

MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS PARA O ALÍVIO DA DOR NO PARTO

Bruna Michele do Nascimento Camargo¹, Fabiana de Jesus², Viviane Felix Silva³, Janize Silva Maia⁴

¹Discente de Enfermagem. E-mail: brunamcamargo@gmail.com; ²Discente de Enfermagem. E-mail: fabianajw01@gmail.com; ³Discente de Enfermagem. E-mail: felix.vivi@gmail.com; ⁴Docente orientador. E-mail: janize.maia@animaeducacao.com.br

Introdução: A parturição constitui uma experiência significativa na existência das mulheres, devido ao impacto que baliza suas histórias de vida e seus processos de transformação: de mulher para mãe, razão pela qual, uma assistência de saúde desenvolvida com excesso de práticas intervencionistas aplicadas no parto de risco habitual e realizada de forma automatizada e segmentada, repercute negativamente o desfecho de inúmeras histórias, em função de uma desumanização capaz de promover insegurança, medo e prejuízo à evolução do parto. O aumento da taxa de cesáreas tem crescido devido ao medo da dor no trabalho de parto, os métodos não farmacológicos auxiliam na diminuição da dor durante o trabalho de parto reduzindo o uso de medicamentos e métodos invasivos. **Objetivo:** Averiguar o conhecimento das gestantes em relação aos métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto e seus benefícios. **Material e Método:** Pesquisa exploratória, descritiva, qualitativa com 23 gestantes em assistência pré-natal numa Unidade Básica de Saúde da região metropolitana de São Paulo. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética sob parecer de número 5.368.444. **Resultados e Discussão:** A utilização dos métodos não farmacológicos para o alívio da dor não apresenta risco para a parturiente, assim como, ao bebê, possibilitando o relaxamento e tranquilidade a mulher. Muitas gestantes já ouviram sobre os métodos não farmacológicos, porém, não sabem defini-los, ainda assim sentem-se seguras para utilizá-los em seus partos, sobretudo em função do que proporcionam: menos intervenções durante o trabalho de parto, além da redução do medo e da ampliação da autoconfiança e a satisfação da mulher recuperando seu protagonismo no parto. **Conclusão:** O conhecimento das gestantes é superficial devido ao assunto não ser abordado nas consultas pré-natais pelos profissionais, e após obterem o conhecimento as gestantes se sentem seguras e motivadas para utilizar alguns métodos não farmacológicos durante o trabalho de parto. Estes métodos proporcionam alívio da dor durante este processo e fazem com que o processo de parturição seja mais humanizado, evitando o uso de procedimentos invasivos fazendo com que a mulher seja a protagonista deste momento. O medo da dor no trabalho de parto é um fator que influencia a decisão da mulher na escolha da via de parto, aumentando as taxas de parto cesárea no Brasil. A dor estará presente no momento do trabalho de parto e, embora definida como uma experiência sensorial e emocional desagradável geralmente associada ao potencial dano, com a utilização dos métodos não farmacológicos, a dor nem sempre significará sofrimento. **Implicações para Enfermagem:** O enfermeiro no seu papel de educador, principalmente nas técnicas de relaxamento para melhorar a dor das contrações, através do apoio ofertado à parturiente, acompanhante e equipe multiprofissional, viabiliza a segurança e a satisfação da mulher no seu processo de parturição, proporcionando uma melhor assistência à paciente.

Palavras-chave: Dor; Gestação; Métodos Não Farmacológicos; Trabalho de Parto.