

Sentimentos em Relação ao Parto e Concepções Sobre a Preparação para Parir

Feelings About Childbirth and Concepts About Preparation for Giving Birth
Sentimientos Ante el Nacimiento y Concepciones Sobre la Preparación al Nacimiento

RESUMO

Objetivo: descrever os sentimentos em relação ao parto durante a gestação e as concepções das mulheres sobre o preparo para parir. **Método:** estudo descritivo de natureza qualitativa, realizado com nove puérperas, que tiveram parto no Hospital Sofia Feldman de Belo Horizonte, Minas Gerais. Os dados foram coletados em Janeiro de 2021, por meio de um roteiro de entrevista semiestruturado. Da análise, conforme proposto por Bardin, emergiram duas categorias. **Resultados:** sentimentos de ansiedade, insegurança e medo em relação ao parto emergiram durante a gestação. Evidenciou-se pouco conhecimento das puerperas sobre os métodos que visam diminuir a dor e aumentar a colaboração da mulher no parto, bem como das terapias humanizadas integrativas complementares. **Conclusão:** as mulheres tem buscado fontes de informação sobre o parto e diferentes métodos de preparo durante a gestação, porém a iniciativa às vezes parte apenas da própria mulher com pesquisas na internet ou de profissionais contratados.

DESCRIPTORIOS: Trabalho de Parto; Parto; Gravidez; Motivação; Mulheres.

ABSTRACT

Objective: to describe feelings about childbirth during pregnancy and women's conceptions about preparing to give birth. **Method:** descriptive study of a qualitative nature, carried out with nine postpartum women who gave birth at the Sofia Feldman Hospital in Belo Horizonte, Minas Gerais. Data were collected in January 2021, through a semi-structured interview script. From the analysis, as proposed by Bardin, two categories emerged. **Results:** feelings of anxiety, insecurity, and fear about childbirth emerged during pregnancy. Little knowledge was evidenced among postpartum women about methods that aim to reduce pain and increase women's collaboration in childbirth, as well as complementary integrative humanized therapies. **Conclusion:** it is concluded that women have sought sources of information about childbirth and different methods of preparation during pregnancy, but the initiative sometimes comes only from the woman herself, with research on the internet or from hired professionals.

DESCRIPTORS: Labor; Childbirth; Pregnancy; Motivation; Women.

RESUMEN

Objetivo: describir los sentimientos respecto al parto durante el embarazo y las concepciones de las mujeres sobre la preparación para el parto. **Método:** estudio descriptivo, de carácter cualitativo, realizado con nueve puérperas, que dieron a luz en el Hospital Sofia Feldman de Belo Horizonte, Minas Gerais. Los datos fueron recolectados en enero de 2021, mediante una guía de entrevista semiestructurada. Del análisis propuesto por Bardin surgieron dos categorías. **Resultados:** durante el embarazo surgieron sentimientos de ansiedad, inseguridad y miedo ante el parto. Hubo poco conocimiento entre las puérperas sobre los métodos que tienen como objetivo reducir el dolor y aumentar la colaboración de la mujer durante el parto, así como las terapias humanizadas integradoras complementarias. **Conclusión:** se concluye que las mujeres han estado buscando fuentes de información sobre el parto y diferentes métodos de preparación durante el embarazo, pero la iniciativa en ocasiones proviene sólo de la propia mujer con búsquedas en Internet o de profesionales contratados.

DESCRIPTORIOS: Trabajo; Parto; Embarazo; Motivación; Mujer.

RECEBIDO EM: 09/03/2025 APROVADO EM: 24/03/2025

Como citar este artigo: Borel EM, Nascimento AC, Fonseca ADG, Amorim TV, Farão EMD, Nazareth JB, Sousa IB, Paiva ACPC. Sentimentos em Relação ao Parto e Concepções Sobre a Preparação para Parir. Saúde Coletiva (Edição Brasileira) [Internet]. 2025 [acesso ano mês dia];15(95):15566-15579. Disponível em: DOI: 10.36489/saudecoletiva.2025v15i95p15566-15579

ID **Eloísa Maria Borel**
Especialista em obstetrícia. Prefeitura municipal de Belo Horizonte.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6100-744X>

ID **Adrinez Caçado e Nascimento**
Mestra em Enfermagem. Sofia Feldman.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8732-4619>

ID **Adélia Dayane Guimarães Fonseca**
Doutora em Ciências da Saúde. Universidade Federal de Juiz de Fora.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1168-7106>

ID **Thaís Vasconcelos Amorim**
Doutora em Enfermagem. Universidade Federal de Juiz de Fora.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7686-4839>

ID **Elaine Miguel Delvivo Farão**
Doutora em Enfermagem. Universidade Federal do Mato Grosso do Sul.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8089-9196>

ID **Juliana Bernardo Nazareth**
Mestra em Enfermagem. Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSERH).
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-3682-1927>

ID **Isabelle Barros Sousa**
Especialista em obstetrícia.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9019-3341>

ID **Andyara do Carmo Pinto Coelho Paiva**
Doutora em Enfermagem. Universidade Federal de Juiz de Fora.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3567-8466>

INTRODUÇÃO

O parto é um momento singular e uma experiência marcante e significativa na vida das mulheres, pois é um evento que acompanha todo o processo de gestação e puerpério, uma vez que ele já é antecipado na gravidez sob a forma de expectativas, e continua sendo referido após sua conclusão, na forma de lembranças e sentimentos que acompanham a mãe, fazendo parte de sua história⁽¹⁻²⁾.

A satisfação das mulheres em relação ao parto e nascimento está intimamente ligada à sua cultura, expectativas, experiências, conhecimentos sobre esse processo e à atenção e os cuidados recebidos no período do parto. Destaca-se a influência de fatores como os procedimentos obstétricos, os cursos de preparação pré-natal, a história obstétrica anterior, bem como o desfecho de uma gravidez prévia. A própria gestação e as expectativas alimentadas em relação ao parto e ao bebê durante esse período podem influenciar a maneira como o parto será experienciado⁽²⁻³⁾.

Da mesma forma, o medo da dor, a ansiedade e outros fatores psicológicos podem, por vezes, ter efeitos estressantes e desgastantes sobre a vivência de parturição da mulher. O medo nem sempre se refere à dor, sendo também associado pelas par-

turientes ao receio da própria morte ou da morte do bebê durante o trabalho de parto^(1,4).

Diante da dimensão dos significados do parto na vida da mulher, destaca-se a importância da preparação para esse momento como fonte de apoio e colaboração, uma vez que a preparação para o parto aumenta o conhecimento e as competências das grávidas; facilita a escolha de alternativas saudáveis para a vivência do processo de nascimento e a superação de limitações; proporciona menor risco de serem submetidas à cesariana desnecessária e maior satisfação das mulheres com a experiência de parto⁽⁵⁾.

A preparação da gestante para as boas práticas no parto, assim como o acompanhamento do desenvolvimento do ciclo gravídico, é extremamente importante para mãe e bebê, visto que tem a finalidade de amenizar as ansiedades, tensões, medos, crenças e mitos a respeito do parto, proporcionando bem-estar para mãe e filho⁽⁴⁻⁵⁾.

Tendo a perspectiva de prevenção e promoção da saúde mental da mulher e do futuro bebê, a preparação para o parto encoraja a participação ativa no processo de parto, auxilia no controle e diminuição da dor, proporciona um relacionamento positivo com a criança, aumentando a auto-

estima feminina e tem o potencial de fortalecer a ligação dos pais com o filho⁽⁴⁻⁵⁾.

Existem vários métodos que objetivam acompanhar e preparar a mulher para o parto. Destaca-se o Psicoprofilático, ou de Lamaze, juntamente com os conhecidos métodos de Dick Read ou método de parto natural e o Método de Bradley ou método do parto assistido pelo marido. Outros métodos surgem também com o objetivo de diminuir o sofrimento e aumentar a colaboração da mulher no parto como o Ensino Autônomo Respiratório, a Sofrologia, a Eutonia, a Estimulação Nervosa Elétrica Transcutânea, a Hidroterapia, o Yoga, a Effleurage, a Aromaterapia, a Acupuntura, a Haptonomia e a Hipnose⁽⁶⁾.

Considerando a importância da preparação para o parto como fonte de apoio ao longo da gestação, é imprescindível compreender de que forma esse preparo pode influenciar na vivência de trabalho de parto e parto, a fim de contribuir com experiências mais positivas, satisfatórias e melhor controle da dor. O estudo em tela tem como objetivo descrever os sentimentos em relação ao parto durante a gestação e as concepções das mulheres sobre o preparo para parir.

MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo, de abordagem qualitativa, desenvolvido segundo os critérios do *Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research* (COREQ)⁽⁷⁾.

O cenário do estudo foi o Hospital Sofia Feldman, instituição filantrópica de Belo Horizonte, de direito privado, com atendimento exclusivo ao SUS, sendo a maior maternidade de Minas Gerais, referência nacional em assistência humanizada à mulher e recém-nascido.

A composição da amostra deu-se por conveniência, com a participação de nove puérperas. O tamanho da amostra não foi definido previamente, de forma que a coleta de dados foi interrompida quando o fenômeno em investigação foi desvelado em suas múltiplas dimensões, possibilitando alcançar o devido aprofundamento e abrangência no processo de compreensão.⁽⁸⁾

Definiu-se como critério de inclusão puérperas com idade igual ou maior que 18 anos, primíparas ou múltiparas. Excluíram-se as mulheres que apresentaram alguma doença ou agravo à saúde que dificultaria a comunicação.

A coleta de dados ocorreu em Fevereiro de 2021. Inicialmente o contato com as puérperas aconteceu nos espaços de alojamento conjunto do hospital, ainda no período do puerpério imediato, após o levantamento realizado junto aos profissionais da assistência. Todas aceitaram participar da pesquisa ainda no alojamento conjunto.

Para a coleta de dados, realizou-se uma entrevista semiestruturada constituída de duas partes, a primeira contemplou as características sociodemográficas das participantes, enquanto a segunda, questões relativas às percepções das mulheres sobre preparação para o parto.

As entrevistas foram gravadas através de um Smartphone e logo após o encontro transcritas na íntegra pelas pesquisadoras. A duração média foi de 15 minutos. Com intuito de preservar a privacidade e anonimato, cada participante foi identificado por meio de um código alfanumérico representado pela letra P.

O conteúdo foi analisado em três fases, como proposto por Bardin: pré-análise, onde o material foi organizado e analisado, obedecendo às regras de exaustividade, representatividade, homogeneidade e pertinência. Em seguida foi realizada a exploração do material pesquisado, onde foi estudado mais profundamente, adotando os procedimentos de codificação, classificação e categorização. Por fim, foi interpretado os resultados por inferência e interpretação dos dados⁽⁹⁾.

Com relação aos aspectos éticos, o estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), sob o número de parecer n. 4.422.156/2020, CAAE: 39727220.5.0000.5132.

RESULTADOS

A faixa etária das nove entrevistadas variou entre 18 e 39 anos, com seis participantes se autodeclarando pardas, duas brancas e uma amarela. Em relação à escolaridade, seis com ensino médio completo e três com formação em nível superior, nos cursos de moda, psicologia e letras. Todas as participantes afirmaram estar empregadas ou trabalhando de forma autônoma, porém afastadas das atividades laborais no momento, pela condição gestacional. Quanto à religião, cinco puérperas são evangélicas, duas católicas e duas cristãs.

Relativo ao estado civil, três são casadas e seis solteiras, sendo que o planejamento da gravidez pelo casal foi afirmado por cinco participantes. Das mulheres, quatro eram primíparas e outras quatro relataram histórico de abortamento. A idade gestacional compreendeu 37 e 42 semanas, com média de aproximadamente 39,3 semanas. A frequência de consultas pré-natal variou de 5 a 15 consultas e três participantes informaram ter realizado 5 consultas.

A exploração do material das entrevistas permitiu a construção de duas categorias: do medo à alegria: sentimentos sobre o parto durante a gestação; a importância da busca de informação e do planejamento para partir de modo saudável.

Do medo à alegria: sentimentos so-

bre o parto durante a gestação

Sentimentos foram evidenciados pelas participantes da pesquisa destacando-se ansiedade, insegurança e medo na vivência da gestação e em relação ao parto, principalmente nas primíparas.

É ansiedade, medo, é alegria, é muita insegurança de como seria por ser primeiro filho, é uma mistura de vários sentimentos [...].(P1)

Olha, foi uma mistura de ansiedade e medo [...]. (P5)

[...] fiquei com medo, fiquei ansiosa, fiquei pensando em como que seria. (P6)

Medo (risos). Ansiedade, é mais isso mesmo, ficou mais na parte o medo porque é minha primeira gravidez, é meu primeiro parto e eu não sabia o que esperar [...]. (P8)

Da mesma forma, a preocupação com a dor na hora do parto se mostrou frequente, remetendo aos sentimentos de sofrimento e desespero, sendo, na maioria, influência de relatos de familiares, amigos e experiências de outras mulheres.

Desespero, ansiedade, porque na hora a gente só pensa na dor [...]. (P2)

[...]eu tinha muito medo do parto, de sofrer, porque é bem sofrido mesmo[...]. (P7)

O medo foi por as pessoas falar tanto, todo dia chegava alguém perto de mim e falava um trem diferente e eu ficava com medo, falavam “nossa, vai doer” [...] Meus familiares, uns botavam medo. (P9)

[...]cada um fala uma coisa do parto, “ah meu parto foi assim”, “meu parto foi complicado”, “meu parto foi normal”, “meu parto foi cesárea”. E como foi minha primeira

gravidez, eu não sabia como seria, fiquei com medo, fiquei ansiosa [...]. (P6)

Além da dor, a preocupação com a saúde do bebê contribuiu com os sentimentos de medo e ansiedade durante o nascimento, principalmente nas gestações de alto risco.

[...] eu fiquei com medo de ele nascer com alguma complicação, mas a gente que é mãe, não deixa de ficar preocupada e sentir [...]. (P5)

Com muito medo de o problema que eu estava sentindo chegar até o bebê, porque eu dei anemia, recebi três transfusão de sangue e dei diabetes gestacional e pré-eclampsia [...]. (P8)

Em paralelo, houve referências positivas em relação ao parto durante a gestação. [...] então foi um sentimento de curiosidade e muito desejo. (P4)

No parto alívio e no finalzinho amor, muito amor. (P9)

A importância da busca de informação e do planejamento para parir de modo saudável

A busca pelo conhecimento através de informações durante a gestação surgiu nas falas como uma forma de preparo, sendo inclusive, fundamental no auxílio da escolha da via de parto e de técnicas para alívio da dor. Outra fonte de informação considerada importante foram os familiares, parentes, amigos e outras pessoas próximas.

É, eu li muito, li muito artigo, como eu tava com uma doula me acompanhando, ela me mandava livros [...] e aí o mais importante que eu achei dessa gestação foi a preparação com a informação, e hoje em dia a informação é tudo, se você tem uma boa informação, você tem condição de se preparar

em todos os sentidos. [...] eu não queria ser uma pessoa leiga, eu queria saber como era, primeiro eu queria saber que tipo de parto eu queria ter mesmo e, desde o início, eu queria ter um parto mais natural. Então, a partir disso eu trilhei meu caminho, então se eu vou ter um parto mais natural, vou me informar sobre o parto natural. (P1)

Preparação que eu vejo, é respiração você fazer no ato pra aliviar a dor, esse tipo de coisa né [...]. (P2)

Ah foi pessoas próximas a mim mesmo, três amigas que ganharam bebê recentemente e outras também já tinham ganhado há um tempo. (P3)

Mas, eu acho que é isso, de colher informações, entender como funciona o parto, então eu acho que se preparar para o parto é isso, se informar sobre tudo. [...] desmistificar eu acho essa questão do medo, de que é algo impossível, que vai ter um sofrimento. Aplicativo, eu usei desde o início da gravidez um aplicativo [...]. (P4)

E mais assim parente que já ganhou neném. Prima, irmã, aí você acaba perguntando como que foi, mas cada uma tem um relato diferente de como que foi [...] Na gravidez eu estava mais pesquisando na internet como que seria, se dava alguma alteraçãozinha no exame ou então mandavam eu fazer algum exame, eu pesquisava sobre o que que era. (P6)

Em casa é só mulher, minha mãe e minha irmã, elas falavam muito. Eu busquei assim por alto sabe, o que as pessoas me falavam, eu perguntava minha mãe e minha irmã, teve mais colegas de serviço também. (P9)

De outro modo, houve relatos acerca do planejamento e cuidados para gestar e parir de modo saudável em todos os sentidos. Além disso, foi apontado a importância da equipe de saúde no pré-natal e em algumas situações, a ausência de orientações nesse período do ciclo gravídico-puerperal.

Então no pré-natal eu não recebi informação quase nenhuma [...] Preparação para o parto? Então é aquela hora que a gente começa a pensar mais, lembrar de tudo que você planejou durante a gravidez e na hora do parto também. [...] a única delas que eu coloquei na minha cabeça mesmo, foi pra mim ficar calma e fazer uma respiração boa pra eu não ficar desesperada. Eu usei muita respiração. (P3)

Então eu conversava muito com a enfermeira, ela me positivou muito, isso foi muito importante realmente, [...] conversei muito com essa amiga aqui que faz residência de obstetria então me ajudou muito, ela me ajudou a preparar o plano de parto, a explicar cada coisa, os termos [...] justamente eu participei essas últimas quatro semanas, da trinta e oito em diante das terapias integrativas, consegui quase que entrar numa bolha naquele momento para realmente pensar isso, que seu corpo está pronto, seu bebe está pronto, então para mim essa última fase, ter acesso a essas conversas também me ajudaram muito. (P4)

Eu não recebi praticamente nada de orientação assim. Eu fiz meu pré-natal, aí eles perguntam se você já tem filho e quando você fala que tem, quase não dá informação. Então basicamente eu já sabia algumas coisas assim [...] para mim é organização mesmo, preparar seu corpo, preparar sua mente, o que tem que providenciar antes do nascimento, escolher uma maternidade, escolher alguém pra

acompanhar você durante o parto. (P5)

Assim, mais eu pesquisei na verdade porque a gente faz pré-natal mas não é tão assim explicado não [...] Cuidado, cuidar da alimentação, do corpo pra não dar complicação, eu não cuidei e minha pressão subiu no final, porque eu ganhei muito peso, não estava me cuidando, tanto que teve que induzir no final, para não ter risco [...]. (P7)

[...]as enfermeiras, a doutora L. que me atendeu super bem, elas me deixaram um pouco mais tranquila. No pré natal, foi um momento bom para mim, eu me mantive informada lá mesmo, de como seria o decorrer da minha gestação. Elas falavam para mim ficar tranquila, que o G. estava bem, que era pra eu pensar em cuidar dele, alimentar ele, no final deu tudo certo graças a Deus. Para o momento do parto, elas falavam que ia ser o momento mais bonito da minha vida e foi sim. (P8)

eu acho que primeiro é cuidar bem da saúde, [...] alimentação ótima, ir nas consultas direitinho [...] preparar o psicológico também porque a gente fica doida na hora, a gente acha até que vai morrer. [...] No posto de saúde eles me informavam direitinho, eles falavam que qualquer dorzinha eu podia vir que seria atendida, porque o meu parto foi induzido, eles também me explicaram direitinho antes como que ia ser todo procedimento. (P9)

DISCUSSÃO

O parto assim como a gravidez, introduz mudanças na vida da mulher e de sua família, sendo um evento de significância psicológica que repercute profundamente nos

planos físico, mental, emocional e social. É um momento singular já antecipado na gravidez sob a forma de expectativas, e continua sendo referido após sua conclusão, na forma de lembranças e sentimentos⁽¹⁰⁻¹¹⁾.

O tipo de parto, as expectativas alimentadas durante o período da gestação, medos, anseios e história obstétrica anterior podem influenciar a maneira como o parto será experienciado. Nesse aspecto, a dor é um fator comumente relacionado à experiência do parto, sendo que os relatos das entrevistadas confirmam tal argumentação ao trazerem a dor como uma preocupação frequente⁽¹⁰⁻¹³⁾.

Sentimentos de medo e insegurança se afloram nas primigestas, especialmente no que se relaciona ao momento do parto, pois apresentam muitas dúvidas a respeito deste momento, como observado nas falas das entrevistadas dessa pesquisa, surgiram sentimentos de ansiedade e insegurança associados ao fato de ser a primeira gestação⁽¹³⁻¹⁵⁾.

Considerando o parto um acontecimento que pode provocar as mais diferentes expectativas durante a gestação, destacam-se os sentimentos de medo, dor e ansiedade pelas falas das participantes, no entanto, observou-se também sentimentos positivos, afinal, o parto pode representar um momento de grande sonho e desejo na vida da mulher⁽¹¹⁾.

Fatores culturais contribuem para a insegurança e ansiedade das mulheres em relação ao momento do parto, uma vez que a aprendizagem sobre a gravidez e o parto é realizada muitas vezes de forma empírica, interiorizada por histórias relatadas de gravidezes e partos complicados, veiculada sobretudo pela tradição oral. Tal fato foi verificado nessa pesquisa quando se percebe que o aprendizado através da vivência de outras mulheres especialmente familiares e amigas, foi uma das principais fontes de preparo para o parto evidenciada nas falas das entrevistadas⁽¹⁴⁾.

Contudo, observa-se que as mulheres tem buscado outras fontes de informação sobre o parto, sendo os veículos midiáticos, como livros e internet apontados como fontes secundárias utilizadas. Percebe-se que mesmo o acesso à informação tendo ocorrido por meio de várias fontes, as infor-

mações não alcançam um caráter educativo que favoreça um melhor preparo da mulher em relação à futura vivência parturitiva. A iniciativa parte apenas da própria mulher e as vezes falta espaços de comunicação para esclarecimentos que contribuem na melhor compreensão do processo de trabalho de parto e parto⁽¹⁵⁾.

A preparação da gestante para o parto, assim como o acompanhamento do desenvolvimento do ciclo gravídico, é extremamente importante para mãe e bebê, pois além de evitar problemas clínicos também pode atuar em nível de tratamento quando necessário, visto que tem a finalidade de amenizar as ansiedades, tensões, medos, crenças e mitos a respeito do parto. Destaca-se a importância da ação educativa e/ou orientações de profissionais da saúde⁽¹⁵⁾, potencializando positivamente as experiências na gestação, parto e pós-parto⁽¹⁶⁾.

Em relação à assistência pré natal as entrevistadas nessa pesquisa apresentaram dois posicionamentos. Algumas mulheres apontaram que durante as consultas recebiam informações de como cuidar da saúde e de como seria o momento do parto, entretanto outras participantes afirmaram que não receberam orientações, apesar de todas participantes mencionarem a assistência pré natal como importante no acompanhamento da preparação da mulher para o parto.

Tal fato se reflete na qualidade da assistência pré natal, garantida na medida em que as consultas individuais são complementadas com ações educativas individuais, capazes de favorecer as mulheres quanto ao conhecimento sobre seu corpo e compreensão das alterações ocorridas, atuando de forma mais consciente e positiva no seu gestar e parir⁽¹⁶⁾.

As ações educativas relativas à preparação para o parto não eram feitas pelo pré-natalista, possivelmente, por considerar que, sendo algumas puérperas multíparas, as mesmas já teriam recebido informações nas gestações anteriores, acreditando que as multigestas possuem o conhecimento necessário para enfrentar o processo de parturição⁽¹⁶⁾.

Quando questionadas sobre os métodos utilizados no preparo para o momento do parto, percebeu-se que poucas possibilida-

des foram mencionadas pelas participantes desse estudo, destacando as terapias integrativas complementares na assistência.

Há diferentes métodos de preparação para o parto, mas todos eles têm subjacente o relaxamento e descontração muscular, associados a padrões respiratórios adequados. Os benefícios de frequentar cursos de preparação para o parto são vários, pois além de prepararem a mulher física e psicologicamente para o parto, permitindo-lhe vivê-lo de uma forma mais ativa, também lhe possibilitam desenvolver a confiança e segurança necessárias para desempenhar o seu novo papel, de mãe, cuidando do filho sem receios⁽¹⁷⁾.

Essa perspectiva está presente na definição de Preparação para o Parto como um programa de sessões educacionais para mulheres grávidas e seus companheiros que encoraja a participação ativa no processo de parto, sendo o objetivo principal o ensino das técnicas de descontração, frequentemente pela utilização de exercícios respiratórios para auxiliar a mulher a controlar as dores das contrações uterinas e do trabalho de parto. Semelhante a definição percebe-se na fala das participantes o uso da respiração como o método mais citado e utilizado no trabalho de parto no controle da dor da mesma maneira que o preparo psicológico e controle emocional durante a gestação como apoio⁽¹⁷⁾.

Uma das mulheres entrevistadas mencionou o uso de aromaterapia e musicoterapia como recursos utilizados durante seu preparo para o momento do parto. Diversos métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto desde o movimento e mudanças de posição materna até à hidroterapia, o toque e massagem, acupuntura, acupressão, hipnose, estimulação nervosa transcutânea intradérmica com água, aromaterapia e musicoterapia⁽¹⁸⁻²⁰⁾.

Diante dos métodos não farmacológicos para alcançar um parto menos doloroso encontra-se a aromaterapia baseada no uso de óleos essenciais com odores específicos para reduzir o estresse, a ansiedade e, consequentemente, a dor. Aromas como a lavanda, jasmim, eucalipto, rosa e laranja trazem efeitos significativos na percepção da dor, na ansieda-

de das parturientes e consequentemente na duração do trabalho de parto⁽¹⁸⁻²⁰⁾.

Igualmente, a musicoterapia tem um papel importante no alívio da dor, sendo um elemento de distração que aumenta o entendimento de controle e provoca um aumento nos níveis de endorfina. A musicoterapia utiliza técnicas que visam produzir efeitos benéficos nas três áreas psicológicas (afetivo, cognitivo e psicomotor). Essas vantagens contribuem para melhorar o humor da mulher que, com uma escolha boa e personalizada da música, pode modificar significativamente seu caráter e lidar com esse momento de forma mais calma e pacífica⁽¹⁸⁻²⁰⁾.

Assim como em diversas referências bibliográficas sobre o uso de terapias humanizadas integrativas complementares no período gravídico e puerperal, os relatos das participantes reforçam os benefícios das terapias alternativas, além de fortalecer a mulher para o enfrentamento da situação vivenciada, sendo os mais recorrentes a musicoterapia, aromaterapia, oficinas de chá e o esalda pés⁽¹⁸⁻²⁰⁾.

Por outro lado, apesar das entrevistadas reconhecerem a importância do uso de terapias humanizadas integrativas complementares no período gravídico e puerperal fundamentais no preparo para a vivência do parto, observa-se pouco conhecimento sobre a temática. Nesse estudo infere-se que tais recursos foram apontados apenas por mulheres que tiveram apoio de profissionais contratados como enfermeiras obstétricas, doulas e especializando da área de obstetria.

O acesso às terapias integrativas e complementares no processo do parto ainda não é rotina na assistência obstétrica, portanto este fato deve-se ao desconhecimento destes recursos e seus benefícios, por parte das puérperas entrevistadas. Algumas das participantes destacaram a ajuda da equipe de saúde no momento do parto que ofereceram métodos não farmacológicos para alívio da dor, suporte e incentivo. Tal fato pode estar relacionado ao modelo de assistência da instituição, pois o Hospital Sofia Feldman, é tido como referência pelas boas práticas na área de atenção ao parto e nascimento⁽¹⁸⁻²⁰⁾.

CONCLUSÃO

Conclui-se que em relação ao momento do parto prevaleceram diversos sentimentos, sejam negativos ou positivos, demonstrando diferentes expectativas decorrentes do período gestacional. As mulheres têm buscado fontes de informação sobre o parto e diferentes métodos de preparo durante a gestação. No entanto, essa iniciativa, em alguns casos, parte apenas da própria gestante, por meio de pesquisas na internet ou da orientação de profissionais contratados, especializados em obstetria e neonatologia.

Observa-se que há pouco conhecimento por parte das mulheres sobre os métodos com o objetivo de diminuir a dor e aumentar a colaboração no parto, bem como das terapias humanizadas integrativas complementares. Correlacionando a esse resultado, questiona-se a qualidade da assistência pré natal e da prática profissional em saúde, uma vez que na percepção das participantes as informações recebidas durante as consultas sobre o trabalho de parto e parto foram ausentes ou insuficientes.

Reforça-se a necessidade de ações destinadas à melhoria da assistência prestada no pré natal com especial atenção para uma adequada preparação ao parto e estímulo ao protagonismo da mulher no processo de parturição. É fundamental buscar espaços de escuta e acolhimento das dúvidas e angústias das mulheres no período gestacional favorecendo a implementação de um novo modelo de atenção obstétrica baseado na humanização da assistência e nas boas práticas baseadas em evidências científicas.

A limitação do estudo se deve ao fato de retratar somente uma instituição hospitalar, assim, sugere-se que outras pesquisas envolvam mais unidades de saúde, contemplando diferentes realidades. Como implicação para a prática profissional o estudo poderá contribuir na promoção de estratégias para inclusão da preparação para o parto como foco nos atendimentos e serviços oferecidos no pré-natal e maternidades; e servir de apoio para a discussão e produção do conhecimento sobre a temática, principalmente no âmbito das políticas de saúde e nas estratégias da assistência.

REFERÊNCIAS

1. Bezerra JC, Costa E, Coêlho AFFM, Candeia RM, Santos J, Braga L. Difficulties, fears and expectations of pregnant women in the pregnancy period. *Saúde Colet. (Barueri)*. 2021; 11(69): 8566-71.
2. Baggio MA, Pereira FC, Cheffer MH, Machineski GG, Reis ACE. Meanings and experiences of women who experienced the hospital humanized birth labor assisted by an obstetric nurse. *Rev Baiana Enferm* 2021;35:e42620.
3. Reis TH, Lohmann PM, Costa AE, Laste G. Aspectos relacionados às preferências e vivências das mulheres perante as vias de parto. *Enferm Foco* 2024;15:e-202446. doi: 10.21675/2357-707X.2024.v15.e-202446
4. Albuquerque ASS, dos Santos MSN, Rabelo SMF de M, Fialho AV de M, Chaves EMC, Saraiva EMS, Albuquerque FHS, Brito OD. A percepção das mulheres sobre a dor no trabalho de parto e parto. *Contribuciones a las Ciencias Sociales* 2024;17(2):e4756
5. Silva EA, Pereira AMM, Dantas SLC, Soares PRAL, Melo LPT, Costa N, et al. Knowledge of puerperals about good practices in delivery centers. *J Nurs UFPE On Line* 2021;15:e246029. doi: 10.5205/1981-8963.2021.246029.
6. Couto GR. Conceitualização pelas enfermeiras de preparação para o parto. *Rev Latino-am Enferm* 2006;14(2):190-198.
7. Souza VRS, Marziale MHP, Silva GTR, Nascimento PL. Tradução e validação para a língua portuguesa e avaliação do guia COREQ. *Acta Paulista Enferm* 2021;34:eAPE02631.
8. Minayo MCS. Amostragem e saturação em pesquisa qualitativa: consensos e controvérsias. *Rev Pesq Qualit* 2017 5(7):1-12. Disponível em: <https://editora.sepq.org.br/rpq/article/view/82>
9. Bardin L. *Análise de Conteúdo. Edição revista e ampliada.* São Paulo: Edições 70; 2020.
10. Ferreira MSC, Silva PL, Pereira VB. Um olhar sobre a experiência do parto: trajetória, possibilidades e repercussões. *Rev Abordagem Gestalt [Internet]*. 2020 dez [acesso em 2025 mar 06];26(spe):416-427. Available from: <https://doi.org/10.18065/2020v26ne.6>
11. Othman AJ. The Effects of Pregnancy and Childbirth on Women's Health-Related Quality of Life: A Scoping Review. *Evidence-Based Nursing Research*. 2024;6(1):39-5212. Rodrigues DP, Alves VH, Silva AME, Penna LHG, Vieira BDG, Silva SÉDD, Reis LCD, Branco MBLR. Women's perception of labor and birth care: obstacles to humanization. *Rev Bras Enferm [Internet]*. 2022 Mar 7 [cited 2024 Oct 08];75 Suppl 2(Suppl 2):e20210215. Available from: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0215>
12. Imakawa CSO, Nadai MN, Reis M, Quintana SM, Moises ECD. Is it Necessary to Evaluate Fear of Childbirth in Pregnant Women? A Scoping Review. *Rev Bras Ginecol Obstet [Internet]*. 2022 Jul [cited 2024 Oct 08];44(7):692-700. Available from: <https://doi.org/10.1055/s-0042-1751062>
13. León Insuasty MC, Mendoza G, Inca Ruiz GP. Interpretación de la praxis cultural de la maternidad desde la enfermería antropológica. *Rev Cuba Reumatol [Internet]*. 2023 Jun [citado 2025 Mar 06];25(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-59962023000200010&lng=es
14. Silva JA, Oliveira MR. A importância da informação para a mulher durante o parto e puerpério. *Rev Bras Saude Materno Infantil*. 2020;20(3):345-352.
15. Marques BL, Tomasi YT, Saraiva SS, Boing AF, Geremia DS. Orientações às gestantes no pré-natal: a importância do cuidado compartilhado na atenção primária em saúde. *Esc Anna Nery [Internet]*. 2021 [cited 2024 Oct 08];25(1):e20200286. Available from: <https://www.scielo.br/j/ean/a/hR4MwpCd88cvTfs9ksLJGFs/>
16. Aragão M, Santos SBC, Cordeiro T, Fernandes N, Ramos H, Pinto M, et al. Assistência de enfermagem no preparo para o parto normal. *Res Soc Dev*. 2024;13(5):e5413545804. Available from: <https://doi.org/10.33448/rsd-v13i5.45804>
17. Klein BE, Gouveia HG. Utilização de métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto. *Cogitare Enferm [Internet]*. 2022 Ago 12 [citado 2025 Mar 06];27. Available fro: <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.80300>
18. Rodrigues VS, Ribeiro JP, Treptow VP, Oliveira TB de, Maliszewski LS, Decker JPA. Métodos não farmacológicos para o alívio da dor no trabalho de parto. *CLCS [Internet]*. 2024 Jun 5 [citado 2025 Mar 7];17(6):e7283. Available from: <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.6-040>
19. Freitas JC de, Silva CC, Rodrigues MD, Souza RAP de. Eficácia dos métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto natural: uma revisão integrativa. *Rev Eletronica Acervo Enferm [Internet]*. 2021 [cited 2025 Mar 7];12:e7650. Available from: <https://doi.org/10.25248/re-aenf.e7650.2021>