

## BENEFÍCIOS DA HIDROTERAPIA PARA O PARTO HUMANIZADO

*Thais de Oliveira<sup>1</sup>, Victoria Ferreira Rodrigues<sup>2</sup>, Roberta Larissa Leonel<sup>3</sup>*

Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. thays.oliveirath@gmail.com  
Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. rodriguesvfi@hotmail.com  
Orientadora, Mestre, Departamento de Fisioterapia, UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de  
Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. roberta.leonel@unicesumar.edu.br

### RESUMO

A maior ênfase na autonomia da mulher, tem contribuído para o aumento do número de gestantes que optam por partos com o mínimo possível de intervenções. A hidroterapia constitui uma dessas abordagens utilizadas para aliviar a dor da gestante durante o trabalho de parto, em razão dos efeitos neuroendócrinos, circulatórios, musculoesqueléticos e psicológicos da imersão. Contudo, as evidências disponíveis até então são controversas. Dessa forma, objetivo do presente trabalho foi avaliar, por meio de uma revisão bibliográfica, os benefícios da prática da hidroterapia para gestantes que serão submetidas ao parto normal. Para isso, foram realizadas buscas nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo e Periódicos Capes, utilizados Descritores em Ciências da Saúde e selecionando os artigos com base em critérios de inclusão. A partir dessas etapas, foram selecionados 7 artigos. Dentre os principais benefícios para a mãe estão alívio da dor, menores chances de laceração do períneo, redução do tempo de trabalho de parto e maior satisfação com a experiência do parto. Já para o neonato, as vantagens englobam maior conforto durante o parto, menores chances de resultados neonatais adverso, e taxas de frequência cardíaca fetal constantes. Portanto, existem fortes evidências para apoiar o uso continuado e expandido de hidroterapia de imersão em água quente para alívio da dor do parto e facilitação fisiológica normal do parto entre mulheres saudáveis. No entanto, também é preciso considerar as limitações da presente pesquisa. Por isso, mais pesquisas direcionadas à essa prática com abordagens padronizadas ainda são necessárias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Terapias não interventivas; Gestantes; Neonatos; Obstetria; Trabalho de parto.

### 1 INTRODUÇÃO

O atendimento nas unidades obstétricas passou por grandes transformações nos últimos anos (MALLEN-PEREZ et al., 2018). O foco atual de humanização do atendimento e garantia do envolvimento da mulher na tomada de decisões, têm auxiliado a alcançar o objetivo de reduzir a morbimortalidade materno-infantil (HERNANDEZ-MARTINEZ, 2016). Essa maior ênfase na autonomia da mulher, tem contribuído também para o aumento do número de gestantes que optam por partos com o mínimo possível de intervenções, demandando adaptações por parte das instituições obstétricas, que passaram a ofertar métodos alternativos de alívio da dor. A hidroterapia constitui uma dessas abordagens utilizadas como metodologia não interventiva para aliviar a dor da gestante durante o trabalho de parto (MALLEN-PEREZ et al., 2018).

A prática da hidroterapia consiste na imersão do paciente em água quente em uma banheira, banheira de hidromassagem ou até mesmo chuveiro (COWAN et al., 2017). Durante o trabalho de parto, normalmente a mulher é colocada em uma banheira com água em temperatura média de 36,5 °C até o nível do peito. A hidroterapia promove o parto normal por meio da redução do uso de intervenções intraparto em razão dos efeitos neuroendócrinos, circulatórios, musculoesqueléticos e psicológicos da imersão (NUTTER et al., 2014). Recomenda-se que esse método seja utilizado a partir de 5 cm de dilatação cervical, pois já foi observado que se for realizada precocemente pode atrasar o parto (MALLEN-PEREZ et al., 2018).

A hidroterapia tem sido difundida em todo o planeta e implementada em hospitais. Contudo, as evidências disponíveis até então são controversas. Por um lado, defende-se os benefícios proporcionados à mãe durante o parto; em outro ponto de vista, tem se questionado a existência de potenciais riscos ao recém-nascido (MALLEN-PEREZ et al., 2018; GAUTHAM; DEVI, 2020). Considerando essas discordâncias, objetivo do presente

trabalho foi avaliar os benefícios da prática da hidroterapia para gestantes que serão submetidas ao parto normal.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho foi elaborado por meio de uma revisão de literatura de caráter qualitativo descritivo. Para isso, foram realizadas pesquisas por publicações científicas nas bases de dados Google Acadêmico, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e PubMed, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Gestantes”; “Parto Normal” e “Hidroterapia”. Os trabalhos foram selecionados de acordo com os seguintes critérios de inclusão: i) publicações realizadas entre 2015 e 2020; ii) publicações em português, inglês ou espanhol e iii) publicações na íntegra. A partir dos critérios expostos, foi compilado um apanhado de informações com base científica, obtidas nos trabalhos mais recentes publicados na área.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A partir dos critérios empregados para a elaboração dessa pesquisa, foram obtidos ao final da seleção 7 artigos, apresentados na Tabela 1, a seguir:

**Tabela 1:** Benefícios da prática da hidroterapia no parto humanizado.

ANO	AUTOR	BENEFÍCIOS	
		MÃE	NEONATO
2017	Cowan <i>et al.</i>	Alívio da dor; menores chances de laceração do períneo; redução do tempo de trabalho de parto; maior satisfação com a experiência do parto; menores chances de intervenção; menos transferência de cuidados para um médico	Maior conforto, por ser um ambiente similar ao líquido do saco amniótico
2017	Shaw-Battista	Alívio da dor e da ansiedade aguda; redução de intervenções intraparto devido aos efeitos positivos da imersão; facilitação fisiológica normal do parto entre mulheres saudáveis; riscos reduzidos; menor necessidade de medicação	Procedimento seguro
2018	Lathrop; Bonsack; Haas	Proporciona experiências positivas; resultados adversos raros; menores chances de trauma perineal; maiores chances de amamentação após o parto	Chances de admissão à unidade de terapia intensiva neonatal raras
2019	Rahayu; Kurniawati; Nuzuliana	Redução da ansiedade; redução do tempo de trabalho de parto; menores chances de laceração do períneo; alívio da dor	Taxas de frequência cardíaca fetal constantes
2020	Gautham; Devi	Alívio da dor; redução do estresse nos tecidos secundários à fluabilidade; aceleração da dilatação cervical; correção de distocia do parto; aumento da autoestima e satisfação materna com o parto; baixos índices de episiotomias; menor perda sanguínea; menor necessidade do uso de medicamentos pós-parto	Maior conforto, por ser um ambiente similar ao líquido do saco amniótico
2020	Neiman	Menor duração do trabalho de parto; maior satisfação com a experiência do parto;	Menores chances de resultados neonatais adversos
2020	Silva; Cunha; Araújo	Alívio da dor e redução da ansiedade; aumenta o conforto; proporciona sentimentos positivos; acelera o trabalho de parto; redução de trauma perineal; redução do estresse; regulação das contrações uterinas;	Procedimento seguro

**Fonte:** Das Autoras (2021).

De acordo com a literatura científica, o emprego da hidroterapia como terapia não interventiva tem ganhado reconhecimento, especialmente nos últimos anos, mostrando-se benéfica para as gestantes que desejam dar à luz a partir de partos mais humanizados. Os estudos indicam que as vantagens promovidas por esse método são diversas, tanto para a mãe quanto para o neonato. Dentre os benefícios proporcionados para a mãe estão o alívio da dor (COWAN *et al.*, 2017; SHAW-BATTISTA, 2017; RAHAYU; KURNIAWATI; NUZULIANA, 2019; GAUTHAM; DEVI, 2020; SILVA; CUNHA; ARAÚJO, 2020); menores chances de laceração do períneo (COWAN *et al.*, 2017; LATHROP; BONSACK; HAAS, 2018; RAHAYU; KURNIAWATI; NUZULIANA, 2019; SILVA; CUNHA; ARAÚJO, 2020); redução do tempo de trabalho de parto (COWAN *et al.*, 2017; RAHAYU; KURNIAWATI; NUZULIANA, 2019; GAUTHAM; DEVI, 2020; NEIMAN, 2020; SILVA; CUNHA; ARAÚJO, 2020); e maior satisfação com a experiência do parto (COWAN *et al.*, 2017; LATHROP; BONSACK; HAAS, 2018; LATHROP; BONSACK; HAAS, 2018; NEIMAN, 2020; SILVA; CUNHA; ARAÚJO, 2020).

Outros benefícios incluem também menores chances de intervenção médica (COWAN *et al.*, 2017; SHAW-BATTISTA, 2017); alívio da ansiedade e/ou estresse (SHAW-BATTISTA, 2017; RAHAYU; KURNIAWATI; NUZULIANA, 2019; GAUTHAM; DEVI, 2020; SILVA; CUNHA; ARAÚJO, 2020); e menores chances de intervenções medicamentosas (SHAW-BATTISTA, 2017; GAUTHAM; DEVI, 2020). Já para o neonato, os benefícios da hidroterapia englobam maior conforto durante o parto, uma vez que o ambiente é similar ao líquido do saco amniótico (COWAN *et al.*, 2017; GAUTHAM; DEVI, 2020); segurança da abordagem (SHAW-BATTISTA, 2017; SILVA; CUNHA; ARAÚJO, 2020); menores chances de resultados neonatais adversos (LATHROP; BONSACK; HAAS, 2018; NEIMAN, 2020); e taxas de frequência cardíaca fetal constantes (RAHAYU; KURNIAWATI; NUZULIANA, 2019). Ainda, é importante destacar que na hidroterapia, o recém-nascido é rapidamente trazido à superfície devido ao reflexo de mergulho, que bloqueia mecanicamente as vias aéreas de bebês submersos (embora não de crianças mais velhas ou adultos), o que impede que este aspire a água durante o nascimento (SHAW-BATTISTA, 2017).

Portanto, existem fortes evidências para apoiar o uso continuado e expandido de hidroterapia de imersão em água quente para alívio da dor do parto e facilitação fisiológica normal do parto entre mulheres saudáveis. Isto pois, além do alívio da dor, que é considerado um dos pontos mais desconfortáveis do trabalho parto, a hidroterapia contribui para que menos intervenções médicas e medicamentosas sejam necessárias, e que ocorram menores chances de laceração do períneo, causando menos desconforto e menor tempo de recuperação para a mãe, além de diversos outros benefícios. Por fim, experiências mais agradáveis proporcionadas em relação ao parto também são fundamentais, uma vez que esse momento único pode acabar sendo traumático para muitas mulheres (COWAN *et al.*, 2017; SHAW-BATTISTA, 2017; LATHROP; BONSACK; HAAS, 2018; RAHAYU; KURNIAWATI; NUZULIANA, 2019; GAUTHAM; DEVI, 2020; NEIMAN, 2020; SILVA; CUNHA; ARAÚJO, 2020).

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A hidroterapia tem se apresentado como uma metodologia não interventiva benéfica e segura para o parto humanizado, tanto para a mãe quanto para o neonato, mostrando-se como uma alternativa válida para as mães que optam por esse tipo de abordagem e possibilitando uma experiência mais satisfatória do momento do parto. Além disso, não foram verificados efeitos adversos da hidroterapia, o que contribui para evidenciá-la como uma metodologia segura. No entanto, também é preciso considerar as limitações da presente pesquisa, uma vez que os dados apresentados aqui provêm de estudos realizados com diferentes abordagens, metodologias e números amostrais. Por isso, mais pesquisas

direcionadas à essa prática com abordagens padronizadas ainda são necessárias para corroborar com as evidências apresentadas e garantir a sua eficiência e segurança para mãe e filho.

## REFERÊNCIAS

COWAN, E. Hydrotherapy as a Nursing Intervention for Labour Pain: A literature review. **Diversity of Research in Health Journal**, v. 1, p. 121-132, 2017.

GAUTHAM, K.; DEVI, S. A case series on maternal and neonatal outcomes of hydrotherapy during labor and childbirth. **Indian Journal of Obstetrics and Gynecology Research**, v. 7, n. 2, p. 257-262, 2020.

HERNANDEZ-MARTINEZ, A. La humanización de los cuidados perinatales. Una demanda social y un reto profesional. **Enfermería Clínica**, v. 26, p. 211-212, 2016.

LATHROP, A. L.; BONSACK, C. F. B.; HAAS, D. M. Women's experiences with water birth: A matched groups prospective study. **Birth**, p. 1-8, 2018.

MALLEN-PEREZ, L. et al. Use of hydrotherapy during labour: Assessment of pain, use of analgesia and neonatal safety. **Enfermería Clínica**, v. 28, n. 5, p. 309-315, 2018.

NEIMAN, E. et al. Outcomes of Waterbirth in a US Hospital-Based Midwifery Practice: A Retrospective Cohort Study of Water Immersion During Labor and Birth Emily Neiman<sup>1</sup>, CNM, MS, APRN, Elizabeth. **Journal of Midwifery & Women's Health**, v. 65, n. 2, p. 216-223, 2020.

NUTTER, E. et al. Water birth: an integrative analysis of peer-reviewed literature. **Journal of Midwifery & Women's Health**, v. 59, n. 3, p. 286-319, 2014.

SILVA, A. D. V.; CUNHA, E. A.; ARAÚJO, R. V. Os benefícios das práticas integrativas e complementares no trabalho de parto. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, e614974468, 2020.

SHAW-BATTISTA, J. Systematic Review of Hydrotherapy Research. **The Journal of Perinatal & Neonatal Nursing**, v. 31, n. 4, p. 303-316, 2017.