

## MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA ALÍVIO DA DOR UTILIZADOS NO TRABALHO DE PARTO: REVISÃO INTEGRATIVA

Daniele Ferreira dos Santos\*

Andréa Jaqueira da Silva Borges\*\*

Daiane Oliveira Santos\*\*\*

O parto é um fenômeno natural, no entanto, o mesmo é acompanhado de dor e essa percepção dolorosa pode ser influenciada por diversos fatores. Para inibir ou reduzir a intensidade da dor, tem-se recorrido a uma ampla aplicabilidade de fármacos e uma elevada taxa de cesariana, corroborando assim, para que ocorram intervenções desnecessárias. Por esse motivo, os métodos complementares de alívio da dor durante o trabalho de parto são recomendados pela Organização Mundial de Saúde, como práticas importantes que devem ser estimuladas, no intuito de contribuir para que a gestante possa suportar tal sensação. Nessa perspectiva, foi traçado como objetivo geral: conhecer, na literatura, as contribuições dos métodos não farmacológicos para alívio da dor utilizados no trabalho de parto/parto. Trata-se de uma revisão integrativa em que a coleta de dados ocorreu a partir da busca de artigos científicos na Biblioteca Virtual em Saúde. Foi utilizado o cruzamento com os seguintes descritores: “Enfermagem Obstétrica”, “Parto Humanizado”, “Terapias complementares”, “Dor do Parto” e “Manejo da dor”. Como critérios de inclusão estabelecidos foram artigos científicos completos em idioma português e inglês, disponíveis de forma gratuita e online, publicados entre 2012 e 2018. Após os filtros foram selecionados 11 artigos. Para análise dos dados, foi utilizado o método de análise de conteúdo de Minayo, a qual se realiza em três fases: Pré-análise, exploração do material ou codificação e tratamento dos resultados obtidos. A partir dos artigos encontrados, ficou evidente que os métodos não farmacológicos contribuem de forma efetiva para reduzir a dor no trabalho de parto. Dentre os métodos não farmacológicos mais utilizados e mais efetivos, na visão das mulheres, destacou-se o banho de imersão em que a água aquecida induz a dilatação periférica e o fluxo sanguíneo e promove o relaxamento causado pela tensão muscular, auxiliando a redução da ansiedade. Também são notórias as contribuições da deambulação durante o trabalho de parto, pois além dos benefícios da gravidade, quando a mulher se mantém em movimento, o útero contrai-se muito mais eficazmente e o fluxo sanguíneo que chega ao feto através da placenta é mais abundante, auxiliando no alívio da dor. Com isso, evidencia-se que os métodos não farmacológicos contribuem para redução do tempo do trabalho de parto tornando-o mais curto, além de proporcionar liberdade para a mulher nesse período. Evidenciar os benefícios de tais métodos possibilita melhorias na vida das parturientes além de proporcionar o fortalecimento de políticas públicas que garantam reflexões sobre a qualidade da assistência da enfermagem, gerando um maior entendimento acerca das contribuições dos métodos não farmacológicos para alívio da dor utilizados em trabalho de parto/parto.

**Palavras-chave:** Enfermagem Obstétrica. Parto Normal. Método Não Farmacológico.

\* Graduanda do 10º semestre do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Faculdade Maria Milza; Integrante do Projeto de Extensão Métodos não Farmacológicos para o Alívio da Dor no Trabalho de parto e Integrante da Liga Acadêmica do Cuidar em Enfermagem. E-mail: [niellypinto@hotmail.com](mailto:niellypinto@hotmail.com)

\*\* Profa. Dra. da Faculdade Maria Milza dos Cursos de Saúde (Enfermagem e Odontologia) e do Programa de Mestrado em Desenvolvimento Regional e Meio Ambiente; pesquisadora FAPESB; Professora de TCC e colaboradora da trabalho. E-mail: [andreajsb@gmail.com](mailto:andreajsb@gmail.com)

\*\*\* Enfermeira. Mestra em Enfermagem. Docente da Faculdade Maria Milza. E-mail: [daisanoli@hotmail.com](mailto:daisanoli@hotmail.com)