

# FORTALECENDO A PARTURIENTE: O PAPEL DA VOCALIZAÇÃO E RESPIRAÇÃO NO PROCESSO DO PARTO

Luana Casagrande<sup>1</sup>  
Douglas Roberto Guimarães Silva<sup>2</sup>

1 Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN.  
E-mail para contato: douglas.roberto@uniptan.edu.br  
2 Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Presidente Tancredo de Almeida Neves – UNIPTAN.

**RESUMO** - O momento do parto é único e imprevisível, exigindo que a equipe de saúde forneça informações adequadas à parturiente para que ela escolha o cenário mais apropriado. Desvincular a dor do parto é essencial, pois as informações disponíveis sobre o tema são frequentemente desatualizadas. A oferta de métodos não farmacológicos para alívio da dor durante e após o parto é limitada. Neste contexto, a vocalização, que abrange a produção de sons com a voz, se destaca como uma técnica eficaz. Este estudo teve como objetivo explorar como a vocalização e a respiração podem ser utilizadas para favorecer a experiência do parto. A metodologia incluiu uma revisão da literatura e análise de práticas clínicas, destacando a formação de profissionais em métodos de alívio da dor não farmacológicos. Os resultados indicam que a incorporação dessas práticas pode promover um ambiente mais acolhedor e menos doloroso, melhorando a experiência da gestante. Em conclusão, ao integrar vocalização e respiração no cuidado ao parto, os profissionais de saúde podem humanizar o processo e empoderar as mulheres, ajudando-as a se sentirem mais seguras e no controle.

**Palavras-chave:** Parto; Método não farmacológico; Vocalização; Respiração; Alívio da dor.

## 1 INTRODUÇÃO

O parto, um dos momentos mais significativos na vida de uma mulher, frequentemente se torna um processo medicalizado e impessoal, especialmente em contextos de alta taxa de cesarianas. Segundo a Organização Mundial da Saúde (1996), o cuidado no parto normal deve ser centrado na mulher, promovendo sua autonomia e dignidade. No Brasil, a taxa de cesarianas atinge níveis alarmantes, com cerca de 55% dos partos ocorrendo por meio desse procedimento, conforme indicado por estudos sobre intervenções obstétricas (Leal, *et al.*, 2014). A medicalização excessiva do parto resulta na perda da autonomia da mulher, que se vê frequentemente privada de suas escolhas e vozes em um momento tão crucial (Caisim, 2020).

A necessidade de resgatar a humanização no parto tem ganhado destaque nas últimas décadas. As Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal, elaboradas pelo Ministério da Saúde (2017), enfatizam a importância de práticas que respeitem as escolhas da mulher, promovendo um ambiente de acolhimento e apoio. Nesse contexto, a vocalização e a respiração se apresentam como métodos não farmacológicos valiosos para o manejo da dor durante o trabalho de parto, contribuindo para uma experiência mais positiva e humanizada

(Álvares, *et al.*, 2018). A vocalização, que envolve a produção de sons, é capaz de atuar como um recurso terapêutico, reduzindo a sensação de dor e melhorando o estado emocional da parturiente.

Além disso, estudos demonstram que a respiração adequada, associada à vocalização, pode otimizar a oxigenação e promover a saúde física e mental da mulher durante o trabalho de parto (Abe, *et al.*, 1996). A proposta de integrar práticas como estas no contexto do parto é uma abordagem inovadora que busca reverter a tendência de intervenções desnecessárias, ao mesmo tempo em que empodera a mulher em sua experiência de maternidade. Portanto, compreender a importância da vocalização e respiração no contexto do parto é fundamental para promover um atendimento mais humanizado e eficaz, alinhando-se às melhores práticas recomendadas para a saúde materno-infantil.

Assim, a revisão de literatura que se segue buscou explorar a relevância da humanização no parto, destacando a eficácia e os benefícios da vocalização e da respiração no processo de parturição. Este trabalho visa contribuir para a construção de um modelo de assistência que valorize a experiência da mulher, promovendo um parto mais humanizado e respeitoso.

## 2 MATERIAL E MÉTODOS

### 1. DESENHO DO ESTUDO

O método escolhido para esta pesquisa foi uma revisão de literatura, que busca compilar e analisar as principais publicações sobre a importância das práticas de vocalização e respiração na humanização do parto, com o objetivo de responder à seguinte pergunta norteadora: **Como as práticas de vocalização e respiração podem contribuir para a humanização do parto?**

No que diz respeito às técnicas e recursos de busca e coleta de dados, foram examinadas diversas considerações. Em primeira instância, foi realizada uma investigação exploratória com o intuito de identificar e compilar os principais estudos e evidências existentes sobre o tema. Durante a pesquisa, adotou-se a perspectiva de promover um atendimento humanizado e centrado na mulher, tratando a proposta sob a ótica da importância da saúde mental e emocional durante o parto.

Numa visão teórico-descritiva, diversos textos foram lidos e tratados com a finalidade de compreender o tema e compilar as principais publicações na área, incluindo artigos

científicos, diretrizes de saúde e manuais técnicos. A seleção de artigos para este trabalho inclui pesquisa em bases eletrônicas de dados e busca manual por citações nas publicações selecionadas. A pesquisa bibliográfica foi realizada em bancos de dados pertinentes, como PubMed, Scielo e Google Scholar.

O período de abrangência para a busca foi estabelecido entre 2005 e 2023. Nas bases de dados, as palavras-chave utilizadas na busca compreenderam um termo principal e termos associados, conforme mostrado no Quadro 1. Os termos foram combinados e a busca foi realizada em inglês e português.

**Quadro 1 – Termos utilizados na busca em bancos de dados.**

<b>Grupo 1: Termo principal</b>	<b>Grupo 2: Termos associados</b>
Práticas de vocalização e respiração	Humanização do parto
Intervenções obstétricas	Saúde mental e emocional
Cuidados durante o parto	Autonomia da mulher
Diretrizes de assistência ao parto	Efeitos do parto humanizado
Práticas humanizadas	Enfermagem obstétrica

Fonte: próprio autor.

## 1.2 ESTRATÉGIAS DE BUSCA

Durante as buscas em banco de dados, o sistema compara os registros para encontrar quais deles contêm os termos pesquisados. Esse procedimento é realizado quando o sistema compara os registros utilizando operadores booleanos, que são fundamentais para otimizar as pesquisas.

Os operadores booleanos são palavras que informam ao sistema de busca como combinar os termos da pesquisa. A relação entre os termos da busca é estabelecida por meio dos operadores conectivos: **AND**, **OR** e **NOT**, que significam, respectivamente, E, OU e NÃO. Estes operadores devem sempre ser digitados em letras maiúsculas para diferenciá-los dos termos centrais pesquisados. Para realizar a busca, foram utilizados os operadores booleanos **AND** e **OR**, permitindo assim uma combinação eficaz dos termos selecionados, otimizando a abrangência e a relevância dos resultados obtidos.

De acordo com a revisão literária realizada os artigos que mais contribuíram para o tema foram as Diretrizes sobre a assistência ao parto normal de Leal, *et al.*, (2017), as

Práticas humanizadas da enfermeira obstétrica de Álvarez, *et al.*, (2018), Práticas de parto com enfoque na humanização de Leboyer, *et al.*, (2009). Enquanto os demais artigos contribuíram para aprofundar o conhecimento sobre o tema de uma forma geral, uma vez que é um tema inovador e se faz uma perspectiva mais ampla sobre o tema.

### 3 RESULTADOS

A revisão incluiu 12 artigos relevantes que tratam da assistência ao parto normal e das intervenções obstétricas, destacando práticas que impactam diretamente a saúde materno-infantil no Brasil. As diretrizes e manuais do Ministério da Saúde, como as Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal (Leal, *et al.*, 2017) e o Manual Técnico de Pré-Natal e Puerpério (Ministério da Saúde, 2012), servem como pilares para a promoção de um parto humanizado e qualificado.

Os artigos foram publicados entre 2005 e 2023, refletindo a crescente preocupação com a autonomia da mulher e a humanização do parto. A análise dos dados permite observar que, ao longo dos anos, houve uma mudança nas práticas obstétricas, em busca de maior respeito e acolhimento às necessidades das parturientes.

Tabela 1 - Características dos Estudos Selecionados

Autor e Ano	Tipo de Estudo	Método
Leal et al., 2017	Diretrizes Nacionais	Diretrizes sobre assistência ao parto.
Barbosa et al., 2005	Estudo Observacional	Efeito da via de parto sobre a força muscular.
Mascarello et al., 2020	Estudo Qualitativo	Análise das práticas obstétricas no Brasil.
Álvarez et al., 2018	Estudo de Corte	Práticas humanizadas da enfermeira obstétrica.
Viola et al., 2007	Manual de Mortalidade	Orientações para comitês de mortalidade materna.
Abe et al., 1996	Estudo Experimental	Atividade respiratória de músculos abdominais.

Autor e Ano	Tipo de Estudo	Método
Marcela Zanatta, 2020	Estudo sobre cesariana	Efeitos da cirurgia cesariana na saúde das mulheres.
Frédéric Leboyer, 2009	Artigo Teórico	Práticas de parto com enfoque na humanização.
Manual Técnico Pré-Natal e Puerpério, 2012	Diretrizes Técnicas	Diretrizes para a assistência ao pré-natal.
Efeito da via de parto sobre a força muscular (Barbosa et al., 2005)	Estudo Experimental	Avaliação da força do assoalho pélvico.
No Brasil das cesáreas, a falta de autonomia da mulher (Coc Fiocruz, 2020)	Artigo Informativo	Análise crítica sobre a autonomia no parto.
Manual dos Comitês de Mortalidade Materna (Viola et al., 2007)	Manual Técnico	Diretrizes para a redução da mortalidade materna.

**Fonte: os autores**

### **Discussão**

Na discussão deste estudo, buscamos aprofundar a interpretação dos resultados apresentados anteriormente, vinculando-os ao contexto teórico, às hipóteses formuladas e aos objetivos específicos do estudo.

A discussão a seguir é baseada em 12 artigos que abordam a assistência ao parto normal, a importância da humanização e a atuação do enfermeiro obstétrico. A Organização Mundial da Saúde (1996) enfatiza a relevância de um atendimento qualificado ao parto normal, ressaltando que um ambiente de apoio e a promoção da autonomia das mulheres são essenciais para resultados positivos. As Diretrizes Nacionais de Assistência ao Parto Normal, elaboradas por Leal, *et al.*, (2017), orientam os profissionais de saúde a respeitarem as escolhas das mulheres durante o trabalho de parto e o parto, promovendo práticas que priorizam a fisiologia do nascimento e minimizam intervenções desnecessárias.

As intervenções obstétricas feitas de forma excessiva podem impactar negativamente a saúde materno infantil, evidenciando a necessidade de reduzir as cesarianas feitas de forma padrão, o Manual Técnico do Ministério da Saúde (2012) complementa essa visão

ressaltando a importância da educação em saúde e da participação ativa das mulheres em suas escolhas durante a gestação e parto.

Adicionalmente, a pesquisa de Abe, *et al.*, (1996), analisa a atividade respiratória dos músculos abdominais, sugerindo que o fortalecimento desses músculos pode contribuir para um trabalho de parto mais eficaz, enfatizando a relevância de intervenções preparatórias durante a gestação. Barbosa, *et al.*, (2005), discutem como o tipo de parto pode influenciar a força do assoalho pélvico das mulheres, indicando que o parto vaginal tende a preservar melhor essa força, crucial para a recuperação pós-parto. Em um contexto crítico, a análise apresentada pela Fiocruz (2020) revela a falta histórica de autonomia das mulheres no Brasil, destacando a necessidade de promover uma cultura de respeito às escolhas das parturientes e de reduzir a medicalização.

Leboyer (2009) propõe uma abordagem holística para o parto, incorporando técnicas de respiração e movimento, que podem melhorar a experiência do parto e reforçar a ligação entre mãe e filho. O estudo de Álvarez, *et al.*, (2018), evidencia que a atuação das enfermeiras obstétricas é fundamental para a humanização do parto, contribuindo para o bem-estar materno por meio de um atendimento que valoriza a singularidade de cada mulher. Viola, *et al.*, (2007), ressalta a importância dos comitês de mortalidade materna na identificação de fatores de risco e na promoção de estratégias para melhorar a assistência obstétrica, visando reduzir a mortalidade materna e promover a saúde das mulheres.

De acordo com Zanatta (2020), os efeitos adversos da cesariana podem impactar a saúde das mulheres e dos bebês a curto e longo prazo, exigindo maior cuidado na indicação do procedimento.

Os artigos revisados apresentam semelhanças na ênfase à humanização do parto e na importância de respeitar a autonomia das mulheres. A maioria dos estudos concorda que intervenções excessivas podem prejudicar a saúde materno-infantil e que um ambiente de apoio e respeito é crucial para o sucesso do parto. No entanto, algumas pesquisas destacam diferenças na abordagem das práticas obstétricas, com algumas defendendo a necessidade de intervenções baseadas em evidências, enquanto outras promovem a total liberdade de escolha das mulheres durante o trabalho de parto.

Além disso, a literatura revela variações nas experiências de assistência ao parto dependendo do contexto regional e cultural. Enquanto algumas áreas têm avançado em direção a práticas mais humanizadas, outras ainda enfrentam desafios significativos, como a

prevalência de cesarianas desnecessárias e a falta de informação para as mulheres sobre seus direitos durante o parto, Mascarello, *et al.*, (2020).

A atuação do enfermeiro obstétrico é crucial na promoção de um parto mais humanizado e respeitoso. É necessário investir em formação continuada para que os profissionais estejam atualizados sobre as melhores práticas e diretrizes de assistência ao parto. A educação das mulheres sobre seus direitos e opções durante o parto deve ser uma prioridade, a fim de capacitá-las a tomar decisões informadas. Além disso, é fundamental desenvolver políticas públicas que promovam o acesso a cuidados obstétricos de qualidade e que garantam a implementação das diretrizes nacionais de assistência ao parto. Isso inclui a criação de ambientes de parto que respeitem a privacidade e as necessidades das mulheres, assim como a formação de equipes de saúde interdisciplinares que trabalhem em conjunto para oferecer um atendimento integral, Álvarez, *et al.*, (2018).

Por fim, a promoção da pesquisa em práticas de assistência ao parto é vital para avaliar continuamente a eficácia das intervenções e garantir que as mulheres recebam a melhor assistência possível durante esse momento tão significativo de suas vidas.

## **5 CONCLUSÃO**

Integrar práticas de vocalização e respiração na formação de profissionais de saúde é uma estratégia eficaz para humanizar o parto e proporcionar uma experiência mais positiva para as gestantes. A utilização de técnicas de respiração consciente e vocalização não apenas ajuda as mulheres a lidarem com a dor e a ansiedade, mas também promove uma conexão mais profunda entre mãe e filho. Essa abordagem permite que as gestantes se sintam mais seguras e no controle durante o trabalho de parto, transformando um momento frequentemente associado ao medo em uma experiência de empoderamento e acolhimento.

Além disso, ao criar um ambiente acolhedor e empático, os profissionais de saúde podem fortalecer a relação de confiança com as mulheres. Um atendimento que valoriza as necessidades emocionais e físicas das gestantes contribui para a redução do estresse e da tensão, fatores que podem impactar diretamente o andamento do trabalho de parto. Quando as mulheres percebem que estão sendo ouvidas e apoiadas, elas se tornam mais propensas a expressar suas preocupações e preferências, resultando em uma assistência mais individualizada e respeitosa.

A formação de profissionais de saúde que incluam essas práticas em seu treinamento não só promove uma cultura de humanização no atendimento obstétrico, mas também pode

ter um impacto positivo na saúde materno-infantil a longo prazo. Profissionais capacitados a utilizar técnicas de vocalização e respiração podem influenciar significativamente os desfechos do parto, levando a uma redução nas intervenções médicas desnecessárias e promovendo um parto mais fisiológico. Essa mudança de paradigma é essencial para a construção de um sistema de saúde que priorize o bem-estar das mulheres e de seus bebês, garantindo que cada nascimento seja uma celebração da vida.

Por fim, é necessário ressaltar que a a pesquisa por esse tema ainda é escassa, talvez por ser um assunto relativamente novo no meio da saúde obstétrica. Porém ter mais profissionais interessados nas discussões sobre esse tema, seja de forma holística ou fisiológica, é de suma importância para o meio.

Realizar uma revisão literária sobre o tema teve como dificultante a ausência de artigos falando mais sobre o tema de vocalização e respiração nesse momento do parto, incentivar e realizar mais estudos, bancas de pesquisa e estudos práticos sobre o tema, além de inserir o tema na grade curricular da graduação de enfermagem são necessários para que essa informação chegue de forma mais rápido às pessoas gestantes para que elas possam ter mais contato com esse método não farmacológico para alívio da dor no momento do parto e ter uma experiência mais positiva e humanizada.

## REFERÊNCIAS

ÁLVARES, A.; CORRÊA, A.; NAKAGAWA, J.; TEIXEIRA, C.; NICOLINI, A.; MEDEIROS, R. Práticas humanizadas da enfermeira obstétrica: contribuições no bem-estar materno. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0290>. Acesso em: 21 out. 2024.

ABE, T.; KUSUHARA, N.; YOSHIMURA, N.; TOMITA, T.; EASTON, P. A. Differential respiratory activity of four abdominal muscles in humans. *Journal of Applied Physiology*, 1996, 80: 1379-89.

BARBOSA, A. M. O.; CARVALHO, L. R.; MARTINS, A. M. V.; CALDERON, I. M. P.; RUDGE, M. V. C. Efeito da via de parto sobre a força muscular do assoalho pélvico. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 2005, 677-82.

CARE IN NORMAL BIRTH. Genebra: World Health Organization, 1996.

DIRETRIZES NACIONAIS DE ASSISTÊNCIA AO PARTO NORMAL. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: [http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes\\_nacionais\\_assistencia\\_parto\\_normal.pdf](http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_nacionais_assistencia_parto_normal.pdf). Acesso em: 21 out. 2024.

FRÉDÉRICK LÉBOUYER. *The Art of Giving Birth: With Chanting, Breathing, and Movement*. Disponível em: <https://booksfriendly.com/?book=1594772762>. Acesso em: 21 out. 2024.

INTERVENÇÕES OBSTÉTRICAS DURANTE O TRABALHO DE PARTO E PARTO EM MULHERES BRASILEIRAS DE RISCO HABITUAL. *Revista de Saúde Pública*, 2014, 30: S17-S32.

MANUAL TÉCNICO PRÉ-NATAL E PUERPÉRIO – ATENÇÃO QUALIFICADA E HUMANIZADA. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual\\_pre\\_natal\\_puerperio\\_3ed.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_pre_natal_puerperio_3ed.pdf). Acesso em: 21 out. 2024.

NO BRASIL DAS CESÁREAS, FALTA DE AUTONOMIA DA MULHER SOBRE O PARTO É HISTÓRICA. Disponível em: <https://coc.fiocruz.br/index.php/pt/todas-as-noticias/1967-no-brasil-das-cesare-as-a-falta-de-autonomia-da-mulher-sobre-o-parto-e-historica.html>. Acesso em: 21 out. 2024.

VIOLA, R.; LIBÂNIO, O.; CORDEIRO, L. Manual dos Comitês de Mortalidade Materna. 3. ed. Brasília, 2007. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/comites\\_mortalidade\\_materna\\_3ed.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/comites_mortalidade_materna_3ed.pdf). Acesso em: 21 out. 2024.

ZANATTA, Marcela. Série especial The Lancet: efeitos de curto e longo prazo da cirurgia cesariana na saúde das mulheres e dos bebês. Blog da Enfermagem – CAISM UNICAMP, 23 out. 2020. Disponível em: <https://www.caism.unicamp.br/index.php/assistencia/enfermagem/blog-da-enfermagem/365-serie-especial-the-lancet-efeitos-de-curto-e-longo-prazo-da-cirurgia-cesariana-na-saude-das-mulheres-e-dos-bebes>. Acesso em: 18 nov. 2024.

LEAL, M. C.; BITTENCOURT, S. A.; ESTEVES-PEREIRA, A. P.; et al. Avanços na assistência ao parto no Brasil: resultados preliminares de dois estudos avaliativos. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 35, n. 7, p. e00223018, 2019.