



OS BENEFÍCIOS DO MOVIMENTO E DA DEAMBULAÇÃO DURANTE O TRABALHO DE PARTO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Simone Kappes¹

Érica de Brito Pitilin²

Resumo: A promoção do conforto e de uma experiência prazerosa durante o trabalho de parto, são sem dúvidas características fundamentais para o provedor do cuidado à parturiente, pois permite que esta desenvolva as etapas da parturição de maneira segura e amparada nos âmbitos físico, emocional e psicológico. Neste sentido, valorizar o parto de maneira fisiológica e natural e interferir de maneira a potencializar o momento da mulher, são atividades essenciais na assistência de enfermagem e no desenvolvimento de um parto saudável e humanizado. Tratando-se da naturalidade do processo de parturição, fisiologicamente ele é muito mais efetivo quando a mãe se mantém em movimento, pois desta forma a contração uterina é intensificada, a dor é predominantemente minimizada, o fluxo sanguíneo é mais abundante principalmente no trajeto da placenta e o trabalho de parto torna-se mais acelerado. Estimular a deambulação apresenta vantagens complementares ao parto restrito ao leito, sendo estas relacionadas a distração da mulher quanto ao desconforto do parto, controle materno do seu corpo e dos processos vivenciados e interação pessoal principalmente com o acompanhante que pode auxiliar e tranquilizar a mulher neste momento singular. Assim, este trabalho visa relatar a experiência vivenciada durante o trabalho de parto bem como os benefícios da movimentação e da deambulação nesse período. Trata-se de um relato de experiência de caráter qualitativo reflexivo, o qual utiliza como principais fontes de reflexão as observações efetuadas e a atuação da enfermagem durante as Atividades Teórico Práticas do Curso de Graduação em Enfermagem no período de abril a julho de 2018. Tais atividades foram fundamentadas nas pesquisas documentais que buscaram ressaltar as vantagens da movimentação e da deambulação durante o trabalho de parto. Foram aplicados e desenvolvidos os conhecimentos teóricos sobre o assunto em questão, com objetivo de potencializar o processo de parir e garantir uma experiência exitosa à parturiente. Logo, após o estabelecimento do vínculo com a paciente, esta era incentivada a levantar-se do leito

¹ Acadêmica da 7ª fase do curso de graduação em enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), *Campus* Chapecó, sih_sjo@hotmail.com.

² Doutoranda em Enfermagem (UNIFESP), docente do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), *Campus* Chapecó, erica.pitilin@gmail.com.



e procurar por um parto ativo, com movimentação, exercícios, caminhadas e danças. Durante a vivência acadêmica, as mulheres foram encorajadas a realizar exercícios com a bola suíça, danças com movimentos leves e circulares, deambulação, abaixar-se e levar-se entre outros movimentos com os quais elas se sentissem confortáveis. As atividades somente foram desenvolvidas com as parturientes sem restrições, de baixo risco e com idade gestacional apropriada para o nascimento do bebê. A partir das intervenções realizadas foi possível observar que a promoção do trabalho de parto ativo com movimentação, deambulação e exercícios potencializou a sua evolução, bem como acelerou o processo/tempo e duração do trabalho de parto e minimizou os sintomas de dor e desconforto. Quanto maior a atividade desenvolvida pela mulher, maior será os resultados esperados e as vantagens observadas. Nesse contexto, é fundamental que a enfermagem como profissão norteadora do cuidado possibilite a mulher o poder de escolha quanto ao uso das técnicas mencionadas, auxiliando e esclarecendo eventuais dúvidas em relação a esse método, a fim de que possa tornar a experiência e vivência do parto única, prazerosa e humanizada.

Palavras-chave: Parto humanizado. Parto ativo. Deambulação. Exercícios.

Categoria: Ensino

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

Formato: Comunicação Oral