

O efeito da massagem sacral na dor do parto e na ansiedade

Talvez um dos primeiros pensamentos que vêm à cabeça de uma gestante sobre o parto é a dor. O parto é um processo fisiológico, que apesar de ser um momento de felicidade e empoderamento, também é acompanhado de muita dor, agonia, desconforto

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

Talvez um dos primeiros pensamentos que vêm à cabeça de uma gestante sobre o parto é a dor. O parto é um processo fisiológico, que apesar de ser um momento de felicidade e empoderamento, também é acompanhado de muita dor, agonia, desconforto, podendo ter resultados negativos e trágicos, deixando a mulher com medo e ansiedade nas gestações futuras. Contrações uterinas dolorosas podem ser tratadas com a aplicação de pressão com as mãos nas costas, quadris, coxas e região sacral da gestante. Através da massagem, a terapia farmacológica pode ser reduzida no primeiro estágio do trabalho de parto, resultando em menos efeitos negativos para a mãe e o bebê. O objetivo do estudo foi determinar o efeito da massagem sacral na dor do parto e na ansiedade de gestantes. Para isso, um estudo randomizado e com controle foi realizado utilizando dois grupos com 30 gestantes cada: grupo controle (que não recebeu a massagem) e grupo experimental (que recebeu a massagem). A massagem foi aplicada durante 30 minutos em cada fase do parto. Para avaliar a ansiedade nas fases do parto latente (3-4 cm), ativo (5-7 cm) e de transição (8-10 cm de dilatação), foi aplicado o questionário VAS (escala visual analógica). Também foi aplicado o STAI FORM TX-I, que é usado para determinar o estado e traços de ansiedade após uma

situação específica (no caso, o parto). Após o parto, foi aplicado um questionário com perguntas sobre os pensamentos e o estado de satisfação geral a respeito do parto. Nas três fases do parto, segundo as pontuações na VAS, as gestantes do grupo experimental estavam menos ansiosas do que as do grupo controle. A ansiedade das gestantes do grupo experimental também foi menor após o parto considerando o STAI. Quanto à percepção a respeito do parto, 100% das mulheres do grupo controle e 93,3% das mulheres do grupo experimental definiram a dor do parto como “uma dor insuportável”, não havendo diferença estatística. No entanto, as mulheres do grupo experimental definiram menos o parto como “um parto difícil” (26,7%) quando comparado com as mulheres do grupo controle (80%). Na questão “como você está se sentindo agora”, a resposta “estou bem” foi estatisticamente maior no grupo experimental do que no controle. Na questão “Você está se sentindo satisfeita com o processo do parto?” a resposta “Sim” foi estatisticamente maior no grupo experimental do que no grupo controle. Não houve redução na duração do parto. O estudo concluiu que a massagem sacral aplicada durante o trabalho de parto reduz os níveis de ansiedade e afetou positivamente a percepção do parto, resultando em uma maior satisfação com o processo, além de não ter efeitos colaterais para o bebê. Referência: Akköz Çevik S, Karaduman S. The effect of sacral massage on labor pain and anxiety: A randomized controlled trial. Jpn J Nurs Sci. 2020;17(1):e12272. doi:10.1111/jjns. Alerta submetido em 17/08/2020 e aceito em 17/08/2020. Escrito por Larissa Fernanda Matias Werworn.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/o-efeito-da-massagem-sacral-na-dor-do-parto-e-na-ansiedade · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.