**APLICAÇÃO DOS MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS DE ALÍVIO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Millena Marreiros dos Santos1, Andressa Bastos e Bastos2, Juliana Jansen Santos3, Rafaela Costa Rayol4, Paula Cristina Alves da Silva5.

Enfermeira, Graduanda de Enfermagem, Universidade Federal do Maranhão, millymarreiros@hotmail.com

2Enfermeira, Graduanda de Enfermagem, Universidade Federal do Maranhão,andressabbastos@hotmail.com

3Enfermeira, Graduanda de Enfermagem, Universidade Federal do Maranhão,santos.juliana19@hotmail.com

4Enfermeira, Graduanda de Enfermagem, Universidade Federal do Maranhão,rafaela.rayol@discente.ufma.br

5Enfermeira, Doutoranda em Ciências da Saúde pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo (FCMSCSP), Universidade Federal do Maranhão,paula.cristina@ufma.br

Introdução: O Trabalho de parto (TP) consiste em um processo fisiológico com alterações hormonais e mecânicas, enfrentado pela gestante em uma fase de insegurança, temor e aflição, os quais podem elevar fortemente as dores. Nesse cenário, desde a década de 80, as Políticas Públicas de Saúde da Mulher visam priorizar a humanização no TP, atenuando a medicalização frequente, visando um parto mais natural possível. Isto é o que busca a Organização Mundial de Saúde (OMS), ao inserir um conjunto de práticas e procedimentos para melhorar a qualidade da assistência obstétrica prestada às parturientes. Objetivo: Relatar a experiência da aplicação dos métodos não farmacológicos de alívio da dor no TP. Metodologia: Trata-se de um relato de experiência vivenciado no período de prática da disciplina de Saúde da Mulher em um Hospital Universitário de São Luís no segundo semestre de 2021. As ações ocorreram no Centro de Parto e foram realizadas pelas discentes do curso de Enfermagem, supervisionadas pela docente da Universidade Federal do Maranhão. Antes da realização da aplicação dos métodos, a parturiente foi informada sobre as técnicas, benefícios e escolhas adequadas à vontade e à necessidade, para proporcionar bem estar, conforto e relaxamento na fase ativa do TP. Foram utilizados como métodos: massagem corporal, deambulação e agachamento, musicoterapia, bola suíça e presença de acompanhante. Resultados: A abordagem da gestante se deu com uma conversa inicial de apresentação, seguida de uma explicação sobre os tipos de métodos que eram indicados de acordo com o momento do TP e quais os benefícios resultantes da utilização dos mesmos. Nesse primeiro momento, pôde-se notar uma parturiente queixando-se de dores, temerosa e ansiosa com o desfecho do parto. Realizou-se orientações sobre o processo do TP, oferecendo encorajamento e suporte emocional, seguido de apoio à realização da deambulação e agachamentos que auxiliaram no avanço da dilatação e descida do feto, uso da bola suíça para exercitar a musculatura da região pélvica, massagem na região lombar para relaxamento, musicoterapia através da preferência musical da gestante, proporcionando alegria e conforto e, a presença do acompanhante, assegurando maior suporte. Tais aplicações viabilizaram acalmar a parturiente, reduziram significativamente o tempo de TP, disponibilizaram maior autonomia de posição, redução de medicalização, e, sobretudo, confiança e alívio da dor da parturiente. Considerações finais: Percebe-se que o TP perpassa a adoção de técnicas profissionais, pois necessita de preparação para desempenhar a assistência de forma holística, a fim de proporcionar benefícios e estímulos para favorecer a dinâmica de parto e alívio da dor, uma vez que, a mulher possui outras necessidades que também precisam ser supridas nesse período, bem como: privacidade, apoio psicológico e autonomia. Contribuições/implicações para a enfermagem: Evidenciar a importância da Enfermagem na assistência do TP, com a adoção menos intervencionista dos métodos não farmacológicos de alívio da dor, disponibilizando um cuidado mais humanizado e centrado nas necessidades das parturientes que experenciam as intempéries do TP, tornando-as ativas e protagonistas desses processos e melhorando a realidade da assistência obstétrica atual.

Referências:

Félix HCR, Corrêa CC, Matias TG da C, Parreira BDM, Paschoini MC, Ruiz MT. The signs of alert and labor: Knowledge among pregnant women. Rev Bras Saude Matern Infant. 2019.

Baldisserotto ML, Theme Filha MM, Da Gama SGN. Good practices according to WHO’s recommendation for normal labor and birth and women’s assessment of the care received: The “birth in Brazil” national research study, 2011/2012. Reprod Health. 2016.

Alves C da C. Humanização Do Parto a Partir De Métodos Não Farmacológicos Para O Alívio Da Dor: Relato De Experiência. SANARE - Rev Políticas Públicas. 2015.

**Descritores:** Dor do parto; Trabalho de parto; Saúde da mulher.

**Área temática:** Processo de cuidar em Saúde e Enfermagem