

O USO DE MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS NO ALÍVIO DA DOR DURANTE O TRABALHO DE PARTO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Mayara del Aguilal Santos¹; Jaqueline Cardoso Marcena²; Valéria Vitorino de Souza¹

¹Graduação, ²Especialização
Faculdade Metropolitana da Amazônia (FAMAZ)
mayaraguilal@gmail.com

Introdução: A maternidade é um importante evento na vida da mulher, para a qual seu corpo está fisiologicamente preparado. Porém, esse evento parece predispor ao aparecimento de transtornos emocionais, podendo ser, por exemplo: depressão, psicose puerperal, mudanças de humor e principalmente ansiedade. O parto, como episódio fisiológico, representa o ápice dos fenômenos bioquímicos, porém, para a mulher, extrapola e torna-se um evento psicoemocional, existencial, significando a transcendência, ou seja, a superação dos próprios limites. Promover o conforto e a satisfação da mulher neste momento está entre as tarefas mais importantes dos profissionais de saúde, nomeadamente dos enfermeiros, que devem valorizar o parto fisiológico e o uso adequado de tecnologias, dando primazia à assistência humanizada, que respeite a individualidade e autonomia de cada mulher. As estratégias não farmacológicas, ajudam a diminuir a dor e evitam intervenções invasivas, além de proporcionar conforto. Tais métodos baseiam-se em conhecimentos estruturados, contudo, não necessitam de equipamentos sofisticados e são de grande valia para a prática obstétrica, sendo eficazes ao proporcionar a autonomia da mulher frente à parturição, ao facilitar a interação profissional-acompanhante-parturiente, além de seu importante papel no alívio das dores do trabalho de parto, quebrando, desta maneira, o ciclo de medo, tensão e dor, altamente prejudicial para o evento. **Objetivos:** Relatar uma experiência vivenciada com parturientes em um hospital materno-infantil. **Descrição da Experiência:** O estudo é considerado descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência. Foi realizado pelas acadêmicas do curso de enfermagem da Faculdade Metropolitana Amazônia (FAMAZ) em um hospital materno infantil de referência situado na região metropolitana de Belém-Pa, durante o período de estágio nos meses de abril e maio do ano de 2016. No decorrer desta vivência puderam ser observadas reações excessivamente expressivas das parturientes frente à dor do trabalho de parto. Durante o estágio observamos o perfil de cada paciente, como a idade e todo seu histórico. Foram aplicadas técnicas de alívio da dor através dos materiais que o hospital disponibilizava como a bola de parto, o banho de aspersão, o uso da barra de Ling, o uso do arco, musicoterapia e outras que eram possíveis sem a necessidade do uso de materiais do hospital como, por exemplo, a massagem conforto, técnicas de respiração e o apoio contínuo. Atentamos para a reação de cada parturiente diante da aplicação dos métodos não farmacológicos, desde o sua admissão até, caso fosse possível, o momento do parto. Foram realizadas diversas orientações durante o trabalho de parto e após o parto, sempre tentando evitar o uso de técnicas invasivas que resultariam na maioria das vezes em malefícios para a gestante e o bebê. Essas orientações e demonstrações de técnicas para o alívio da dor também foram dirigidas aos acompanhantes, pois muitos encontravam-se nervosos e ansiosos, relatando não saber o que fazer diante da situação. **Resultados:** Muitas pacientes admitidas nesse hospital eram menores de idade e/ou primíparas, o que contribuiu para um depósito de confiança muito grande nos profissionais. O que nos fez por vezes assistirmos o trabalho de parto de algumas além do horário estabelecido para o estágio. As técnicas demonstradas e orientadas foram bem aceitas pelas pacientes, porém não fazia o mesmo efeito para todas, pois o que vivenciamos foram características de dor bastante singular. Dentre os métodos utilizados o que mais se destacou foi a deambulação,

o uso da barra de Ling e o banho de aspersão. A musicoterapia foi considerada por muitas, algo que não fez diferença, causando irritabilidade em algumas, tendo menor adesão do método. Quanto a posição, a mais utilizada durante o período expulsivo é a ginecológica, pois várias parturientes desconhecem as demais posições existentes e possíveis para ter o bebê. Percebemos também a falta de humanização por parte de alguns profissionais contribuindo para a prática da violência obstétrica. O sentimento de gratidão das parturientes que recebiam o apoio contínuo da equipe era bem perceptível, de modo que o vínculo afetivo-profissional era estabelecido durante todo o processo de parturição, refletindo em um acompanhamento mesmo após o término do plantão. **Conclusão/ Considerações Finais:** A maioria dos métodos não farmacológicos utilizados, foram eficazes para o alívio da dor. Percebemos que a enfermagem tem importante papel neste contexto, pois são os profissionais responsáveis pelo cuidado no qual necessita ser humanizado, garantindo uma experiência menos dolorosa e mais agradável à mulher. Evidencia-se a importância de uma atenção integral e individualizada, contemplando os aspectos emocional, cultural, social e psicológico da parturiente e de sua família. Constatamos que o sentimento de medo e ansiedade está mais presente nas mulheres menores de 18 anos, talvez pela necessidade de depender de alguém. Acredita-se que independente da idade a maioria das grávidas que recebem orientações antes, durante e depois do parto, tem um trabalho de parto e parto mais tranquilo. Aplicar os métodos não farmacológicos é uma das formas de praticar a humanização nas maternidades, logo é necessário que haja um aperfeiçoamento da assistência de enfermagem relacionada a tais métodos, incentivando o parto vaginal e o nascimento seguro.

Referências:

1. Lima AA, Krey PSP. Efeitos da musicoterapia sobre a ansiedade em parturientes. Revista Eletrônica de Enfermagem do Vale do Paraíba, Vol. 1, No 06 (2014).
2. Almeida JM, Acosta LG, Pinhal MG. Conhecimento das puérperas com relação aos métodos não farmacológicos de alívio da dor do parto. Rev Min Enferm.jul/set; 19(3): 711-717.
3. Prata ARPG. Medidas não farmacológicas no alívio da dor no trabalho de parto. Relatório Final Mestrado em Enfermagem Saúde Materna, Obstetrícia e Ginecologia. Instituto politécnico de Viseu. Agosto, 2015
4. Apolinário D, Rabelo M, Wolff LDG, Souza SRRK, Leal GCG. Práticas na atenção ao parto e nascimento sob a perspectiva das puérpera. Revista Rene. 2016 jan-fev; 17(1):20-8.
5. Gayeski ME, Brüggemann OM. Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: uma revisão sistemática. Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2010 Out-Dez; 19(4): 774-82.