



A importância do pré-natal para a preparação do parto vaginal

The importance of prenatal care for the preparation of vaginal delivery

La importancia del control prenatal para la preparación del parto vaginal

Mayara Affonso São Roque¹, Bruna Fernandes Figueira Rodrigues¹, Déborah Batista de Carvalho¹, Giovana Alaluna Serafim¹, Glaziele Yumi da Silva Odawara¹, Júlia Magalhães Motta¹, Manuela Pinho Marinho Gilberto¹, Mila Schiavini Beiriz Santos¹, Thauane Barbosa da Silva¹, Kelly Paiva Guimarães Silveira¹.

RESUMO

Objetivo: Revisar na literatura científica a importância do pré natal para a preparação do parto vaginal.

Revisão Bibliográfica: O preparo da gestante para o parto é fundamental para obter um resultado satisfatório no momento do parto, de modo a proporcionar bem-estar materno fetal. Por isso, é importante, durante o pré-natal, instruir as gestantes tanto sobre as mudanças corporais e manifestações que ocorrem durante a gestação e no momento do parto, quanto às vantagens de um parto mais natural. Tais conceitos podem ser oferecidos por meio de palestras educativas, sessões de treinamento, grupos de grávidas que compartilham suas experiências e consultas com médicos e enfermeiros. Informações sobre o trabalho de parto favorecem um bom desfecho e ajudam a diminuir a incidência de complicações. **Considerações finais:** A preparação para o parto, por meio da promoção de saúde, educação, acompanhamento e aconselhamento durante o pré natal reduz as tensões e anseios referentes à concepção por via baixa. Dessa forma, a adesão ao parto vaginal aumenta e melhores desfechos são alcançados, garantindo o bom desenvolvimento do parto e protagonismo da parturiente.

Palavras-chave: Parto vaginal, Cuidados pré natal, Educação.

ABSTRACT

Objective: To review in the scientific literature about the importance of prenatal care for the preparation of vaginal delivery.

Bibliographic review: The preparation of pregnant women for delivery is essential to obtain a satisfactory result at the time of delivery, in order to provide maternal well-being. Therefore, it is important, during prenatal care, to instruct pregnant women both about body changes and manifestations that occur during pregnancy and at the time of delivery, as to the advantages of a more natural delivery. Such concepts can be offered through educational lectures, training sessions, groups of pregnant women who share their experiences and consultations with doctors and nurses. Information on labor favors a good outcome and helps to reduce the incidence of complications. **Final considerations:** Preparation for childbirth, through health

¹ Universidade de Vassouras (UV), Vassouras - RJ.

promotion, education, follow-up and counseling during prenatal care reduces tensions and longings related to low conception. Thus, the treatment of vaginal delivery increases and better outcomes are achieved, ensuring the good development of childbirth and role of the parturient.

Keywords: Vaginal delivery, Prenatal, Education.

RESUMEN

Objetivo: Revisar en la literatura científica sobre la importancia de la atención prenatal para la preparación del parto vaginal. **Revisión bibliográfica:** La preparación de las mujeres embarazadas para el parto es esencial para obtener un resultado satisfactorio en el momento del parto, con el fin de proporcionar bienestar materno. Por lo tanto, es importante, durante la atención prenatal, instruir a las mujeres embarazadas tanto sobre los cambios corporales y las manifestaciones que ocurren durante el embarazo y en el momento del parto, como sobre las ventajas de un parto más natural. Tales conceptos se pueden ofrecer a través de conferencias educativas, sesiones de capacitación, grupos de mujeres embarazadas que comparten sus experiencias y consultas con médicos y enfermeras. La información sobre el trabajo de parto favorece un buen resultado y ayuda a reducir la incidencia de complicaciones. **Consideraciones finales:** La preparación para el parto, a través de la promoción de la salud, la educación, el seguimiento y el asesoramiento durante la atención prenatal, reduce las tensiones y los anhelos relacionados con la baja concepción. Así, el tratamiento del parto vaginal aumenta y se consiguen mejores resultados, asegurando el buen desarrollo del parto y el papel de la parturienta.

Palabras clave: Parto vaginal, Prenatal, Educación.

INTRODUÇÃO

O pré-natal corresponde ao acompanhamento multiprofissional oferecido à gestante desde o momento de descoberta da gravidez até o período do trabalho de parto. Os procedimentos e exames realizados são essenciais para garantir a saúde materno fetal, bem como rastrear patologias maternas, malformações fetais, evitar complicações e reduzir riscos. Para tais fins, é essencial que durante essa fase gestacional sejam disponibilizadas à mulher informações sobre nutrição, exercícios físicos, suplementação, maternidade e, ainda, ampliar o aspecto educativo e informativo à gestante sobre a preparação psicológica e física do parto (YOHAI D, et al., 2018).

Nesse ínterim, sabe-se que o parto vaginal, por ser uma via natural e fisiológica, apresenta inúmeros benefícios para a saúde materno fetal. Dentre suas vantagens pode-se mencionar a redução do tempo de recuperação puerperal, do período de internação hospitalar, do risco de infecções, hemorragias, embolias e de óbitos maternos, ademais, pode-se mencionar o benefício do trabalho de parto na influência da liberação de ocitocina auxiliando na produção de leite e a involução uterina materna. Pode-se citar, ainda, que o contato precoce favorece a criação e fortalecimento do vínculo entre a mãe e o bebê. Já para o recém-nascido, cabe evidenciar a redução do desconforto respiratório, maior atividade ao nascer, aumento da receptividade ao toque, formação de flora intestinal, fortalecimento do sistema imune e neurológico e redução dos riscos de anemia e icterícia (QUEIROZ MVO, et al., 2008).

Desta forma, é essencial que todos esses fatores sejam explicitados para a gestante durante o pré-natal, e o parto natural, seja estimulado, tendo em vista sua segurança e vantagens. Somado a isso, faz-se necessário que durante o pré-natal, o serviço de saúde disponha de ações que permitam à mulher se preparar da melhor forma, física e psicologicamente, para o processo de um parto natural. Isso se dá por meio de ações educativas e promoção de informações sobre vias e trabalho de parto, possibilidade de entendimento sobre sua fisiologia, acompanhamento psicológico para gerenciamento do medo, ansiedade e estresse, além de formulação para um plano de parto (BALASOIU AM, et al., 2021).

Em consonância com as ações supracitadas, é imprescindível estimular e informar sobre a importância da manutenção de uma rotina de exercícios físicos, fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico e

músculos abdominais, exercícios de respiração e de relaxamento para alívio de dor, massoterapia, entre outros. Todo esse preparo auxilia a passagem do bebê no período expulsivo, diminui o tempo de expulsão, previne episiotomia e laceração vaginal, reduz a dor, melhora a respiração, auxilia no relaxamento e reduz a fadiga no trabalho de parto, colaborando para um desfecho satisfatório (GONÇALVES MF, et al., 2017).

O presente trabalho, portanto, visou elucidar o impacto do pré-natal, no qual são incluídas práticas informativas sobre a importância da saúde física e psicológica da gestante, para uma boa evolução do parto natural.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

O preparo da gestante para o parto e a maternidade são fundamentais para obter um resultado satisfatório no momento do parto e no pós parto, de modo a proporcionar bem-estar materno e o desenvolvimento saudável da criança. Nesse sentido, foram criadas práticas educativas de assistência ao pré-natal a fim de minimizar a ansiedade, o medo e a dor que acometem a gestante nesse período (RASOULI M, et al., 2016).

O parto é um evento muito esperado e, ao mesmo tempo, muito temido pelas mulheres de todo o mundo. Mesmo com o avanço da medicina obstétrica, ainda existem mitos e histórias acerca do parto, principalmente o vaginal, que afastam as gestantes de considerarem essa opção. Além disso, a falta de conhecimento da mulher sobre o parto pode levar à ansiedade e medo, acarretando a liberação de hormônios de estresse que podem provocar um parto prematuro (FIROUZBAKHT M, et al., 2015).

Por isso, é importante, durante o pré-natal, instruir as gestantes tanto sobre as mudanças corporais e manifestações que ocorrem durante a gestação e no momento do parto, quanto às vantagens de um parto mais natural em relação a um procedimento cirúrgico, tais como, recuperação mais rápida após o parto e menor índice de infecção hospitalar (QUEIROZ MVO, et al., 2008).

Ter um bom vínculo médico-paciente é essencial para a promoção da educação a respeito do parto. Todo momento com a paciente deve ser usado para esclarecimento de dúvidas sobre todo o processo, possíveis intercorrências e, ainda, informações como a percepção do início do trabalho de parto. O acompanhamento longitudinal com uma equipe profissional de confiança, demonstra uma maior adesão das gestantes ao parto por via baixa (GONÇALVES MF, et al., 2017).

Tais conceitos podem ser oferecidos por meio de palestras educativas, sessões de treinamento, aulas com perguntas e respostas, grupos de grávidas que compartilham suas experiências e consultas com médicos e enfermeiros (GUEDES CDFS, et al., 2017). Ter informações sobre o trabalho de parto favorece um bom desfecho e ajuda a diminuir a incidência de complicações. Com isso, quando mulheres têm conhecimento sobre o que está acontecendo e acontecerá com o seu próprio corpo, o medo se torna menos presente e a aderência do parto vaginal aumenta (MONTEIRO BR, et al., 2020).

A confiança materna para o parto fisiológico destaca-se como um fator importante para a evolução do parto vaginal, uma vez que envolve a crença da mulher de que o parto fisiológico pode ser alcançado como um processo natural e faz parte da capacidade inata de seu corpo. Portanto, a análise de explorar esse conceito fornece uma nova visão sobre a confiança materna para o parto e pode ser estimulada durante o período pré-natal. (SILVA MR, et al., 2020).

Nesse contexto, podemos destacar o surgimento de diversos mecanismos ao longo dos anos para beneficiar de alguma forma a preparação do parto para as gestantes, visto todos os sentimentos que desdobram esse momento e, para algumas, como as nulíparas, ainda tem a ansiedade e o medo do novo. Um ensaio controlado randomizado com a participação de 230 mulheres nulíparas ressaltou a importância da entrevista motivacional como uma ferramenta útil no incentivo das mulheres grávidas a assistir as aulas de preparação ao parto, a fim de melhorar a qualidade da assistência à gestante e os impasses inerentes a essa fase (RASOULI M, et al., 2016). Essas ferramentas proporcionam benefícios por meio da redução dos períodos de dilatação e de expulsão, além de reduzir a necessidade de medicação sedativa (SILVA MR, et al., 2013; ROCHA EPG, et al., 2021).

Outras práticas que favorecem uma boa evolução do trabalho de parto são as técnicas de respiração auxiliando na melhoria da oxigenação no momento do parto, além de interferir no alívio das dores. É comumente visto na prática obstétrica a falta de conhecimento da gestante acerca da importância e adjuvância da respiração consciente no momento do trabalho de parto ativo, principalmente, na hora das contrações uterinas, momento valioso para a expulsão do feto, que se não bem aproveitado, prolonga o trabalho de parto e o sofrimento materno-fetal. Estudos mostram que a respiração Lamaze é uma técnica de treinamento respiratório envolvendo o relaxamento muscular voluntário, respiração estruturada para ajudar a mulher a se distrair de emoções negativas e focar na sua respiração, reduzindo assim o estresse e fortalecendo sua confiança. Essa técnica de respiração tem mostrado grandes efeitos e benefícios na hora do parto, auxiliando a mulher e reduzindo o nível de dor (WU C, et al., 2021).

No entanto, não é somente à falta de ações de saúde voltada para o pré natal que limita o protagonismo da gestante sob o parto, estudos consideram que o baixo grau de escolaridade é indicado como um dos itens de avaliação até para estratificar o risco durante o pré natal, o que sinaliza a necessidade da equipe atuar de forma mais próxima para atender as demandas dessas gestantes quanto às suas dúvidas e anseios. Estudos mostram que a falta do conhecimento, além do medo da dor do parto vaginal, estão intimamente relacionados aos números de partos cesarianas, por superestimação da segurança que o uso da tecnologia oferece para a saúde materno-infantil, além do desconhecimento dos benefícios do parto vaginal, o medo do comprometimento da anatomia da vaginal e a influência de histórias familiar com experiências prévias (CARVALHO E, et al., 2019).

De acordo com um estudo feito por meio da participação de 205 gestantes que frequentaram curso de pré-natal na Romênia, com faixa etária entre 25 e 35 anos, foi verificado que 74,15% tinham ensino superior, 85,37% pertenciam a zona urbana, 82,44% eram primíparas e 63,41% pretendiam ter parto normal. Nesse cenário, destaca-se o aumento do interesse ao parto normal entre as gestantes primíparas e pelas que participaram dos cursos de educação pré-natal, demonstrando a influência do nível de escolaridade no protagonismo da escolha materna no desejo pelo parto normal, o que, infelizmente, ainda é um fator limitante na vida de muitas gestantes no Brasil (BALASOIU AM, et al., 2021).

A educação sobre como evolui o parto vaginal é imprescindível para aliviar a tensão das gestantes. O medo e a ansiedade experimentados pela mulher devido à falta de informação podem resultar na secreção de hormônios do estresse, o que aumenta a dor e os riscos de parto prematuro, de falha na progressão do trabalho de parto e de hipóxia fetal (FIROUZBAKHT M, et al., 2014). Diante do exposto, é necessário que as gestantes sejam orientadas sobre a evolução do trabalho de parto. Os profissionais de saúde devem informar sobre a anatomia e a fisiologia da gestação e do parto, assim como detalhar os sinais e sintomas que precedem o trabalho de parto e o decorrer da sua progressão, promovendo o conhecimento sobre as quatro fases: dilatação, expulsão, saída da placenta e pós parto imediato. Além disso, é indispensável a escuta ativa e humanizada das dúvidas e dos receios das mulheres, a fim de tranquilizá-las e prepará-las para o parto (SILVA EAT, 2013; ROCHA EPG, et al., 2021).

O reconhecimento do início do trabalho de parto é a primeira dificuldade enfrentada pelas gestantes frente à chegada da hora mais esperada ao longo da gestação. O útero apresenta atividade contrátil durante toda a gestação. No último trimestre, as contrações de Braxton Hicks, curtas e indolores, conhecidas como contrações de treinamento, vão se tornando cada vez mais frequentes e podem ser confundidas com contrações do trabalho de parto ativo. O diagnóstico de trabalho de parto tem como critérios clássicos as contrações uterinas dolorosas e regulares em tempo (a cada 5 minutos ou menos), em intensidade forte com duração de 50 a 60 segundos e, ainda, o colo uterino com apagamento superior a 50%, centralizando e com 3 a 4 cm de dilatação (STEIBEL JÁ e TRAPANI AJ, 2018).

Educar as parturientes em relação ao parto, como diferenciar os pródromos do trabalho ativo e tudo que desdobra esse momento, tornam-as cientes do seu protagonismo durante todo processo de parturição, diminuindo o domínio da equipe de saúde hospitalar que lhes presta o cuidado (BLANK EB, et al., 2019).

O sofrimento visto pelas parturientes em relação a hora do parto não está relacionado somente ao evento em si, e sim a temores como ansiedade, medo e insegurança disseminados socialmente e entranhados na

mente das gestantes, que claramente podem ser eliminados por meio do fortalecimento do conhecimento, esclarecimentos e práticas educativas sobre o diagnóstico e a evolução do parto vaginal (AYRES LFA, et al., 2019). A assistência pré-natal não deve focar apenas no biológico para ser adequada, sendo imprescindível organizá-la a partir de todas as necessidades e circunstâncias que envolvem a gestante (SILVA MR, et al., 2020).

No Brasil, uma das estratégias usadas, para qualificar a atenção obstétrica à parturientes, foi o incentivo à criação de Centros de Parto Normal (CPN). Esses locais permitem o desenvolvimento das boas práticas no parto e tudo que envolve a mulher à centralidade do seu cuidado, tendo como objetivo fornecer cuidado de qualidade, centrado na mulher, no bebê e na família (BRASIL, 2015).

As ações de promoção de saúde nos cuidados obstétricos estão imensamente relacionadas ao empoderamento da mulher. Tem sido visto uma intensa valorização da maternidade a partir de uma reconfiguração dos ideais da autonomia feminina e como essa reconfiguração se articula a um reconhecimento e concepção da natureza corporal, visto a importância desta pelo desenrolar natural do parto (RUSSO JÁ e NUCCI M, 2020). No entanto, para a efetividade dessas ações está a importância de promover saúde desde o início da gestação, para que na hora do parto a gestante se sinta segura em participar e intervir nas decisões acerca de sua assistência.

Uma dessas ações é a organização de aulas para preparação do parto durante o pré-natal. No entanto, estudos mostram que quando implementadas, têm uma baixa adesão das parturientes por diversos motivos pessoais e sociais. Foi visto que a forma da abordagem na entrevista motivacional contribui para a superação desses obstáculos e teve um impacto significativo na participação das gestantes nessas aulas. Ao estabelecer uma relação efetiva entre o profissional e a paciente, a abordagem motivacional afasta qualquer preocupação com o despreparo, conscientizando e valorizando as atitudes das mulheres, facilitando sua tomada de decisão e ajudando-as a superar quaisquer barreiras, o que levou a 90,8% das mulheres participarem dessas aulas. A participação nas aulas ajudou as parturientes a controlar a dor do parto e reduzir sua ansiedade, resultando em menores taxas de cesariana de emergência. A frequência às aulas foi associada significativamente a menor quantidade de cirurgias cesarianas. A entrevista motivacional é uma abordagem centrada na parturiente que se concentra em promover a motivação intrínseca dos indivíduos para a mudança e, ao detectar preocupações, cuidados e necessidades de informação, pode aumentar a conscientização e melhorar as atitudes das gestantes que estão prestes a dar à luz (RASOULI M, et al., 2016).

Ademais, é válido salientar a importância da troca de experiências entre as gestantes através de palestras, grupos ou rodas de conversas que favoreçam a reflexão sobre suas vivências e expectativas individuais possibilitando que cada mulher busque formas mais satisfatórias de lidar com as dificuldades comuns discutidas no grupo. Ainda que algumas gestantes já tenham consigo preceitos instalados devido às experiências previamente vividas ou por influência dos depoimentos de mulheres próximas no seu contexto social, estudos mostram que ainda assim, a troca entre essas parturientes tem seu valor devido a capacidade dessas gestantes ressignificar suas ideias prévias, construindo uma visão concreta em defesa do que de fato acreditam e desejam para si (GONÇALVES DLV, et al., 2021). Dessa forma, é reiterado que a associação do cuidado holístico e a educação em saúde no pré-natal quando realizada com qualidade e comprometimento da equipe de saúde gera adesão das mulheres e seu impacto muda o desfecho dessa experiência única: o parto.

Nota-se, portanto, que uma assistência bem estruturada com medidas para aumentar o conforto e reduzir a apreensão do trabalho de parto dá à gestante o protagonismo nas suas escolhas, especialmente na via de parto, com isso, devem começar desde o início da gestação, por meio da educação e aconselhamento durante o pré natal, elucidando o parto como um processo natural e fisiológico que, se bem preparado e conduzido, pode seguir com poucas intervenções (SILVA MR, et al., 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A preparação para o parto, por meio da promoção de saúde, educação, acompanhamento e aconselhamento durante o pré natal reduz as tensões e anseios referentes à concepção por via baixa e

permitem que as gestantes se sintam seguras e preparadas para participarem ativamente das decisões acerca de sua assistência. Dessa forma, a adesão ao parto vaginal aumenta e melhores desfechos são alcançados, garantindo o bom desenvolvimento do parto e protagonismo da parturiente.

REFERÊNCIAS

1. AYRES LFA, et al. Métodos de preparação para o parto: um estudo sobre materiais impressos publicados no Brasil em meados do século XX. *História, Ciências, Saúde – Manguinhos*, 2019; 26(1): 53-70.
2. BALASOIU AM, et al. The Influence of Educational, Environmental and Social Factors in the Decision to Attend Prenatal Lectures among Pregnant Women in Romania. *Medicina.*, 2021; 16(4): 574-579.
3. BLANK EB, et al. Práticas educativas para (re) significar o parto e o nascimento no olhar de puérperas. *Salusvita Bauru*, 2019; 38 (3): 581-595.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 11, de 7 de janeiro de 2015. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2015/prt0011_07_01_2015.html. Acessado em: 29 de setembro de 2022.
5. CARVALHO E, et al. Expectativa e experiência do processo parturitivo em mulheres atendidas em unidade básica de saúde. *Saúde e Pesquisa*, 2019; 12(3): 545-554.
6. FIROUZBAKHT M, et al. The Effectiveness of Prenatal Intervention on Pain and Anxiety during the Process of Childbirth-Northern Iran: Clinical Trial Study. *Annals of Medical and Health Sciences Research*, 2015; 5(5): 348–352.
7. FIROUZBAKHT M, et al. The Effect of Perinatal Education on Iranian Mothers' Stress and Labor Pain. *Glob J Health Sci*, 2014; 6(1): 61–68.
8. GOLÇALVES DLV, et al. Trajetória de mulheres assistidas em centro de parto normal e sua relação com escolhas terapêuticas. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 2021; 11: e4139.
9. GONÇALVES MF, et al. Pré-natal: preparo para o parto na atenção primária à saúde no sul do Brasil. *Rev Gaúcha Enferm*, 2017;38(3): e2016-0063.
10. GUEDES CDFS, et al. Percepções de gestantes sobre a promoção do parto normal no pré-natal. *Revista Ciência Plural*, 2017; 3(2) :87-98.
11. MONTEIRO BR, et al. Health care in the prenatal and childbirth context from puerperal women's perspective. *Rev Bras Enferm*, 2020; 73(4): e20190222.
12. NEERLAND CE. Maternal Confidence for Physiologic Childbirth: A Concept Analysis. *J Midwifery Womens Health*, 2018; 63(4): 425-435.
13. QUEIROZ MVO, et al. Incidência e características de Cesáreas e de partos normais: estudo em uma cidade no interior do Ceará. *Rev Bras Enferm*, 2008; 58(6): 687-91.
14. RASOULI M, et al. The impact of motivational interviewing on participation in childbirth preparation classes and having a natural delivery: a randomised trial. *BJOG*, 2016.
15. ROCHA EPG, et al. Tecnologias do cuidado na assistência ao parto normal: práticas de enfermeiros e médicos obstetras. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, 2021; 11: e4218.
16. RUSSO JA, NUCCI MF. Giving birth in paradise: humanized birth, oxytocin, and the bodily production of a new maternity. *Interface*, 2020; 24: e180390.
17. SILVA EAT. Gestação e preparo para o parto: programas de intervenção. *O Mundo da Saúde*, 2013; 37(2): 208-215.
18. SILVA MR, et al. Tecnologias não invasivas: conhecimento das mulheres para o protagonismo no trabalho de parto. *Nursing Brasil*, 2020; 23(263): 3729–3735.
19. STEIBEL JA e TRAPANI AJ. Assistência aos quatro períodos do parto de risco habitual. São Paulo: Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO); 2018. (Protocolo FEBRASGO - Obstetrícia, no. 101/Comissão Nacional Especializada em Assistência ao Abortamento, Parto e Puerpério).
20. WU C, et al. The combined effects of Lamaze breathing training and nursing intervention on the delivery in primipara: A PRISMA systematic review meta-analysis. *Medicine (Baltimore)*, 2021; 100(4): e23920.
21. YOHAJ D, et al. The effect of attending a prenatal childbirth preparedness course on labor duration and outcomes. *J Perinat Med*, 2018; 46(1): 47-52.