

**O CONTATO TERAPÊUTICO DURANTE O TRABALHO DE PARTO:
FONTE DE BEM ESTAR E RELAXAMENTO**

***THE THERAPEUTIC CONTACT DURING THE LABAM:
SOURCE OF WELLNES AND RELAXATION***

**EL CONTACTO TERAPÉUTICO DURANTE EL TRABAJO DE PARTO:
FUENTE DE BIENESTAR Y RELAJACIÓN**

ISOLDA PEREIRA DA SILVEIRA¹

ANTONIA DO CARMO SOARES CAMPOS¹

ANA FÁTIMA CARVALHO FERNANDES²

A experiência em estar junto às mulheres proporcionando conforto através de massagens por todo o trabalho de parto, levou-nos a realizar este estudo objetivando demonstrar o valor terapêutico da massagem, no sentido de promover relaxamento, conforto e alívio das dores durante o trabalho de parto. Este estudo baseia-se em um relato de experiência vivenciado em uma Maternidade em Fortaleza-Ce. Participaram quinze parturientes no período agosto/setembro de 2001. Utilizamos observação direta e entrevista. Concluímos que o toque terapêutico é eficiente, acalma, descontraí, induz à mudança de comportamento da mulher, diminui a necessidade de analgesia, além de se constituir num elo de ligação entre a enfermeira e a parturiente.

PALAVRAS CHAVE: *Toque terapêutico, Relaxamento, Trabalho de parto.*

The experience in being close to the women providing comfort through massages for the whole labor, took us to accomplish this study aiming at to demonstrate the therapeutic value of the massage, in the sense of promoting relaxation, comfort and relief of the pains during the labor. This study bases on a report of experience lived at a Maternity in Fortaleza-Ce. They announced fifteen parturientes in the period agust/setember of 2001. Utilizamos direct observation and interview. We concluded that the therapeutic touch is efficient, it calms, it relaxes, it induces to the change of the woman's behavior, it reduces the analgesia need, besides constituting in a connection link between the nurse and the woman baby.

WORDS KEY: *Therapeu touch, Delaxation.*

La experiencia junto a las mujeres proporcionándoles confort a través de masajes, durante el trabajo de parto, tiene como objetivo, demostrar el valor terapéutico del masaje con el fin de promover relajamiento, comodidad y alivio de los dolores durante el trabajo de parto. Este estudio se basa en el relato de experiencia, en la Maternidad de Fortaleza, Ce. Participaron quince parturientas en el periodo agosto/septiembre de 2001. Utilizamos observación directa y entrevista. Concluimos que el toque terapéutico es eficiente, tranquiliza, distrae e induce al cambio de comportamiento de la mujer, disminuye la necesidad de analgesia, además de constituirse en un eje entre la enfermera y la parturienta.

TÉRMINOS CLAVES: *Trabajo de parto, Relajacion.*

¹ Enfermeira da Maternidade Escola Assis Chateaubriand-(MEAC).Mestranda do Programa de Pós Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Ceará. isoldas@secrel.com.br

² Enfermeira da MEAC.Mestranda do programa de Pós Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Ceará.Bolsista da FUNCAP

³ Doutora em Enfermagem. Profa.Adjunto do Departamento de Enfermagem-FFOE/UFC.

INTRODUÇÃO

A maternidade é considerada um grande desafio e quase sempre um período de muita aflição para a gestante. Segundo o Ministério da Saúde, *a atenção adequada à mulher no momento do parto representa um passo indispensável para garantir que ela possa exercer a maternidade com segurança e bem-estar* (BRASIL, 2001, p.38)

O trabalho de parto é o momento do desabrochar de emoções com maior facilidade, fato este, segundo Balaskas (1999) em que a mulher vivencia fisicamente explosões de energia.

Percebe-se no cotidiano, que é necessário o despertar do profissional de enfermagem para uma nova visão, que contemplando não apenas o fazer tecnológico, mas o estar presente, ser com o outro, somando forças, multiplicando o cuidar e diminuindo as dificuldades, ao ponto de a tensão e o medo serem excluídas de um momento ímpar que é o parto.

Na experiência profissional, que se tem acumulado, como enfermeiras do cuidar obstétrico, consideramos que o referido estudo é relevante, por se tratar de uma opção de cuidados de enfermagem prestados à parturiente no nosso cotidiano, tendo como base o conforto físico, o estar perto e o tocar terapêutico. Observa-se no dia a dia de mulheres em trabalho de parto um conflito gerado pelo medo do desconhecido, permeado de reações adversas, como choro e demonstrações de nervosismo. E diante dessa problemática, que se passa a entender melhor a importância da massagem durante o trabalho de parto.

A terapia em questão se dá pelo toque, através da pele, que cobre todo o corpo da pessoa, mas responde pelas sensações exteriores de frio e de calor. É pelo tato que as impressões sensoriais são recebidas e transmitidas por terminais nervosos da pele. Assim, a massagem é uma forma de contato que favorece através do estímulo, o envio de uma mensagem ao centro nervoso do nosso organismo produzindo, conseqüentemente, uma resposta em forma de conforto.

A massagem vem sendo muito utilizada como modalidade de um cuidado alternativo na Enfermagem Obstétrica, sendo parte integrante do cuidado na assistência ao parto. Em outros países, a massagem faz parte dos cuidados da parteira e usada durante o pré-parto e parto (Balaskas,1999).

É sabido que durante todo o decorrer do trabalho de parto, a mulher sente desconforto e dor causados pelas contrações uterinas e estiramento das articulações da bacia obstétrica. Para Balaskas (1993, p.130)

a massagem do sacro pode ser um eficiente meio de diminuir as dores e contrações uterinas. Portanto, o uso das mãos realizando a massagem e estimulando os locais doloridos, libera energia, proporciona conforto e bem estar à mulher neste período de espera do parto. Todo esse cuidar é indispensável para a existência humana do ser mulher, do ser que é abrigado no seu ventre, dessa nova vida que desponta em uma dimensão fisiológica e existencial.

Consoante Boff (1999, p.109) *o cuidado com o modo-de-ser perpassa toda existência humana e possui ressonâncias em diversas atitudes importantes.* Considera-se importante para as mulheres em trabalho de parto, companhia e atenção, estas não somente direcionadas a cuidados técnicos mecanizados, mas um cuidado alternativo harmonioso e que venha a favorecer o seu conforto, bem estar e estar melhor, como mulher, como cidadã e como gente.

O toque é um gesto que faz parte do cotidiano, sendo muitas mensagens transmitidas por seu intermédio, podendo por isso ser considerado um meio facilitador ou dificultador da comunicação e da criação de vínculos. É também uma necessidade básica do ser humano e precisa ser satisfeita para que o organismo sobreviva (MONTAGU, 1988).

Já Davis (1991), descrevendo os tipos de contato físico prazerosos, refere que os mesmos podem ser tranquilizador, terapêutico, carinhoso, afetuoso, confortador ou animador. Podem inclusive, ter forma de afago, tapinha, massagem, aconchego, abraço apertado ou de apoio.

Com base no que foi exposto, o estudo pretende demonstrar o valor da terapêutica da massagem aplicada à mulher, no sentido de promover relaxamento, conforto físico e alívio das dores durante o trabalho de parto.

PERCURSO METODOLÓGICO

Trata-se de relato de experiência, vivenciada pelas autoras junto às parturientes no Centro de Parto Normal (CPN) de uma Maternidade Pública de grande porte na ci-

dade de Fortaleza-Ceará, cuja filosofia é pautada na humanização do parto e do nascimento.

O ambiente onde transcorre todo o trabalho de parto, é climatizado, decorado com quadros que retratam várias posições que facilitam o parto, sendo a visualização dos quadros importante para que cada parturiente possa escolher a que melhor lhe agrada. Fazendo parte da decoração, vasos de flores artificiais que dão um visual mais alegre e acolhedor ao local, assemelhando-o ao ambiente doméstico. Os leitos iguais para o pré-parto e para o parto, são separados por divisórias, cuja finalidade é manter a privacidade da parturiente. A unidade conta com um sistema de sonorização, com repertório composto em sua maioria, por músicas suas, que contribuem para o relaxamento das mulheres.

Este trabalho em causa, reflete o cotidiano das enfermeiras que exercitam o cuidado holístico com competência de ser, saber e fazer.

Os sujeitos da pesquisa foram representados por quinze mulheres em trabalho de parto, com idade variando entre 16 e 42 anos, sendo nove primíparas e seis múltiparas. Quanto ao estado civil, quatro eram casadas, seis solteiras e cinco vivendo maritalmente com seus companheiros.

A coleta de dados aconteceu nos meses de agosto e setembro de 2001, através da observação participante que segundo Leopardi (2001, p.197) *trata-se de uma investigação em que o pesquisador, ao propor-se a coleta de dados, efetivamente participa da situação, inclusive intervindo, mudando e propondo*. Foi feito uso também da entrevista, com a seguinte questão norteadora: *Como você está se sentindo após a massagem?*

REALIZANDO A MASSAGEM

Percebeu-se, no fazer cotidiano, que a massagem, além de relaxar a parturiente, proporciona bem-estar e prazer. Para atingir os efeitos desejados, as mãos devem deslizar com suavidade e com movimentos circulares na área dolorida, em ritmo da respiração da parturiente. Ao ser realizada a massagem, as técnicas preconizadas por Freire (1996) evoluem através dos seguintes passos:

- Aquecimento prévio das mãos, friccionando-as uma contra a outra;
- Postura corporal da parturiente e da cuidadora;
- Bom senso, intuição, criatividade e presença.

Seqüência para a realização da massagem:

- Ombros: massagear profusamente todo o ombro, amassando toda a musculatura dessa área; gire os ombros para trás e para frente.
- Dorsal superior: colocar as mãos espalmadas sobre a nuca e deslizar de maneira firme até a região sacra.
- Região lombo-sacro: com a palma de uma das mãos, massagear a região lombo-sacra com movimentos circulares, no sentido horário; pressionar, com movimentos circulares, os oito buracos do osso sacro.

Para os membros inferiores, Balaskas (1999, p.54) sugere: usar óleos essenciais de bergamota, semente de uva e amêndoas nas regiões a serem massageadas.

- Coxas: usar as duas mãos para fazer movimentos deslizantes para os lados, iniciando da região lombar para baixo, até as coxas.
- Panturrilha: massagear suavemente, usando os polegares e indo até o calcanhar.
- Pés: massagear a região do calcanhar e tendão de Aquiles e, com o auxílio dos polegares, fazer o mesmo na planta do pé. Em seguida, apoiar o arco com uma das mãos, segurar os dedos com a outra e flexioná-los para cima e para baixo.

A análise dos dados foi processada, via compilação dos registros da observação direta e dos depoimentos das participantes, segundo sua convergência, da qual emergiram os seguintes resultados como respostas à terapia: alívio da dor, relaxamento e bem-estar.

Durante todo o desenrolar do processo, observou-se na íntegra, o que preconiza a Resolução 196 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde (MS) de 10/10/1996. As participantes foram informadas quanto ao direito do anonimato, bem como da liberdade de participar ou não do estudo.

APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

A análise das opiniões expressadas pelas parturientes, via utilização da técnica de massagem, reforça a idéia inicial de que essa é uma terapia eficiente, tanto em termos físicos quanto emocionais.

Categoria: alívio da dor

A dor é uma sensação subjetiva, presente quase sempre durante o trabalho de parto. Ela acontece pela própria situação da mulher encontrar-se fora de seu lar, longe dos familiares, com sentimentos permeados de medo, ansiedade e solidão, fatores que realmente induzem a pessoa a sentir dor.

Melhorou tudo, a dor e o medo do parto...

Este parto foi diferente do primeiro, senti alívio com as massagens que você fez em mim...

Pensei que não ia agüentar com tanta dor, você tem mãos de fada...

Percebeu-se através das falas, que o fato de receber massagens nesse período de espera do parto, foi eficaz no alívio da dor e, conseqüentemente, do medo tido como um fator negativo nesse evento.

Há de se concordar com Silva (1996, 2000) quando refere que aprender os mistérios do toque faz parte do processo de humanização da relação profissional enfermagem/paciente. Ternura e vigor, são, pois, os dois princípios que precisam estar equilibrados em um mesmo toque.

As mãos da enfermeira que realiza o toque são comparadas às mãos de fada, como algo que transmite energia. A esse respeito, Balaskas (1993, p.125) descreve a massagem como *um poder mágico e curativo*. É portanto, transmitindo energia, demonstrando carinho e afeto, beneficiando e reconfortando quem recebe o toque, que se consolida o poder terapêutico de massagem.

Considera-se, ainda, que a presença efetiva da enfermeira, o estar-com é fundamental para amenizar a ausência da pessoa significativa para a parturiente no difícil porém prazeroso momento do parto. Não deixa de ser gratificante ver a modificação do quadro de dor, envolvendo também a expressão facial. Cabe, pois ressaltar aqui o que afirmaram Figueiredo e Machado (2001,p.381): *um cuidado que pode ser ANESTÉSICO para aliviar a dor física, mas a dor da alma*.

Categoria: relaxamento

O relaxamento é um dos sinais que o organismo deixa transparecer, quando o equilíbrio está presente em todas

as dimensões do ser humano. No instante do parto, é sentir-se aliviada, plena, tranqüila em paz consigo mesma e com o Universo. É entregar-se, incondicionalmente, aos cuidados do outro ser.

A tranqüilidade revelada nas falas das parturientes está relacionada ao relaxamento adquirido através do cuidado e da habilidade em realizar massagem. Oliveira e Barreto (2000), discorrem acerca das mãos hábeis dos cuidadores de enfermagem que são responsáveis pela forma de cuidar, de onde emanam afeto e sentimento.

Me sinto mais tranqüila e mais relaxada com essa massagem maravilhosa...

Senti alívio, foi muito boa a massagem nas costas e nos quadris, fiquei menos tensa...

Vocês me ajudaram bastante, me apoiaram, me fizeram massagens, eu pude relaxar...

Vocês fazendo essa massagem, e junto de mim, eu fiquei bem relaxada e ajudei muito na hora do bebê nascer...

As mulheres ouvidas expressaram de modo enfático, em suas falas, a sensação de relaxamento proporcionada pela massagem, permitindo recuperar as energias físicas e mentais. Figueiredo e Machado (2001, p. 377) assinalam que *o cuidado é um espaço de expressão que as enfermeiras têm para pensar e fazer sua arte de cuidar*. Daí a importância de ressaltar quão gratificante é ter espaço para exercitar este novo paradigma do cuidar.

Categoria: bem-estar

Ter contato com o outro, estar perto, manter diálogo e fazer-se presente, são atitudes que o enfermeiro realiza no seu cotidiano de trabalho no desejo de dar o melhor de si, de transmitir sua sensibilidade, e suas energias. Envolvido com o cuidado, na hora do parto, o profissional de enfermagem confirma a sua vocação para fazer do evento um processo de comunhão com o bem estar.

Vocês me encorajaram, ficaram perto de mim como uma mãe...

Me senti bem melhor depois das massagens, fiquei calma...

Achei muito bom a massagem que vocês fizeram...

Gostei muito da massagem nas pernas, porque eu estava sentindo câimbras...

Antes das massagens eu nem tava conseguindo responder as perguntas que vocês faziam...

Nesta categoria, as parturientes, enfatizaram em suas falas, que a massagem se revela como fonte de bem estar, equilíbrio das energias, sensação de ser cuidada, alívio da tensão, sendo ainda relaxante e calmante. Balaskas (1999, p.44) afirma que a massagem *é uma maneira de compartilhar energia que traz benefícios tanto a quem faz como a quem recebe*. Percebeu-se também que as falas das parturientes, estão impregnadas de sentimentos de gratidão e de encorajamento.

Parafraçando Pinto, Rocha, Silva (2002) o tocar caminha junto à presença genuína da enfermeira, trazendo bem-estar. O tocar é uma maneira de auxiliar a mulher; um tocar consciente, atento e presente, deve corresponder, de modo sutil, às necessidades da gestante, propiciando uma forma de acolhimento e uma relação de proximidade. A atmosfera afetuosa, íntima e cordial é uma maneira individualizada de acolher, proporcionando liberdade à mulher e permitindo um canal de expressão importante (FUSTINONI, 2000).

REFLEXÕES FINAIS

Na qualidade de profissionais de saúde materna, entende-se que a mulher/parturiente deve ser compreendida em toda a sua singularidade. Os procedimentos e as técnicas são inerentes à rotina de assistência e, independente do tempo que o profissional tem disponível, é possível identificar o seu empenho através da sua presença acolhedora, no momento em que realiza o difícil mister de aliviar a dor e promover o bem estar. (PINTO, ROCHA, SILVA, 2002).

O modelo de assistência obstétrica, associada à humanização do nascimento e ao parto, aparece como uma tendência da atualidade. O cuidado humanizado tem condições de propiciar à pessoa que atende ganhar a confiança do outro, o que constitui melhor credencial no processo de interação profissional/cliente. Considera-se a mulher como um ser singular, único, e isso implica saber ouvir, acolher, ter empatia, criar vínculos, ficar a seu lado,

ouvir indagações e valorizar seus depoimentos (FUSTINONI, 2000).

Acredita-se que o toque terapêutico ou, ainda, a utilização das massagens aplicadas nos locais doloridos do corpo da parturiente, além de trazer efeitos benéficos, como a interação entre a enfermeira e a cliente, reconforta, estimula, produz o relaxamento e diminui a sensação dolorosa presente no trabalho de parto.

Parece, com efeito, que essa nova modalidade de cuidado de enfermagem, utilizando no caso, a massagem terapêutica, desponta como mais um espaço para o enfermeiro executar suas habilidades em aliviar a dor, confortar a mulher, de modo inteligente e em harmonia com a natureza.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BALASKAS, J. **Parto ativo**: guia prático para o parto normal. 2.ed. São Paulo. Editora Ground., 317p, 1993, p.125.
- _____. **Gravidez natural**: um prático guia holístico para o seu bem-estar, desde a concepção até o parto. São Paulo: Manole, 1999. 93p. p.53.
- BOFF, L. Ressonâncias do cuidado. In: **Saber cuidar**: ética do humano-compaixão pela terra. 4.ed. Petrópolis: Vozes, 1999. cap.VIII, p.109-130.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Parto, aborto e puerpério**: assistência humanizada à mulher. Brasília, 2001, 199p. p. 38.
- DAVIS, P.K. **O poder do toque**. 11.ed. São Paulo: Best Seller, 1991. 202p.
- DUARTE, A C. Lidando com a dor do parto. Disponível em: <<http://www.amigasdoparto.com.br/dor2.htm>>. Acesso em: 12 ago. 2002.
- FERNANDES, M. das G. M. Toque: uso pelos enfermeiros no cuidado com o idoso com alterações visuais e auditivas. **Nursing**, agosto, 2002.
- FIGUEIREDO, N.M.A.; MACHADO, W.C.A. Cuidados a "natureza viva" do pensar e do fazer. **Esc. Anna Nery R. Enferm.**, Rio de Janeiro, v. 5, n.3, p.315-324, dez.2001.
- FREIRE Jr.M.B.de. **Automassagem e medicina chinesa**. Brasília. Editora do Autor. 1996. 144 p.
- FUSTINONI, S. M. **As necessidades de cuidado da parturiente**: uma perspectiva da ação social. São Paulo; 2000.

Tese (Doutorado) Escola de Enfermagem- Universidade de São Paulo.

KRIEGER, D. **O toque terapêutico**: visão moderna da antiga técnica de imposição das mãos. São Paulo: Cultrix, 1993. 199p.

LEOPARDI, M.T. **Metodologia de pesquisa na saúde**. Santa Maria: Pallotti, 2001. 342 p.

MONTAGU, A. **Tocar**: o significado da pele. São Paulo: Summus, 1988.

OLIVEIRA, M. E. de.; BARRETO, C. S. **Mãos que cuidam**: um poema retratado. Florianópolis: Cidade Futura, 2000.

PINTO, C.M.; de ROCHA, E. A; SILVA, M.J.P. O toque como elemento de comunicação parturiente/enfermeiro obstetra durante a assistência no pré- parto, **Nursing**, abril, 2002.

SILVA, M.J.P. **Comunicação tem remédio**: a comunicação das relações interpessoais e, saúde. São Paulo: Gente, 1996.

SILVA, M.J.P. **O amor é o caminho**: maneiras de cuidar. São Paulo: Gente; 2000.

WALDOW, V.R. **Cuidado humano**: o resgate necessário. 2.ed. Porto Alegre: Sagra Luzzato, 1999, 202p.

RECEBIDO: 27/08/2002

ACEITO: 10/10/2002