**OS BENEFÍCIOS DOS MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS NO ALÍVIO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO**

1Andréa Santos Moreira; 2Silvia Cristina Santos da Silva.

1Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Cosmopolita – Belém, Pará, Brasil. 2Enfermeira, Faculdade Cosmopolita – Belém, Pará, Brasil.

**E-mail do Autor Principal:** andrea.pjc2013@gmail.com

**Eixo Temático:** Obstetrícia em Saúde

**Introdução:** Cada parto é único e vivenciado de forma singular, portanto, faz-se necessário a viabilização de conforto para essa mulher neste momento, priorizando sempre uma assistência humanizada, que respeite sua individualidade e autonomia. É de suma importância a aplicação de estratégias complementares que contribuam para esse atendimento mais humanizado. Vale ressaltar que a Organização Mundial de Saúde (OMS) desenvolveu diversos estudos voltados à estimulação do parto normal, preconizando um parto com o mínimo de intervenções externas. **Objetivo**: Descrever os benefícios das terapias complementares em mulheres em trabalho de parto e mostrar a importância do estudo da dor no trabalho de parto e do uso dos métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante a assistência de enfermagem à parturiente. **Metodologia:** Esse trabalho trata-se de uma revisão integrativa da literatura a partir das bases de dados Scielo, LICACS e BDENF; sendo selecionados artigos publicados nos últimos dez anos. Os seguintes descritores foram utilizados: Métodos Não Farmacológicos, Trabalho de Parto, Alívio da Dor, Parto Humanizado e Benefícios, que foram combinados com o operador booleano *“AND”*. Na pesquisa bibliográfica foram encontrados 110 artigos na língua portuguesa, inglesa e espanhola, foram selecionados 15 artigos a partir dos critérios de inclusão e escolhidos os 3 de maior relevância. **Resultados e Discussão:** Nos estudos foram observados que com a utilização das práticas complementares, as mulheres ganham mais autonomia e mais estabilidade emocional, resultando no alívio da dor. Foram analisadas diferentes terapias alternativas usadas em parturientes: massagem terapêutica, exercícios de respiração, banho quente de aspersão, liberdade de movimento, deambulação, cavalinho, uso de bolas, musicoterapia e aromaterapia. O seu uso proporciona não apenas a redução da dor, mas também propicia uma diminuição significativa dos níveis de estresse e ansiedade, além de diminuir o tempo de trabalho de parto. Já para os neonatos os benefícios são a redução do desconforto respiratório e o aumento nos scores de Apgar. Porém, embora exista uma literatura diversa que indique os benefícios tanto para a mãe quanto para o feto, é necessário que os profissionais os reconheçam e os coloquem em prática em diferentes contextos de atendimento. Dentre as limitações para pôr em prática essas terapias integrativas, estão: a falta de conhecimento das parturientes e dos profissionais, além da falta de interesse de gestores e profissionais. **Considerações Finais:** O parto natural oferece benefícios mesmo sendo a via mais dolorosa, por isso, a utilização dos métodos que humanizam o parto, diminui a dor, a tensão, auxiliam no relaxamento, aceleram as fases latente e ativa. Os métodos não farmacológicos são úteis para reduzirem os diferentes desconfortos apresentados nessas etapas e melhoram a experiência de gestar e dar à luz. Por isso faz-se necessário que o enfermeiro invista na sua capacitação para realizar os diversos métodos não farmacológicos. Também é dever do enfermeiro promover ações educativas voltadas ao conhecimento dessas tecnologias não invasivas, durante o pré-natal, tornando as mulheres aptas a tornarem-se protagonistas no seu trabalho de parto.

**Palavras-chave:** Métodos Não Farmacológicos; Trabalho de Parto; Alívio da Dor; Parto Humanizado; Benefícios.

**Referências**

Camacho, E.N.P.R.; Teixeira, W.L.; Gusmão, A.C.; Carmo, L.F.; Cavalcante, R.L.; Silva. E.F.(2019). Conhecimento e aplicabilidade dos métodos não farmacológicos utilizados pelos enfermeiros obstetras para alívio da dor no trabalho de parto. **Nursing (São Paulo)**, 22(257), 3192–3197. https://doi.org/10.36489/nursing.2019v22i257p3192-3197

Klein, Bruna Euzebio, and Helga Geremias Gouveia. “Utilização De Métodos Não Farmacológicos Para Alívio Da Dor No Trabalho De Parto.” **Cogitare Enfermagem**, vol. 27, no. 0, 12 Aug. 2022, revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/80300, https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.80300.

Mascarenhas, Victor Hugo Alves, et al. “Scientific Evidence on Non-Pharmacological Methods for Relief of Labor Pain.” **Acta Paulista de Enfermagem**, vol. 32, no. 3, June 2019, pp. 350–357, https://doi.org/10.1590/1982-0194201900048.