

EFEITOS DA HIPNOSE NA DOR DO PARTO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

EFFECTS OF HYPNOSIS ON CHILDBIRTH PAIN: AN INTEGRATIVE REVIEW

DENES RIBEIRO DE OLIVEIRA¹, PATRÍCIA GONÇALVES EVANGELISTA²

RESUMO

Introdução: A hipnose tem uma longa história no tratamento da dor é uma das técnicas reconhecidas de controle não farmacológico da dor. A hipnose em obstetrícia está disponível há mais de cem anos, mas o desenvolvimento de agentes anestésicos e quimioterápicos inalatórios e medicamentos para anestesia até o século XIX induziu ao declínio de sua aplicação. Objetivo: Descrever a utilização da hipnose como intervenção ao alívio da dor no trabalho de parto. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa realizada entre os dias 01 e 30 de junho de 2020, com base nas recomendações dos Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Resultados/Considerações finais: Foram selecionados 149 artigos e com os filtros de elegibilidade propostos pelo Prisma restaram 9 artigos compostos por estudos transversais, ensaios clínicos e revisão sistemática. Os principais achados são encorajadores para o uso da hipnose contribua de forma positiva na melhoria da experiência do parto e, particularmente, no alívio da dor e do medo, como consequência, melhorando o pós-parto e a capacitar as mulheres a se sentirem mais confiantes e sendo protagonistas no controle de suas emoções durante o parto.

DESCRITORES: HIPNOSE; DOR; PARTO.

ABSTRACT

Introduction: Hypnosis has a long history in the treatment of pain is one of the recognized techniques for non-pharmacological pain control. Hypnosis in obstetrics has been available for over a hundred years, but the development of inhaled anesthetic and chemotherapeutic agents and anesthesia drugs until the nineteenth century led to a decline in its application. Objective: To describe the use of hypnosis as an intervention for pain relief in labor. Methodology: This is an integrative review carried out between 01 and 30 June 2020, based on the recommendations of the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Results / Final considerations: 149 articles were selected and with the eligibility filters proposed by Prisma, 9 articles remained, composed of cross-sectional studies, clinical trials and systematic review. The main findings are encouraging for the use of hypnosis to contribute positively in improving the experience of childbirth and, particularly, in relieving pain and fear, as a consequence, improving the postpartum period and enabling women to feel more confident and being protagonists in controlling their emotions during childbirth.

DESCRIPTORS: HYPNOSIS; PAIN; CHILDBIRTH.

INTRODUÇÃO

A hipnose tem uma longa história no tratamento da dor é uma das técnicas reconhecidas de controle não farmacológico da dor. Apesar do longo legado da hipnoanalgesia na medicina, os mecanismos de alívio da dor hipnótica ainda são claros e existem duas teorias, a primeira propõe que processos dissociativos da suscetibilidade hipnótica induz a um estado alterado de consciência enquanto a outra sugere que os processos sociais e cognitivos são responsáveis pela analgesia induzida pela hipnose. Hipnoterapia pode ser definida como

o uso clínico de sugestões durante a hipnose para atingir objetivos terapêuticos específicos, como o alívio da dor ou ansiedade. A auto-hipnose é uma forma de hipnose na qual um profissional ou terapeuta certificado ensina um indivíduo a induzir seu próprio estado de consciência alterada. A hipnose é executada por um cuidador ou pela própria pessoa (após um breve treinamento)^{1,2,3,4}.

A hipnose em obstetrícia está disponível há mais de cem anos, mas o desenvolvimento de agentes anestésicos e quimioterápicos inalatórios e medicamentos para anestesia até o

1 - Médico Ginecologista; discente do Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Psiquiatria CENBRAP – Goiânia, turma VII.

2 - Doutoranda da Universidade Federal de Goiás.

século XIX induziu ao declínio de sua aplicação. Ralph August foi um dos pioneiros e aplicou a hipnose clínica para facilitar o parto de 295 bebês, em uma série clínica de 1957 a 1958. Em 94% dos casos, a hipnose era a única forma de anestesia. Nos 6% restantes, a anestesia hipnótica não foi adequada e foi complementada com anestesia local ou geral. August relatou seus métodos e resultados, enfatizando a diminuição do risco anestésico para mãe e bebê e o relacionamento aprimorado entre paciente e médico^{5,6,7}.

Embora existam muitas abordagens farmacológicas e não farmacológicas para gerenciar a dor do parto, elas dependem da disponibilidade, das preferências das mulheres e da percepção da mulher sobre sua eficácia. Quando uma mulher aprende a liberar os preconceitos, medos e preocupações sobre o nascimento sua experiência de dar à luz seu bebê pode ser a experiência mais maravilhosa e fortalecedora de sua vida⁸.

A hipnose tem sido cada vez mais usada nos cuidados de saúde, com várias aplicações durante a gravidez, trabalho de parto e nascimento. No entanto, poucos estudos avaliaram o impacto da hipnose na experiência do parto⁹. A inclusão da terapia como um meio de invocar o relaxamento e combater os efeitos do estresse e da ansiedade por si só pode ser uma razão válida para considerar seu uso¹⁰.

O objetivo deste estudo é através de uma revisão integrativa descrever os principais efeitos da hipnose na dor do parto.

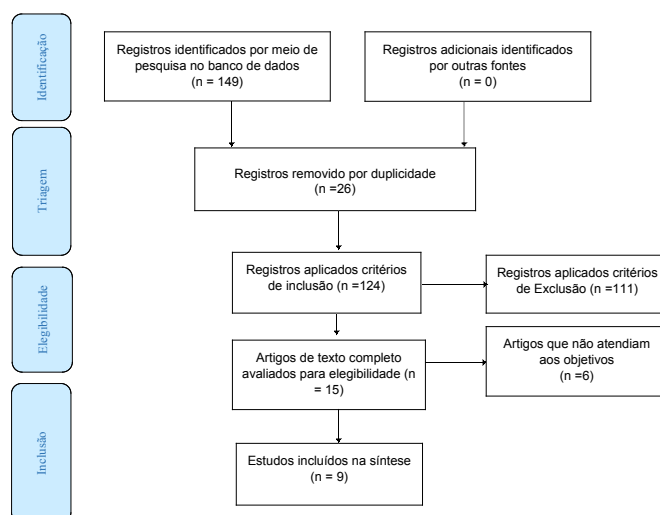
3. MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa realizada entre os dias 01 e 30 de junho de 2020, com base nas recomendações dos Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA).

A busca na base de dados contemplou a National Library of Medicine (Medicine-PUBMED), LILACS, Medline e Eletronic Library Online (SciElo). Os termos de pesquisa incluíram uma combinação de termos do Desc/MeSH. A seguinte equação foi utilizada: hypnosis childbirth pain, in the last 10 years,"("hypnosis"[MeSH Terms] OR "hypnosis"[All Fields]) AND (((("labor pain"[MeSH Terms] OR "labor"[All Fields] AND "pain"[All Fields])) OR "labor pain"[All Fields]) OR ("childbirth"[All Fields] AND "pain"[All Fields])) OR "childbirth pain"[All Fields])".

Foram incluídos artigos em inglês e excluídos dissertações, teses, projetos, artigos de opinião, artigos duplicados e que o assunto não se enquadrava nos objetivos, excluídos ainda os artigos com mais de 5 anos.

Foi aplicado a estratégia PVO foi utilizado para determinar os critérios de inclusão: P (Problema): "Dor no Parto", V (Conflito): "Hipnose", O (outcomes): "A hipnose é um medida não farmacológica para amenizar a dor do parto?".



4. RESULTADOS

Foram selecionados 149 artigos e com os filtros de elegibilidade propostos pelo Prisma restaram 9 artigos compostos por estudos transversais, ensaios clínicos e revisão sistemática, o quadro 1 apresenta a síntese dos resultados encontrados.

DISCUSSÃO

Na análise dos estudos avaliados encontrou-se evidências de que a incorporação da intervenção hipnótica em obstetria oferece implicações benéficas para as mulheres no parto. Outros achados além do alívio da dor foram relatados tais como: parto de menor duração, autocontrole, confiança, redução do tempo para a primeira amamentação¹¹⁻¹⁴.

A hipnose pode ser utilizada como uma opção não farmacológica para ajudar as mulheres a ter melhores experiências de trabalho e pós-parto no resultado, além de se tratar de um procedimento simples que poderia facilmente ser usado por anestesiológicas durante a peridural sem adicionar nenhum tempo nos procedimentos e que pode reduzir a dor e o medo no trabalho de parto. Além disso, mulheres que escolhem a hipnoterapia para o tratamento da dor intra-parto se sentem mais seguras^{13,15,16}.

Streibert et al., (2015) revela que a hipnose trouxe mudanças positivas no escore emocional das mulheres já que induz mudanças emocionais maternas maiores e mais positivas em relação à perspectiva do nascimento, em comparação com os cursos de medidas não farmacológicas¹².

Estudo realizados por Downe et al., (2015) avaliaram as taxas de uso de analgesia peridural no trabalho de parto e no grupo intervenção foi de 27,9% e no grupo controle 30,3%, sem diferença significativa nos resultados clínicos secundários relacionados à experiência de dor no trabalho de parto ou nos resultados clínicos. Duas das 15 medidas psicológicas atingiram significância estatística. As mulheres no grupo de intervenção

Quadro 1 – Síntese dos estudos selecionados

Autores / ano / Título	n / tipo de estudo	Objetivo	Desfecho
Self-hypnosis for intrapartum pain management in pregnant nulliparous women: a randomised controlled trial of clinical effectiveness. Downe et al., 2015	N = 680 Ensaio clínico randomizado	Estabelecer o efeito da auto-hipnose do grupo pré-natal em mulheres nulíparas no uso peridural intra-parto.	A alocação para sessões de treinamento de auto-hipnose de dois terços do trimestre não reduziu significativamente o uso de analgesia peridural intra-parto ou uma série de outras variáveis clínicas e psicológicas. O impacto da ansiedade e do medo das mulheres em relação ao parto precisa de mais investigação.
Hypnosis for Pain Management During Labour and Childbirth Madden et al., 2016	N = 2954 Revisão sistemática	Examinar a eficácia e a segurança da hipnose no tratamento da dor durante o trabalho de parto e parto.	A hipnose pode reduzir o uso geral de analgesia durante o trabalho de parto, mas não o uso peridural. Não foram encontradas diferenças claras entre as mulheres no grupo hipnose e as do grupo controle quanto à satisfação com o alívio da dor, sensação de lidar com o trabalho de parto ou parto vaginal espontâneo. Atualmente, não existem evidências suficientes sobre a satisfação com o alívio da dor ou com o sentimento de lidar com o trabalho de parto e encorajamos qualquer pesquisa futura a priorizar a mensuração desses resultados.
Unexpected Consequences: Women's Experiences of a Self-Hypnosis Intervention to Help With Pain Relief During Labour Finlayson et al., 2015	N = 16 Estudo Transversal	Analisar visões e experiências de uso da auto-hipnose durante o trabalho de parto e nascimento.	As mulheres deste estudo geralmente gostaram do treinamento pré-natal de auto-hipnose e acharam benéfico durante o trabalho de parto e nascimento. O estado de relaxamento focalizado vivenciado pelas mulheres que usam a técnica precisa ser reconhecido pelos prestadores, se a intervenção for implementada no serviço de maternidade.
Hypnosis Intervention for Labor: An Experimental Study Beevi et al., 2017	N = 50 Ensaio clínico	Demonstrar que a hipnose ajuda as mulheres grávidas a ter melhores períodos de parto e pós-parto.	Os resultados do presente estudo indicam que a hipnose é útil para auxiliar as gestantes durante o trabalho de parto e no período pós-parto.
Effects of Antenatal Hypnosis on Maternal Salivary Cortisol During Childbirth and Six Weeks postpartum-A Randomized Controlled Trial Werner et al., 2020	N = 349 Ensaio clínico	Descrever os efeitos da intervenção na resposta ao cortisol da saliva. Nossa hipótese foi de que um breve curso de auto-hipnose pré-natal, comparado a um breve curso de relaxamento e cuidados usuais, ajudaria a mulher: a) a experimentar menos estresse emocional, resultando em níveis mais baixos de cortisol durante o parto e b) retornar a um cortisol diário normal resposta 6 semanas após o parto.	O treinamento em hipnose pré-natal pode aumentar a liberação de cortisol durante o parto, sem consequências a longo prazo. Mais pesquisas são necessárias para ajudar a interpretar esses achados.
Impact of a Hypnotically-Based Intervention on Pain and Fear in Women Undergoing Labor Waisblat et al., 2017	N = 155 Ensaio clínico	Avaliar os efeitos de uma intervenção hipnótica para dor e medo em mulheres em trabalho de parto que estão prestes a receber um cateter peridural.	Os resultados apoiam o uso da comunicação hipnótica imediatamente antes e durante a colocação peridural para mulheres em trabalho de parto e também indicam que são necessárias pesquisas adicionais para avaliar os benefícios e o mecanismo desse tratamento.
The Characteristics of Women Who Use Hypnotherapy for Intrapartum Pain Management: Preliminary Insights From a Nationally-Representative Sample of Australian Women Steel et al., 2016	N = 2445 Ensaio Clínico	Analisar o uso de hipnose intraparto ou hipnobirthing, para tratamento da dor durante o trabalho de parto e nascimento.	Esta análise fornece uma análise preliminar de um tópico ainda não examinado na utilização contemporânea dos serviços de saúde da maternidade. Os resultados dessa análise podem ser úteis para os profissionais de saúde da maternidade e para os formuladores de políticas ao responder às necessidades das mulheres que optam por usar a hipnoterapia para o tratamento da dor intraparto.
Clinical Study: Change in Outlook Towards Birth After a Midwife Led Antenatal Education Programme Versus Hypnoreflexogenous Self-Hypnosis Training for Childbirth Clinical Study: Change in Outlook Towards Birth After a Midwife Led Antenatal Education Programme Versus Hypnoreflexogenous Self-Hypnosis Training for Childbirth Streibert et al., 2015 Clinical Study: Change in Outlook Towards Birth After a Midwife Led Antenatal Education Programme Versus Hypnoreflexogenous Self-Hypnosis Training for Childbirth	N = 213 Ensaio clínico	Comparar a mudança da perspectiva materna em relação ao nascimento devido a um programa de educação pré-natal liderado por parteira versus um treinamento hipnoreflexogênico de auto-hipnose para o parto.	Neste estudo, o treinamento de auto-hipnose hipnoreflexogênica resultou em uma perspectiva materna positiva em relação ao parto, em comparação com o curso conduzido por parteira.
The effect of hypnobirthing training given in the antenatal period on birth pain and fear Atis, Rathfisch 2018	N = 60 Ensaio Clínico	Visa identificar o efeito do treinamento para hipnobirthing fornecido no período de gravidez com dor e medo no parto.	O presente estudo constitui uma base para estudos futuros para investigar o efeito do treinamento para hipnobirthing fornecido durante o período de gravidez com dor e medo ao nascer.

Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

tiveram uma redução maior do que as do grupo controle entre os níveis de ansiedade e medo que esperavam sentir durante o trabalho de parto e nascimento (quando perguntados na linha de base) e os níveis que realmente relataram ter experimentado no trabalho de parto (quando perguntados em 2 semanas pós-natal)¹⁷.

Em uma revisão sistemática realizada por Madden et al., (2016) não foram encontradas diferenças claras entre as mulheres no grupo hipnose e as mulheres. Houve evidência mista sobre os benefícios para as mulheres no grupo hipnose em comparação com todos os grupos para intensidade da dor, satisfação com a experiência do parto e sintomas depressivos pós-natais¹⁸.

Finlayson et al., (2015) encontraram em seus estudos que as mulheres adquiriram a capacidade de controlar sua ansiedade e agiram de maneira calma, porém isso levou a confusão da equipe pois estas estavam acostumada a ver mulheres chegando em um estado de angústia¹¹. Já Werner et al., (2020) não encontraram influência da hipnose na concentração de cortisol na saliva 6 semanas após o parto, o que revela que a intervenção da hipnose pode influenciar a liberação de cortisol durante o trabalho de parto e nas primeiras horas após o parto, sem consequências a longo prazo. No entanto, mais pesquisas são necessárias para confirmar e ajudar a interpretar esses achados¹⁹.

CONCLUSÃO

Esta revisão teve como objetivo descrever a utilização da hipnose como intervenção ao alívio da dor no trabalho de parto. Os principais achados são encorajadores para o uso da hipnose contribua de forma positiva na melhoria da experiência do parto e, particularmente, no alívio da dor e do medo, como consequência, melhorando o pós-parto e a capacitar as mulheres a se sentirem mais confiantes e sendo protagonistas no controle de suas emoções durante o parto.

REFERÊNCIAS

1. Ketterhagen D, VandeVusse L, Berner MA. Self-hypnosis: alternative anesthesia for childbirth. *MCN Am J Matern Child Nurs.* 2002;27(6):335-341. doi:10.1097/00005721-200211000-00007.
2. Cyna AM, McAuliffe GL, Andrew MI. Hypnosis for pain relief in labour and childbirth: a systematic review. *Br J Anaesth.* 2004;93(4):505-511. doi:10.1093/bja/ae225.
3. Rabinerson D, Yeoshua E, Gabbay-Ben-Ziv R. Hypnosis in Obstetrics and Gynecology. *Harefuah.* 2015;154(5):316-338.
4. Kendrick C, Slivinski J, Yu Y, et al. Hypnosis for Acute Procedural Pain: A Critical Review. *Int J Clin Exp Hypn.* 2016;64(1):75-115. doi:10.1080/00207144.2015.1099405.
5. Einion A. Hypnosis and hypnobirthing for labour - a critical selective narrative review. *Pract Midwife.* 2016;19(11):25-27.
6. Azizmohammadi S, Azizmohammadi S. Hypnotherapy in management of delivery pain: a review. *Eur J Transl Myol.* 2019;29(3):8365. Published 2019 Aug 27. doi:10.4081/ejtm.2019.8365.
7. Moss D, Willmarth E. Hypnosis, anesthesia, pain management, and preparation for medical procedures. *Annals of Palliative Medicine.* 2019; 8(4):1-12.

8. Graves K. A dream birth? Try hypnobirthing!. *Pract Midwife.* 2013;16(8):S13-S14.
9. Catsaros S, Wendland J. Hypnosis-based interventions during pregnancy and childbirth and their impact on women's childbirth experience: A systematic review. *Midwifery.* 2020;84:102666. doi:10.1016/j.midw.2020.102666.
10. Kenyon C. Clinical hypnosis for labour and birth: a consideration. *Pract Midwife.* 2013;16(5):10-13.
11. Finlayson K, Downe S, Hinder S, Carr H, Spiby H, Whorwell P. Unexpected consequences: women's experiences of a self-hypnosis intervention to help with pain relief during labour. *BMC Pregnancy Childbirth.* 2015;15:229. Published 2015 Sep 25. doi:10.1186/s12884-015-0659-0.
12. Streibert LA, Reinhard J, Yuan J, Schiermeier S, Louwen F. Clinical Study: Change in Outlook Towards Birth After a Midwife Led Antenatal Education Programme Versus 18 - 18 - Hypnoreflexogenous Self-Hypnosis Training for Childbirth. *Geburtshilfe Frauenheilkd.* 2015;75(11):1161-1166. doi:10.1055/s-0035-1558250.
13. Beevi Z, Low WY, Hassan J. The Effectiveness of Hypnosis Intervention for Labor: An Experimental Study. *Am J Clin Hypn.* 2017;60(2):172-191. doi:10.1080/00029157.2017.1280659.
14. Atis FY, Rathfisch G. The effect of hypnobirthing training given in the antenatal period on birth pain and fear. *Complement Ther Clin Pract.* 2018;33:77-84. doi:10.1016/j.ctcp.2018.08.004.
15. Steel A, Frawley J, Sibbritt D, Broom A, Adams J. The characteristics of women who use hypnotherapy for intrapartum pain management: Preliminary insights from a nationally-representative sample of Australian women. *Complement Ther Med.* 2016;25:67-70. doi:10.1016/j.ctim.2016.01.006.
16. Waisblat V, Langholz B, Bernard FJ, et al. Impact of a Hypnotically-Based Intervention on Pain and Fear in Women Undergoing Labor. *Int J Clin Exp Hypn.* 2017;65(1):64-85. doi:10.1080/00207144.2017.1246876.
17. Downe S, Finlayson K, Melvin C, et al. Self-hypnosis for intrapartum pain management in pregnant nulliparous women: a randomised controlled trial of clinical effectiveness. *BJOG.* 2015;122(9):1226-1234. doi:10.1111/1471-0528.13433.
18. Madden K, Middleton P, Cyna AM, Matthewson M, Jones L. Hypnosis for pain management during labour and childbirth. *Cochrane Database Syst Rev.* 2016;2016(5):CD009356. Published 2016 May 19. doi:10.1002/14651858.CD009356.pub3.
19. Werner A, Wu C, Zachariae R, Nohr EA, Uldbjerg N, Hansen ÅM. Effects of antenatal hypnosis on maternal salivary cortisol during childbirth and six weeks postpartum-A randomized controlled trial. *PLoS One.* 2020;15(5):e0230704. Published 2020 May 1. doi:10.1371/journal.pone.0230704.