



MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA ALÍVIO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO NATURAL

SANTOS, Silvia Rejane Oliveira do¹

SOUZA, Cleunice Gomes²

BORGES, Daijara Catrini dos Santos³

CAMARGO, Joiceléia de Fátima⁴

MARTINS, Edna Thais Jeremias⁵

silviasantos@sou.faccat.br

Introdução: A gestação é uma experiência única na vida da mulher, pois trata-se de um processo que envolve mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais. Por isso, é imprescindível adotar métodos que preconizam o bem-estar da gestante durante a gravidez, parto e puerpério. O Uso de Medicina Complementar e Integrativas está cada vez mais sendo utilizado para obter bons resultados durante esse processo. **Objetivo:** Identificar métodos não farmacológicos utilizados para o alívio da dor no parto natural. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa, onde foram utilizadas bases de dados no PubMed e SCIELO, incluindo artigos publicados de 2013 a 2018, em Língua Inglesa e em Língua Portuguesa. Utilizou-se os seguintes descritores: Parto Obstétrico, Gravidez e Parto Natural. **Resultados:** Constatou-se que as gestantes participam ativamente dos exercícios de técnicas para relaxamento elaborados pelos profissionais de saúde obtendo-se uma experiência com menor dor e desconforto durante o trabalho de parto. Além disso, foi identificado que a equipe multidisciplinar possui papel fundamental no acompanhamento da gestação, passando orientações e realizando o pré-natal adequado de baixo risco. A elaboração de técnicas de relaxamento, hidroterapia, aplicação de compressa na região perineal, exercícios para a coluna estimulam o fluxo venoso para os membros inferiores e fortalece os músculos contribuindo para o alívio da dor no trabalho de parto. **Conclusão:** Conclui-se que os métodos não farmacológicos proporcionam à gestante uma participação ativa na hora do parto e um bom resultado que consequentemente resgata a sua autonomia e diminui possíveis intervenções contrárias na hora do parto. Portanto, o enfermeiro exerce papel fundamental para auxiliá-la na realização dos exercícios físicos de relaxamento, momentos de suporte de apoio, sensação de bem-estar físico e emocional, e também informando a gestante e os familiares sobre dúvidas constantes facilitando o processo de parturição.

Descritores: Parto Obstétrico. Gravidez. Parto Natural.

Referências

GAMA, S. G. N. *et al.* Labor and Birth Care by Nurse With Midwifery Skills in Brazil. *Rev. Reprod Health*, Rio de Janeiro- RJ, v. 13, n. 1, p. 226- 265, 2015.

MIQUELUTTI, Maria Amélia; CECATTI, José Guilherme; MAKUCH, Maria Yolanda. Developing Strategies to be Added to the Protocol for Antenatal care: An exercise and birth preparation program. *Rev. Clinics*, São Paulo - SP, v. 70, n. 4, p. 231-236, 2015.

SELLÉS, Ester Muñoz; SEGALÉS, Antoni Vallés; TRICAS, Josefina Goberna. Use of Alternative and Complementary Therapies in Labor and Delivery Care: a cross-sectional study of midwives' training in Catalan hospitals accredited as center for normal birth. *Rev. BMC Complementary and Alternative Medicine*, Barcelona Spain, v. 13:318, 2013.

¹ Relatora. Acadêmica do 8º semestre do Curso de Enfermagem Bacharelado das Faculdades Integradas de Taquara - FACCAT.

² Acadêmica do 8º semestre do Curso de Enfermagem Bacharelado da FACCAT.

³ Acadêmica do 8º semestre do Curso de Enfermagem Bacharelado da FACCAT.

⁴ Acadêmica do 8º semestre do Curso de Enfermagem Bacharelado da FACCAT.

⁵ Docente e Orientadora do Curso de Enfermagem das Faculdades Integradas de Taquara-FACCAT- Doutora em Medicina e Ciências da Saúde- PUCRS.