

Non-pharmacological methods of pain relief used during normal labor*Métodos no farmacológicos de alívio del dolor utilizados durante el parto normal**Métodos não farmacológicos de alívio da dor utilizados durante o trabalho de parto normal***Abstract**

Introduction: Non-pharmacological methods of pain relief are based on structured knowledge, which does not require sophisticated equipment to be used, being based on the structured knowledge of health professionals, used both to relieve pain and to humanize childbirth. **Objective:** To investigate the possibility of performing the normal delivery procedure using non-pharmacological methods, to describe the main non-pharmacological methods of pain relief, identifying the obstetric nurse's action in this scenario. **Method:** This is an exploratory study of literature review carried out in the databases of the Virtual Health Library and Scientific Electronic Library Online, in articles published from 2005 to 2017. **Results and Discussion:** They were identified as non-pharmacological methods in the relief of pain in normal childbirth: hydrotherapy, ambulation and change of position, relaxation exercises, aromatherapy, breathing technique, massage, music therapy, delivery ball, electrical stimulation and acupuncture. **Conclusion:** Non-pharmacological methods of pain relief have been highlighted by movements in favor of humanizing childbirth practices, seeking to decrease the use of drugs and introducing women as protagonists in this scenario

Descriptors: Obstetric Nursing; Childbirth Pain; Humanized Birth.

Resumen

Introducción: los métodos no farmacológicos de alívio del dolor se basan en un conocimiento estructurado, que no requiere un equipo sofisticado para ser utilizado, basándose en el conocimiento estructurado de los profesionales de la salud, utilizados tanto para aliviar el dolor como para humanizar el parto. **Objetivo:** Investigar la posibilidad de realizar el procedimiento de parto normal utilizando métodos no farmacológicos, para describir los principales métodos no farmacológicos de alívio del dolor, identificando la acción de la enfermera obstétrica en este escenario. **Método:** Este es un estudio exploratorio de revisión de literatura realizado en las bases de datos de la Biblioteca Virtual en Salud y la Biblioteca Electrónica Científica en línea, en artículos publicados de 2005 a 2017. **Resultados y discusión:** Se identificaron como métodos no farmacológicos en el alívio del dolor en el parto normal: hidroterapia, deambulación y cambio de posición, ejercicios de relajación, aromaterapia, técnica de respiración, masajes, musicoterapia, pelota de parto, estimulación eléctrica y acupuntura. **Conclusión:** Los métodos no farmacológicos para aliviar el dolor han sido destacados por los movimientos a favor de humanizar las prácticas de parto, buscando disminuir el uso de drogas e introduciendo a las mujeres como protagonistas en este escenario.

Descriptores: Enfermería Obstétrica; Dolor del Parto; Nacimiento Humanizado.

Resumo

Introdução: Os métodos não farmacológicos de alívio da dor fundamentam-se em conhecimentos estruturados, que não necessitam de equipamentos sofisticados para serem utilizados, sendo baseados nos saberes estruturados dos profissionais de saúde, utilizados tanto para amenizar a dor, quanto para humanizar o parto. **Objetivo:** Investigar a possibilidade de realizar o procedimento de parto normal utilizando os métodos não farmacológicos, descrever os principais métodos não farmacológicos de alívio da dor identificando a ação do enfermeiro obstetra nesse cenário. **Método:** Trata-se de um estudo exploratório de revisão de literatura realizado nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde e *Scientific Electronic Library Online*, em artigos publicados no período de 2005 a 2017. **Resultados e Discussão:** Identificaram-se como métodos não farmacológicos no alívio da dor no parto normal: hidroterapia, deambulação e mudança de posição, exercícios de relaxamento, aromaterapia, técnica de respiração, massagem, musicoterapia, bola de parto, estimulação elétrica e acupuntura. **Conclusão:** Os métodos não farmacológicos de alívio da dor vêm se destacando pelos movimentos em favor das práticas de humanização do parto, buscando uma diminuição na utilização dos fármacos e introduzindo a mulher como protagonista nesse cenário.

Descriptores: Enfermagem Obstétrica; Dor do Parto; Parto Humanizado.

Carla Bastos Santos¹

ORCID: 0000-0003-2878-7442

Rúlio Glécias Marçal¹

ORCID: 0000-0002-9626-7361

Aline Voltarelli²

ORCID: 0000-0002-3491-616X

Raquel Pinheiro de Morais Silva³

ORCID: 0000-0002-4111-5598

Rosângela Sakman¹

ORCID: 0000-0003-1748-9490

¹Faculdade Sequencial, São Paulo, Brazil.

²União das Instituições Educacionais de São Paulo, São Paulo, Brazil.

³Faculdade Metropolitana Unida, São Paulo, Brazil.

How to cite this article:

Santos CB, Marçal RG, Voltarelli A, Silva RPM, Sakman R. Non-pharmacological methods of pain relief used during normal labor. *Glob Acad Nurs.* 2020;1(1):e2. doi: <https://dx.doi.org/10.5935/2675-5602.20200002>

Corresponding author:

Aline Voltarelli

E-mail: alinevolter@outlook.com

Chief Editor: Caroliny dos Santos Guimarães da Fonseca

Associate Editor: Magda Guimarães de Araujo Faria

Executive Editor: Kátia dos Santos Armada de Oliveira

Submission: 08-30-2019**Approval:** 01-01-2020

Introduction

In the past, labor and delivery took place in a home environment, in which the woman was assisted by another woman, usually a midwife, and supported by her family members. In the 20th century, after medicine began to gain power in Brazil, more precisely after the Second World War, in the name of reducing the high rates of maternal and child mortality, the institutionalization of childbirth occurred, moving from home to the hospital, thus, most parturients started to stay in the collective pre-delivery room, with little or no privacy, assisted by practices based on norms and routines, distancing the family from the delivery process¹.

Due to the high rates of cesarean deliveries, the various unnecessary procedures and the lack of humanization that occurred, and often still occurs, the Ministry of Health encourages natural childbirth with campaigns; and the World Health Organization (WHO) established a rate of caesarean sections between 10 and 15%, however, this reality is higher in the world population, including in Brazil, which is considered one of the record countries in cesarean sections².

In this regard, the non-pharmacological methods of pain relief used in natural childbirth have emerged, which currently have been put as an option to replace, as far as possible, medications. Non-pharmacological methods aim to enhance natural childbirth as an event of maximum femininity, in which the woman and the fetus must be placed as protagonists, in addition to reducing the overuse of drugs³.

Childbirth pain is one of the main reasons why women prefer not to have natural childbirth, non-pharmacological methods aim to ease the pain, and bring the culture that natural childbirth can happen from humanized wood⁴.

Pain is interpreted in different ways by parturients, being influenced by several factors, such as: culture, fatigue, cold, hunger, loneliness, social and emotional helplessness, anxiety, fear, and previous traumatic experience. Although it is an unpleasant sensation, it represents one of the main signs of the beginning of labor⁵.

Drugs, in general, are used to produce analgesia or to induce labor, in procedures and methods to advance the labor process, with a conflict of interest, so that the professional receives by number of procedures performed. Consequently, the use of these drugs can lead to several complications, which can harm both the mother and the fetus, and the labor itself, making it less natural⁶.

Among the main anesthetics used for pain relief in labor, we have epidural analgesia, one of the main pharmacological methods of pain relief used in current obstetrics, one of the advantages is the increase in the number of women who undergo vaginal birth by have the possibility of effective pain relief, but its use can cause respiratory depression in the neonate, in addition to increasing invasive behavior by professionals⁷.

Another medication used in childbirth is oxytocin, which is a hormone capable of inducing or increasing the rhythmic contractions at any time during pregnancy. It has prophylactic indications of use during several moments of the third period of delivery, but it is often applied after the detachment of the anterior shoulder or after the birth of the child to decrease blood loss in the postpartum period, which is a positive point of its use; in low-risk births, the use of oxytocin routinely for active management of the third period of childbirth seems to be premature, the woman may have tachysystolia, hypertonia, uterine hyperstimulation and uterine rupture⁸.

Therefore, one of the main objectives of obstetric nurses working in the face of childbirth is to bring respect to aspects of female physiology, without unnecessary interventions, recognizing the social and cultural aspects of childbirth and birth, offering emotional support to women and their families, guaranteeing citizenship rights⁶.

Methodology

This is an exploratory study of literature review. Bibliographic research can be understood as follows: preliminary bibliographic survey; elaboration of the provisional plan of the matter; search for sources; reading the material; file; logical organization of the subject; writing the text. Data collection was performed through computerized mechanical consultation in the VHL (Virtual Health Library) and SciELO (Scientific Electronic Library Online) databases.

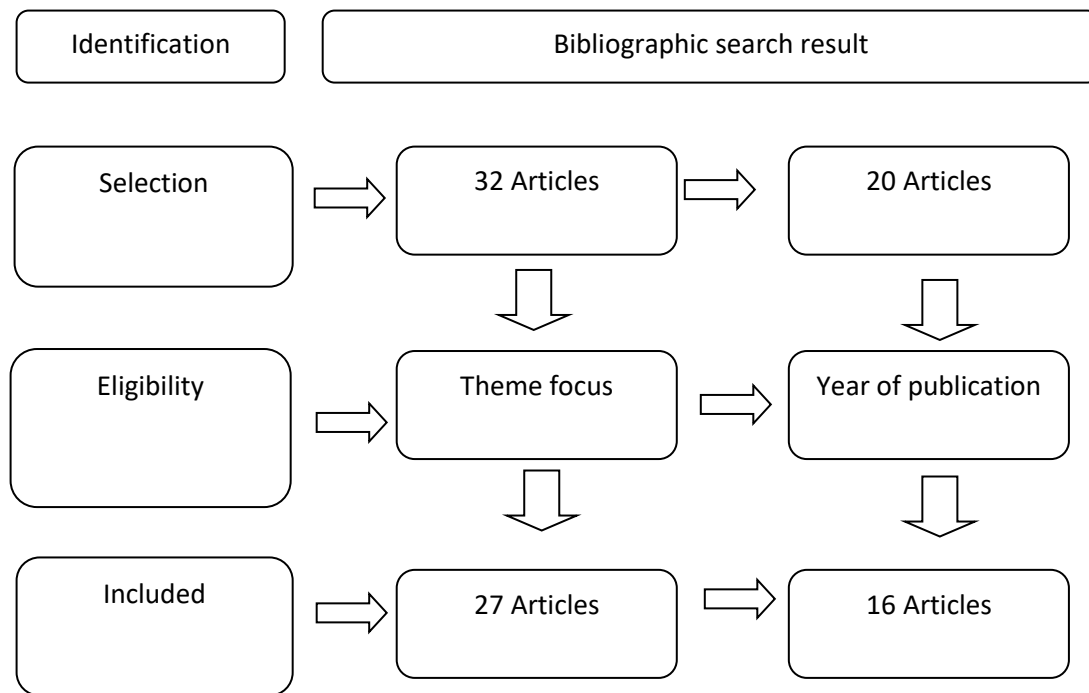
The descriptors used in this research were consulted in the list of Health Science Descriptors (DECS) to use the appropriate keywords for the research. In the next stage, the articles of interest for this study were selected, considering as criteria: articles from the health area, works developed at the national level; available in full in Portuguese online; and that addressed in the summary and / or title characteristics about the non-pharmacological methods used in pain relief during normal labor.

From this search, an exploratory reading was carried out that was based on the verification of abstracts in order to select articles related to the objective of the study; then, the articles were read in full and, subsequently, their analysis and discussion according to the results and parameters; synthesis of the results presented in the publications; corresponding to each publication and, finally, the writing of the text.

The sample consists of scientific articles focused on the theme: "non-pharmacological methods used to relieve pain during normal labor" in journals published from 2005 to 2017; the search for the articles used in this work was carried out between June and November 2018; used as descriptors: "Obstetric Nursing", "Labor Pain" and "Humanized Childbirth".



Figure 1. Flowchart of search and selection of studies. São Paulo, SP, Brazil, 2005-2017



Resultados e Discussão

Para a OMS, é essencial que métodos não farmacológicos de alívio da dor sejam explorados e introduzidos no processo do parto por serem mais seguros e acarretarem menos intervenções⁹. Dentre as principais alternativas não farmacológicas, podemos incluir: hidroterapia, deambulação e mudança de posição, exercícios de relaxamento, aromaterapia, massagem, musicoterapia, técnicas de respiração, bola de parto, estimulação elétrica transcutânea e acupuntura⁵.

A hidroterapia refere-se ao banho de imersão ou de aspersão. A ação da hidroterapia é reverter os efeitos negativos da ansiedade e da dor, promovendo resposta de relaxamento⁵. A água quente proporciona uma estimulação confortável aos nervos da pele, o que promove vasodilatação com reversão da resposta nervosa simpática⁵. A recomendação para iniciar a hidroterapia é que a cliente esteja em trabalho de parto ativo (> 5 cm de dilatação), para evitar a desaceleração das contrações do trabalho de parto secundárias ao relaxamento muscular⁹.

Deambulação e mudanças de posição são medidas de conforto extremamente úteis, auxiliam a acelerar o trabalho de parto em razão de acrescentar os benefícios da gravidade e as mudanças no formato da pelve⁶. Exercícios de relaxamento têm o objetivo de diminuir a ansiedade e a tensão muscular, dessa forma, acalma a mente e relaxa os músculos, onde se aplicam séries de exercícios dirigidos ao relaxamento dos diversos grupos musculares, em especial os músculos perineais e pélvicos; têm como objetivo permitir que as mulheres reconheçam as partes do corpo e suas

sensações, principalmente as diferenças entre relaxamento e contração⁶.

Aromaterapia é uma prática alternativa que utiliza as essências das plantas em forma de óleos essenciais, pode ser utilizada no parto e pós-parto, apesar de incerto, parece estimular substâncias relaxantes do próprio corpo que produz relaxamento e bem-estar¹⁰. Massagem é uma técnica realizada na região dorsal, nos pés, na cabeça, nos ombros e nas mãos; fazendo o relaxamento dos músculos. É uma técnica simples, de baixo custo, que associada à respiração, mudança de posição e deambulação, pode ser de grande valia no processo de nascimento, podendo ser aplicada até mesmo pelo acompanhante¹⁰.

Musicoterapia é utilizada como um meio de distração que não reduz a dor, mas causa um estímulo agradável ao cérebro, desviando a atenção da mãe da sensação dolorosa; o uso da música tem baixo custo e fácil aplicabilidade, além de ser uma modalidade de cuidado não farmacológico não invasivo⁶. Técnicas de respiração, quando associadas ao relaxamento muscular, são técnicas simples e garantem à parturiente uma participação ativa durante processo de parturição e autonomia no controle da dor. O controle da respiração passa pelo estabelecimento de um reflexo condicionado, contração/respiração devem ser feitas inspirando e expirando profundamente no início de cada contração, antes de iniciar a série de respirações superficiais, utilizada durante a contração⁶.

Bola de parto é uma ferramenta adjuvante como estratégia de redução da dor que favorece a evolução do trabalho de parto, permite a mudança de posição, diminui a sensação dolorosa da contração uterina e estimula

movimentos espontâneos e não habituais; usar a bola de parto como apoio durante as contrações confere, à maioria das mulheres, uma sensação maior de controle e de movimento ativo do que apenas o ato de permanecer deitada, pode ser associada também com o banho de chuveiro⁵. O uso da estimulação elétrica transcutânea consiste em um método para alívio da dor, o qual estimula o sistema opioide endógeno através do uso de eletrodos fixados na pele. No entanto, autores demonstram que o uso dos eletrodos durante o trabalho de parto provoca desconforto e incômodo às parturientes, deixando muitas vezes de ser usado⁶.

Acupuntura é um dos procedimentos terapêuticos que constitui a Medicina Tradicional Chinesa. Suas origens remontam há aproximadamente 5.000 anos. Para os chineses, há uma contínua circulação de energia em nosso corpo e a desorganização dessa circulação causa os adoecimentos; a acupuntura é efetiva a medida em que redistribui e normaliza a corrente energética, podendo ser utilizada para alívio de dores¹¹.

Um estudo realizado no Instituto de Saúde Elpídio de Almeida (ISEA), localizado no município de Campina Grande, Estado da Paraíba, realizado com 11 puérperas para verificar a percepção das mesmas em relação aos métodos não farmacológicos observou que as participantes da pesquisa expuseram seus sentimentos e a opinião sobre os métodos não farmacológicos, e a grande maioria referenciou

como um fator positivo para a vivência desse momento em sua vida. Houve também a associação dos métodos não farmacológicos como fatores positivos, tais como a aceleração no trabalho de parto¹².

Em outro estudo sobre banho de imersão realizado no Centro de Parto Normal do Amparo Maternal, que é uma maternidade filantrópica, situada na Zona Sul da capital paulista com uma amostra composta por 108 mulheres sendo 54 no Grupo Controle e 54 no Grupo Experimental, não foi encontrada diferença estatisticamente significativa com relação à duração do trabalho de parto em minutos, entre os grupos, porém as autoras colocam o uso do banho de imersão como uma opção viável para o conforto da parturiente além de destacar as vantagens de reduzir e postergar o uso de fármacos no controle da dor⁵⁻⁹.

Em um estudo sobre técnicas de respiração e relaxamento para alívio da dor e ansiedade, realizado na enfermaria de pré-parto no centro obstétrico e na enfermaria de pós-parto de uma maternidade pública, localizada na cidade de Goiânia sendo a amostra do estudo de trinta e seis parturientes, dezessete do grupo controle e dezoito do grupo experimental; ao comparar os dois grupos, não se encontrou diferença significativa quanto à duração total do trabalho de parto. As técnicas utilizadas não reduziram a intensidade de dor, mas promoveram ao grupo experimental a manutenção do baixo nível de ansiedade¹³.

Quadro 1. Distribuição das publicações sobre métodos não farmacológicos de alívio da dor utilizados durante o trabalho de parto normal. São Paulo, SP, Brasil, 2005-2017

Título	Autores	Ano	Tipo de Pesquisa
Evidências sobre o suporte durante o trabalho de parto/parto: uma revisão da literatura	BRÜGGEMANN, Odaléa Maria et al	2005	Revisão da literatura
Fatores associados ao tipo de parto em mulheres brasileiras	MELLER, Fernanda de Oliveira; SCHÄFER, Antônio Augusto	2011	Estudo Transversal,
Os cuidados não-farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: orientações da equipe de enfermagem	SESCATO, Andréia Cristina; SOUZA, Silvana Regina Rossi Kissula; WALL, Marilene Loewen	2008	Pesquisa qualitativa de natureza exploratória
Dor no trabalho de parto: fisiologia e o papel da analgesia peridural	PEREIRA, Rosa Inês Costa; CECATTI, José Guilherme; DE OLIVEIRA, Amaury Sanchez	2012	Revisão de Literatura
Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto	BARBIERI, Márcia et al	2013	Estudo clínico experimental ou de intervenção, randomizado
Uso de métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto normal: revisão integrativa	DE OLIVEIRA, Dannielly Azevedo et al	2013	Revisão Integrativa
O uso da analgesia peridural em obstetria: uma metanálise	BARALDI, Ana Cyntia Paulin et al	2007	Metanálise
Assistência do enfermeiro obstetra à mulher parturiente: em busca do respeito à natureza	RODRIGUES DA ROCHA, Cristiane; COSTA FONSECA, Letiery	2010	Pesquisa quantitativa, descritiva, de análise documental.
O efeito do banho de imersão na duração do trabalho de parto	da Silva, F. M. B., & de Oliveira, S. M. J. V	2006	Estudo experimental, randomizado tipo ensaio-clínico
Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: uma revisão sistemática	GAYESKI, Michele Ediane; BRÜGGEMANN, Odaléa Maria	2010	Revisão Sistemática



A acupuntura na analgesia do parto: percepções das parturientes	MARTINI, Jussara Gue; BECKER, Sandra Greice	2009	Abordagem qualitativa
Métodos não farmacológicos no alívio da dor no parto: percepção de puérperas	Medeiros, J., Hamad, G. B. N. Z., de Oliveira Costa, R. R., Chaves, A. E. P., & de Medeiros, S. M	2015	Estudo do tipo transversal e descritivo
Utilização de técnicas de respiração e relaxamento para alívio de dor e ansiedade no processo de parturição	Alves Marques Almeida, N., Tomé de Sousa, J., Bachion, M. M., & de Almeida Silveira, N	2005	Pesquisa de campo experimental
Efetividade de estratégias não farmacológicas no alívio da dor de parturientes no trabalho de parto	BARBOSA DAVIM, Rejane Marie; DE VASCONCELOS TORRES, Gilson; DA COSTA DANTAS, Janmilli	2009	Ensaio clínico do tipo intervenção terapêutica antes e após
Utilização de estimulação elétrica transcutânea para alívio da dor no trabalho de parto: um modo possível para o cuidado à parturiente	KNOBEL, Roxana; RADUNZ, Vera; CARRARO, Telma Elisa	2005	Ensaio clínico controlado, aleatorizado e cego
Utilização da bola suíça e banho de chuveiro para o alívio da dor no parto	DE SOUSA NOGUEIRA, Cristiane Luiza et al	2017	Revisão sistemática de literatura

Um estudo realizado na Maternidade Escola Januário Cicco localizada em Natal/RN para verificar a efetividade dos cuidados não farmacológicos em parturientes comprovou que, das 100 parturientes que participaram do estudo 15% não utilizou nenhum tipo de medicação. A população para o estudo teve como critério de inclusão o baixo risco gestacional, considerando parturiente de baixo risco gestacional a partir de uma avaliação na qual inclui avaliação dos sinais vitais, das mucosas para aferir presença de anemias presença ou não de edema e varizes nos membros inferiores, ausculta cardíaca e pulmonar. Àquelas com indicação de cesárea foram excluídas, como também as: diabéticas, cardiopatas, pneumopatas, com deslocamento prematuro de placenta, placenta previa, malformação fetal dentre outros critérios. Nas parturientes escolhidas, foram utilizados os seguintes cuidados: exercício respiratório, relaxamento muscular, massagem lombossacral e banho de aspersão, onde ficou comprovada a efetividade dos métodos não farmacológicos¹⁴.

Em um ensaio controlado aleatório, no qual foram utilizados cuidados às parturientes por meio da utilização de estimulação elétrica transcutânea com 60 parturientes, em um grupo foram colocados eletrodos verdadeiros ou outro grupo eletrodos falsos; parturiente, equipe de saúde e pesquisadores não sabiam qual o tipo de tratamento utilizado em cada uma. O grupo que recebeu estimulação real teve sua dor aliviada em maior proporção e recebeu menos prescrições de drogas analgésicas/tranquilizantes em relação ao grupo controle, que recebeu estimulação simulada; este estudo sugere que a utilização da estimulação elétrica é capaz de aliviar a dor no trabalho de parto¹⁵.

Em uma abordagem qualitativa, que teve como cenário a maternidade do hospital universitário da Universidade Federal de Santa Catarina, localizada em Florianópolis e fundada em 1995, sobre a utilização da acupuntura na analgesia das dores do parto mostrou que uma grande parcela das mulheres atendidas na maternidade não tinha informações sobre o uso da acupuntura no controle das dores obstétricas, atingindo 95% das respostas, contudo, 70% das entrevistadas acreditam na possibilidade de analgesia por acupuntura e estariam dispostas a

experimental caso disponibilizada na instituição, revelando que as mulheres aceitam cada vez melhor o uso dos métodos não farmacológicos¹¹.

A enfermagem é uma profissão fundamental para a mudança do contexto atual da assistência do processo de parturição no Brasil para um modelo humanizado de assistência à parturiente, fato esse que resultou, em 1998, no reconhecimento do Ministério da Saúde à assistência humanizada prestada pela enfermeira obstetra dos hospitais públicos. E a Resolução do Conselho Federal de Enfermagem (COFEN) n.º 477/2015, que dispõe sobre a atuação de enfermeiros na assistência a gestantes, parturientes e puérperas¹⁶.

O enfermeiro obstetra é habitualmente responsável pela assistência da mulher em trabalho de parto e seu feto. A segurança destes depende da habilidade do enfermeiro em reconhecer anormalidades, fazendo um juízo clínico preciso e procurar o conselho médico, ou agir nos casos de urgência. Da mesma forma, esse profissional precisa ser capaz de determinar as necessidades físicas e emocionais da parturiente durante um trabalho de parto que, muitas vezes, é longo e tedioso. Algumas atitudes tomadas pelo enfermeiro devem incluir: medidas de conforto, apoio emocional, informações e instruções⁶.

O estímulo da atuação do enfermeiro nesta assistência está no interesse da diminuição das intervenções desnecessárias, redução dos altos índices de cesáreas, contribuição com a diminuição da morbimortalidade materna e devolução à mulher do seu papel de protagonista no parto⁸.

Conclusão

Na atualidade há uma grande ascensão em relação à humanização do parto em todo o ciclo gravídico puerperal, os métodos não farmacológicos vêm se destacando exatamente com este intuito, funcionando como uma ferramenta para atenuar a dor e trazer um maior bem-estar neste momento tão importante na vida das mulheres.

A literatura apresentada neste trabalho revela que há uma grande efetividade em relação aos métodos não farmacológicos, tanto na diminuição da dor como na



redução da utilização de fármacos, dando à parturiente maior segurança e participação no parto. O enfermeiro obstetra entra nesse cenário como um facilitador, onde deve enxergar esse momento de forma holística, trazendo em si o foco da humanização, levando mulheres a terem partos mais seguros valorizando a natureza humana e a autonomia das mulheres.

Os métodos não farmacológicos são um assunto que desperta interesse, principalmente na área da enfermagem, por serem técnicas de fácil utilização que

proporcionam resultados eficazes e que a enfermagem pode exercer de maneira consistente.

Desta maneira, permite-nos concluir que os métodos não farmacológicos proporcionam às parturientes um parto com uma atenção integral e individualizada buscando a humanização do atendimento, promovendo a prevenção da mortalidade materna e perinatal, trazendo a possibilidade de realizar o parto com o mínimo de intervenções possíveis.

Referências

- 1.Bruggemann OM, et al. Evidências sobre o suporte durante o trabalho de parto/parto: uma revisão da literatura. *Cadernos de Saúde Pública*. 2005;21(5).
- 2.Meller FO, Schafer AA. Fatores associados ao tipo de parto em mulheres brasileiras: PNDS 2006. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2011;16:3829-3835.
- 3.Sescato AC, Souza SRRK, Wall ML. Os cuidados não-farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: orientações da equipe de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*. 2008;13(4).
- 4.Pereira RIC, Cecatti JG, Oliveira AS. Dor no trabalho de parto: fisiologia e o papel da analgesia peridural. *Revista de Ciências Médicas*. 2012;7(3).
- 5.Barbieri M, et al. Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2013;26(5).
- 6.Oliveira DA, et al. Uso de métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto normal: revisão integrativa. *Revista de enfermagem UFPE on-line*. 2013;7(5):4161-4170.
- 7.Baraldi ACP, et al. O uso da analgesia peridural em obstetrícia: uma metanálise. *Rev. enferm. UERJ*. 2007;64-71.
- 8.Rocha CR, Fonseca LC. Assistência do enfermeiro obstetra à mulher parturiente: em busca do respeito à natureza. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*. 2010;2(2).
- 9.Silva FMB, Oliveira SMJV. O efeito do banho de imersão na duração do trabalho de parto. *Rev Esc Enferm USP*. 2006;40(1):57-63.
- 10.Gayeski ME, Bruggemann OM. Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: uma revisão sistemática. *Texto & Contexto Enfermagem*. 2010;19(4).
- 11.Martini JG, Becker SG. A acupuntura na analgesia do parto: percepções das parturientes. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*. 2009;13(3):589-594.
- 12.Medeiros J, Hamad GBNZ, Costa RRO, Chaves AEP, Medeiros SM. Métodos não farmacológicos no alívio da dor no parto: percepção de puérperas. *Espaço para a Saúde-Revista de Saúde Pública do Paraná*. 2015;16(2):37-44.
- 13.Almeida NAM, Sousa TJ, Bachion MM, Silveira NA. Utilização de técnicas de respiração e relaxamento para alívio de dor e ansiedade no processo de parturição. *Rev Latino-Am Enferm*. 2005;13(1).
- 14.Barbosa RMD, Torres, GV, Dantas JC. Efetividade de estratégias não farmacológicas no alívio da dor de parturientes no trabalho de parto. *Rev Esc Enferm USP*. 2009;43(2).
- 15.Knobel R, Radunz V, Carraro TE. Utilização de estimulação elétrica transcutânea para alívio da dor no trabalho de parto: um modo possível para o cuidado à parturientes. *Texto & Contexto Enferm*. 2005;14(2):229-236.
- 16.Nogueira CLS, et al. Utilização da bola suíça e banho de chuveiro para o alívio da dor no parto. *Enfermagem Obstétrica*. 2017;4:e61.

