contribuir para o planejamento de pesquisas clínicas. Revela-se ainda tamanha a importância da utilização de métodos não farmacológicos, para alívio da dor, ansiedade, estresse, dentre outros sintomas desconfortáveis inerentes ao trabalho de parto, podendo a aromaterapia ser aplicada de forma única ou associada a outras terapias como a massagem, considerando a individualidade de cada parturiente.

A massagem é uma terapia sensorial aplicada, que permiti uma interação entre a parturiente a equipe e seu acompanhante, estimulando o vínculo de confiança que pode ser alcançado com a aplicação das massagens na região lombo sacro, ideal que seja realizada com a mão espalmada e aplicação de pressão local, esse estímulo sensorial age liberando as tensões, melhorando o fluxo sanguíneo e oxigenação dos tecidos, com isso reduz a ansiedade, proporcionando conforto e alívio da dor (LEHUGEUR; STRAPASSON; FRONZA, 2017).

A utilização de métodos não farmacológicos, visa promover a satisfação materna e melhorar os resultados obstétricos, o banho de chuveiro é um dos mais aceitos e efetivos. O banho morno promove relaxamento muscular, através da vasodilatação sanguínea estimulada pelo calor, além de reduzir os níveis de ansiedade, o banho pode ser indicado a todas as parturientes em qualquer fase do trabalho de parto, é considerado de baixo custo e fácil aplicabilidade não havendo contraindicação para a sua utilização e podendo ser associado a outros métodos não farmacológicos (MIELKE; GOUVEIA; GONÇALVES, 2019).

Estudos comprovam a eficácia dos métodos não farmacológicos na redução do linear de dor em mulheres em trabalho de parto, as associações de alguns métodos também podem ser utilizadas, se bem aceito pela mulher, como o banho morno associado a bola suíça. A bola é versátil possibilitando a sua utilização em várias fases do trabalho de parto e em diversas posições, seu uso auxilia na descida do feto para o canal de parto e promove a diminuição da tensão na região perineal. (PIMENTEL *et al.*, 2021).

A deambulação livre também favorece a descida do feto para o canal de parto, a verticalização tem efeito favorável na gravidade, beneficiando tanto a parturiente quanto o feto, uma vez que o aporte sanguíneo se torna mais abundante, reduzindo o risco de sofrimento fetal, além de auxiliar na dilatação do colo uterino. Mulheres que adotam a deambulação livre, conseguem ter uma redução no tempo do trabalho de parto e encontram com facilidade a sua posição de alívio da dor (SILVA, 2016).

Entretanto considerado como terapêutica milenar, o uso dos florais de Bach também traz grandes benefícios para as parturientes, esse método não farmacológico não possui contraindicação, uma vez que o seu composto é natural, com propósito de devolver o equilíbrio entre o corpo e a mente, possui no total 38 essências que podem ser utilizadas separadas ou concomitantemente. Pesquisas comprovam que a utilização dos florais, são capazes de estimular um bem-estar físico e psíquico, promovendo relaxamento e alívio da dor, capaz de permitir que a mulher vivencie o seu parto como protagonista (LARA, *et al.*, 2020).

Para Santos *et al.*, (2021), a aromaterapia é um vasto campo propício para utilização, uma vez que é de baixo custo, e a implantação desta prática ainda é pouco difundida, apesar de sua crescente expansão, com isso deve-se empoderar o profissional, incentivando-o a adoção da aromaterapia e de outras PIC já que é fundamental para sua autonomia profissional e resgate das suas bases científicas.

Soares *et al.*, 2017. Elenca em seus estudos a satisfação por parte das parturientes, com os métodos aplicados durante a assistência prestada, destacando a informação ofertada como alicerce fundamental para que os resultados esperados fossem alcançados. A parturiente tem o

direito de saber quais métodos adotados no seu trabalho de parto, como essas ações podem auxiliar no processo e o que esperar. Os resultados dessas ações corroboram com a satisfação materna, tornando-a mais colaborativa

1 CONCLUSÃO

A utilização dos métodos não farmacológicos, são benéficos quando bem aceito pelas parturientes, considerada como tecnologia de baixo custo que permite a sua utilização por todas as mulheres, caso não tenham impedimentos de caráter obstétricos. Obtém-se efeitos satisfatórios com a minimização da dor, promovendo a criação de vínculo de confiança entre a parturiente e a equipe que assiste.

Considera-se que este estudo atingiu o objetivo principal, objetivo analisar os métodos não invasivos de alívio da dor durante o trabalho de parto e parto, disponíveis na literatura. Destaca-se a importância de valorizar o querer da mulher no seu trabalho de parto, pois o parto é da mulher, sendo assim ela e somente ela deve ser protagonista deste momento tão especial em sua vida, pois este evento é diferente e peculiar para cada uma de maneira distinta. O uso dos métodos não farmacológicos de alívio da dor tem permeado mudanças e avançado consideravelmente nos últimos anos.

Dessa forma, novos estudos necessitam das melhores evidências para sua utilização como estratégia de alívio da dor na prática, necessitando assim de novas pesquisas que envolvam ensaios clínicos randomizados e metanálises, por se tratar dos melhores níveis de evidências, para subsidiar o seu uso, bem como pesquisas que foquem a preferência das parturientes nessas estratégias, imprescindíveis para ampliar a humanização e a qualidade na assistência ao parto.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, LFB; RODRIGUES, QP; SILVA, RCV. Good Partices in obstetric care and its interface with humanization of assistance. **Rev enferm UERJ** [Internet], v. 25, p. e26442, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2017.26442>. Acesso em: 20/05/2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. **Humaniza SUS: a humanização como eixo norteador das práticas de atenção e gestão em todas as instâncias do SUS**. 1º ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2004.

BOHREN, MA. et al. Perceptions and experiences of labour companionship: a qualitative evidence synthesis. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, n. 3, 2019. DOI: 10.1002/14651858.CD003766.pub6. Acesso em: 03/06/2021.

CAMACHO, ENPR et al. Conhecimento e aplicabilidade dos métodos não farmacológicos utilizados pelos enfermeiros obstetras para alívio da dor no trabalho de parto. **Nursing** (São Paulo), p. 3193-3198, 2019. Disponível em:
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1026064>. Acesso em: 03/06/2021.

DIAS, EG et al. Eficiência de métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto normal. **Enfermagem em foco**, v. 9, n. 2, 2018. DOI:<https://doi.org/10.21675/2357-707X.2018.v9.n2.1398>. Acesso em: 04/06/2021.

GNATTA, JR. et al. Aromatherapy and nursing: historical and theoretical conception. **Rev Esc Enf da USP**, v. 50, p. 127-133, 2016. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/Z3SpTtG6nQF7Lfl7fKbrt3w/abstract/?lang=en&format=html>. Acesso em: 17/06/2021.

GOMES, ECH; DAVIM, RMB. Prática do enfermeiro obstetra quanto ao alívio da dor de parturientes. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, 12(12):3426-35, dez., 2018. DOI:<https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i12a237709p3426-3435-2018>. Acesso em: 12/06/2021.

LARA, SRG. et al. Vivência de mulheres em trabalho de parto com o uso de essências florais. **Rev Fun Care Online**. 2020 jan/dez; 12:162-168. DOI: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v12.7178>. Acesso em: 10/05/2021.

LEHUGEUR, D; STRAPASSON, MR; FRONZA, E. Manejo não farmacológico de alívio da dor em partos assistidos por enfermeira obstétrica Português/Inglês. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, 11(12):4929-37, dec., 2017. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v11i12a22487p4929-4937-2017>. Acesso em: 06/06/2021.

MIELKE, KC; GOUVEIA, HG; GONÇALVES, AC. The practical of non-pharmacological methods for relieving the pain of childbirth in a university hospital in Brazil. **Avances en Enfermería**, v. 37, n. 1, p. 47-55, 2019. DOI:
<https://doi.org/10.15446/av.enferm.v37n1.72045>. Acesso em: 06/06/2021.

PIMENTEL, MM et al. Non-invasive technologies for pain relief in parturition/Tecnologias não invasivas para o alívio da dor na parturição. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 13, p. 671-677, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/0.9789/2175-5361.rpcfo.v13.9423>. Acesso em:06/06/2021.

SANTOS, RS. et al. Safe aromatherapy: Avoiding toxicity in childbirth work. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 6, p. e27210615827, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i6.15827. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/15827>. Acesso em: 05/06/2021.

SILVA, M. **Cuidados de Enfermagem à mulher com dor do parto: transformações a partir da pesquisa-ação participativa**. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/20849>. Acesso em: 05/06/2021.

SMITH, Caroline A. et al. Acupuncture or acupressure for pain management during labour. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, n. 2, 2020. DOI: 10.1002/14651858.CD009232.pub2. Acesso em: 04/06/2021.

SOARES, YKC et al. Satisfação das puérperas atendidas em um centro de parto normal. **Rev. enferm. UFPE on line**, p. 4563-4573, 2017. DOI: 10.5205/reuol.11138-99362-1-SM.1111sup201704. Acesso em:04/06/2021.