

ESTRATÉGIAS NÃO FARMACOLÓGICAS DURANTE O TRABALHO DE PARTO: BENEFÍCIOS PARA A PARTURIENTE

LUCCAS, F.G.¹; FERREIRA, L. C.²

Palavras-chave: Método não farmacológico. Parturiente. Benefícios.

INTRODUÇÃO

A visão a respeito do trabalho de parto abrange percepções distintas em relação as suas transformações psicológicas e fisiológicas, cuja natureza fisiológica tem o papel primordial na liberação de ocitocina e outros hormônios, responsáveis pelo início das contrações uterinas, seguidos pela dilatação do colo do útero e posteriormente a passagem do bebê através do canal vaginal, em decorrência comum desse processo começam a surgir às temidas dores do trabalho de parto (Maffei *et al.*, 2021). A experiência de parturição é um dos eventos mais emocionantes e marcantes na vida de uma mulher, todavia uma das mais dolorosas que pode passar, embora a dor durante o trabalho de parto não seja fatal para vida da gestante, ainda é uma condição que se não tratada devidamente, a qual pode acarretar consequências prejudiciais para o binômio mãe-conceito, bem como influenciar negativamente na evolução do trabalho de parto, sendo assim é crucial um cuidado amplo visando o alívio desses sintomas para minimizar os riscos (Aragão *et al.*, 2019).

Embora nos dias atuais existam avanços legais que possibilitam uma maior participação ativa da mulher ao decorrer de sua gestação, ainda há muitos temores no em relação à dor no trabalho de parto. A dor é um fenômeno influenciado por multifatores como: fisiológico, emocional e o histórico sociocultural que envolve a parturição (Barbieri *et al.*, 2013).

O uso de estratégias não farmacológicas são técnicas terapêuticas que tem como propósitos evitar o uso de analgesia excessiva, diminuir risco de intervenções

¹Fernanda Gasparello Luccas. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – PR. 2025. E-mail: fernandagasparelloluccas@gmail.com

² Luciano César Ferreira. Orientador da pesquisa. Docente Especialista do Curso de Bacharelado em Enfermagem da FAP – Faculdade de Apucarana. Apucarana – PR. 2025.

desnecessárias e proporcionar uma experiência de parto mais positiva para a parturiente, visando o alívio da dor física, promovendo um maior conforto, segurança e minimizando emoções negativas como o medo, estresse e ansiedade (Klein; Gouveia, 2022).

No contexto atual, caracterizado pela importância da inserção de práticas integrativas em saúde, as estratégias não farmacológicas no trabalho de parto emergem como recurso indispensável no auxílio da promoção do alívio da dor e demais desconfortos para parturiente, contribuindo significativamente para a otimização da experiência do nascimento.

OBJETIVOS

Demonstrar a efetividade e potencial terapêutico dos métodos não farmacológicos no alívio de sintomas indesejáveis durante o trabalho de parto ressaltando seus inúmeros benefícios para o bem-estar emocional e físico da parturiente.

MÉTODO

A pesquisa tem como abordagem a qualitativa, descritiva, realizada por meio de revisão bibliográfica integrativa, com utilização para o processo investigativo das seguintes bases de dados: Google Acadêmico, Scielo, com os seguintes descritores: métodos não farmacológicos, alívio dor, benefícios parturiente. Foi realizada a análise e leitura de 15 artigos, sendo incorporado à pesquisa 7, focando em pesquisas publicadas nos últimos 11 anos (2013-2023).

DESENVOLVIMENTO

A revisão teórica realizada até esse ponto substanciou que o uso dos métodos não farmacológicos durante o trabalho de parto apresenta-se como estratégias humanizadas, seguras e eficazes para o manejo da dor e a promoção do bem-estar da parturiente (Prata *et al.*, 2022).

Esses recursos, de baixo custo e fácil aplicação, contribuem para uma experiência de parto mais positiva, com menor interferência farmacológica e cirúrgica, respeitando a fisiologia do nascimento.

Entre alguns dos métodos utilizados destacam-se no presente estudo a hidroterapia, aromaterapia, uso da bola suíça, massagem e deambulação com adoção de posições livres, os quais atuam na redução da dor, aumento das contrações eficazes, aceleração da dilatação cervical e reposicionamento fetal adequado (Maffei *et al.*, 2021; Prata *et al.*, 2022). A aromaterapia por meio do uso de óleos essenciais, como lavanda e camomila, no primeiro estágio do parto caracteriza-se por contribuições relaxantes, alívio do estresse e melhora da respiração, já na segunda fase aromas mais intensos como jasmim são associados ao aumento da força e intensificação das contrações auxiliando na progressão do parto (Silva *et al.*, 2019).

Estudos apontam que o uso da bola suíça, por exemplo, melhora a circulação uterina e favorece a descida fetal (Barbieri *et al.*, 2013), enquanto a hidroterapia promove relaxamento muscular, alivia o estresse e regula as contrações (Prata *et al.*, 2022). Já a massagem é reconhecida por sua capacidade de estimular a produção de ocitocina e endorfina, reduzindo a liberação de adrenalina e noradrenalina o que favorece o progresso do parto e o equilíbrio emocional da gestante (Prata *et al.*, 2022). A massagem também se destaca por sua simplicidade e efeito relaxante, melhorando a oxigenação dos tecidos e o bem-estar geral da mulher (Maffei *et al.*, 2021).

A aplicação precoce desses métodos, desde a admissão da gestante na unidade de saúde, está associada a melhores desfechos obstétricos, além de maior satisfação da parturiente com o processo (Klein; Gouveia, 2022). Por fim, os MNF se revelam como estratégias fundamentais para a construção de uma assistência baseada nos princípios do parto humanizado, centrado na mulher, respaldado por evidências científicas e alinhado às diretrizes do Ministério da Saúde.

CONCLUSÃO

A pesquisa em questão evidencia a contribuição proeminente do uso de métodos não farmacológicos para uma maior satisfação feminina com a experiência do nascimento que é tão impactante na vida de uma mulher, através de condutas mais

humanizadas que buscam alcançar o alívio da dor da paciente, promover maior conforto, relaxamento, reduzir sintomas emocionais gerados pela vulnerabilidade do momento: ansiedade, medo, estresse, demais desconfortos. Uma assistência humanizada que beneficia e coloca como prioridade a mulher e suas necessidades durante o trabalho de parto é prevenção de possíveis traumas emocionais e intervenções desnecessárias cumprindo com maestria o que chamamos de parto natural, aplicando recursos de baixo custo que aliado com a própria fisiologia feminina permitem aliviar sintomas indesejáveis, propiciando a otimização dos processos de dar a luz. Vale ressaltar que essa pesquisa ainda está em andamento com previsão de término em 2026.

REFERÊNCIAS

ARAGÃO, Fábio Farias de *et al.* Analgesia de parto no neuroeixo: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Anestesiologia**. [S.l.], v. 69, n. 3, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/rba/a/p49G8WMJp6jDbRXjZcybkwn/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 10 ago. 2025.

BARBOSA, Jheiser Martins; SALAZAR, Nathaly Pedroso; SOUZA Andressa Larissa Dias Muller de. Perspectiva de enfermeiras obstetras: utilização de métodos não farmacológicos para alívio da dor do parto. **Rev Enferm Atenção Saúde**, Uberaba, v.12, n.1, 2023. DOI: <https://doi.org/10.18554/reas.v12i1.6460>. Acesso em 5 ago. 2025.

BARBIERI, Márcia *et al.* Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. **Acta Paul Enfermagem**, São Paulo, v. 26, n. 5, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/djZsHrgCpPb5LrShZnXyGKh/?lang>. Acesso em: 18 ago. 2025.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Diretrizes Nacionais de assistência ao parto normal**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_nacionais_assistencia_parto_normal.pdf. Acesso em 23. ago. 2025.

KLEIN, Bruna Euzebio; GOUVEIA, Helga Geremias. Utilização de métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto. **Cogitare Enfermagem**, Curitiba, v. 27, 2022. Disponível em: [dx.doi.org/10.5380/ce.v27i0.80300](https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.80300). Acesso em: 11 ago. 2025.

MAFFEI, Maria Carolina Valejo *et al.* Uso de métodos não farmacológicos durante o trabalho de parto. **Revista de Enfermagem UFPE online**, Recife, v. 15, n. 1, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/>. Acesso em: 28. ago. 2025.

PRATA, Juliana Amaral *et al.* Tecnologias não invasivas de cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas: contribuições terapêuticas. **Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 26, e20210182, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0182>. Acesso em: 14 set. 2025.

SILVA, Maria Andréia da *et al.* Aromaterapia para alívio da dor durante o trabalho de parto. **Revista de Enfermagem UFPE online**, Recife, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v13i02a237753p455-463-2019>. Acesso em: 7 ago. 2025