

## Trabalho apresentado no 25º CBCENF

**Título:** MEDIDAS NÃO FARMACOLÓGICAS PARA ALÍVIO DA DOR NO PARTO: UMA AÇÃO EDUCATIVA COM GESTANTES

**Relatoria:** Maria Isabel Medeiros Sá Barreto  
Vanessa Moura da Silva  
Rosiane da Silva Dantas

**Autores:** Roberta Kaliny de Souza Costa  
Rayonara Medeiros de Azevedo  
Tayná Martins de Medeiros

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

**INTRODUÇÃO:** o trabalho de parto envolve sensações dolorosas decorrentes das contrações uterinas, que dilatam o colo uterino e promovem a descida fetal. Embora seja um processo fisiológico, a experiência da parturiente em relação à dor é complexa e subjetiva, podendo ser gerenciada, às vezes, por estímulos sensoriais. O uso de medidas não farmacológicas é uma opção no controle das queixas algicas e pode promover bem-estar para a mulher, diminuindo o estresse durante o parto. Assim, o empoderamento de parturientes sobre o uso dessas técnicas contribui com melhorias na assistência obstétrica. **OBJETIVO:** relatar a experiência de ação educativa com gestantes sobre o uso de medidas não farmacológicas para o alívio da dor no trabalho de parto. **METODOLOGIA:** relato de experiência de acadêmicos de enfermagem membros de ação extensionista, da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. A vivência aconteceu no segundo semestre de 2022, com gestantes acompanhadas no pré-natal de alto risco da maternidade de referência de Caicó/RN. No planejamento da ação foram pensadas estratégias lúdicas e interativas, para discutir o conteúdo e envolver as participantes. O material didático foi elaborado com base em fundamentação científica, para ser aplicado em metodologias ativas de aprendizagem. **RESULTADOS:** o encontro iniciou com a acolhida das gestantes, por meio da preparação do ambiente com a utilização do difusor aromatizante, luz azul, músicas e frases de encorajamento. Para a discussão do tema foram usadas as dinâmicas: caixa do medo, na qual as participantes colocavam expectativas em relação ao parto; cartela com imagens a serem marcadas pelas mulheres, de acordo com o seu conhecimento sobre as medidas não farmacológicas; momento expositivo e prático dos métodos de alívio da dor; caixa com espelho, para estimular a autoestima; leitura de mensagem para trabalhar os medos e despertar nova percepção acerca da dor e do parto. As gestantes participaram ativamente, dialogando, demonstrando anseios e dúvidas sobre o assunto. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** o momento serviu para difundir as medidas de alívio da dor pouco conhecidas e destacar os benefícios destas estratégias para a mulher, no que diz respeito à promoção de um ambiente confortável, ao resgate e resignificação da sua autonomia no momento do parto. Para os acadêmicos, a vivência possibilitou a inserção no ambiente de prática, realizando atividades educativas e desenvolvendo habilidades voltadas ao cuidado humanizado.