

# Opções para controle da dor durante o trabalho de parto

Adaptação do Subcomitê de Educação de Pacientes SOAP

Existem muitas opções diferentes para o controle da dor durante o trabalho de parto e o parto propriamente dito. O trabalho de parto de cada mulher é diferente, e você deve tomar a decisão sobre como controlar a dor durante o trabalho de parto. Você tem a liberdade de mudar de ideia a qualquer momento durante o parto.

O alívio da dor epidural é o tipo mais eficaz de controle da dor do parto, mas existem muitas outras opções para ajudar a controlar a dor do parto. Apresentaremos as diferentes opções neste folheto.

É importante discutir as decisões sobre alívio da dor durante o trabalho de parto com os profissionais de saúde e ter suas perguntas respondidas. Cada hospital terá suas próprias políticas e protocolos. Essas informações são uma orientação para você, mas não substituem as práticas do hospital.

## Quais são outras formas de controlar a dor durante o trabalho de parto, além da epidural?

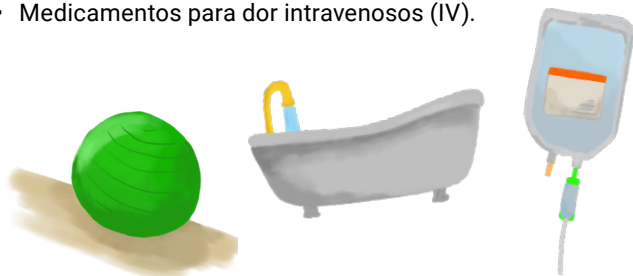
### As opções não medicamentosas incluem:

- Mudar de posição ou caminhar - talvez seja mais confortável do que permanecer deitada.
- Usar uma bola para parto.
- Técnicas de relaxamento: respiração, meditação, exercícios de relaxamento, massoterapia, ioga, música.
- Aromaterapia, meditação ou auto-hipnose.
- Tomar um banho quente de chuveiro ou banheira, imersão em água/hidroterapia.
- Ter a ajuda de uma doula ou pessoa de apoio presente.
- Acupuntura e acupressão.



### As opções medicamentosas incluem:

- Medicamentos para dor inalados (óxido nitroso).
- Medicamentos para dor intravenosos (IV).



## Quais são as outras formas de receber medicamentos para dor?

Você pode receber medicamentos para dor por meio da via intravenosa (IV) ou por injeção no músculo. Os medicamentos mais comuns administrados para alívio da dor durante o trabalho de parto são medicamentos opioides. Exemplos de medicamentos opioides são morfina, fentanil, nalbufina (Nubain), butorfanol (Stadol), hidromorfona (Dilaudid) e remifentanil.

## Quais são os efeitos colaterais dos medicamentos opioides?

Todos os medicamentos opioides têm efeitos colaterais semelhantes. Os efeitos colaterais podem incluir náusea, vômito, coceira e respiração lenta. Esses medicamentos podem entrar na corrente sanguínea e potencialmente afetar o bebê. Esses medicamentos podem sedar o bebê e tornar a respiração do bebê lenta quando são administrados muito próximo do parto.

## O que é óxido nitroso?

O óxido nitroso é um gás que você respira por meio de uma máscara facial. O óxido nitroso torna a dor do parto mais suportável, mas não a elimina completamente.



## Quais são os benefícios do óxido nitroso?

O óxido nitroso pode ser usado a qualquer momento, inclusive até o momento do parto e até mesmo durante os movimentos de empurrar. O óxido nitroso pode ser usado para muitos procedimentos obstétricos, como colocações de epidural e reparo de cortes vaginais. Ele também é seguro para o bebê.

## Quais são os riscos do óxido nitroso?

O óxido nitroso pode fazer você sentir tontura ou náusea. Para pessoas que sofrem de claustrofobia (medo de espaços pequenos), o uso da máscara pode ser desconfortável. Existem problemas de saúde que tornam o óxido nitroso menos seguro, e o anestesiologista ajudará a decidir se o óxido nitroso é uma opção segura para você.



Assista ao nosso vídeo



Acesse o site Info for Mothers (Informações para Mães) da SOAP

**SOAP**  
Society for Obstetric  
Anesthesia and Perinatology