

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UMULTI.040 – Página 1/7	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NO TRABALHO DE PARTO - CPN	Emissão: 05/03/2025 Versão: 01	Próxima revisão: 05/03/2027

1. OBJETIVO GERAL

- Padronizar as ações e tarefas na prestação da assistência humanizada às parturientes em trabalho de parto no Centro de Parto Normal (CPN – HU/UFGD).

1.2 Objetivos específicos

- Por intermédio da oferta de métodos não farmacológicos, proporcionar conforto e alívio das dores do parto, envolver a parturiente na mobilidade ativa, particularmente na verticalização e reduzir a duração do tempo de trabalho de parto.

2. PROCEDIMENTOS GERAIS

Orientar a respiração no trabalho de parto ativo e os posicionamentos de parir; realizar massagens na região lombo-sacra; conduzir exercícios de mobilização e dilatação uterina, de forma a reduzir a duração do trabalho de parto e trazer alívio da dor.

Para gestão dos procedimentos descritos, e auxílio na execução, seguem ao final os anexos “A” (Posições para alívio da dor) e “B” (Protocolo assistencial utilizando os recursos não-farmacológicos na fase ativa do trabalho de parto).

3. RESPONSÁVEL

Fisioterapeuta lotado no CPN, e na ausência deste, o profissional de saúde, que compõe a equipe, presente no momento e que esteja apto a partear.

4. MATERIAIS NECESSÁRIOS

- Bola suíça
- Banqueta de parto
- Espaldar
- Escalda pés
- Cavalinho
- Chuveiro com água morna
- Banheira com água morna

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UMULTI.040 – Página 2/7	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NO TRABALHO DE PARTO - CPN	Emissão: 05/03/2025 Versão: 01	Próxima revisão: 05/03/2027

- Compressa quente
- Caixa de som
- Óleo para massagem ou Vaselina líquida

5. DESCRIÇÃO DOS PROCEDIMENTOS

PROCEDIMENTO	DESCRIÇÃO GERAL	EXECUÇÃO
Deambulação	Ajuda a aumentar o ritmo das contrações uterinas, diminuindo as dores do trabalho de parto	A parturiente pode caminhar no intervalo das contrações, respeitando os limites do corpo, parando para descansar durante as contrações
Dançar	O movimento corporal durante a dança na primeira parte do trabalho de parto auxilia com a ação da gravidade e na descida do bebê, facilitando o parto normal.	A parturiente realiza os movimentos livres ao som de uma música e orientada pelo Fisioterapeuta ou o profissional que esteja partejando.
Exercícios na bola suíça	Ajuda no aumento do fluxo sanguíneo para a região da pelve, estimulando a dilatação para o parto normal e ajudando na descida fetal. Pode ser utilizada no banho de aspersão para redução da dor e facilitação no parto.	A parturiente senta sobre a bola suíça, com ajuda do Fisioterapeuta, afastando as pernas uma da outra; em seguida faz exercícios de rotação circular do quadril, como se estivesse “rebolando” lentamente durante alguns minutos, podendo variar os movimentos para anteversão, retroversão e lateralização pélvica.
Exercícios de debruçar na bola suíça	Auxilia no trabalho de parto, através do afastamento dos ossos pélvicos para a acomodação da cabeça do bebê.	A parturiente deve ajoelhar-se e curvar seu corpo para frente, segurando a bola com a coluna alongada, podendo realizar movimentos do quadril de um lado para outro. (sempre controlando a respiração). Outra forma seria, na posição “de pé” afastando as pernas, com os pés na largura do quadril e com os braços esticados, segurando no espaldar, mantendo a coluna alongada, em seguida fletindo levemente os joelhos, de forma alternada, e esticando o quadril para trás, realizando movimentos laterais.

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UMULTI.040 – Página 3/7	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NO TRABALHO DE PARTO - CPN	Emissão: 05/03/2025 Versão: 01	Próxima revisão: 05/03/2027

Cócoras	Ajuda no aumento do diâmetro pélvico superior e inferior. Promove o alongamento da região pélvica favorecendo o encaixe do bebê e conseqüentemente a sua descida.	A parturiente deve ficar na posição “de cócoras” com os pés apoiados no chão, segurando as mãos do Fisioterapeuta, permanecendo na posição até a dor passar.
Banho de Aspersão	Auxilia no relaxamento corporal e redução de dores	Deixar, no chuveiro, a água cair sobre a região lombar (terapêutico) na temperatura de 37° C.
Compressa quente	Foco na redução da dor	Utilizar na região lombar ou na região afetada por 20 minutos, com temperatura que podem chegar de 38°C a 40°C.
Escalda pés	Propicia a redução da ansiedade e nervosismo, alivia a dor, ativa a circulação sanguínea com redução de edemas de membros inferiores.	Com a parturiente sentada em cadeira ou poltrona, mergulha-se os pés da mesma em bacia com água morna, acrescida de 02 colheres de sal grosso e duas colheres (sopa) de ervas compostas de camomila, erva doce e óleo essencial de lavanda. (15 minutos de imersão).
Banho de imersão	Esse tipo de imersão auxilia no aumento do relaxamento e redução das dores de parto.	Mergulha-se a parturiente em água morna até cobrir a região abdominal, com temperatura da água entre 36 e 38 graus.
Musicoterapia	Visa trazer o relaxamento e interação mãe-bebê	As músicas a serem tocadas durante o trabalho de parto são de escolha da parturiente
Exercícios respiratórios	Melhora a saturação sanguínea, favorecendo a frequência cardíaca fetal e auxiliando no relaxamento da parturiente.	A parturiente distende o abdômen no movimento de inspiração e contrai o mesmo na expiração. A respiração diafragmática deve ser realizada no intervalo das contrações por ser mais lenta e profunda.
Massagem terapêutica	Proporciona o relaxamento e redução das dores	Pode ser realizada pelo Fisioterapeuta ou acompanhante na região lombar

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UMULTI.040 – Página 4/7	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NO TRABALHO DE PARTO - CPN	Emissão: 05/03/2025 Versão: 01	Próxima revisão: 05/03/2027

		(T10 – L1 e S2 – S4), utilizando óleo de girassol ou vaselina líquida.
Cavalinho	Auxilia na diminuição da dor e na evolução do trabalho de parto	A parturiente senta no cavalinho, apoiando o tórax e os braços jogando o peso para frente e retornando a posição inicial, repetindo o movimento como se fosse em um balanço.
Banqueta de parto	Ajuda no relaxamento dos músculos do assoalho pélvico, facilitando a descida do bebê	A parturiente senta-se na banqueta com os pés apoiados no chão.

6. REFERÊNCIAS

BARACHO, E.; Fisioterapia aplicada à saúde da mulher. 6. ed. - Rio de Janeiro: Guanabara. Koogan, 2022.

CRUZ, I.; 2ª fase ativa: movimento e posição, jul 9, 2020. Disponível em: <https://nepae.uff.br/?p=1246>. Acesso em 17 out 2023.

LUIS, L. A.; et al. Intervenção fisioterapêutica no preparo e durante o parto normal. Disponível em: https://www.fef.br/upload_arquivos/geral/arq_594064eb13155.pdf. Acesso em: 16 out 2023.

PINHEIRO, M.; Exercícios para facilitar o parto normal. **Tua Saúde**. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/exercicios-para-facilitar-o-parto-normal/>. Acesso em: 16 out 2023.

RAMOS, S. A.; MORAIS, V. L.; MACIEL, D. M. V. L. Estratégias fisioterapêuticas para alívio da dor durante trabalho de parto. **Scire Salutis**. Anais do Fórum Perinatal de Obstetrícia Ago 2018 – v.8 – n.2.

SEDICIAS, S.; Como aliviar a dor durante o trabalho de parto. **Tua Saúde**. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/como-aliviar-a-dor-durante-o-trabalho-de-parto/>. Acesso em: 17 out 2023.

7. HISTÓRICO DE REVISÃO

VERSÃO	DATA	DESCRIÇÃO DA ALTERAÇÃO
01	18/01/2024	Elaboração do documento.



Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UMULTI.040 – Página 5/7	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NO TRABALHO DE PARTO - CPN	Emissão: 05/03/2025 Versão: 01	Próxima revisão: 05/03/2027

Elaboração Sandra Juliana Soares dos Santos Ribeiro - Fisioterapeuta do CPN	Data: 18/01/2024
Análise Amanda Jorge de Souza Stefanello - Fisioterapeuta do AC Genilta Nobre dos Santos Fernandes - Fisioterapeuta do AC Crislaine da Silva Nantes – Chefe da UMUL	Data: 09/04/2024 Data: 15/05/2024 Data: 25/11/2024
Validação Graciela Mendonça dos Santos Bet – Chefe do STGQ em exercício	Data: 28/02/2025
Aprovação Tiago Amador Correia – GAS Raquel Bressan de Souza - UMULTI	Data: 05/03/2025 Data: 26/02/2025

Assinado eletronicamente no Processo SEI 23529.017841/2024-88.

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UMULTI.040 – Página 6/7	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NO TRABALHO DE PARTO - CPN	Emissão: 05/03/2025 Versão: 01	Próxima revisão: 05/03/2027

ANEXOS

ANEXO A: Posições para alívio da dor.

Figura 1



Posição 1



Posição 2



Posição 3



Posição 4

Figura 2



Posição 5



Posição 6



Posição 7



Posição 8

Figura 3



Posição 9



Posição 10



Posição 11



Posição 12

Fonte: <https://nepae.uff.br/?p=1246>

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UMULTI.040 – Página 7/7	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NO TRABALHO DE PARTO - CPN	Emissão: 05/03/2025	Próxima revisão: 05/03/2027
		Versão: 01	

ANEXO B: Protocolo assistencial utilizando os recursos não-farmacológicos na fase ativa do trabalho de parto

DILATAÇÃO CERVICAL	RECURSO TERAPÊUTICO	TEMPO	TÉCNICA
3 – 5 cm	Chuveiro	Mínimo 20 min	Jato de água morna na região lombossacral e/ou baixo-ventre.
	*Mudanças de posturas	15 min (cada)	Decúbito lateral esquerdo, quatro apoios, sentada, ortostática.
	Deambulação	Livre	A parturiente escolhe, livremente, a possibilidade de se movimentar e escolha da posição durante o trabalho de parto.
	Massagem	Durante as contrações	Deslizamento e pressão entre T10-L1 e S2-S4
6 – 7 cm	Chuveiro	Mínimo 20 min	Idem anterior
	Banho de Imersão	Livre	
	Massagem	Durante as contrações	
	*Mudanças de posturas	15 min (cada)	
	Técnica respiratória	Durante e entre as contrações	Respiração lenta e profunda
	Relaxamento	Intervalo entre as contrações	Relaxamento muscular (pode-se usar, como um dos recursos, a musicoterapia, que auxilia no controle da ansiedade, estresse e melhora dos parâmetros fetais)
8 – 10 cm	Banho de Imersão	Livre	Idem anterior
	* Mudanças de posturas	15 min (cada)	
	Técnica respiratória	Durante e entre as contrações	
	Relaxamento	Intervalo entre as contrações	

* Estimular posturas verticais livres, podendo utilizar bola, banquetas (aos 10 cm), dança, espaldar e cavalinho.

Fonte: Revisão publicada em “Artigos acadêmicos sobre FEMINA, janeiro de 2011/vol 39/nº 1, “Recursos não-farmacológicos no trabalho de parto: protocolo assistencial”.

Portaria nº 049, de 05 de março de 2025 – Boletim de Serviço nº 569, de 06 de março de 2025.