

IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: “Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais”

ISSN: 1983-8174

BENEFÍCIOS DA AROMATERAPIA E DO BANHO COMO ESTRATÉGIAS DE ALÍVIO DA DOR NO TRABALHO DE PARTO

Antônio Nafis Gomes¹, Maria Maysa Machado Costa², Mayerlly Cardoso Pinheiro³ Sarah Lucena Nunes⁴, Samara Calixto Gomes⁵

Resumo: Objetivou-se conhecer os benefícios do banho e a aromaterapia como métodos não farmacológicos no alívio da dor durante o parto. Trata-se de revisão narrativa da literatura com abordagem qualitativa realizada em agosto de 2019 na Biblioteca Virtual em Saúde. Existe diversos métodos não farmacológicos que podem ser utilizados durante o parto, todos eles visam o alívio da dor e da ansiedade, dentre eles destacamos a aromaterapia e o banho quente. O profissional deve abordar a temática durante o pré-natal, No entanto, 76,7% das mulheres desconheciam seus benefícios. Os MNF para alívio da dor durante o trabalho de parto/parto são diversos, o estudo voltou-se para os métodos do banho e aromaterapia. O banho quente tem por finalidade a estimulação cutânea, que produz efeitos local, regional e sistêmico, diretamente associados ao alívio da dor. A aromaterapia é aplicada usando os sentidos do toque e o cheiro. Tendo como desfecho diminuição significativa da dor, a redução do medo e da ansiedade. O Brasil ainda pouco produz sobre o tema, evidenciando a necessidade da realização de estudos mais específicos, na área, possibilitando o trabalho de parto cada vez mais humanizado.

Palavras-chave: Alívio da dor. Parto humanizado. Métodos não farmacológicos.

1. Introdução

Nos séculos passados, as parturientes eram acompanhadas por parteiras, sendo a própria casa o cenário do atendimento. Segundo Osório (2014), para aliviar a dor as parteiras faziam orações, preparavam receitas fitoterápicas e equipavam-se com talismãs.

Conforme Silva (2017) sabe-se que no Brasil, a assistência é caracterizada por práticas relacionadas ao modelo biomédico, que analisam o corpo como uma máquina, através da relação causa-efeito, gerando sérias implicações no contexto da saúde da mulher, principalmente durante o ciclo gravídico-puerperal. Entretanto tem-se difundido outros modelos de abordagens diante desse contexto.

Os cuidados não farmacológicos são instituídos pelo Ministério da Saúde, propostos por meio do processo de humanização. Conforme exposto por Hanum (2017) estes cuidados são opções benéficas para amenizar a dor da

¹ Universidade Regional do Cariri, email: nafizgomes@gmail.com

² Universidade Regional do Cariri, email: maysamachado6@gmail.com

³ Universidade Regional do Cariri, email: cardosomayerlly@gmail.com

⁴ Universidade Regional do Cariri, email: sarahlucenanunes@gmail.com

⁵ Enfermeira. Mestre em Enfermagem. Docente da disciplina de Saúde da Mulher. Coordenadora do projeto de extensão Educação em Saúde e sexualidade - PESS. Membro do Grupo de Pesquisa em sexualidade, Gênero, Diversidade sexual e Inclusão - GPESGDI. Universidade Regional do Cariri, email: samaracalixto@hotmail.com

IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: “Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais”

ISSN: 1983-8174

parturiente durante o trabalho de parto e são introduzidos com o intuito de substituir técnicas invasivas, analgésicas e anestésicas.

Araújo (2018) retrata que existem vários métodos não farmacológicos que visam o alívio da dor durante o trabalho de parto entre eles a realização de massagens, banhos de imersão e aspersão, uso da bola suíça, utilização de música e técnicas de relaxamento como aromaterapia, que aliviam a tensão, a ansiedade e as dores durante o parto.

De acordo com Gallo (2011) a principal vantagem na utilização de recursos não farmacológicos é o reforço da autonomia da parturiente, proporcionando a sua participação ativa e a do acompanhante durante o pré-parto, parto e pós-parto, estando associados a poucas contraindicações ou aos efeitos colaterais.

Araújo (2018) expõe que a aromaterapia é um tratamento complementar que é aplicado usando os sentidos do toque e cheiro. Cada vez mais vem sendo utilizado óleos essenciais, com um aroma delicado, levemente doce, por vezes aveludado, cítrico, amadeirado, que estão trazendo efeitos relevantes na percepção da dor, na ansiedade das parturientes e conseqüentemente na duração das fases do processo de parto.

Para Silva (2019) a aromaterapia como um método não farmacológico que tem auxiliado à mulher durante a gestação e trabalho de parto, esta terapia consiste na utilização de óleos essenciais, que ativa o sistema límbico (área cerebral responsável pela olfação, memória e emoção) e os receptores que podem influir na frequência cardíaca, na respiração e na resposta ao estresse.

Barbieri (2013) afirma que o banho quente é uma estratégia de estimulação cutânea de calor superficial que associado a intensidade e tempo de aplicação produz efeitos. Realizado a uma temperatura média de 37 °C, esta positivamente associado com o alívio da dor e a redução da ansiedade durante o trabalho de parto com redução dos níveis dos hormônios neuroendócrinos que estão diretamente ligados ao estresse.

Notou-se que o uso de terapias não farmacológicas, auxiliam no trabalho de parto, causando a redução dos níveis de dor, dando autonomia a parturiente e tornando o parto o mais humanizado possível. A aromaterapia e os banhos de quentes são terapias não farmacológicas de baixo custo e de fácil acesso, o que as tornam mais fáceis de serem utilizadas.

2. Objetivo

Conhecer os benefícios do banho e a aromaterapia como métodos não farmacológicos no alívio da dor durante o parto.

3. Metodologia

A pesquisa foi realizada em mês de agosto de 2019 na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) utilizando os descritores e operador na seguinte estratégia de busca: Métodos não farmacológicos para alívio da dor AND Parto, nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Base de dados em Enfermagem (BDENF), foram identificados 39 estudos. Após a aplicação dos critérios de inclusão: texto disponível, documento

IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: “Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais”

ISSN: 1983-8174

artigo, recorte temporal dos últimos dez anos e estudos publicados no idioma português e inglês. Em seguida, foi realizada a leitura dos títulos e resumos dessas produções elencando como critérios de exclusão: artigos repetidos, artigos que não respondessem ao objetivo desse estudo. Ao final, o processo resultou em 10 artigos para a leitura na íntegra e construção do estudo bibliográfico na literatura pertinente à temática

4. Resultados

Diferente ao que se acredita empiricamente, a dor do parto faz parte da concepção de uma nova vida, não estando associada a uma patologia. Porém, a maioria das mulheres define como “a pior dor já sentida”. Araújo, 2018 apresenta Os métodos não farmacológicos (MNF) como uma opção para reduzir o uso de analgésicos durante o trabalho de parto e ajudar as parturientes a lidar com as dores corroborando com Mascarenhas(2019).

Segundo Mielke, (2019) Durante o pré-natal deve ser apresentado à gestante às formas de alívio de dor e orienta-la quanto os métodos não farmacológicos. O profissional deve abordar a temática prioritariamente no último trimestre da gestação, se possível com a presença do acompanhante da gestante, visto que este poderá dar apoio no momento do parto.

No entanto, de acordo com Hanum, (2017) 33% das puérperas relatam não ser orientadas sobre o trabalho de parto durante o período pré-natal, e 76% não receberam informações sobre os métodos de alívio da dor. Um estudo realizado em uma maternidade escola do interior de São Paulo mostrou que apenas 23,3% das mulheres entrevistadas afirmaram ter conhecimento sobre os métodos de analgesia por MNF e 76,7% delas desconheciam seus benefícios, o que se torna fator determinante da adesão.

Os MNF para alívio da dor durante o trabalho de parto/parto são diversos, tais como banho quente, exercícios perineais com bola suíça, exercícios de respiração, relaxamento, massagem, acupuntura, eletro estimulação, injeção subcutânea de água destilada, entre outros. Barbieri, (2013) afirma que o uso pode ser realizado de forma individual ou associado concomitantemente. Em estudo quando associadas duas intervenções, banho quente de aspersão sentada sobre a bola suíça os valores revelaram diminuição significativa da dor. A bola suíça favorece o trabalho de parto e atua como adjuvante na redução da dor.

Frente ao variado número de terapias, voltou-se o estudo para os métodos do banho e aromaterapia, onde se observou nos artigos encontrados eficácia em ambos as terapias e a aceitação pelas mulheres por não serem invasivos trazendo diversos benefícios entre eles o alívio e conforto além de reduzir os níveis de ansiedade e estresse

O banho quente é um método não invasivo, que tem por finalidade a estimulação cutânea, que considerando o tempo de aplicação e a temperatura da água, que é em média de 37% °C, produz efeitos local, regional e sistêmico. Estes diretamente associados ao alívio da dor e ansiedade, por meio da redução dos níveis dos hormônios relacionados ao estresse, os estudos também apontam melhora no padrão das contrações uterinas, dentre os benefícios

IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: “Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais”

ISSN: 1983-8174

também são citados a redução da pressão arterial e o aumento da dilatação do colo uterino conforme é demonstrado por Rocha, (2015). Cabe ressaltar que não existem estudos que indiquem efeitos adversos quanto ao uso do método, que através do alívio da dor promove um maior conforto para a parturiente tornando a experiência do parto mais tranquilo e com maior satisfação emocional durante o processo. (MIELKE, 2019)

A aromaterapia é mais uma dos MNF, (ARAÚJO, 2018) é aplicada usando os sentidos do toque, aplicado usando os sentido do toque e o cheiro, os óleos essenciais com aroma delicado levemente doce são os mais usados. Os dados apresentados por Rocha (2015) evidenciaram que a técnica pode ser realizada por meio de massagens, escalda pés, diluição em água para banho e inalação. A maioria das gestantes opta pela técnica da inalação, tendo como desfecho diminuição significativa da dor, bem como a redução do medo e da ansiedade, por tanto evidencia-se por Silva, (2019) que a aromaterapia como um MNF, tem auxiliado de forma efetiva durante a gestação e trabalho de parto.

A partir dos estudos, foi possível concluir que apesar da aromaterapia ser um método de fácil aplicação e baixo custo, os estudos ainda são vagos, sugerindo a necessidade de mais pesquisas, com delineamento adequado, para avaliar seus efeitos no trabalho de parto. (SILVA, 2019)

Em estudo feito por, Hanum (2017), Conclui se que técnica voltada para o alívio da dor mais aplicada é o banho morno, ao se analisar os percentuais, a maioria das mulheres 84,5%, utilizou a técnica, sendo o melhor qualificado, considerado por 53,6% como um método mais eficaz para alívio da dor sendo muito bem aceita pelas mulheres em trabalho de parto ativo. No entanto Mascarenhas, (2019) apresenta o fato de que os estudos já realizados utilizam o banho e suas variações, associado a outras técnicas, tornando mais difícil concluir sobre os principais efeitos dessa técnica individualmente.

De forma geral inúmeros benefícios estão associados ao uso dos MNF. Osório, (2019) apresenta que o Brasil ainda pouco produz sobre o tema, evidenciando a necessidade da realização de estudos mais específicos e rigorosos, assim eles poderão ser divulgados nacional e internacionalmente, dando maior credibilidade a nossas produções e reafirmando a efetividade dos métodos e sua aplicabilidade tornando o trabalho de parto cada vez mais humanizado e possibilitando maior participação da parturiente.

5. Conclusão

O estudo permitiu conhecer a importância de difundir desde o pré-natal os benefícios do uso de MNF para a parturiente, apresentando sua efetividade no alívio da dor, possibilitando o protagonismo da mulher, cabendo á ela escolher qual método deseja utilizar durante o trabalho de parto podendo optar por o uso associado ou isolado de determinado MNF.

A pesar de seus benefícios e baixo custo, no Brasil, ainda é pouco discutido durante o pré-natal a inserção dessas estratégias, e a produção de estudos voltados a esta área ainda é pouco incentivada.

Acredita-se que o objetivo proposto foi alcançado, de modo a auxiliar o meio acadêmico com o imprescindível estudo, de caráter metodológico, a fim de

IV SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXII Semana de Iniciação Científica

21 a 25 de outubro de 2019

Tema: "Desmonte da Pesquisa, Ciência e Tecnologia: repercussões e impactos tecnológicos, sociais e culturais"

ISSN: 1983-8174

enriquecer o conhecimento acerca da temática visando a humanização a assistência ao parto.

6. Referências

ARAÚJO, A. S. C.; CORREIA, A. M.; RODRIGUES, D. P. *et al.* Métodos não farmacológicos no parto domiciliar. **Rev enferm UFPE on line.** v. 12, n. 4, p. 1091-6, abr., 2018, Recife.

BARBIERI, M.; HENRIQUE, A. J.; CHORS, F. M. *et al.* Banho quente de aspensão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. **Acta Paul Enferm.** v. 26, n.5, p.478-84. 2013.

DIAS, E. G.; FERREIRA, A. R. M.; MARTINS, A. M. *et al.* Eficiência de métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto normal. **Enferm. Foco.** V. 9 n. 2, p.35-39. 2018.

GALLO, R. B. S.; SANTANA, L. S.; MARCOLIN, A. C. *et al.* Recursos não-farmacológicos no trabalho de parto: protocolo assistencial. **FEMINA.** v. 39, n. 1. Janeiro 2011.

HANUM, S. P.; MATTOS, D. V. DE; MATÃO, M. E. L. *et al.* Estratégias não farmacológicas para o alívio da dor no trabalho de parto: efetividade sob a ótica da parturiente. **Rev enferm UFPE on line.** v. 11, s. 8, p.3303-9; ago., 2017, Recife.

MASCARENHAS, V. H.; LIMA, T. R.; SILVA, F.M.; NEGREIROS, F. S.; SANTOS, J.D.; MOURA, M.A. *et al.* Evidências científicas sobre métodos não farmacológicos para alívio a dor do parto. **Acta Paul Enferm.** 2019; v.32, n.3, p. 350-7. 2019.

MIELK, K. C.; GOUVEIA, H. G.; GONÇALVES, A. C. A prática de métodos não farmacológicos para o alívio da dor de parto em um hospital universitário no Brasil. **Av Enferm.** v.37, n.1, p.47-55. 2019.

OSÓRIO, S. M. B.; SILVA JÚNIOR, L. G.; NICOLAU, A. I. O. Avaliação da efetividade de métodos não farmacológicos no alívio da dor do parto. **Rev Rene.** v. 15, n. 1, p. 174-84; jan-fev, 2014.

ROCHA, F. A, A.; FONTENELE, F. M. C.; CARVALHO, I. R. *et al.* Cuidado no parto e nascimento: percepção de puérperas. **Rev Rene.** v.16, n.6, p.782-9. nov-dez; 2015

SILVA, M.A DA; SOMBRA, I. V. S.; SILVA, J.S.J. DA *et al.* Aromaterapia para alívio da dor durante o trabalho de parto **Rev enferm UFPE on line.** v. 13, n. 2, p.455-63; fev; 2019, Recife