



## **MECANISMOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA CONTROLE DA DOR DURANTE A PARTURIÇÃO: Uma revisão integrativa**

Laura Soares Tupinambá; Alessandra do Rosário Brito; Luciana Vilhena dos Santos de Oliveira; Márcia Maria Bragança Lopes

*Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará (FSCMPA), laurasoarestupi@gmail.com*

### **INTRODUÇÃO**

Atualmente, no Brasil, o percentual de partos cesáreos chega a 84% na saúde suplementar. Na rede pública este número é menor, de cerca de 40% dos partos. A cesariana, quando não tem indicação médica, ocasiona riscos desnecessários à saúde da mulher e do bebê: aumenta em 120 vezes a probabilidade de problemas respiratórios para o recém-nascido e triplica o risco de morte da mãe. Cerca de 25% dos óbitos neonatais e 16% dos óbitos infantis no Brasil estão relacionados a prematuridade (BRASIL, 2008).

O parto é um momento de grande intensidade e pode marcar para sempre a vida de uma mulher. Pode ser também um momento de muitas dúvidas sobre qual a melhor forma para o bebê vir ao mundo, seja por meio do parto normal ou da cesárea. Por isso, é fundamental que a gestante faça um pré-natal de qualidade e que seja considerada a integralidade e especificidade de cada gestante (BRASIL, 2001).

Diante disso, tal estudo é relevante para a área da saúde, pois foi percebido que não há muitas pesquisas direcionadas ao foco da identificação dos mecanismos não farmacológicos para alívio da dor do parto. Assim, a sua contribuição para a área de atuação da obstetrícia, será de grande valia, pois trará visibilidade aos mecanismos não farmacológicos para alívio da dor no processo de parturição, além de servir de apoio para futuras pesquisas que perpassam o parto normal humanizado. De acordo com isso, esse trabalho tem como objetivo apresentar a revisão integrativa de literatura sobre as produções científicas dos métodos não farmacológicos utilizados no alívio da dor no parto normal.

### **METODOLOGIA**

Atendendo à proposta da investigação, optou-se por desenvolver uma pesquisa bibliográfica do tipo revisão de literatura integrativa. Para elaboração do estudo, foram percorridas as seguintes etapas: estabelecimento da hipótese e objetivo da revisão integrativa;



estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de artigos; definição das informações a serem extraídas dos artigos selecionados; análise dos resultados; discussão e apresentação dos resultados.

A questão formulada foi a seguinte: Quais são os métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto que são abordados nas investigações científicas? A coleta de dados foi realizada em Abril de 2017, por meio das seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS) e Base de Dados em Enfermagem (BDENF). Os descritores utilizados para a coleta dos dados foram: parto normal, alívio da dor do parto e enfermagem obstétrica. Todos segundo a classificação dos descritores em ciências da saúde (DeCS).

Os critérios de inclusão dos artigos para esta revisão bibliográfica apontaram para estudos sobre a temática: métodos não farmacológicos para o alívio da dor no parto, publicados entre 2013 e 2015, escritos em língua portuguesa e em forma de texto completo. Assim, excluíram-se os estudos internacionais, artigos com ano de publicação inferior a 2013 e as duplicidades.

Para realizar a análise da amostra, utilizou-se um instrumento adaptado, que contemplou os seguintes aspectos: título do artigo, nome dos autores, intervenção estudada e ano de publicação. Os autores utilizados neste estudo foram devidamente referenciados, respeitando e identificando as fontes de pesquisa, observando rigor ético quanto à propriedade intelectual dos textos científicos que foram analisados, no que se refere ao uso do conteúdo e de citação das partes das obras consultadas.

Após a leitura completa dos artigos, destacando-se os objetivos, resultados e considerações finais, as publicações foram classificadas e quantificadas em categorias temáticas. Essas categorias foram selecionadas para melhor representar os resultados obtidos, estudados e discutidos e responder o questionamento de pesquisa levantado, bem como na busca de atender aos objetivos da presente investigação.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Foram identificados 10 estudos, porém considerando-se os critérios de inclusão descritos, foram selecionadas 5 publicações demonstradas no quadro abaixo: título do artigo, nome dos autores, intervenção estudada e ano de publicação.



<b>Título</b>	<b>Autores (ano de publicação)</b>	<b>Intervenção Estudada</b>
1. Conhecimento das Puérperas com relação aos Métodos Não Farmacológicos de Alívio da Dor do Parto	Almeida, Acosta e Pinhal (2015)	1. Banho de chuveiro 2. Bola Suíça 3. Deambulação 4. Massagem lombossacral 5. Relaxamento muscular
2. Métodos Não Farmacológicos de Alívio da dor no Trabalho de Parto	Manfeton e Shimo (2014)	1. Massagens corporais 2. Banho morno de aspersão 3. Bola Suíça
3. Avaliação da Efetividade de Métodos Não Farmacológicos no Alívio da Dor do Parto	Osório, Silva Júnior e Nicolau (2014)	1. Massagem 2. Aromaterapia 3. Banho 4. Musicoterapia
4. A Utilização da Bola Suíça na Promoção do Parto Humanizado	Oliveira e Cruz (2014)	1. Bola Suíça
5. Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto	Barbieri et al. (2013)	1. Banho quente 2. Bola Suíça

Os métodos não farmacológicos no alívio da dor mais utilizados, de acordo com a literatura pesquisada, e que apresentam considerável eficácia no auxílio a mulher durante o trabalho de parto, são os seguintes:

- **Hidroterapia**

Refere-se ao banho morno de imersão ou de aspersão. E, segundo Barbieri et al. (2013), oferece alívio sem interferir na progressão do parto e sem trazer prejuízos ao recém-nascido. É apontada como uma medida não farmacológica, na qual a parturiente imerge em água morna (imersão) para relaxamento e alívio do desconforto. Já que proporciona uma estimulação confortante aos nervos da pele, o que promove vasodilatação, reversão da resposta nervosa simpática e redução de catecolaminas. Em geral, as contrações são menos dolorosas na água aquecida, porque o calor e a flutuação na água apresentam efeito relaxante. A temperatura da água não deve exceder a temperatura corporal e o tempo de banho é tipicamente limitado entre uma e duas horas.

- **Deambulação e mudanças de decúbitos**

De acordo com Almeida, Acosta e Pinhal (2015), mudar de posição frequentemente (a cada 30 minutos), sentando-se, caminhando, ajoelhando-se, ficando de pé, deitando-se, ficando de quatro, ajuda a aliviar a dor. As mudanças de posição também podem



auxiliar a acelerar o trabalho de parto em razão de acrescentar os benefícios da gravidade e as mudanças no formato da pelve. Se o trabalho de parto estiver evoluindo com lentidão, a deambulação pode acelerá-lo novamente. À medida que a mãe continua a mudar de posição para buscar conforto, obtém-se a apresentação fetal ideal.

- **Exercícios de relaxamento**

O objetivo das técnicas de relaxamento é reduzir a ansiedade e tensão muscular, dessa forma, tranquilizando a mente e relaxando os músculos. Alguns estudos indicam que o relaxamento diminui o consumo de oxigênio, as frequências cardíaca e respiratória, a concentração de lactato no sangue arterial e a atividade do sistema nervoso simpático (ALMEIDA; ACOSTA, PINHAL, 2015).

- **Massagem**

Para Osório, Silva Júnior e Nicolau (2014), é uma terapêutica simples, de baixo custo, que associada à respiração, posição e deambulação, pode ser de grande valia no processo de nascimento. Estudos demonstram a aplicabilidade da prática de massagens manuais, através do uso de bola de tênis, automassagem e massagens praticadas pelo acompanhante. Essa técnica favorece a consciência corporal, sobretudo das tensões, minimizando o desconforto provocado pela dor do parto.

- **Bola Suíça**

A bola suíça foi citada por quase todos os autores e permite a mudança de posição, diminuindo a sensação dolorosa da contração uterina, estimula movimentos espontâneos e não habituais, permite que a mulher se movimente para frente e para trás (cadeira de balanço) e ajuda na rotação e na descida fetal. As mulheres se sentem mais seguras e relaxadas, com conseqüente benefício na evolução do trabalho de parto.

- **Musicoterapia**

Segundo Osório, Silva Júnior e Nicolau (2014) é a melhoria das capacidades humanas através do uso organizado das influências da música sobre o funcionamento do cérebro humano. Alguns investigadores defendem que a utilização da música potencializa os resultados, por ser considerado um meio muito eficaz como foco de atenção, sendo assim um meio de distração que não reduz a dor, mas causa um estímulo agradável ao cérebro.



## CONCLUSÕES

Mesmo com toda a corrente de profissionais voltados para o atendimento humanizado e preocupados com as consequências negativas do uso de fármacos para alívio da dor do parto, esse tipo de ação ainda é bastante utilizada nos dias atuais. Deve-se considerar que, no âmbito do parto natural, o interessante é usar métodos não farmacológicos, ou seja, métodos naturais para alívio da dor, sem intenção do adiantamento do parto e, com isso, proporcionar a mãe e o bebê um parto sem distócia.

De acordo com o estudo, tivemos a oportunidade de perceber o quanto precisamos de pesquisas científicas voltadas para os métodos não farmacológicos para alívio da dor do parto, pois de acordo com os artigos apresentados, eles são eficazes e não trazem prejuízos ao binômio mãe-bebê, desde que, os profissionais se envolvam mais no processo de parturição, adquirindo conhecimento, para que saibam distinguir qual método deverá ser usado em cada caso. Vale ressaltar, que nesse momento quem escolhe e protagoniza o parto, é a mãe. Devendo por tanto, ter sua opinião validada.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS). **O modelo de atenção obstétrica no setor de Saúde Suplementar no Brasil: cenários e perspectivas**. Rio de Janeiro, 2008.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. **Parto, aborto e puerpério: assistência humanizada à mulher**. Brasília, 2001.

ALMEIDA, Janie Maria de; ACOSTA, Laís Guirao; PINHAL, Marília Guizelini. Conhecimento das puérperas com relação aos métodos não farmacológicos de alívio da dor do parto. **Reme: Rev Min Enferm**, Belo Horizonte, v. 19, n. 3, p.718-724, jul/set, 2015. Disponível em: <<http://reme.org.br/artigo/detalhes/1034>>. Acesso em: 18 abr. 2017.

BARBIERI, Márcia et al. Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. **Acta Paul Enferm**, São Paulo, v. 26, n. 5, p.478-484, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ape/v26n5/a12v26n5.pdf>>. Acesso em: 18 abr. 2017.

DAVIN, Rejane Marie Barbosa; TORRES, Gilson de Vasconcelos; DANTAS, Janmilli da Costa. Efetividade de estratégias não farmacológicas no alívio da dor de parturientes no trabalho de parto. **Rev Esc Enferm Usp**, São Paulo, v. 48, n. 2, p.438-445, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v43n2/a25v43n2.pdf>>. Acesso em: 18 abr. 2017

MAFETONI, Reginaldo Roque; SHIMO, Antonieta Keiko Kakuda. Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: Revisão integrativa. **Reme: Rev Min Enferm**, Belo Horizonte, v. 18, n. 2, p.505-512, abr/jun, 2014. Disponível em: <<http://reme.org.br/artigo/detalhes/942>>. Acesso em: 18 abr. 2017.

OLIVEIRA, Luciane Marta Neiva de; CRUZ, Anna Gláucia Costa. A utilização da Bola Suíça na Promoção do Parto Humanizado. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, João Pessoa, v. 18, n. 2, p.175-180, 2014. Disponível em:



<<http://periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/viewFile/16698/12924>>. Acesso em: 18 abr. 2017.

OSÓRIO, Samara Maria Borges; SILVA JÚNIOR, Lourival Gomes da; NICOLAU, Ana Izabel Oliveira. Avaliação da efetividade de métodos não farmacológicos no alívio da dor do parto. **Rev Rene**, Fortaleza, v. 15, n. 1, p.174-184, jan/fev, 2014. Disponível em: <<http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/view/1372/pdf>>. Acesso em: 18 abr. 2017.

PROGIANTI, Jane et al. Desmedicalização da assistência ao parto: uso de tecnologias não invasivas em cuidados de enfermagem obstétrica. In: SILVA, I; VENTURA, K; SOUZA, I. **PROENF: Saúde Materna e Neonatal**. Programa de Atualização em Enfermagem. Porto Alegre: Artmed, 2010. p. 65-67.

SESCATO, Andréia Cristina; SOUZA, Silvana Regina Rossi Kissula; WALL, Marilene Loewen. Os cuidados não-farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: Orientações da equipe de enfermagem. **Cogitare Enferm**, Curitiba, v. 13, n. 4, p.585-590, out/dez, 2008. Disponível em: <<http://revistas.ufpr.br/cogitare/article/viewFile/13120/8879>>. Acesso em: 18 abr. 2017.

SILVA, Flora Maria Barbosa da; OLIVEIRA, Sonia Maria Junqueira Vasconcelos de. O efeito do banho de imersão na duração do trabalho de parto. **Rev Esc Enferm Usp**, São Paulo, v. 40, n. 1, p.57-63, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v40n1/a07v40n1.pdf>>. Acesso em: 28 abr. 2017.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão Integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 11, p.102-103, 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt\\_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf](http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf)>. Acesso em: 29 abr. 2017.