

## USO DA HIDROTERAPIA COMO MÉTODO DE ALÍVIO DA DOR DURANTE O TRABALHO DE PARTO

**INTRODUÇÃO:** A utilização de práticas não medicamentosas durante o processo parturitivo visa à humanização do parto e do nascimento. Dentre essas práticas, a hidroterapia utiliza água quente a 37°C como objeto terapêutico, oferecendo maior tolerância à dor e redução do estresse. **OBJETIVOS:** Verificar a eficácia da hidroterapia para alívio da dor durante o trabalho de parto. **MÉTODO:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada na base de dados SCIELO, LILACS e MEDLINE, por meio dos Descritores em Ciência da Saúde: hidroterapia; trabalho de parto e dor do parto. Foram utilizados 13 artigos, publicados entre o ano de 2013 e 2020. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Ao analisar as pesquisas, maior parte das mulheres utilizaram o banho quente como um método para alívio da dor, e ainda o consideraram como o melhor método de analgesia não farmacológica. A utilização do banho quente durante o trabalho de parto promove o relaxamento e diminui a dor, ansiedade e o estresse. Outro benefício da hidroterapia citado nos artigos é em relação a redução da taxa de analgesia epidural durante a primeira fase do trabalho. Além disso, os escores médios de dor nas costas aos 30 min após a hidroterapia foram significativamente menores nos grupos experimentais. Ademais, os estudos observaram que não há relação entre o banho quente e a evolução da dilatação, ou seja, a hidroterapia só promove o conforto. **CONCLUSÃO:** Portanto, essa terapia é uma excepcional alternativa para a redução de intervenções medicamentosas, já que seus efeitos benéficos foram evidenciados, além de não interferir na progressão do trabalho de parto. Dessa forma, sugere-se aos profissionais obstetras orientarem as parturientes sobre o uso da hidroterapia, pois promovem melhor adaptação materna durante o trabalho de parto auxiliando no enfrentamento da dor.

**PALAVRAS-CHAVES:** Hidroterapia. Trabalho de Parto. Dor do parto.