

Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio da dor durante o parto normal

Scientific evidence on non-pharmacological methods for relief of labor pain

Evidencia científica sobre métodos no farmacológicos para el alivio del dolor durante el parto vaginal

Recebido: 22/10/2023 | Revisado: 02/11/2023 | Aceitado: 02/11/2023 | Publicado: 05/11/2023

Maria Fernanda Ribeiro

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8525-4183>
Faculdade de Medicina de Itajubá, Brasil
E-mail: mfernandari19@gmail.com

Yasmin Vieira Leal

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-4131-4501>
Faculdade de Medicina de Itajubá, Brasil
E-mail: yasminestude@hotmail.com

Drauzio Oppenheimer

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1897-9635>
Faculdade de Medicina de Itajubá, Brasil
E-mail: drauzio.oppenheimer@fmit.edu.br

Resumo

Introdução: O parto normal é um processo de nascimento no qual possui diversas vantagens tanto para a mãe quanto para o bebê. Entretanto, a dor associada, frequentemente, desencoraja gestantes a optarem por essa via de parto. Ademais, o medo de complicações e as preferências individuais das mães contribuem para o aumento das taxas de cesárea eletiva. Mas, visando promover o parto natural, reduzir a ansiedade e, principalmente, a dor, as terapias não farmacológicas têm ganhado crescente aceitação, eles oferecem um atendimento abrangente, almejando humanizar o processo e permitindo um parto com o mínimo de intervenções possíveis. **Objetivo:** Analisar a eficácia de métodos não farmacológicos na redução da dor do parto normal. **Métodos:** Esta pesquisa é uma revisão bibliográfica integrativa que se concentra na avaliação de artigos, teses e estudos já publicados em revistas científicas dos últimos 10 anos, com o propósito de examinar a eficácia dos procedimentos não farmacológicos para alívio da dor durante o parto vaginal. **Resultados:** Foram selecionados 10 artigos na qual a maioria (70%) adotou o delineamento de ensaios clínicos randomizados e para medir a intensidade da dor, a Escala Visual Analógica foi amplamente empregada. Dentre os métodos não farmacológicos destacam-se, entre as mais frequentes, a acupuntura e suas variações. **Conclusão:** Conclui-se que todas as abordagens não farmacológicas analisadas, demonstraram importante eficácia no decréscimo da dor durante o trabalho do parto, entretanto, não se pode classificar qual o melhor, tendo em vista que não houve diferença significativa entre eles.

Palavras-chave: Gestantes; Trabalho de parto; Dor do parto; Analgesia; Não farmacológico.

Abstract

Introduction: Normal childbirth is a birth process in which it has several advantages for both mother and baby. However, the associated pain often discourages pregnant women from opting for this mode of delivery. In addition, the fear of complications and the individual preferences of mothers contribute to the increase in elective cesarean section rates. However, in order to promote natural childbirth, reduce anxiety and, especially, pain, non-pharmacological methods have gained increasing acceptance, they offer comprehensive care, aiming to humanize the process and allow a delivery with as few interventions as possible. **Objective:** To analyze the efficacy of non-pharmacological methods in reducing pain during normal childbirth. **Methods:** This research is an integrative literature review that focuses on the evaluation of articles, theses and studies already published in scientific journals in the last 10 years, with the purpose of examining the efficacy of non-pharmacological methods for pain relief during vaginal delivery. **Results:** A total of 10 articles were selected, in which the majority (70%) adopted the design of randomized clinical trials, and to measure pain intensity, the Visual Analogue Scale was widely used. Among the nonpharmacological methods, acupuncture and its variations stand out among the most frequent. **Conclusion:** It is concluded that all the non-pharmacological methods analyzed demonstrated important efficacy in reducing pain during labor, however, it is not possible to classify which one is the best, since there was no significant difference between them.

Keywords: Pregnant; Labor; Labor pain; Analgesia; Non-pharmacological.

Resumen

Introducción: El parto normal es un proceso de parto en el que tiene varias ventajas tanto para la madre como para el bebé. Sin embargo, el dolor asociado a menudo desalienta a las mujeres embarazadas a optar por este modo de parto. Además, el miedo a las complicaciones y las preferencias individuales de las madres contribuyen al aumento de las tasas de cesáreas electivas. Sin embargo, con el fin de promover el parto natural, reducir la ansiedad y, especialmente, el dolor, los métodos no farmacológicos han ganado cada vez más aceptación, ofrecen una atención integral, con el objetivo de humanizar el proceso y permitir un parto con la menor cantidad de intervenciones posibles. **Objetivo:** Analizar la eficacia de los métodos no farmacológicos en la reducción del dolor durante el parto normal. **Métodos:** Esta investigación es una revisión integradora de la literatura que se centra en la evaluación de artículos, tesis y estudios ya publicados en revistas científicas en los últimos 10 años, con el propósito de examinar la eficacia de métodos no farmacológicos para el alivio del dolor durante el parto vaginal. **Resultados:** Se seleccionaron un total de 10 artículos, en los cuales la mayoría (70%) adoptó el diseño de ensayos clínicos aleatorizados, y para medir la intensidad del dolor se utilizó ampliamente la Escala Visual Analógica. Entre los métodos no farmacológicos, la acupuntura y sus variantes destacan entre los más frecuentes. **Conclusión:** Se concluye que todos los métodos no farmacológicos analizados demostraron una eficacia importante en la reducción del dolor durante el trabajo de parto, sin embargo, no es posible clasificar cuál es el mejor, ya que no hubo diferencia significativa entre ellos.

Palabras clave: Embarazada; Trabajo; Dolor de parto; Analgesia; No farmacológico.

1. Introdução

O parto normal (PN) consiste em um nascimento natural no qual se faz necessários fatores como a estática fetal para que ele ocorra sem intercorrências. Pode-se listar diversas vantagens, como por exemplo menor risco de complicações cirúrgicas, redução do período de hospitalização, melhoria da microbiota intestinal, menor dor no pós parto, entre outras. Outrossim, há vantagens também para o bebê, nas quais incluem maior vínculo materno-fetal, menos risco de problemas respiratórios, benefícios para o sistema imunológico e melhor adaptação ao ambiente externo.

A dor durante o PN é historizada desde os primórdios, e tem total ligação com as progressistas contrações para que o feto esteja em uma posição adequada para seu nascimento. Porém, atrelado a tensão, a dor frequentemente dissuade várias gestantes de escolher o parto vaginal. Dessa forma, o receio em relação a possíveis complicações e a preferência das mães são fatores significativos, contribuindo para o crescimento das taxas de cesariana opcional. Segundo os últimos dados de 2021 da Organização Mundial da Saúde (OMS), a taxa de parto cirúrgico no Brasil é alta em comparação às recomendações. Em muitos hospitais e clínicas, os índices de cesáreas superam 50% de todos os partos, o que estava bem acima do limite de 15% a 20% recomendado pela OMS.

Em virtude da opinião pública e principalmente dos consumidores dos serviços de saúde, bem como ao surgimento de novas descobertas, a área da obstetrícia vem passando por transformações substanciais recentemente. Isso inclui uma crescente priorização da promoção e da restauração das características naturais e fisiológicas da evolução de parto e nascimento. Partindo dessa premissa, visando incentivar o parto natural, diminuir a ansiedade e principalmente a dor durante o nascimento, cada vez mais crescem métodos não farmacológicos (MNFs) como uma alternativa para trocar ou complementar a analgesia durante o parto.

Os MNFs surgem com diversas vantagens, que vão desde possibilidades individualizadas para cada paciente, até a desnecessidade de equipamentos sofisticados para que sejam realizados, fazendo assim com que seu custo seja reduzido. Afortunadamente, existem diversas técnicas não medicamentosas capazes de oferecer melhor conforto para as gestantes, dentro delas estão hidroterapia, auriculoterapia, técnicas de respiração, musicoterapia, aromaterapia, massagem sacral e gelo no ponto Hoku. Dessa forma, as abordagens não medicamentosas oferecem às gestantes uma assistência abrangente e personalizada durante o parto, com o objetivo de humanizar o atendimento, prevenir a mortalidade materna e perinatal, e possibilitar o parto com intervenções mínimas.

O propósito desta revisão de literatura é conduzir uma análise abrangente e atualizada sobre a eficácia de abordagens não farmacológicas para aliviar a dor no parto. Ao examinar estudos e pesquisas pertinentes, busca-se identificar as práticas mais

eficazes e avaliar o sucesso de cada uma delas. Com o intuito fornecer um maior nível de informação às futuras mães, promovendo, assim, um ambiente mais humanizado.

2. Metodologia

A presente pesquisa constitui uma revisão bibliográfica integrativa que se baseia na avaliação de artigos, dissertações e trabalhos previamente divulgados em publicações de natureza científica, a fim de abordar a questão relativa à eficácia das técnicas não farmacológicas para o alívio da dor durante o processo de parto natural.

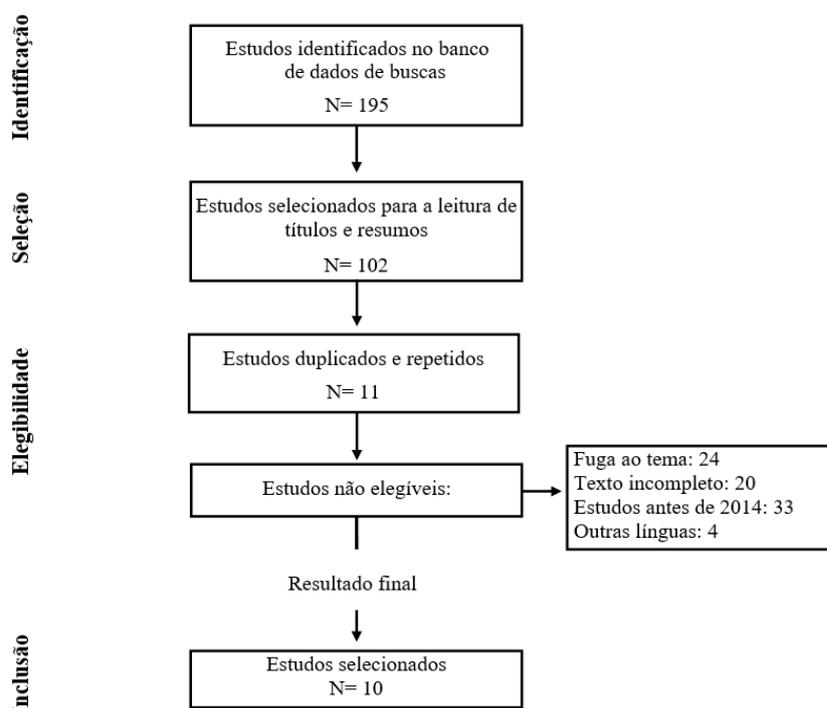
A revisão narrativa foi conduzida em 6 fases para melhor estratégia de organização, listadas a seguir: 1) identificar um problema relevante na atualidade; 2) elaboração de táticas para levantamento de informações; 3) selecionar os métodos não medicamentosos relevantes para o estudo; 4) categorização dos estudos; 5) análise e comparação de dados do material selecionado; 6) síntese da revisão integrativa (Anima, 2014).

Este estudo segue as diretrizes de uma revisão integrativa com uma abordagem qualitativa e descritiva. Para a elaboração, utilizou-se a estratégia PICO, acrônimo para População, Intervenção, Comparação e Resultado. Observa-se o P: “Mulheres em evolução de parto”; I: “Métodos não farmacológicos”; C: “Comparação da eficácia dos métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto”; O: “Esclarecer quais intervenções não farmacêuticas possuem real sucesso para redução da dor e promover o trabalho de parto vaginal para minimizar os riscos para a mãe e o bebê”. Assim, a questão central que direcionou o estudo foi formulada para orientar a busca na base de dados: “Quais são as principais técnicas não medicamentosas que possuem eficiência para o alívio da dor em mulheres no trabalho de parto vaginal?”.

Para selecionar e qualificar materiais sobre a temática, foi realizada uma pesquisa na base de dados, como MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online), o Portal Regional da BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SCIELO (Biblioteca Eletrônica Científica Online), CINAHL (National Library of Medicine, Cumulative Index to Nursing & Allied Health Literature) e o BIREME (Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde composto pela Organização Pan-Americana da Saúde / Organização Mundial da Saúde – OPAS/OMS), por ter uma grande quantidade de trabalhos publicados de uma forma gratuita, online e rápida. Dessa maneira, foram selecionados descritores diversos no Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) e na Terminologia CINAHL, sendo eles: “Gestantes”, “Mulheres grávidas”, “Trabalho de parto”, “Parto normal”, “(NOT) farmacoterapia”, “Terapia complementar”, “Dor obstétrica”, “Musicoterapia”, “Hidroterapia”, “Auriculoterapia”, “Acupressão”, “Termoterapia”, “Aromaterapia”, “Crioterapia” e “Reflexologia”. Além disso, foram utilizados os operadores booleanos “AND” e “OR” para aqueles termos que juntaram e “NOT” para aqueles excluídos. Os artigos apresentados foram escolhidos para verificar o conteúdo e analisar se as informações serão pertinentes à pesquisa.

Foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão para selecionar os artigos. Os critérios de inclusão na coleta de material foram os trabalhos que incluíssem os descritores e palavras chaves, artigos publicados no período de até 9 anos (entre 2014 e 2023) e aqueles nos idiomas português, inglês e espanhol. Por fim, os critérios de exclusão foram os métodos farmacológicos para analgesia no trabalho de parto, artigos publicados anteriormente a 10 anos e em idiomas diferentes do português, inglês e espanhol, a fim de selecionar as melhores informações para a coleta de dados. É notório observar que a Figura 1, mostra a metodologia aplicada para a seleção dos artigos.

Figura 1 - Seleção dos documentos para esta revisão.



Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Diante a da seleção das publicações identificados aproximadamente 195 estudos disponíveis relacionados à temática, com a maioria deles concentrada no PubMed, seguido do Scielo e Google Acadêmico da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Na sequência do processo de seleção, 102 artigos foram identificados como relevantes, ao passo que 11 foram excluídos devido serem estudos repetidos. Posteriormente, realizou-se uma leitura minuciosa dos artigos, com uma revisão cuidadosa dos critérios de inclusão e exclusão, resultando na não utilização de artigos, seja por não cumprirem os critérios de inclusão. Desta forma, 10 artigos foram escolhidos para análise final, servindo como base para a presente revisão. Após a seleção dos artigos, foi conduzido um processo de fichamento das obras selecionadas a fim de extrair as informações mais pertinentes para a coleta de dados. A Figura 1 apresenta um fluxograma conciso do processo de busca e seleção dos artigos.

3. Resultados

A maioria (70%) dos artigos adotou o delineamento de ensaios clínicos randomizados (ECR). Essa abordagem demonstrou ser altamente apropriada para avaliar os efeitos e a efetividade de intervenções específicas, que desempenham um papel fundamental na pesquisa médica, fornecendo evidências confiáveis para determinar a eficácia e segurança de intervenções médicas, melhorando assim o cuidado com a saúde e a qualidade de vida dos pacientes. Apesar das diversas variações em sua execução, esses estudos em geral seguiram um padrão comum, recrutando parturientes com risco obstétrico habitual, sem patologias associadas e no estágio ativo do trabalho de parto.

Para medir o nível da dor, a Escala Visual Analógica (EVA) de dor foi amplamente empregada como uma ferramenta de avaliação, o que também permitiu monitorar a progressão dos sintomas ao longo do tempo. No que diz respeito às Modalidades Não Farmacológicas (MNFs) utilizadas, a acupuntura

Da compilação dos estudos investigados, nove deles foram escolhidos na literatura para fundamentar o referencial teórico desta pesquisa. A seleção privilegiou materiais de maior abrangência e atualização no que diz respeito à análise de métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto, conforme demonstrado de maneira detalhada no

Quadro 1. e suas principais flutuações (acupressão e auriculoterapia) se destacaram entre as intervenções mais frequentes (40%).

Quadro 1 - Descrição dos artigos selecionados.

Número	Pesquisa	Autoria e ano de publicação	Tipo de estudo	Idioma	Resultado
1	Efeitos da acupuntura no trabalho de parto.	Joyce Ibiapina de Vasconcelos et al. (2023)	Revisão integrativa da literatura	Português	A prática da acupuntura apresentou vantagens, tais como a diminuição da dor, a prevenção de complicações obstétricas, a diminuição das taxas de cesariana, a redução do tempo de trabalho de parto e a minimização do sangramento após o parto.
2	Birthing ball for reducing labor pain: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.	Jessica Grenvik et al. (2021)	Revisão sistemática e metanálise de ensaios clínicos randomizados	Inglês	A utilização da bola de parto reduziu a dor. Contudo, não gerou diferenças estatisticamente relevantes nas taxas de partos vaginais naturais, partos assistidos, partos por cesariana ou na incidência de lacerações perineais.
3	The effect of sacral massage on labor pain and anxiety: A randomized controlled trial.	Semra Akkoz Çevik et al. (2019)	Estudo experimental randomizado	Inglês	Houve redução da dor e ansiedade durante o TP. Grande satisfação para as gestantes.
4	Hydrotherapy in the 1st stage of labor and its pain relief effects: a scoping review.	Felipa Lopes et al. (2019)	Revisão de escopo	Inglês	A análise realizada enfatiza a importância da hidroterapia como um recurso significativo no controle da dor durante o trabalho de parto.
5	Effectiveness of auricular therapy on labor pain: a randomized clinical trial.	Mahboubeh Valiani et al. (2018)	Estudo experimental randomizado	Inglês	O estudo estatístico revelou que o grau de dor durante o trabalho de parto no grupo que recebeu a intervenção de auriculoterapia foi de maneira significativa menor em comparação ao grupo controle (GC). Além da diminuição da duração do primeiro e segundo estágio do parto.
6	The effect of ice pressure applied on large intestinal 4 on the labor pain and labor process.	Emine Yildirim et al. (2018)	Estudo experimental randomizado	Inglês	Os resultados indicam que a massagem com gelo na região 4 do intestino grosso foi eficaz após 80 minutos. Além disso, tem diminuição da duração do trabalho de parto.
7	Effectiveness of breathing exercises during the second stage of labor on labor pain and duration: a randomized controlled trial.	Hilal Yuksel et al. (2017)	Estudo experimental randomizado e controlado	Inglês	O período de expulsão foi significativamente mais curto, e os níveis de dor mostraram uma redução estatisticamente significativa ($p < 0,05$) em comparação com o grupo controle (GC).
8	The effects of acupressure on labor pains during child birth: randomized clinical trial.	Reginaldo Roque Mafeton et al. (2016)	Ensaio clínico randomizado	Inglês	Os resultados deste estudo demonstraram que a acupressão no ponto BP6 pode ser usada como um método complementar e não invasivo para aliviar a dor durante a fase ativa do trabalho de parto, sem causar efeitos prejudiciais para a mãe ou para o recém-nascido.
9	Complementary and alternative therapies to relieve labor pain: A comparative study between music therapy and Hoku point ice massage.	Faranak Safdari Dehcheshmeh et al. (2015)	Estudo experimental randomizado	Inglês	Os escores de dor foram de maneira significativa, menores ($p < 0,05$) nos grupos de musicoterapia e crioterapia comparado ao grupo controle (GC), com sucesso semelhante entre si.
10	The effect of lavender aromatherapy on pain perception and intrapartum outcome in primiparous women.	Maasumeh Kaviani et al. (2014)	Estudo experimental randomizado	Inglês	A intensidade da dor no grupo de aromaterapia foi menor ($p < 0,001$) que a do grupo controle (GC), porém sem redução no TP.

Fonte: Descrição dos artigos selecionados (2023)

4. Discussão

As atividades com a bola suíça envolvem o uso de bolas de exercício de forma esférica, nas quais as gestantes se assentam durante o trabalho de parto, realizando diversos movimentos, como balanços para frente e para trás e rotações pélvicas. Essas atividades são destinadas a proporcionar maior conforto às gestantes, promover a ampliação da saída pélvica e facilitar o progresso do trabalho de parto em mulheres que não receberam anestesia epidural. Houve uma redução estatisticamente significativa da intensidade da dor do parto em 1,70 pontos no grupo que utilizou a bola de parto em comparação com o grupo controle. No entanto, o emprego da bola de parto em comparação com a sua não utilização não resultou em diferenças estatisticamente significativas nas taxas de parto vaginal espontâneo, parto vaginal assistido, parto por cesárea ou ocorrência de lacerações perineais.

A acupuntura, originária da China e praticada por milênios, é uma terapia tradicional que busca tratar diversas condições médicas. Nesse método, agulhas finas são inseridas em pontos específicos do corpo, chamados pontos de acupuntura, com o objetivo de estimular a energia vital conhecida como “qi” ou “chi” e reequilibrar a energia do corpo. A acupuntura é comumente empregada para aliviar dores, abordar questões de saúde física e mental e promover o bem-estar geral. É uma técnica que engloba também outras vertentes como a auriculoterapia e a acupressão. Tendo isso em vista, cada vez mais a acupuntura e suas vertentes são utilizadas como método alternativo para auxiliar nas complicações no parto normal.

Estudos mostraram que com a utilização da acupuntura é viável para a aplicação durante o acompanhamento do TP, com resultados favoráveis que incluem a diminuição da dor, a redução de complicações obstétricas, a menor necessidade de cesarianas, a abreviação da duração do trabalho de parto e a redução do sangramento pós-parto, em comparação com gestantes que não utilizam dessa técnica.

A auriculoterapia é uma prática complementar e integrativa de saúde que conecta a reflexologia e acupuntura que baseiam na estimulação de pontos específicos na orelha externa, pontos auriculares, microssistema que cada um dos seus pontos estão associados a um órgão ou região corporal, com a finalidade de aliviar diversos sintomas e melhorar o bem estar das pessoas. Os estudos indicaram que a intervenção de auriculoterapia resultou em uma redução da intensidade da dor das participantes durante as diversas fases do trabalho de parto. Além disso, segundo os resultados do estudo, o uso da auriculoterapia demonstrou uma diminuição da duração média tanto do primeiro quanto do segundo estágio do parto, mas não teve diferença no terceiro estágio. Considerando que a auriculoterapia é uma modalidade relacionada à acupuntura e reflexologia, este método também parece resultar na redução dos níveis de adrenalina e noradrenalina, ao mesmo tempo em que promove o aumento de endorfinas e da ocitocina, contribuindo para a regulamentação das contrações uterinas, o que pode efetivamente encurtar a duração do trabalho de parto.

A acupressão envolve a aplicação de pressão na superfície do corpo, seja de maneira ampla por meio de massagem geral, ou focalizada em pontos específicos, capazes de ativar fibras nervosas que mandam impulsos até a medula espinhal. O ponto de Hoku está localizado entre o primeiro e segundo ossos metacarpais radial da mão. Os artigos evidenciam que a massagem no gelo do ponto de Hoku teve importante redução das sensações de dor e encurtamento do trabalho de parto, em média, uma hora a menos comparado ao grupo controle, entretanto não controlou totalmente a dor. Ademais, outros estudos demonstraram que a acupressão no ponto BP6 e na região 4 do colo grosso pode ser usada como um método complementar.

Durante o trabalho de parto, a massagem sacral teve diminuição notável na dor e ansiedade, aumentando a satisfação e conforto. Ademais, é necessário relatar que não houve nenhum efeito colateral ao fetal durante o procedimento.

Foi possível identificar os efeitos da hidroterapia no alívio da dor durante o primeiro estágio do trabalho de parto. No que diz respeito à hidroterapia na forma de ducha terapêutica, os resultados apontaram para a rápida redução da dor, embora de curta duração, sua facilidade de aplicação, ausência de efeitos colaterais associados e disponibilidade sem necessidade de treinamento prévio. Adicionalmente, o estudo destacou um impacto positivo nas respostas neuroendócrinas que influenciam o

processo psicofisiológico do trabalho de parto, incluindo uma significativa diminuição da ansiedade e dos níveis de cortisol, bem como um aumento das beta endorfinas. Visando fornecer assistência de qualidade às parturientes, respeitando suas preferências e fundamentando-se na melhor evidência científica disponível, a revisão realizada sublinha que a hidroterapia representa um recurso de grande importância no manejo da dor durante o trabalho de parto. No entanto, é relevante mencionar que as características da intervenção, sua duração e os métodos de avaliação variam entre os estudos analisados.

Um ensaio clínico randomizado evidenciou que as técnicas de respiração resultaram na redução da percepção da dor e no tempo de trabalho de parto. O maior sucesso da técnica é durante o período de expulsão, pois os exercícios de inspiração e expiração induzem o relaxamento e controle sobre o seu corpo.

A musicoterapia tem sucesso no alívio da dor, relaxamento e conforto das gestantes. As principais músicas escolhidas por elas foram músicas religiosas e agitadas, sendo a música do estilo específico turco tem menor nível de dor e ansiedade com progressão do parto mais rápido.

Além disso, comparando um estudo comparou a massagem no ponto de Hoku com a musicoterapia e evidenciou que ambos têm efeito semelhante no alívio da dor no TP.

Por fim, a aromaterapia garante um ambiente mais tranquilo emocionalmente além do fortalecimento respiratório e imunológico. O estudo aplicou óleo de lavanda 0,1 ml junto com 1 ml de água destinada em panos e colocaram nas narinas das grávidas. As mulheres pertencentes ao grupo submetido à aromaterapia de lavanda relataram uma menor intensidade da dor durante o trabalho de parto após 30 a 60 minutos da aplicação. No entanto, essa técnica não demonstrou eficácia na influência da duração do parto, no tipo de parto e nas fases do parto.

5. Conclusão

A implementação dos procedimentos previamente mencionados contribui para fornecer apoio e manter a dor sob controle para a grávida. É essencial destacar que todos os MNFs analisados demonstraram uma redução consistente nos escores de desconfortos físicos, com resultados bastante similares aos registrados na EVA. É relevante enfatizar que a melhor seleção deve ser baseada nas necessidades e preferências de cada mulher, do objetivo do cuidado, natureza da dor, profissionais qualificados e serviços disponíveis. Ademais, essas técnicas podem ser planejadas e avaliadas pelo ginecologista obstétrico para melhor aplicação e experiência do parto mais humanizado, além de contribuir na redução das taxas de cesariana.

Nesta revisão de literatura em questão, as terapias não medicamentosas para alívio da dor na evolução de parto são abordadas minuciosamente, fornecendo uma análise ampla e abrangente sobre a definição, eficácia e benefícios para a mulher e o bebê de cada um dos métodos. Este tipo de pesquisa desempenha um papel fundamental em fornecer informações essenciais para gestantes, profissionais de saúde e toda a comunidade médica.

Esse enfoque de pesquisa ajuda as mulheres grávidas a tomar decisões informadas sobre a diminuição da dor durante o parto. Oferece uma visão detalhada das opções disponíveis que não envolvem o uso de medicamentos, permitindo que as futuras mães escolham a abordagem que melhor se adapte às suas preferências e necessidades. Ademais, é importante entender proporciona melhor apoio e respeito ao parto humanizado, base para desenvolvimento de diretrizes clínicas e protocolos de assistência ao parto melhorados, diminuição do uso de medicamento durante o trabalho de parto, evitando potenciais efeitos colaterais e complicações associadas e por último, estimula mais estudos e pesquisas nesse campo aprimorando constantemente as opções de tratamento disponíveis, beneficiando as grávidas, os bebês, os profissionais de saúde e a área da saúde como um todo.

Referências

- Angelo P. H., Ribeiro K. C., Lins L. G., Rosendo A. M., Sousa V. P., & Micussi M. T. (2016) *Recursos não farmacológicos: atuação da fisioterapia no trabalho de parto, uma revisão sistemática. Fisioterapia Brasileira*. 17(3):285-292. https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/04/882482/recursos-nao-farmacologicos-atuacao-da-fisioterapia-no-trabalho_zEQq7gA.pdf
- Anima. (2014). Manual revisão bibliográfica sistemática integrativa: a pesquisa baseada em evidências. *Grupo Anima*. https://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2019/06/manual_revisao_bibliografica-sistemática-integrativa.pdf
- Brasil. Ministério da Saúde. (2011). *Institui no âmbito do Sistema Único de Saúde - SUS - a Rede Cegonha. Diário Oficial da União*, Poder Executivo, Brasília, DF, n. 121, 27 jun. 2011. Seção 1, p. 109.
- Dehcheshmeh, S. F., & Rafiei, Hossein. (2015, Novembro). Complementary and alternative therapies to relieve labor pain: A comparative study between music therapy and Hoku point ice massage. *Complementary, Therapies in Clinical Practice*, 21, 229-323. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2015.09.002>
- Diniz, C. S. G. (2005). Humanização da assistência ao parto no Brasil: os muitos sentidos de um movimento. *Ciência & Saúde Coletiva*, 10(3), 627-637. 10.1590/S1413-81232005000300019. <https://www.scielo.br/j/csc/a/JQVbGPcVFfy8PdNkYgJ6ssQ/?format=pdf&lang=pt>
- Fagundes, A., Pádua, K. S., Osís, M. J. D., Cecatti, J. G., & Souza, M. H. (2004). Opinião de mulheres e médicos brasileiros sobre a preferência pela via de parto. *Revista de Saúde Pública*, 38(4), 488-494. 10.1590/S0034-89102004000400002.
- Grenvik, M. J., Ronsenthal, E., Wey, S., Saccone, G., Vivo, V., Prisco, A., García, D. E. B., & Berghella, V. (2021). Birthing ball for reducing labor pain: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 35, 5184-5193. <https://doi.org/10.1080/14767058.2021.1875439>
- Hotimsky, S. N., & Schraiber, L. B. (2005). Humanização no contexto da formação em obstetrícia. *Ciência & Saúde Coletiva*, 10(3), 639-649.
- Kaviani, M., Azima, S., Alavi, N., & Tabaei, H. M. (2014). The effect of lavender aromatherapy on pain perception and intrapartum outcome in primiparous women. *British Journal of Midwifery*, 22. <https://doi.org/10.12968/bjom.2014.22.2.125>
- Karaduman, S., & Çevik, A. S. (2019). The effect of sacral massage on labor pain and anxiety: A randomized controlled trial. *Japan Journal of Nursing Science*, 17(1), e12272. <https://doi.org/10.1111/jjns.12272>
- Lopes, F., Tereso, A., Curado, A. M., Bértolo, H., Carvalho, L., & Guterres, R. (2019). Hydrotherapy in the 1st stage of labor and its pain relief effects: a scoping review. *Annals of Medicine*, 51(1), 207. <https://doi.org/10.1080/07853890.2018.1560167>
- Mafetoni, R. R., Rodrigues, H. M., Silva, B. M. F., Jacob, S. M. L., & Shimo, K. K. A. (2019). Effectiveness of auricular therapy on labor pain: A randomized clinical trial. *Texto & Contexto- Enfermagem*, 28, e20180110. <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2018-0110>
- Mafetoni, R. R., & Shimo, K. K. A. (2016). The effects of acupressure on labor pains during child birth: randomized clinical trial. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 24, e2738. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.0739.2738>
- Miranda, M. M. (2002). O parto como eu vejo... ou o parto como eu desejo? Expectativas de gestantes, usuárias do SUS, acerca do parto e da assistência obstétrica. *Cadernos de Saúde Pública*, 18(5), 1303-1311. <https://www.scielo.br/j/csp/a/hsgDPkmH7n3d4BHQB69Tk3H/?format=pdf&lang=pt>
- Nascimento, N. M., Progianti, J. M., Novoa, R. L., Oliveira, T. R., & Vargens, O. M. C. (2010). Tecnologias não invasivas de cuidado no parto realizadas por enfermeiras: a percepção de mulheres. *Esc. Anna Nery*, 14(3), 456-461.
- Patah, L. E. M., & Malik, A. M. (2011) Modelos de assistência ao parto e taxa de cesárea em diferentes países. *Revista de Saúde Pública*, 45(15188787), 185-194. <https://www.scielo.br/j/rsp/a/rMnhFmBRjDPQhksV3HBgQYH/?format=pdf&lang=pt>
- Silveira, S. C., Camargo, B. V., & Crepaldi, M. A. (2010). Assistência ao parto na maternidade: representações sociais de mulheres assistidas e profissionais de saúde. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23(1), 1-10. <https://www.scielo.br/j/prc/a/MDwjZz9qf3P5KyWKNPbVDsC/?format=pdf&lang=pt>
- Trapani, A., Faust, L. W., & Trapani, T. F. (2018). Cesárea: indicações. SP, Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO) (Protocolo FEBRASGO-Obstetrícia, No 106/Comissão Nacional Especializada em Assistência ao Abortamento, Parto e Puerpério). https://amb.org.br/files/_BibliotecaAntiga/cesariana-indicacoes.pdf
- Vasconcelos, I. J., Falcão, A. B., Lima, S. E. A., Granjeiro, F. M., Carvalho, N. R., & Araújo, V. R. (2023). Efeitos da acupuntura no trabalho de parto. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 23 (4), 1-10. <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/12354/7402>
- Yildirim, E., Alan, S., & Gokyildiz, S. (2018). The effect of ice pressure applied on large intestinal 4 on the labor pain and labor process. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 32, 25-31. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.02.015>
- Yuksel, H., Cayir, Y., Kosan, Z., & Tastan, K. (2017). Effectiveness of breathing exercises during the second stage of labor on labor pain and duration: a randomized controlled trial. *Journal of Integrative Medicine*, 15, 456-461. [https://doi.org/10.1016/S2095-4964\(17\)60368-6](https://doi.org/10.1016/S2095-4964(17)60368-6)