



## Práticas integrativas e complementares como ferramenta de alívio da dor no trabalho de parto

Integrative and complementary practices as a tool for pain relief in labor

Prácticas integrativas y complementarias como herramienta de alivio del dolor en el trabajo de parto

Gabriele Ostrowski Stempczynski<sup>1</sup>, Rossano Sartori Dal Molin<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Analisar as evidências científicas sobre o uso das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) para o alívio da dor no trabalho de parto. **Métodos:** Foram realizadas pesquisas nas bases de dados BVS e PUBMED, utilizando como descritores enfermagem, dor, dor do trabalho de parto, trabalho de parto e práticas integrativas e complementares, foram selecionados artigos publicados nos últimos 10 anos em português, inglês e espanhol. **Resultados:** Os resultados indicaram uma crescente incorporação das PICS na assistência obstétrica pela equipe de enfermagem, embora as evidências científicas em torno do tema ainda sejam escassas, o que pode provocar dúvidas quanto a eficácia dos métodos. A hidroterapia foi a prática mais mencionada entre os artigos revisados. **Considerações finais:** Pode-se considerar que é essencial realizar mais pesquisas para fortalecer as evidências sobre o uso das PICS no trabalho de parto, dado o retorno positivo das parturientes e para aumentar a confiabilidade da equipe de saúde nesse contexto.

**Palavras-chave:** Práticas integrativas e complementares, Parto, Dor, Enfermagem.

### ABSTRACT

**Objective:** To analyze the scientific evidence on the use of Integrative and Complementary Practices (ICPs) for pain relief during labor. **Methods:** Research was conducted in the BVS and PUBMED databases using descriptors such as nursing, pain, labor pain, labor, and integrative and complementary practices. Articles published in the last 10 years in Portuguese, English, and Spanish were selected. **Results:** The results indicated an increasing incorporation of ICPs in obstetric care by the nursing team, although scientific evidence on the subject remains scarce, which may raise doubts about the effectiveness of the methods. Hydrotherapy was the most mentioned practice among the reviewed articles. **Final considerations:** It can be considered essential to conduct more research to strengthen the evidence on the use of ICPs during labor, given the positive feedback from parturients and to increase the reliability of the healthcare team in this context.

**Keywords:** Integrative and complementary practices, Parturition, Pain, Nursing.

### RESUMEN

**Objetivo:** Analizar las evidencias científicas sobre el uso de las Prácticas Integrativas y Complementarias (PICS) para el alivio del dolor en el trabajo de parto. **Métodos:** Se realizaron investigaciones en las bases de datos BVS y PUBMED, utilizando como descriptores enfermería, dolor, dolor del trabajo de parto, trabajo de parto y prácticas integrativas y complementarias. Se seleccionaron artículos publicados en los últimos 10 años en portugués, inglés y español. **Resultados:** Los resultados indicaron una creciente incorporación de las PICS en la asistencia obstétrica por parte del equipo de enfermería, aunque las evidencias científicas sobre el tema siguen siendo escasas, lo que puede generar dudas sobre la efectividad de los métodos. La hidroterapia fue

<sup>1</sup> Centro Universitário da Serra Gaúcha (FSG), Caxias do Sul - RS.

la práctica más mencionada entre los artículos revisados. **Consideraciones finales:** Se puede considerar que es esencial realizar más investigaciones para fortalecer las evidencias sobre el uso de las PICS en el trabajo de parto, dado el retorno positivo de las parturientas y para aumentar la confiabilidad del equipo de salud en este contexto.

**Palabras clave:** Prácticas integrativas y complementarias, Parto, Dolor, Enfermería.

## INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares (PICS), segundo o Ministério da Saúde, são abordagens terapêuticas que possuem como objetivo a promoção, prevenção e recuperação da saúde, construindo laços terapêuticos e de conexão entre os seres humanos, trazendo um olhar diferenciado para os processos de saúde e doença, colaborando com o equilíbrio físico, mental e espiritual (BRASIL, 2024)

No Brasil, as Práticas Integrativas e Complementares (PICS) são garantidas a toda a população pelo Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, aprovada em 2006, que oferece gratuitamente 29 modalidades terapêuticas. O uso dessas práticas na assistência ajuda a criar um ambiente harmonioso entre profissionais e pacientes. Entre as modalidades mais utilizadas estão plantas medicinais e aromaterapia, especialmente nos serviços de atenção básica à saúde (BRASIL, 2024; TESSER CD e SOUSA IMCD, 2012).

As terapias complementares estão se tornando uma alternativa popular para a recuperação da saúde, evidenciando que o cuidado humanizado continua essencial, mesmo com a tecnologia disponível. A Resolução nº 739, de 5 de fevereiro de 2024, do Conselho Nacional de Enfermagem (COFEN), regulamenta a atuação do enfermeiro em relação às PICS, conferindo-lhe autonomia para indicar, prescrever e implementar essas práticas em todos os níveis de atenção (COFEN, 2024; TELES JUNIOR, 2016).

As PICS podem ser incorporadas no planejamento do cuidado, desde que o enfermeiro esteja capacitado para criar protocolos e aplicá-las durante as consultas, com base em conhecimentos científicos adequados à situação clínica de cada paciente. O uso dessas terapias proporciona uma visão ampliada sobre saúde e doença, sendo benéfico na redução do uso de medicamentos, e oferece novas formas de praticar o cuidado de enfermagem (CRUZ PLB, et al., 2012).

Durante o trabalho de parto, as práticas não farmacológicas, como massagem, uso da bola suíça e banho quente, ajudam a reduzir a necessidade de intervenções medicamentosas e têm um impacto significativo no alívio da dor, além de facilitar a dilatação. Muitas mulheres, diante da ansiedade e da dor, costumam solicitar analgesia, influenciadas por fatores culturais e pela facilidade de acesso a essa intervenção (GALLO RBS, et al., 2018).

Os cuidados de enfermagem têm um impacto significativo na experiência da parturiente, criando um vínculo que aumenta a sensação de segurança e melhora as condições emocionais. A assistência de enfermagem está intimamente ligada à inserção de terapias complementares durante o nascimento, sendo esses profissionais essenciais na oferta dessas práticas. Isso contribui para a diminuição da dor e auxilia na evolução do trabalho de parto, atendendo às necessidades expressadas pela paciente (OU Y, et al., 2024).

O momento do parto é intenso e único, representando uma transformação para a família e especialmente para a mulher. Como um acontecimento fisiológico, deve respeitar a autonomia, vontade e limites da gestante. Durante o trabalho de parto, diversas práticas podem ser utilizadas para aumentar o conforto da parturiente, tanto por doulas e acompanhantes, quanto pela equipe de enfermagem. Entre as práticas mais comuns, destaca-se a aromaterapia, que é de baixo custo e ajuda a reduzir a dor e a ansiedade, favorecendo a progressão do parto ao aumentar as contrações uterinas e relaxar o assoalho pélvico (REIS TLDRD, et al., 2017; TANVISUT R, et al., 2018).

Tendo isso em vista, a pergunta norteadora da presente revisão de literatura é: “Quais evidências científicas acerca do uso de PICS no alívio da dor no trabalho de parto?”.

## MÉTODOS

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura com o objetivo de analisar as evidências científicas sobre o uso das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) para o alívio da dor no trabalho de parto. A seleção

dos artigos, todos disponíveis gratuitamente e alinhados com a pesquisa, foi feita por meio de uma avaliação cuidadosa. As bases de dados utilizadas foram BVS e PUBMED, como descritores: enfermagem, dor, dor no trabalho de parto, trabalho de parto e práticas integrativas e complementares, empregando os operadores booleanos OR e AND.

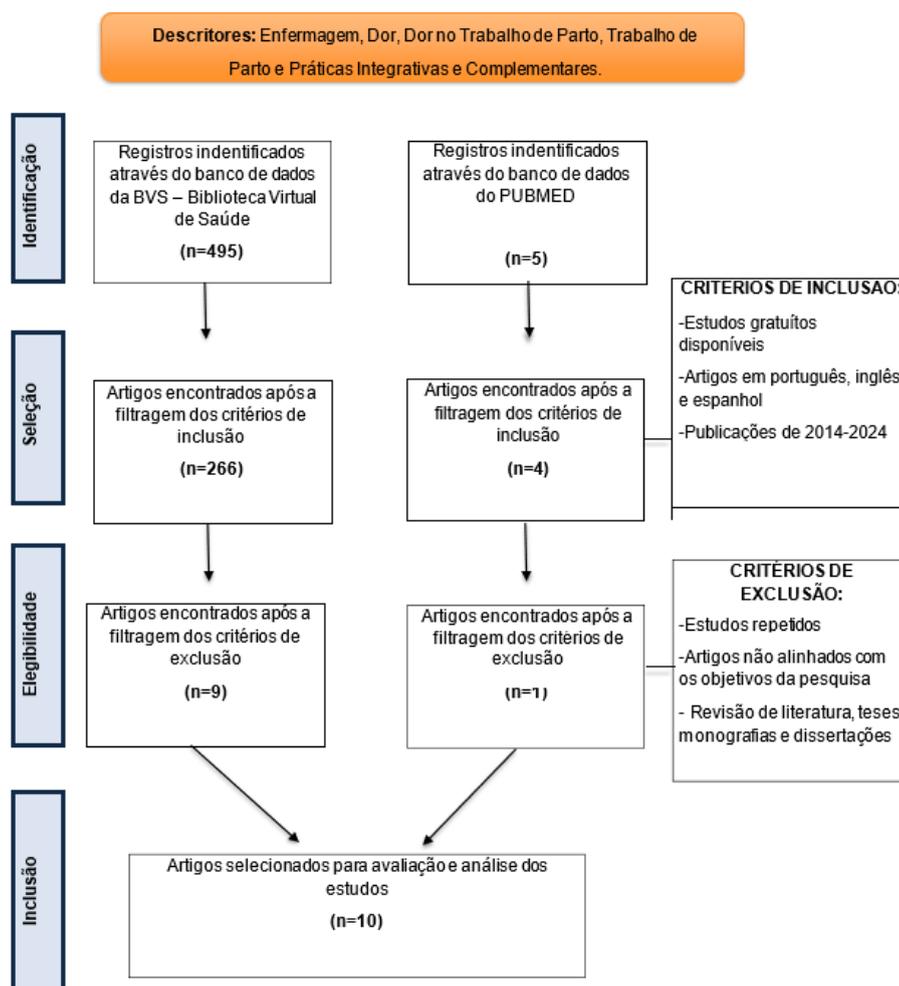
Os estudos selecionados consistem em artigos primários publicados entre 2014 e 2024, disponíveis em português, inglês e espanhol. Foram excluídos artigos que não estão alinhados com o tema, bem como revisões de literatura, teses, monografias, dissertações e artigos repetidos na plataforma de pesquisa.

Os artigos foram organizados em um quadro sinóptico, facilitando a seleção e apresentação dos dados encontrados. A análise foi realizada através da leitura dos artigos, com os principais achados divididos em categorias analíticas. Como a pesquisa é uma revisão bibliográfica de literatura de acesso livre, não foi necessária a aprovação do Comitê de Ética. Os aspectos éticos foram mantidos de acordo com as definições e conceitos dos autores estudados.

## RESULTADOS

Durante as buscas na base de dados BVS, foram encontrados 495 artigos. Após aplicar os critérios de inclusão e exclusão e realizar uma leitura minuciosa, 9 estudos foram selecionados para a amostra. Na base de dados PUBMED, 5 artigos foram encontrados, dos quais 1 foi escolhido após os critérios de seleção. Ao final do processo, um total de 10 artigos foi incluído na revisão, conforme apresentado na Figura 1, que mostra o fluxograma de seleção.

**Figura 1** – Seleção dos artigos para o estudo.



**Fonte:** Stempczynski GO e Molin RSD, 2025.

No **Quadro 1**, seguem os principais achados dos artigos selecionados na BVS e PUBMED.

**Quadro 1** – Síntese dos artigos incluídos.

Base	Autores	Periódico	Objetivos	Resultados e Discussões	Conclusão
BVS	Öztürk, Rusen	BMC Complement Med Ther	Este estudo teve como objetivo determinar a prevalência e o padrão de uso de medicina complementar e alternativa (MAC) e as atitudes em relação à MAC de mulheres turcas durante a gravidez e o parto.	Um total de 71,5% das mulheres grávidas receberam MAC. Fitoterapia, meditação espiritual e técnicas de toque terapêutico foram as técnicas mais frequentemente utilizadas. A pontuação média das mulheres na escala CACMAS foi de $108,37 \pm 7,71$ ; este resultado indica que as mulheres grávidas tiveram uma atitude positiva.	Embora as mulheres comumente usassem métodos CAM durante a gravidez, a taxa de uso desses métodos durante o parto diminuiu consideravelmente. Apesar desse uso generalizado, as mulheres grávidas têm preocupações sobre os métodos CAM. Portanto, os profissionais de saúde devem fornecer ativamente aconselhamento sobre métodos CAM para a proteção da saúde materna e infantil.
PUBMED	Mafetoni, Reginaldo Roque	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Avaliar os efeitos da auriculoterapia no controle da dor e seus resultados na duração do trabalho de parto.	Nenhuma significância estatística foi encontrada entre os grupos em relação à dor; no entanto, as mulheres do grupo de auriculoterapia apresentaram menor intensidade e menor percepção da dor aos 30, 60 e 120 minutos de tratamento.	As mães que receberam auriculoterapia apresentaram uma tendência para controle da dor e uma duração mais curta do trabalho de parto, as taxas de cesárea nesse grupo foram semelhantes às do grupo controle.
BVS	Hanum, Samira dos Passos	Revista de Enfermagem UFPE On Line	Identificar métodos não farmacológicos empregados para o alívio da dor durante o trabalho de parto, bem como sua eficácia segundo a percepção de puérperas.	Foram aplicados 103 questionários. A taxa de uso dos métodos não farmacológicos foi de 81,6% (84), tendo o banho morno como o método mais utilizado pelas parturientes durante o trabalho de parto.	A técnica mais utilizada e considerada eficiente e confortável, foi o banho morno, que reduziu e amenizou a sensação de dor, provocando relaxamento nas parturientes.
BVS	Boateng,	BMC Pregnancy	Considerando o papel	Foram identificados três temas	Embora algumas intervenções não

Base	Autores	Periódico	Objetivos	Resultados e Discussões	Conclusão
	Edward Appiah	Childbirth	central que os enfermeiros e parteiras desempenham no processo de parto, este estudo buscou explorar suas experiências com o uso de intervenções não farmacológicas no tratamento da dor de parto.	principais que descreveram as experiências de enfermeiras e parteiras em relação ao uso de intervenções não farmacológicas no manejo da dor do parto. Esses foram familiaridade com intervenções não farmacológicas, benefícios percebidos de intervenções não farmacológicas e barreiras ao uso de intervenções não farmacológicas no manejo da dor do parto.	farmacológicas de controle da dor fossem conhecidas e usadas por enfermeiras e parteiras, elas não estavam familiarizadas com um bom número dessas intervenções. Enfermeiras e parteiras perceberam que essas intervenções eram benéficas, mas uma série de barreiras impediam a fácil utilização.
BVS	Maffei, Maria Carolina Valejo	Revista de Enfermagem UFPE On Line	Identificar a prevalência e descrever o uso dos métodos não farmacológicos para o alívio da dor em parturientes durante o trabalho de parto em maternidades públicas.	Registra-se que a prevalência do uso de métodos não farmacológicos foi de 95,4%. Ofereceram-se cinco métodos para 35,5% das parturientes: o apoio profissional (86,6%), método mais oferecido; respiração (80,2%); banho morno (72,4%); bola (57,3%) e massagem (50,0%).	Conclui-se que a maior parte das parturientes recebeu métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto, porém, esta prática deve ser aplicada a todas as mulheres, pois é uma ação baseada em evidências e incorporada como uma das estratégias prioritárias de assistência às parturientes.
BVS	Lara, Sonia Regina Godinho de	Acta Paulista de Enfermagem	Avaliar a efetividade da terapia floral associados aos fatores que potencializam a dor e o estresse no processo de parturição por meio de parâmetros obstétricos e neuroendócrinos.	A essência floral modulou os fatores que potencializam a dor no trabalho de parto, isto é, rotura das membranas amnióticas, fase ativa e indução do parto. Houve aumento dos níveis de Beta-endorfina juntamente com a diminuição de uma contração em mulheres com rotura das membranas ovulares e com indução. A essência mostrou-se	A terapia floral realizada, mostrou-se eficaz no controle da dor e estresse durante o trabalho de parto, refletindo positivamente na sua brevidade e qualificando seu desfecho.

Base	Autores	Periódico	Objetivos	Resultados e Discussões	Conclusão
				eficaz na redução de uma hora e vinte e cinco minutos do tempodo trabalho de parto no Grupo Experimental.	
BVS	Prata, Juliana Amaral	Escola Anna Nery – Revista de Enfermagem	Descrever as contribuições terapêuticas da utilização de tecnologias não invasivas de cuidado, oferecidas por enfermeiras obstétricas, duranteo trabalho de parto.	<p>Para aliviar a dor e promover relaxamento, recorrem ao estímulo à participação do acompanhante e à respiração consciente, à aplicação da massagem, à promoção do ambiente acolhedor e ao uso da água morna e dos óleos essenciais.</p> <p>Para ativar o trabalho de parto, auxiliar na descida da apresentação e correção do posicionamento fetal, incentivam posicionamentos verticalizados e movimentos corporais, com alguns instrumentos.</p>	As tecnologias não invasivas de cuidado possuem contribuições terapêuticas e conformam um cuidado desmedicalizado, respeitoso e centrado na mulher, que promoveva autonomia feminina.
BVS	Klein, Bruna Euzebio	Cogitare Enfermagem	Analisar a prática de realização de métodos não farmacológicos para alívio da dor durante o trabalho de parto.	Constatou-se que 164 (29,3%) das parturientes realizaram pelo menos um tipo de método, sendo os mais utilizados a hidroterapia 137 (24,5%), mudança de posição 124 (22,1%) e exercícios de respiração 121 (21,6%). Houve associação significativa $p (<0,05)$ entre métodos, tipo de parto, gestação e paridade.	Este estudo evidencia o perfil de parturientes que se beneficiam destas práticas e expõe a baixa frequência do seu uso, demonstrando uma área promissora para estudos e atividades de educação continuada.

Fonte: Stempczynski GO e Molin RSD, 2025.

## DISCUSSÃO

Os artigos analisam a crescente inclusão de práticas integrativas e complementares pela equipe de enfermagem. Destacam-se a percepção dos profissionais sobre a incorporação dessas terapias, a visão das parturientes sobre seu uso, e a eficácia das diversas modalidades disponíveis durante o parto, visando reduzir a dor e aumentar o relaxamento e conforto.

O medo da dor durante o trabalho de parto é um fator que desencoraja muitas mulheres, contribuindo para as altas taxas de cesarianas no Brasil, que chegam a 55,5% dos 3 milhões de partos anuais. A Organização Mundial da Saúde recomenda que essas taxas fiquem entre 10% e 15%, visando desfechos positivos para mãe e bebê. A dor no parto é causada pelas contrações uterinas, que aumentam em frequência e intensidade à medida que o bebê desce pelo canal de parto (MASCARENHAS VHA, et al., 2019).

Fatores fisiológicos, como a compressão da bexiga, o estiramento das fibras uterinas e a pressão na região lombossacra, junto a aspectos sociais e psicológicos, influenciam a percepção da dor, que é subjetiva e complexa de manejar. Nesse contexto, as práticas integrativas e complementares surgem como uma alternativa interessante para reduzir o uso de fármacos e intervenções durante o trabalho de parto (MASCARENHAS VHA, et al., 2019).

Nos 10 estudos selecionados, as principais práticas citadas foram a hidroterapia ou banho de aspersão, Florais de Bach, massagem lombo-sacra, exercícios de respiração, deambulação e mudança de posição, auriculoterapia, fitoterapia, aromaterapia, musicoterapia e meditação.

### **Práticas Integrativas e Complementares como ferramenta de alívio da dor**

A revisão de artigos destaca a eficácia das essências florais no sistema neuroendócrino, com um estudo em São Paulo envolvendo 30 gestantes de risco habitual. A utilização dos florais foi eficaz no controle da dor na redução do estresse, resultando em uma diminuição de 1 hora e 25 minutos no trabalho de parto para as participantes que os usaram. A fórmula *Five Flower*, criada por Bach, ajudou a reestabelecer o equilíbrio emocional, promovendo bem-estar e facilitando o processo de nascimento (LARA SRGD, et al., 2022).

A ansiedade e o estresse contribuem para a insegurança da paciente, elevando os níveis de cortisol e hormônios como epinefrina e noradrenalina, o que pode retardar ou até paralisar o trabalho de parto, reduzindo o suprimento de sangue fetal. As práticas integrativas e complementares podem acelerar o trabalho de parto e trazer benefícios para o binômio mãe-feto, destacando a importância de aumentar os estudos sobre o uso dessas terapias durante o parto (LARA SRGD, et al., 2022).

O estudo complementa pesquisas do sul do Brasil, evidenciando um aumento significativo na dilatação cervical e na dinâmica uterina em gestantes que utilizaram terapia floral. No grupo placebo, houve aumento de ocitocina e cortisol. Embora os métodos não farmacológicos sejam relevantes na assistência obstétrica, não foram encontradas diferenças na redução de ansiedade e dor entre os grupos. Os Florais de Bach são alternativas não invasivas, de baixo custo, que promovem o bem-estar materno e aliviam o estresse de forma natural (PITILIN EDB, et al., 2022).

A auriculoterapia, originária da medicina tradicional chinesa e relacionada à acupuntura, é uma prática complementar apoiada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e oferecida pelo Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil. Ela visa reduzir a dor, seja crônica ou aguda, e tem sido discutida na obstetrícia como uma opção para o alívio da dor do parto. Um estudo em um hospital público de São Paulo aplicou essa terapia em 30 gestantes a partir de 37 semanas, incluindo mulheres em trabalho de parto espontâneo ou induzido, como pavilhão auditivo íntegro (MAFETONI RR e SHIMO AKK, 2016).

Os resultados da pesquisa indicam que a maioria das gestantes não conhecia a auriculoterapia. O grupo que utilizou a terapia apresentou níveis de dor menores em comparação ao grupo placebo, mas não houve diferenças significativas na duração e via de parto. A percepção de dor aumentada foi maior entre as participantes que não usaram a auriculoterapia, sugerindo seus efeitos benéficos. No entanto, a pesquisa foi realizada em uma instituição com intervenções frequentes, como amniotomia e uso de ocitocina, o que pode ter influenciado os resultados. Isso ressalta a necessidade de estudos com maior amostra e menor índice de intervenções (MAFETONI RR e SHIMO AKK, 2016).

A dor é um fenômeno complexo e subjetivo. A percepção da dor da parturiente é influenciada por diversas nuances, fatores psicológicos, sociais, educacionais e também experiências pregressas podem estar atreladas ao sentimento experienciado no parto, um momento único e intenso de forma diferente para cada mulher. A intensidade, a duração das contrações uterinas e também a condição física da parturiente possuem influência perante o parto (MAFETONI RR, et al., 2019).

Um estudo realizado em São Paulo com 128 participantes investigou o uso da bola suíça, banho quente e terapia combinada. Apenas o banho de aspersão resultou em um aumento no score de dor, mas as participantes relataram boa aceitação, conforto, segurança e relaxamento durante a intervenção. A maioria das mulheres recebeu indução com ocitocina, levantando questionamentos sobre seu uso muitas vezes desnecessário. O estudo indicou que as parturientes que receberam o banho de aspersão apresentaram redução nos níveis de ansiedade em comparação às que utilizaram outras terapias (CAVALCANTI ACV, et al., 2019).

O banho de aspersão por meio da utilização da água morna no dorso da gestante, promove a diminuição da lombalgia, frequentemente relatada pelas parturientes. Ele promove o relaxamento da musculatura e também a elasticidade do canal vaginal, sendo um método sem efeitos adversos e de fácil aplicação. A bola suíça estimula a posição vertical, melhora a tensão e relaxa o assoalho pélvico, a técnica colabora com a redução da laceração vaginal, uma vez que promove o encaixe mais assertivo do bebê na pelve materna (SILVA CDA e LARA SRGD, 2018).

Um estudo em Ribeirão Preto, São Paulo, com 80 parturientes, sendo 40 no grupo experimental que utilizou Práticas Integrativas e Complementares (PICS), demonstrou que essas terapias trazem benefícios para o alívio da dor durante o parto. Após a aplicação de uma escala de dor, as pacientes que usaram a bola suíça, em conjunto com massagem e banho quente, relataram uma diminuição significativa no grau da dor sentida (GALLO RBS, et al., 2018). Um artigo analisou o uso de hidroterapia, mudança de posição e exercícios de respiração em um hospital na região Sul do Brasil, com base em prontuários de 560 pacientes. Dentre elas, 164 utilizaram métodos não farmacológicos durante o trabalho de parto, sendo que 17 usaram apenas um método isolado e 147 utilizaram um ou mais. As práticas menos comuns incluíram aromaterapia, banqueta e esquadra. A hidroterapia foi amplamente utilizada, em parte devido ao fácil acesso ao chuveiro e à possibilidade de inclusão do acompanhante, o que fortalece o vínculo entre a paciente e seu parceiro (KLEIN BE e GOUVEIA HG, 2022).

Os dados apresentados corroboram uma pesquisa realizada na Espanha com 200 gestantes que buscavam um parto com menos intervenções. As participantes foram divididas em dois grupos: controle e hidroterapia. O estudo avaliou a eficácia da água para aliviar a dor e a demanda por analgesia, além de possíveis complicações para bebês nascidos na água. Os resultados indicaram que a hidroterapia reduz a necessidade de analgesia e não houve complicações para os bebês. As gestantes que usaram a hidroterapia relataram menor dor aos 30 e 90 minutos, especialmente durante a segunda fase do trabalho de parto. (MALLEN-PEREZ L, et al., 2018).

A mudança de posição da parturiente, conforme seu desejo, destaca sua autonomia e respeita sua liberdade de movimentos. Essas alterações favorecem a progressão do trabalho de parto, ajudando o bebê a se encaixar melhor na pelve, além de estarem associadas à diminuição do trauma perineal e à menor necessidade de intervenções instrumentais. Observou-se que a maioria das mulheres que utilizaram métodos não farmacológicos teve parto vaginal, com um maior uso entre pacientes mais jovens, em média 25 anos e nulíparas (KLEIN BE e GOUVEIA HG, 2022).

Um estudo realizado em Londrina, Paraná, revelou que 50% das participantes, 172 mulheres, utilizaram massagem relaxante durante o parto. Essa prática estimula os receptores sensoriais através do toque, aumentando a oxigenação e a circulação sanguínea, o que promove maior conforto. Esses resultados são consistentes com uma pesquisa na Turquia em 2022, que destacou a importância da massagem lombar para o alívio da dor, aumentando a autoconfiança e a sensação de segurança da parturiente, além de fortalecer o vínculo entre ela e a equipe assistencial (MAFFEI MCVM, et al., 2021; UNALMIS ERDOGAN S, et al., 2017).

Outro estudo aponta que a falta de informações e instruções sobre práticas integrativas e complementares durante a gestação e o trabalho de parto, além de dúvidas sobre sua segurança, são barreiras significativas para seu uso. Uma pesquisa realizada na Turquia em 2022 destaca a escassez de evidências científicas sobre

o tema, incluindo seus efeitos positivos e potenciais riscos. Embora todas as mulheres do estudo tenham relatado sentir efeitos positivos e não notado efeitos colaterais, algumas expressaram preocupação com o risco de parto prematuro. O uso mais comum no país envolve ervas medicinais e massagem (ÖZTÜRK R, et al., 2022).

A fitoterapia, meditação e toque terapêutico foram as práticas mais utilizadas pelas gestantes. Aproximadamente 42,7% das mulheres relataram o uso de produtos à base de ervas durante a gravidez, buscando relaxamento, saúde fetal e controle da pressão arterial. Além disso, 55,9% dessas mulheres afirmaram ter utilizado essas práticas por conta própria, baseando-se em pesquisas independentes e na troca de informações com amigos e familiares (ÖZTÜRK R, et al., 2022).

### **A visão dos profissionais de enfermagem relacionado a modalidade terapêutica**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) incentiva o parto normal, recomendando intervenções apenas quando realmente necessárias para a segurança da mãe e do bebê. A assistência dos profissionais durante o parto deve respeitar os direitos da parturiente, e os enfermeiros precisam estar atualizados sobre novas estratégias para alívio da dor e tensão, visando um desfecho positivo e não traumático (CAMACHO, et al., 2019).

Alguns profissionais veem as técnicas não farmacológicas como ineficazes na redução da dor, acreditando que apenas desviam a atenção da paciente, enquanto preferem métodos farmacológicos. As barreiras para a utilização dessas práticas incluem a sobrecarga de trabalho por falta de pessoal e a inadequação estrutural de muitos locais, que não têm espaço suficiente para acompanhantes. Embora alguns profissionais conheçam essas modalidades, muitas técnicas permanecem desconhecidas (CAMACHO, et al., 2019).

Os profissionais destacam que a dor é uma experiência subjetiva, exigindo um cuidado sensível, já que cada paciente vive os eventos de maneira única. Isso demanda que o profissional atue de forma integral e humanizada. No entanto, o parto pode ser prolongado, o que pode impactar a qualidade do serviço devido à carga de trabalho e às responsabilidades burocráticas dos enfermeiros. O estudo revela que, embora a maioria da equipe tenha conhecimento sobre práticas integrativas, apenas uma pequena parte realmente as utiliza (CAMACHO, et al., 2019).

Na enfermagem obstétrica, a utilização de técnicas não farmacológicas durante o trabalho de parto promove a desmedicalização da assistência, valorizando o protagonismo da mulher e tornando o processo mais prazeroso. Um estudo no Rio de Janeiro com 15 profissionais de enfermagem revelou que as práticas integrativas e complementares ajudam a relaxar e proporcionar conforto à parturiente, facilitando o encaixe do bebê e ativando o trabalho de parto. Os entrevistados destacaram a eficácia da massagem e do uso da banheira para aliviar a dor em situações de dilatação avançada, além da importância da penumbra e da aromaterapia para criar um ambiente acolhedor durante o parto (PRATA JA, et al., 2022).

Muitos profissionais relatam a presença do acompanhante como peça indispensável, trazendo maior empoderamento a parturiente. Os entrevistados ressaltam o quanto a inserção dessas estratégias são traduzidas no oferecimento de um cuidado sensível e respeitoso, tendo a gestante liberdade de escolha e autonomia. Desta forma, recomenda-se que o ambiente onde o parto ocorre seja acolhedor, com baixa luminosidade e com respeito a fisiologia e privacidade da mulher (PRATA JA, et al., 2022).

Um estudo realizado em Gana, na África Ocidental, analisou a perspectiva de parteiras e enfermeiras sobre o uso de métodos não farmacológicos, destacando suas raízes ancestrais e a falta de exploração adequada. A pesquisa, que envolveu 15 profissionais, revelou que a maioria acredita que esses métodos não apresentam efeitos colaterais e que contribuem para um parto mais suave. Além de promover o bem-estar da mulher, as terapias fortalecem o vínculo entre profissionais e pacientes, além de serem acessíveis e de baixo custo (AZIATO L, 2017).

Alguns profissionais acreditam que as técnicas não farmacológicas não reduzem a dor, mas apenas desviam a atenção da paciente, considerando os métodos farmacológicos mais eficazes. As barreiras à utilização dessas práticas incluem a sobrecarga de trabalho devido à falta de pessoal, já que algumas técnicas demandam tempo. Além disso, muitos locais não possuem a estrutura adequada para oferecer práticas complementares, como espaço suficiente para acompanhantes. Apesar do conhecimento de alguns profissionais sobre essas modalidades, muitas técnicas ainda eram desconhecidas (BOATENG EA, et al., 2019).

## A eficácia segundo a percepção das puérperas

Um estudo realizado em 2016 em Goiás investigou a percepção de 103 puérperas sobre a eficácia de práticas integrativas. A maioria das participantes, com idades entre 18 e 30 anos, avaliou o banho quente como o método mais satisfatório, com 88% atribuindo notas entre 6 e 10. Os exercícios respiratórios e a massagem lombo-sacral também foram bem avaliados. Um dado relevante do estudo é que a maioria dos métodos foi aplicada pelo acompanhante ou pela equipe de enfermagem (HANUM SDP, et al., 2017).

A relação entre a parturiente e a equipe de saúde é vista como essencial para uma experiência de parto positiva e a formação de memórias gratificantes. Quase 70% das mulheres que utilizaram técnicas integrativas relataram ter recebido incentivo da equipe. Esse vínculo contribui para um cuidado personalizado, respeitando as necessidades individuais e oferecendo suporte psicológico e físico, o que aumenta a sensação de segurança, confiança na equipe e bem-estar da paciente (HANUM SDP, et al., 2017).

O estudo mencionado complementa relatos de uma pesquisa em Manaus, Brasil, com 9 gestantes de 18 a 45 anos. Foram utilizadas técnicas de aromaterapia, com essência de lavanda para promover tranquilidade e canela para estimular a liberação de ocitocina, aumentando as contrações uterinas. Esse método não farmacológico foi combinado com musicoterapia, exercícios na bola suíça, deambulação e alongamentos, todos supervisionados por enfermeiros (DE MORAIS JUNIOR MP, et al., 2020).

As parturientes relataram que a música contribuiu para a sensação de relaxamento, especialmente entre as primíparas. Os exercícios realizados, junto com o aroma das salas e a música, proporcionaram alívio da tensão física e mental, reduzindo a dor do trabalho de parto. Os comentários destacam a importância do profissional de enfermagem no acolhimento da paciente e na transmissão de informações, aumentando sua segurança e confiança em si mesma e na equipe de assistência (DE MORAIS JUNIOR MP, et al., 2020).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

É fundamental aumentar o número de pesquisas de qualidade sobre as evidências científicas do uso das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) para o alívio da dor no trabalho de parto. Embora existam estudos sobre o tema, os dados científicos sobre os efeitos das práticas ainda são limitados. O papel do enfermeiro é crucial na introdução e na promoção desses métodos durante a assistência, especialmente considerando que a maioria das gestantes relata experiências positivas relacionadas à redução da dor e da ansiedade durante o trabalho de parto.

## REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde de A a Z. Brasília: Ministério da Saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/p/pics> - Acessado em 10 de setembro 2024
2. BOATENG EA, et al. Nurses and midwives' experiences of using non-pharmacological interventions for labour pain management: a qualitative study in Ghana. *BMC Pregnancy Childbirth*, 2019, 19(1): 168.
3. CAMACHO ENPR, et al. Conhecimento e aplicabilidade dos métodos não farmacológicos utilizados pelos enfermeiros obstetras para alívio da dor no trabalho de parto. Brasil: *Revista Nursing – Enfermagem Obstétrica* 2019.
4. CAVALCANTI ACV, et al. Terapias complementares no trabalho de parto: ensaio clínico randomizado. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 2019, 40.
5. CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. Resolução 739, de 05 de fevereiro de 2024. Normatiza a atuação da Enfermagem nas Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Brasília: COFEN, 2024.
6. CRUZ PLB, et al. O uso de práticas complementares por uma equipe de saúde da família e sua população. *Revista APS*, 2012, 15(4).
7. DE MORAIS JUNIOR MP, et al. A Percepção das Gestantes e Parturientes Frente ao Modelo de Práticas Integrativas Complementares em Saúde Instaurado em uma Maternidade da Zona Norte de Manaus-AM, Brasil. *EUROPEAN ACADEMIC RESEARCH* 2020.

8. GALLO RBS, et al. Sequential application of non-pharmacological interventions reduces the severity of labour pain, delays use of pharmacological analgesia, and improves some obstetric outcomes: a randomised trial. *Journal of Physiotherapy*, 2018; 64(1): 33-40.
9. HANUM SDP, et al. Estratégias não farmacológicas para o alívio da dor no trabalho de parto: efetividade sob a ótica da parturiente. Recife, Brasil: Revista de Enfermagem UFPE On Line 2017.
10. KLEIN BE, GOUVEIA HG. Utilização de métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto. *Cogitare Enfermagem*, 2022; 27.
11. LARA RSGD, et al. Efetividade das essências florais no trabalho de parto e nascimento: avaliação dos parâmetros obstétricos e neuroendócrinos. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2022; 35.
12. MAFFEI MCV, et al. USO DE MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS DURANTE O TRABALHO DE PARTO. Pernambuco: Rev. enferm. UFPE on line 2021.
13. MAFETONI RR, SHIMO AKK. Efeitos da auriculoterapia sobre a dor do trabalho de parto: ensaio clínico randomizado. São Paulo: Rev Esc Enferm USP 2016.
14. MAFETONI RR, et al. EFFECTIVENESS OF AURICULAR THERAPY ON LABOR PAIN: A RANDOMIZED CLINICAL TRIAL. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 28, 2019.
15. MALLEN-PEREZ L, et al. Uso de hidroterapia durante el parto: evaluación del dolor, uso de analgesia y seguridad neonatal. *Enfermería Clínica*, 2018; 28(5): 309-315.
16. MASCARENHAS, VHA, et al. Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio da dor do parto. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2019; 32.
17. OU Y, et al. Effect of Obstetric Fine Nursing on Pain during Natural Childbirth and Postpartum Recovery. *Iran J Public Health*, 2018; 47(11): 1703-1708.
18. ÖZTÜRK R, et al. Use of complementary and alternative medicine in pregnancy and labour pain: a cross-sectional study from turkey. *BMC Complement Med Ther*, 2022; 22(1): 332.
19. PITILIN EDB, et al. Terapia floral na evolução do parto e na tríade dor-ansiedade-estresse: estudo quase-experimental. *Acta Paulista de Enfermagem*, 2022; 35.
20. PRATA JA, et al. Tecnologias não invasivas de cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas: contribuições terapêuticas. *Escola Anna Nery*, 2022; 26.
21. SILVA CDA, LARA SRGD. Use of the shower aspersion combined with the swiss ball as a method of pain relief in the active labor stage. *BrJP*, 1, 2018.
22. TANVISUT R, et al. Efficacy of aromatherapy for reducing pain during labor: a randomized controlled trial. *Arch Gynecol Obstet*, 2018; 297(5): 1145-1150.
23. TELES JÚNIOR E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estudos Avançados*, 2016, 30.
24. TESSER CD, SOUSA IMCD. Atenção primária, atenção psicossocial, práticas integrativas e complementares e suas afinidades eletivas. *Saúde e Sociedade*, 2012; 21. Conselho Federal de Enfermagem. Resolução 739, de 05 de fevereiro de 2024. Normatiza a atuação da Enfermagem nas Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Brasília: COFEN, 2024.
25. UNALMIS ERDOGAN S, et al. Effects of low back massage on perceived birth pain and satisfaction. *Complement Ther Clin Pract*, 2017; 28: 169-175.