**BENEFÍCIOS DA BOLA DE NASCIMENTO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.**

**Introdução:** o Ministério da Saúde vem buscando resgatar a participação mais ativa da gestante durante o processo do parto, incentivando as maternidades a partir do programa “Humanização no pré-natal e Nascimento”, o qual visa garantir que a parturiente tenha maior consciência corporal, para então poder fazer com que seu corpo se torne um instrumento fundamental no processo de parto (3). O fisioterapeuta, exatamente por estudar todos os movimentos das articulações do corpo humano e o funcionamento muscular, auxiliando na contração e no relaxamento, é um dos profissionais capacitados a contribuir qualitativamente no atendimento à parturiente, pois trabalha otimizando a fisiologia (2) e estando apto a utilizar técnicas não farmacológicas para o alívio da dor, oferecendo suporte físico e emocional e proporcionando diminuição do medo e da ansiedade. Os recursos não farmacológicos podem reduzir a percepção dolorosa no trabalho de parto, reduzindo o número de intervenções desnecessárias (1), a bola suíça vem sendo utilizada por diversos países com variadas funções, como para melhorar níveis de flexibilidade, força, equilíbrio, mobilidade e estabilidade. **Objetivo:** Mostrar os benefícios e eficácia da bola de nascimento no trabalho de parto. **Materiais e Métodos:** Como procedimento metodológico a pesquisa é do tipo revisão bibliográfica e fundamentada nas bases de dados Medline, Lilacs e Scielo, utilizando os termos “bola de nascimento”, “fisioterapia” e “parto humanizado”, onde foram encontrados 27 trabalhos, e destes, 8 foram incluídos para a análise. **Resultado:** A bola suíça é um instrumento de grande valia para treino da musculatura pélvica, pois melhora a percepção sensorial e a força desta musculatura além de exercitar simultaneamente várias estruturas musculares dos segmentos pelve-perna e pelve-tórax. Entre os principais benefícios trazidos por exercícios com a bola na gravidez e no trabalho de parto, estão a correção da postura, o relaxamento e alongamento e o fortalecimento da musculatura (4), e diminuição da fase ativa do trabalho de parto, além de incentivar a adoção de novas posturas que não a decúbito dorsal ou supino. **Conclusão:** A bola do nascimento traz benefícios para a parturiente atuando no alivio da dor, relaxamento global e diminuição da fase ativa do trabalho de parto, além de incentivar a adoção de novas posturas que não a decúbito dorsal ou supino. A bola do nascimento é um recurso não-farmacológico que pode ser usado pela parturiente.

**Palavras-chaves:** Fisioterapia, Gestantes, Parto normal.

1. BRAZ, M. M.; ROSA, J. P. R.; MACIEL, S. S.; PIVETTA, H. M. F. Bola do nascimento: recurso fisioterapêutico no trabalho de parto. Cinergis 2014; 15(4):168-175.
2. CANESIN, K. F.; AMARAL, W. N.; A atuação fisioterapêutica para diminuição do tempo do trabalho de parto: revisão de literatura; femina | agosto 2010 | volume 38 | n° 8.
3. SILVA, H. C. F.; LUZES, R. Contribuição da fisioterapia no parto humanizado: revisão da literatura. Alumni- Revista Discente da UNIABEU, v. 3. nº. 6 agosto-dezembro de 2015.
4. SILVA, L, M. ; OLIVEIRA, S. M. J. V. de; SILVA, F. M. B. da; ALVARENGA, M. B.; Uso da bola suíça no trabalho de parto; Acta Paul Enferm 2011; 24(5): 656-62.