

**MÉTODOS NÃO FARMACOLÓGICOS USADOS PELA ENFERMAGEM PARA O ALÍVIO DA DOR DURANTE O TRABALHO DE PARTO.**

NON-PHARMACOLOGICAL METHODS USED BY NURSING STAFF FOR PAIN RELIEF DURING LABOR.

Ana Clara Fernandes Baixo<sup>1</sup>  
Brenda Barauna Pereira de Araújo<sup>2</sup>  
Jade Martins Góes do Santos<sup>3</sup>  
Kauany de Oliveira Dias da Costa<sup>4</sup>  
Luana Miana da Silva<sup>5</sup>  
Vitória Alessandra Leite Quartin<sup>6</sup>  
Orientadores: Everson da Silva Souza<sup>7</sup>  
Luciane Taschetto<sup>8</sup>

**Resumo:** O parto é um processo fisiológico marcado por intensas mudanças físicas e emocionais na vida da mulher. Muitas gestantes percebem esse momento como desafiador devido às sensações dolorosas e ao desconforto. Entretanto, existem diversos métodos não farmacológicos que auxiliam no manejo da dor e contribuem para uma assistência mais humanizada, proporcionando à mulher uma vivência mais tranquila em todas as fases do trabalho de parto, minimizando os sinais fisiológicos inerentes a esse processo. Este estudo tem como objetivo analisar as técnicas não farmacológicas utilizadas no alívio da dor durante o trabalho de parto. Trata-se de uma revisão narrativa, com abordagem qualitativa e caráter descritivo. A coleta de dados foi realizada no período de março a maio de 2026, por meio de buscas em bases de dados eletrônicas, incluindo Google Acadêmico, SciELO, Revista Eletrônica Acervo Saúde, Revista Enfermagem Atual e Research, Society and Development. Foram selecionados artigos publicados de 2021 a 2026, nos idiomas português, inglês e espanhol, resultando em uma amostra final de cinco estudos. Os resultados evidenciaram que métodos como banho morno, massagens, deambulação, exercícios respiratórios, uso da bola

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL  
E-mail: anabaixo@gmail.com

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL

<sup>3</sup> Acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL

<sup>4</sup> Acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL

<sup>5</sup> Acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL

<sup>6</sup> Acadêmica do curso de Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL

<sup>7</sup> Mestre. Professor orientador do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina.

<sup>8</sup> Mestra. Professora orientadora do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade do Sul de Santa Catarina.

suíça e práticas integrativas contribuem para a redução da dor, ansiedade e níveis de estresse durante o processo de parto. Conclui-se que os métodos não farmacológicos são estratégias eficazes e seguras no cuidado à parturiente, sendo a enfermagem fundamental na sua aplicação e na promoção de uma assistência humanizada.

**Palavras-chave:** Enfermagem; Dor no parto; Métodos não farmacológicos; Trabalho de parto; Parto humanizado;

**Abstract:** Childbirth is a physiological process marked by intense physical and emotional changes in a woman's life. Many pregnant women perceive this moment as challenging due to painful sensations and discomfort. However, there are several non-pharmacological methods that help manage pain and contribute to a more humanized form of care, providing women with a calmer experience throughout all stages of labor and minimizing the physiological signs inherent to this process. This study aims to analyze the non-pharmacological techniques used for pain relief during labor. This is a narrative review with a qualitative and descriptive approach. Data collection was carried out from March to May 2026 through searches in electronic databases, including Google Scholar, SciELO, Revista Eletrônica Acervo Saúde, Revista Enfermagem Atual, and Research, Society and Development. Articles published from 2021 to 2026 in Portuguese, English, and Spanish were selected, resulting in a final sample of five studies. The findings showed that methods such as warm baths, massage, ambulation, breathing exercises, use of the birthing ball, and integrative practices contribute to reducing pain, anxiety, and stress levels during labor. It is concluded that non-pharmacological methods are effective and safe strategies in the care of laboring women, and nursing plays a fundamental role in their application and in promoting humanized care.

**Keywords:** Nursing; Labor pain; Non-pharmacological methods; Labor; Humanized childbirth;

## 1 INTRODUÇÃO

A dor do parto é reconhecida como uma das experiências mais intensas na vida reprodutiva da mulher. Nesse contexto, a parturiente pode vivenciar não apenas percepções dolorosas, mas também alterações emocionais, como estresse, ansiedade e medo. Diante disso, a Organização Mundial da Saúde recomenda a oferta de suporte emocional e estratégias para o manejo da dor durante o trabalho de parto, visando promover o bem-estar, o protagonismo e a autonomia da mulher (Silva *et al.*, 2021).

Para tal finalidade, busca-se a humanização do trabalho de parto, com uma assistência qualificada, visando reduzir intervenções desnecessárias e fortalecer a atuação da enfermagem obstétrica por meio de tecnologias apropriadas, com o objetivo de obter desfechos positivos. Considera-se que as estratégias de cuidado devem incluir a vontade da mulher, promovendo seu protagonismo e proporcionando a vivência mais positiva do parto, reconhecendo que historicamente há um modelo de assistência medicalizado que pode resultar em desfechos perinatais desfavoráveis (Amaral *et al.*, 2022).

Nesse cenário, observa-se o crescente uso de intervenções farmacológicas para alívio da dor, como a analgesia sistêmica e regional, a exemplo da anestesia epidural (Lara *et al.*, 2019). Embora eficazes, tais métodos podem ocasionar efeitos colaterais indesejáveis, incluindo interferências na progressão do trabalho de parto e limitação da mobilidade da parturiente. Em contrapartida, tem-se ampliado o uso de métodos não farmacológicos, que

favorecem maior autonomia e contribuem para a humanização do cuidado (Balbino *et al.*, 2020).

As Práticas Integrativas Complementares à Saúde (PICS) são recursos terapêuticos baseados em conhecimentos tradicionais com evidências científicas utilizados como complemento ao tratamento convencional. Dentre essas práticas, destacam-se a auriculoterapia, musicoterapia, reiki e acupuntura (Macêdo, 2022).

Os métodos não farmacológicos caracterizam-se por serem intervenções não invasivas, seguras e de baixo custo. Entre os mais utilizados destacam-se: banho morno de aspersão ou imersão, massagens, deambulação, mudanças de posição, exercícios respiratórios e uso da bola suíça. (Mascarenhas *et al.*, 2019; Nori, 2023).

Dessa forma, a utilização de métodos não farmacológicos pode ser considerada como primeira linha de cuidado durante o trabalho de parto, uma vez que proporciona benefícios fisiológicos e emocionais, contribuindo para uma experiência mais positiva e humanizada para a parturiente. (Mascarenhas *et al.*, 2019; Nori, 2023; Tibola *et al.*, 2021).

A dor durante o trabalho de parto é uma experiência singular e multifatorial, influenciada por aspectos físicos, emocionais e culturais (Prata *et al.*, 2022). Nesse contexto, a assistência de enfermagem desempenha um papel fundamental na promoção do conforto e do bem-estar da parturiente, especialmente por meio da utilização de métodos não farmacológicos para o alívio da dor.

Tais métodos, como a deambulação, banho morno, massagens, técnicas de respiração, posições verticais e o uso de bola suíça, têm se mostrado eficazes na redução da dor e na promoção de um parto mais humanizado (Medeiros; Oliveira; Lima, 2024; Volpatto *et al.*, 2022). Dessa forma, a presente pesquisa justifica-se pela relevância de compreender e valorizar essas práticas no âmbito da assistência obstétrica, contribuindo para a melhoria da qualidade do cuidado, a autonomia da mulher e a redução de intervenções desnecessárias (Oliveira *et al.*, 2025).

Nesse sentido, o objetivo geral deste estudo é analisar os métodos não farmacológicos utilizados pela enfermagem para o alívio da dor durante o trabalho de parto, considerando sua eficácia e impacto na experiência da parturiente. Como objetivos específicos, pretende-se identificar os principais métodos não farmacológicos empregados pela equipe de enfermagem; descrever os benefícios desses métodos no controle da dor e no processo do parto; e compreender a percepção das parturientes em relação às práticas adotadas durante o trabalho de parto.

Diante disso, a presente pesquisa orienta-se pela seguinte pergunta norteadora: quais são os métodos não farmacológicos utilizados pela enfermagem para o alívio da dor durante o trabalho de parto, e de que forma esses métodos influenciam na experiência da parturiente e na humanização da assistência ao parto?

## **2 METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo bibliográfico do tipo revisão narrativa acerca do uso de métodos não farmacológicos no alívio da dor durante o trabalho de parto, conforme (Gil, 2019).

A coleta de dados foi realizada no período de março a maio de 2026, por meio de buscas nas seguintes bases de dados eletrônicas: Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Revista Eletrônica Acervo Saúde (REASE), Revista Enfermagem Atual e Pesquisa e Research, Society and Development (RSD).

Foram utilizados os seguintes descritores: “dor no parto”, “trabalho de parto”, “métodos não farmacológicos”, “parto humanizado” e “enfermagem obstétrica”, conforme os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS).

Os critérios de inclusão adotados foram: publicações nos idiomas português, inglês e espanhol, disponíveis gratuitamente na íntegra, publicadas nos últimos cinco anos de 2021 a 2026 e que abordassem a temática e os objetivos do estudo. Esses critérios seguem o que é proposto por (Souza *et al.*, 2010) para pesquisas na área da saúde.

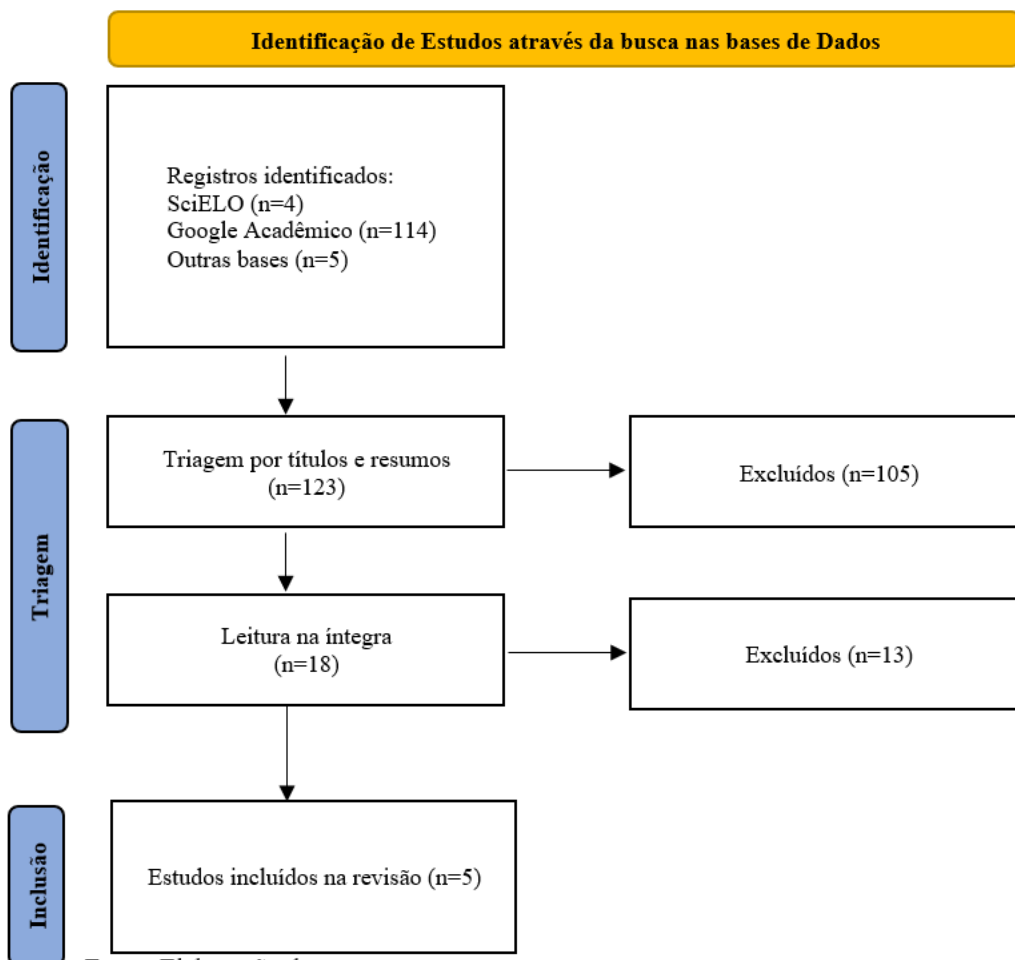
Foram excluídos artigos duplicados, aqueles que não se relacionavam diretamente com a temática da pesquisa e os que não apresentavam base científica consistente, conforme orientações de (Pereira *et al.*, 2018).

Após a triagem dos títulos e resumos, foi realizada a leitura na íntegra dos estudos selecionados, resultando em uma amostra final de 5 artigos relevantes.

A análise dos dados foi realizada de forma descritiva, sendo organizada em categorias temáticas, como tipos de métodos, benefícios à parturiente e atuação da enfermagem, com base na técnica de análise de conteúdo proposta por (Bardin, 2011).

Após uma análise mais detalhada, 5 artigos foram lidos na íntegra e escolhidos para a discussão como apresentados na Figura 1.

Figura 1 - Fluxograma PRISMA adaptado para as etapas da revisão integrativa



### 3 RESULTADOS

Diante da pesquisa aplicada e triagem conforme critérios de inclusão e exclusão, obteve-se 5 estudos na amostra final da revisão. Para analisar esses estudos selecionados, a tabela a seguir apresenta suas principais informações, sendo elas autores, ano, base de dados, título do artigo e objetivos.

Quadro 1 - Caracterização da produção científica analisada

<b>Autor / Ano de Publicação</b>	<b>Base de Dados</b>	<b>Título do Artigo</b>	<b>Objetivo</b>
Bruno Coelho Duarte Oliveira; Rodrigo Abrantes Jacinto; Catarina Piva Mattos; Luiz Alberto Ferreira Cunha da Câmara; Rafael Abrantes Jacinto; Henrique Barbosa Fernandes; Gabriel Ferreira Dahe.(2025)	Google Acadêmico	Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: O que diz a literatura?	Caracterizar a importância da assistência dos enfermeiros obstetras nas práticas humanizadas durante o trabalho de parto., redução da dor, diminuição do uso de analgesia, diminuição de intervenções, maior satisfação materna, promoção da autonomia, humanização do parto,
Marília Miranda Pereira; Yasmim Caroline de Araújo Silva; Arlane Salino Dias; Elliza Emily Perrone Barbosa. (2025)	Revista Eletrônica Acervo Saúde (REASE)	Métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto	Baixa adesão, desconhecimento, redução da dor e ansiedade, conforto e satisfação materna, promoção da autonomia, eficácia das técnicas e barreiras na implementação (falta de capacitação, ausência de protocolos e resistência institucional).
Juliana Amaral Prata; Nayara Diniz Pamplona; Ane Márcia Progianti; Ricardo José Oliveira Mouta; Luiza Mara Correia; Adriana Lenho de Figueiredo Pereira; (2021)	SCIELO BRASIL	Tecnologias não invasivas de cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas: contribuições terapêuticas	Uso de métodos não farmacológicos, promoção do conforto e relaxamento, participação do acompanhante, ambiente acolhedor, estímulo à mobilidade e posições verticais, redução da dor e ansiedade, melhora da progressão do parto, menor uso de intervenções e fortalecimento da autonomia e do protagonismo feminino.
Monique Ventura Medeiros; Ana Clara Mattos Borret Oliveira; Daiana Silva Lima. (2024)	Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação —REASE	Assistência de enfermagem no uso de métodos não farmacológicos para o alívio da dor na sala de parto	Dor intensa no trabalho de parto, uso de métodos não farmacológicos, redução da dor e ansiedade, promoção de relaxamento e bem-estar, diminuição de intervenções, atuação da enfermagem, incentivo à autonomia da mulher, humanização do parto, influência de fatores emocionais e importância da educação permanente.
Danúbia Volpatto; Larissa Aparecida Alexandre; Adriana Rotoli; Caroline Ottobelli Getelina; Monique Prestes. (2022)	SCIELO/BVS	Benefícios das Práticas Integrativas Complementares (PICs)no trabalho de parto	Compreender a utilização das práticas integrativas e complementares no trabalho de parto, evidenciando seus benefícios na redução da dor, ansiedade, tempo de parto e na promoção do bem-estar materno

Fonte: elaborado pelos autores, 2026.

## 4 DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados evidencia que os métodos não farmacológicos utilizados pela enfermagem no alívio da dor durante o trabalho de parto desempenham papel fundamental na promoção de uma assistência humanizada, contribuindo tanto para a redução da dor quanto para o bem-estar físico e emocional da parturiente. Esses achados estão alinhados com as diretrizes atuais de atenção obstétrica, que priorizam práticas menos intervencionistas e centradas na mulher.

Os métodos não farmacológicos para alívio da dor durante o trabalho de parto consistem em estratégias terapêuticas que não envolvem o uso de medicamentos, sendo aplicados com o objetivo de proporcionar conforto, relaxamento e bem-estar à parturiente. Essas práticas atuam tanto no aspecto físico quanto emocional, auxiliando na redução da ansiedade, do medo e da tensão, fatores que podem intensificar a percepção dolorosa. Entre os métodos mais utilizados destacam-se a deambulação, o banho morno, a massagem, a bola suíça, os exercícios respiratórios, a mudança de posição, a musicoterapia, a aromaterapia e o suporte emocional contínuo oferecido pela equipe de enfermagem (Medeiros; Oliveira; Lima, 2024; Volpato *et al.*, 2022).

Segundo Prata *et al.* (2022), essas tecnologias não invasivas de cuidado favorecem a evolução fisiológica do trabalho de parto, promovendo maior liberdade de movimentação, estímulo à progressão do parto e fortalecimento da autonomia da mulher. Da mesma forma, Volpato *et al.* (2022) destacam que as Práticas Integrativas e Complementares contribuem para uma vivência mais positiva do parto, reduzindo intervenções desnecessárias e reforçando a humanização da assistência obstétrica. Dessa forma, a utilização desses métodos representa uma importante ferramenta no cuidado de enfermagem, pois alia evidência científica, acolhimento e respeito às necessidades individuais da parturiente.

O estudo de Volpato *et al.* (2022) destaca os benefícios das Práticas Integrativas e Complementares (PICs), evidenciando que recursos como aromaterapia, massagens e técnicas de relaxamento promovem alívio da dor e redução da ansiedade. As autoras ressaltam que tais práticas favorecem o protagonismo da mulher, permitindo maior controle sobre o processo de parto. Esse resultado é reforçado por Oliveira *et al.* (2025), que, ao analisarem a literatura, identificam que os métodos não farmacológicos atuam diretamente na percepção dolorosa, estimulando mecanismos fisiológicos naturais, como a liberação de endorfinas.

No que se refere à atuação da enfermagem, Medeiros, Oliveira e Lima (2024) evidenciam que o uso desses métodos na sala de parto está diretamente relacionado à qualidade da assistência prestada. Segundo as autoras, o enfermeiro exerce papel essencial não apenas na aplicação das técnicas, mas também no suporte emocional, acolhimento e orientação da parturiente, aspectos que contribuem significativamente para a diminuição da dor e da ansiedade. Essa perspectiva reforça a importância da presença contínua do profissional durante o trabalho de parto.

De forma complementar, Prata *et al.* (2022) abordam o uso de tecnologias não invasivas de cuidado, como bola suíça, deambulação, mudanças de posição e banho morno, destacando suas contribuições terapêuticas. Os autores evidenciam que essas estratégias favorecem a progressão fisiológica do trabalho de parto, além de reduzirem a necessidade de intervenções farmacológicas. Esses achados corroboram a ideia de que a adoção de métodos não farmacológicos está associada a melhores desfechos obstétricos e maior satisfação materna.

Além disso, Pereira *et al.* (2025) ressalta que a eficácia desses métodos está relacionada à sua aplicação de forma combinada e individualizada, respeitando as necessidades e preferências de cada mulher. Segundo os autores, não há um método isolado considerado superior, mas sim um conjunto de estratégias que, quando utilizadas de maneira

integrada, potencializam os efeitos analgésicos e promovem maior conforto durante o trabalho de parto.

Ao comparar os estudos analisados, observa-se uma convergência quanto à eficácia dos métodos não farmacológicos, especialmente no que se refere à redução da dor, diminuição da ansiedade e promoção de uma experiência mais positiva do parto. No entanto, também são evidenciados desafios para sua implementação, como apontado por Medeiros, Oliveira e Lima (2024) e Prata *et al.* (2022), incluindo limitações estruturais nos serviços de saúde, inadequada capacitação dos profissionais e a permanência de práticas baseadas no modelo biomédico intervencionista.

No que diz respeito às implicações para a prática, os resultados indicam a necessidade de investimento na formação e capacitação contínua dos profissionais de enfermagem, bem como na reorganização dos serviços de saúde para garantir a oferta desses métodos. Além disso, destaca-se a importância da educação em saúde durante o pré-natal, preparando as gestantes para o uso dessas estratégias, conforme evidenciado por Volpatto *et al.* (2022).

Como limitações, observa-se que os estudos analisados apresentam, em sua maioria, abordagens qualitativas e revisões de literatura, o que pode limitar a generalização dos resultados. Ademais, a heterogeneidade metodológica entre os estudos dificulta a comparação direta entre os achados, conforme discutido por Oliveira *et al.* (2025) e Pereira *et al.* (2025).

Dessa forma, recomenda-se a realização de novas pesquisas com delineamentos metodológicos mais robustos, que possibilitem avaliar de forma mais precisa a eficácia dos diferentes métodos não farmacológicos no contexto do trabalho de parto.

Por fim, conclui-se que os métodos não farmacológicos constituem estratégias eficazes, seguras e de baixo custo para o alívio da dor durante o trabalho de parto, sendo a enfermagem protagonista na sua aplicação. Sua utilização contribui para a humanização da assistência, redução de intervenções desnecessárias e melhoria da experiência da parturiente, consolidando-se como prática essencial na atenção obstétrica contemporânea.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo permitiu compreender a relevância dos métodos não farmacológicos utilizados pela enfermagem para o alívio da dor durante o trabalho de parto, evidenciando que essas estratégias contribuem significativamente para a promoção de uma assistência obstétrica mais humanizada, segura e centrada nas necessidades da mulher. A pesquisa possibilitou identificar que recursos como massagens, aromaterapia, banho morno, deambulação, mudanças de posição, exercícios respiratórios e o uso da bola suíça favorecem não apenas a redução da dor, mas também o conforto físico, o equilíbrio emocional e o fortalecimento do protagonismo feminino no processo partitivo.

Diante dos estudos analisados, observou-se que a atuação da enfermagem é fundamental na aplicação desses métodos, uma vez que o enfermeiro exerce papel essencial no acolhimento, na orientação e no suporte contínuo à parturiente. Além da execução técnica, a assistência prestada envolve sensibilidade, escuta qualificada e incentivo à autonomia da mulher, aspectos indispensáveis para a construção de uma experiência de parto mais positiva e menos traumática.

Os objetivos propostos neste trabalho foram alcançados, pois foi possível identificar os principais métodos não farmacológicos empregados pela enfermagem, compreender sua eficácia no alívio da dor e analisar sua importância dentro da assistência obstétrica contemporânea. O problema inicial da pesquisa, relacionado à contribuição dessas estratégias para o cuidado durante o trabalho de parto, foi respondido ao se constatar que tais métodos representam alternativas eficazes, seguras e de baixo custo, além de reduzirem a necessidade de intervenções farmacológicas e procedimentos invasivos.

Entretanto, também foram identificadas algumas limitações importantes, como a insuficiente capacitação de alguns profissionais, a escassez de recursos estruturais em determinadas instituições de saúde e a permanência de práticas assistenciais ainda fortemente baseadas no modelo biomédico intervencionista. Além disso, a predominância de estudos qualitativos e revisões de literatura demonstra a necessidade de pesquisas com maior rigor metodológico e maior abrangência populacional.

Como contribuição, este estudo reforça a importância da valorização da enfermagem obstétrica e da ampliação do uso dos métodos não farmacológicos na assistência ao parto, incentivando práticas mais humanizadas e alinhadas às recomendações atuais de saúde materna. Espera-se que esta pesquisa possa colaborar para o fortalecimento dessas estratégias na formação acadêmica e na atuação profissional.

Por fim, sugere-se a realização de novos estudos que investiguem de forma mais aprofundada a efetividade de cada método não farmacológico, bem como pesquisas que avaliem a percepção das parturientes e dos profissionais de saúde sobre sua aplicação. Dessa forma, será possível ampliar o conhecimento científico e fortalecer a implementação dessas práticas no cenário obstétrico, promovendo uma assistência cada vez mais qualificada e respeitosa.

## REFERÊNCIAS

OLIVEIRA, Bruno Coelho Duarte et al. Métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto: o que diz a literatura? *Research, Society and Development*, [S.l.], v. 14, n. 12, e101141250213, 2025. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/50213/39402>. Acesso em: 06 maio 2026.

VOLPATTO, Danúbia et al. Benefícios das Práticas Integrativas Complementares (PICs) no trabalho de parto. *Research, Society and Development*, [S.l.], v. 11, n. 5, e53311528583, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/28583/24885>. Acesso em: 06 maio 2026.

MEDEIROS, Monique Ventura; OLIVEIRA, Ana Clara Mattos Borret; LIMA, Daiana Silva. Assistência de enfermagem no uso de métodos não farmacológicos para alívio da dor na sala de parto. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, São Paulo, v. 10, n. 11, 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/17243/9608>. Acesso em: 06 maio 2026.

PEREIRA, Marília Miranda et al. Métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 100, n. 1, e026006, 2026. Disponível em: <https://mail.revistaenfermagematual.com.br/revista/article/view/2613/4790>. Acesso em: 06 maio 2026.

PRATA, Juliana Amaral et al. Tecnologias não invasivas de cuidado utilizadas por enfermeiras obstétricas: contribuições terapêuticas. *Escola Anna Nery*, Rio de Janeiro, v. 26, e20210182, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/bRFmDysd7BbxKzQ6JqJxSqK/?lang=pt>. Acesso em: 06 maio 2026.