

# Benefícios do uso da bola suíça em gestantes na assistência ao parto de baixo risco

**RESUMO** | Objetivo: Identificar as evidências científicas sobre os benefícios do uso da bola suíça em gestantes na assistência ao parto de baixo risco. Métodos: Revisão integrativa da literatura, realizada nas bases de dados Medline/PubMed, LILACS via BVS e biblioteca Scielo para responder à questão norteadora: Quais os benefícios do uso da bola suíça em gestantes na assistência ao parto de baixo risco? As buscas ocorreram entre março e abril de 2022, utilizando os descritores “gestantes”, “terapia por exercício”, “trabalho de parto”, “parto normal”. Após os cruzamentos desses descritores, identificaram-se 230 artigos, que ao aplicar os critérios de elegibilidade, restaram dez estudos, avaliados e elegíveis para a revisão. Na extração dos dados elaborou-se um instrumento para coleta. Resultados: 10 estudos foram elegíveis após seleção. Destes, a maior parte (8) desenvolvidos no Brasil (1) China e (1) em Taiwan. O periódico de maior frequência das publicações foi Acta Paulista de Enfermagem (3). Quanto ao ano de publicação o ano com menos publicações foi 2012 (1), seguido 2013 (2), 2019 (2). Quanto ao delineamento o tipo ensaio clínico prevaleceu nas publicações (5). Conclusão: esta revisão aponta benefícios do uso da bola suíça como instrumento de trabalho que pode favorecer a assistência ao parto de baixo risco evidenciando ser uma alternativa viável para profissionais nesse campo de atuação.

**Descritores:** Parto de Baixo Risco. Trabalho de Parto. Gestantes. Assistência ao Parto.

**ABSTRACT** | To identify the scientific evidence on the benefits of using the Swiss ball in pregnant women in low-risk childbirth care. Methods: Integrative literature review, carried out in Medline/PubMed, LILACS via VHL and Scielo library databases to answer the guiding question: What are the benefits of using the Swiss ball in pregnant women in low-risk childbirth care? The searches took place between March and April 2022, using the descriptors “pregnant women”, “exercise therapy”, “labor”, “normal delivery”. After crossing these descriptors, 230 articles were identified, which, when applying the eligibility criteria, left ten studies, evaluated and eligible for the review. In the data extraction, a collection instrument was elaborated. Results: 10 studies were eligible after selection. Of these, most (8) developed in Brazil (1) China and (1) Taiwan. The journal with the highest frequency of publications was Acta Paulista de Enfermagem (3). As for the year of publication, the year with the fewest publications was 2012 (1), followed by 2013 (2), 2019 (2). As for the design, the clinical trial type prevailed in the publications (5). Conclusion: this review points out the benefits of using the Swiss ball as a work tool that can favor low-risk childbirth care, showing that it is a viable alternative for professionals in this field.

**Descriptors:** Low-Risk Childbirth. Childbirth work. Pregnant women. Childbirth Assistance

**RESUMEN** | Objetivo: Identificar la evidencia científica sobre los beneficios del uso del balón suizo para gestantes en la atención al parto de bajo riesgo. Métodos: Revisión bibliográfica integradora, realizada en las bases de datos Medline/PubMed, LILACS vía BVS y biblioteca Scielo para responder a la pregunta guía: ¿Cuáles son los beneficios del uso del balón suizo para gestantes en la atención al parto de bajo riesgo? Las búsquedas se realizaron entre marzo y abril de 2022, utilizando los descriptores “pregnant women”, “exercise therapy”, “labour”, “normal delivery”. Tras cruzar estos descriptores, se identificaron 230 artículos y, una vez aplicados los criterios de elegibilidad, quedaron diez estudios, que fueron evaluados y elegibles para la revisión. Para extraer los datos, se elaboró una herramienta de recogida de datos. Resultados: Tras la selección, 10 estudios fueron elegibles. De ellos, la mayoría (8) se realizaron en Brasil (1) China y (1) Taiwán. La revista más frecuentemente publicada fue Acta Paulista de Enfermagem (3). En cuanto al año de publicación, el año con menos publicaciones fue 2012 (1), seguido de 2013 (2), 2019 (2). En cuanto al diseño, el tipo de ensayo clínico prevaleció en las publicaciones (5). Conclusión: Esta revisión señala los beneficios del uso del balón suizo como herramienta de trabajo que puede favorecer la atención al parto de bajo riesgo, mostrándose como una alternativa viable para los profesionales de este ámbito.

**Palabras claves:** Parto de bajo riesgo. Trabajo de parto. Mujeres embarazadas. Asistencia al parto.

## Francisco José de Araújo Filho

Enfermeiro – UFPI. Especialista em Saúde Pública - FACET Teresina - PI. Mestrando em Saúde Pública – UFC  
ORCID: 0000-0002-4203-7720

## Loisláyne Barros Leal

Enfermeira – UFPI. Mestre em Ensino na Saúde - UECE. Doutoranda em Enfermagem - UFPI.  
ORCID: 0000-0002-1294-686X

## Iolanda Gonçalves de Alencar Figueiredo

Enfermeira – UNINOVAFAP. Mestre em Enfermagem – UFPI. Docente da Universidade Federal do Piauí - UFPI.  
ORCID: 0000-0001-7707-3361

## Lidianna Coelho Pereira

Enfermeira Universidade de Pernambuco - UPE.  
ORCID: 0009-0006-9204-954X

## Wemerson dos Santos Fontes

Enfermeiro UFPI. Mestre em Saúde da Mulher UFPI  
ORCID: 0000-0003-0415-1079

## Ana Luiza Barbosa Negreiros

Enfermeira - UESPI. Mestre em Ensino na Saúde – UECE – CE. Doutoranda em Enfermagem - UFPI. Docente da Universidade Federal do Piauí - UFPI  
ORCID: 0000-0002-8313-0403

## Antônia Gilsônia da Silva Santos

Enfermeira Faculdade de Ensino Superior de Florianópolis - FAESF.  
ORCID: 0009-0007-2642-6965

## Wevernilson Francisco de Deus

Enfermeiro - UESPI. Mestre em Engenharia Biomédica – Universidade Brasil/SP.  
ORCID: 0000-0002-2363-6859

**Recebido em:** 24/07/2023

**Aprovado em:** 14/08/2023

## INTRODUÇÃO

A concepção sobre o trabalho de parto inclui diferentes visões, envolvendo-se tanto sobre as suas alterações fisiológicas como, também, psicossociais. Dessa forma, compreende-se o período final da gestação como uma fase que exige cuidado especial às gestantes pois, em diversas situações, elas apresentam insegurança e medo de experimentar o momento do parto<sup>1</sup>.

Nessa conjuntura, historicamente, a experiência do trabalho de parto tem sido difundida pelas e gestantes parturientes como um evento marcado de dor, medo e angústia, sendo grande parte do desconforto e sensações dolorosas relacionadas a fatores socioculturais<sup>2</sup>.

Nesse sentido, reforça-se a importância de estratégias para promover o alívio da dor, por meio de estratégias farmacológicas ou não, pois uma vez não cessada, a dor pode modificar o processo de parturição em uma experiência negativa para a mulher, a equipe que a assiste e sua família, gerando frustração, ansiedade e insatisfação<sup>3</sup>.



**Ressalta-se, que o controle a dor do trabalho de parto, sem danos para o feto ou parturiente, é uma das principais metas do cuidado à mulher em processo de parturição.**



É necessário considerar que a dor é uma experiência subjetiva, que inclui uma relação complexa entre a fisiologia do corpo, o espírito e o meio<sup>4</sup>.

Assim, dentre as estratégias para alívio da

**Quadro 1 - Pergunta de pesquisa conforme a estratégia População/Problema, Interesse e Contexto - PICO, Picos, PI, Brasil, 2022.**

Descrição	PICO	Componentes	Descritor	Tipo	DNC
População/problema	P	Gestantes	Pregnant Women	DeSC MeSH	Pregnant Woman Woman, Pregnant Women, Pregnant
Interesse	I	Benefícios do uso da bola suíça	ExerciseTherapy	DeSC MeSH	RemedialExercise Exercise, Remedial Exercises, Remedial RemedialExercises Therapy, Exercise ExerciseTherapies Therapies, Exercise RehabilitationExercise Exercise, Rehabilitation Exercises, Rehabilitation RehabilitationExercises
Contexto	Co	Parto de Baixo Risco/trabalho de parto	Natural Childbirth Labor, Obstetric Delivery, obstetric	DeSC MeSH	Childbirth, Natural Water Birth Water Births Waterbirth Lamaze Technique Technique, Lamaze Obstetric Labor Delivery, Obstetric Deliveries, Obstetric Obstetric Deliveries Obstetric Delivery

DNC: descritor não controlado. Fonte: Dados da Pesquisa, 2022.

dor durante o trabalho de parto e que pode ser utilizado pela equipe que assiste a mulher, está a bola suíça ou bola do nascimento. A bola suíça foi criada em 1963 por Aquilino Cosani, fabricante italiano de plásticos. Definiu-se por tal nome em 1989 por profissionais da fisioterapia americanos, após vivenciarem os seus benefícios na Suíça e passarem a aplicá-la nos EUA<sup>5</sup>.

Então, a bola do nascimento passou a ser aplicada como uma estratégia a mais, para ofertar opções à mulher que escolhe adotar posição não supina durante a primeira fase do trabalho de parto. Sua utilização, tem o potencial de reduzir as tensões nervosas por produzir lembranças das brincadeiras da infância, além de permitir que os joelhos da parturiente fiquem afastados, evitando tensão na musculatura adutora<sup>6</sup>.

Diante do exposto, e considerando a importância do uso de estratégias para o alívio da dor durante o trabalho de parto, este estudo parte do seguinte questionamento: quais os benefícios, de acordo com a literatura, do uso da bola suíça em gestantes durante o trabalho de parto?

Desse modo, o estudo tem como objetivo, identificar os benefícios do uso da bola suíça ou bola do nascimento em gestantes durante o trabalho de parto.

## MÉTODO

Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, uma estratégia relevante para a área da saúde, uma vez que permite sintetizar pesquisas existentes sobre um tema específico, orientando e fundamentando a prática a partir do conhecimento científico, sendo um instrumento válido na Prática Baseada em Evidências (PBE)<sup>7</sup>.

As etapas que conduziram esta revisão integrativa foram: 1) elaboração da pergunta norteadora; 2) busca ou amostragem na literatura; 3) coleta de dados; 4) análise crítica dos estudos incluídos; 5) discussão dos resultados; e 6) apresentação da revisão integrativa<sup>8</sup>.

Para tanto, buscou-se responder à questão de pesquisa “Quais os benefícios, segundo as evidências científicas, sobre o uso da bola suíça

Quadro 2 - Estratégias de buscas encontradas antes e após os critérios de inclusão e exclusão. Picos, PI, Brasil, 2022.	
ACRÔNIMO	MEDLINE VIA PUBMED - total de artigos recuperados: 205
População	"pregnant women "[MeSH Terms] OR (Pregnant Women) OR (Pregnant Woman) OR (Woman, Pregnant) OR (Women, Pregnant)
Intervenção	"exercise therapy "[MeSH Terms] OR (Exercise Therapy) OR (Remedial Exercise) OR (Exercise, Remedial) OR (Exercises, Remedial) OR (Remedial Exercises) OR Therapy, Exercise) OR (Exercise Therapies) OR (Therapies, Exercise) OR (Rehabilitation Exercise) OR (Exercise, Rehabilitation) OR (Exercises, Rehabilitation) OR (Rehabilitation Exercises)
Comparação	
Resultado	"natural childbirth "[MeSH Terms] OR (Natural Childbirth) OR (Childbirth, Natural) OR (Water Birth) OR (Water Births) (Waterbirth) OR (Lamaze Technique) OR (Technique, Lamaze) "labor, obstetric" [MeSH Terms] OR (Labor, Obstetric) OR (Obstetric Labor) "delivery, obstetric" [MeSH Terms] OR (Delivery, Obstetric) OR (Deliveries, Obstetric) OR (Obstetric Deliveries) OR (Obstetric Delivery)
Expressão final de busca	((("pregnant women "[MeSH Terms] OR (Pregnant Women) OR (Pregnant Woman) OR (Woman, Pregnant) OR (Women, Pregnant)) AND ("exercise therapy "[MeSH Terms] OR (Exercise Therapy) OR (Remedial Exercise) OR (Exercise, Remedial) OR (Exercises, Remedial) OR (Remedial Exercises) OR Therapy, Exercise) OR (Exercise Therapies) OR (Therapies, Exercise) OR (Rehabilitation Exercise) OR (Exercise, Rehabilitation) OR (Exercises, Rehabilitation) OR (Rehabilitation Exercises))) AND ("natural childbirth "[MeSH Terms] OR (Natural Childbirth) OR (Childbirth, Natural) OR (Water Birth) OR (Water Births) (Waterbirth) OR (Lamaze Technique) OR (Technique, Lamaze) "labor, obstetric" [MeSH Terms] OR (Labor, Obstetric) OR (Obstetric Labor) "delivery, obstetric" [MeSH Terms] OR (Delivery, Obstetric) OR (Deliveries, Obstetric) OR (Obstetric Deliveries) OR (Obstetric Delivery))

Fonte: Dados da Pesquisa, 2022.

inglês e espanhol, com recorte temporal de 2011 a 2021. Foram excluídos artigos de revisão, teses, dissertações, notas, materiais não científicos, artigos em que não foi possível detectar relação com o tema a partir da leitura de título e resumo, além dos duplicados.

Na busca de conferir maior rigor, a captação e seleção dos estudos foi realizada por dois revisores de independente. Um terceiro revisor estava disponível para análise dos estudos quando houvesse a inclusão ou exclusão por parte de um dos revisores. Assim, no primeiro momento, a seleção dos estudos foi guiada pela leitura dos títulos e resumos a partir critérios de inclusão estabelecidos. Posteriormente, os estudos foram lidos na íntegra, com o intuito de eleger apenas evidências em consonância com a pergunta de pesquisa.

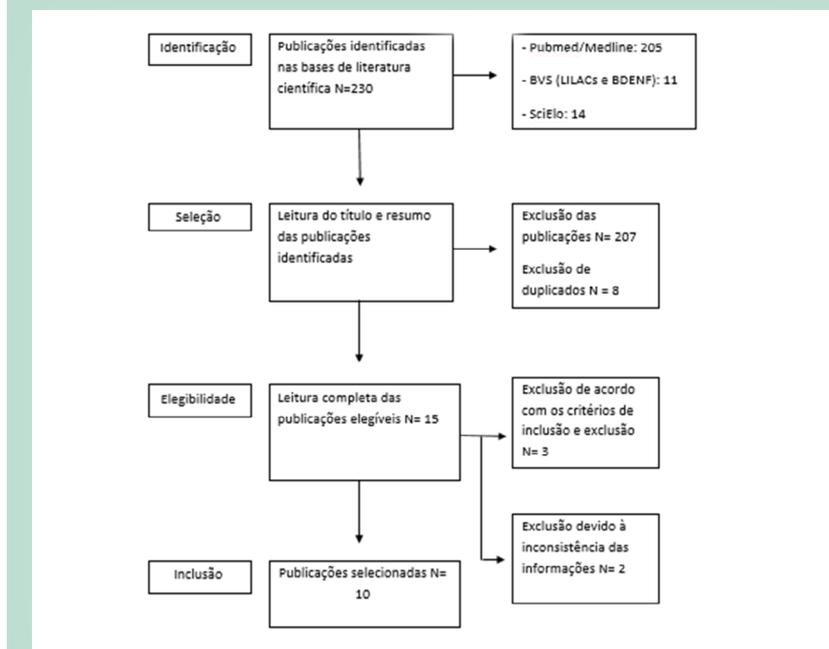
Após a realização da busca por pares foram identificados 230 artigos para leitura dos resumos e verificação de compatibilidade para responder à pergunta norteadora. 220 artigos foram excluídos por não responderem à pergunta norteadora. Após a realização das leituras foram incluídos no estudo um total de 10 artigos. A síntese das etapas encontra-se descrita na abaixo:

na assistência ao parto de baixo risco? conduzida por meio da estratégia "População/Problema, Interesse e Contexto" (PICO), que é uma estratégia da base de dados National Library of Medicine. Esta estratégia se fundamenta no desdobramento da questão de pesquisa e permite que o investigador selecione palavras que contemple o conceito apropriada a indagação inicial, detectando a melhor evidência científica sobre a temática. O Quadro 1 descreve a estratégia empregada na formulação desta revisão<sup>9</sup>.

Para a captação e seleção dos artigos foi utilizada as bases de dados LILACS via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PUBMED/MEDLINE e biblioteca Scielo. Os descritores controlados empregados na estratégia de busca foram captados no MESH (*Medical Subject Headings*), no DeCs (Descritores em Ciências da Saúde), além dos descritores não controlados. Dessa forma, utilizou-se em cada base de dados uma estratégia de busca.

Os critérios de inclusão desta revisão foram: artigos originais na íntegra, disponíveis online nas bases de dados bibliográficas selecionadas e publicados nos idiomas português,

**Figura 1 – Fluxograma do processo de identificação, seleção, elegibilidade e inclusão dos artigos na revisão integrativa, Brasil, 2022.**



Fonte: Dados da Pesquisa, 2022.

Para extração dos dados elaborou-se um questionário a fim de facilitar a organização da coleta e a busca por informações de forma sistematizada. O questionário foi composto pelas seguintes categorias: Identificação do artigo, título, autores, ano de publicação, objetivos, natureza metodológica, amostra, dados/resultados encontrados.



Os artigos selecionados foram analisados de forma descritiva e sintetizados em quadros com os principais benefícios do uso da bola suíça no trabalho de parto por gestantes.



**Quadro 3 - Caracterização dos estudos selecionados. Picos-PI, 2022.**

Artigo	Ano/citação	Título	País de origem	Periódico	Tipo de Estudo
A1	2011	Efeitos do exercício da bola de nascimento sobre dor e autoeficácia durante o parto: Um ensaio controlado randomizado em Taiwan.	Taiwan	Midwifery	Ensaio controlado randomizado
A2	2013	Eficácia dos exercícios de bola de nascimento no manejo da dor do trabalho.	China	Hong Kong Medical Journal	Ensaio clínico
A3	2014	Bola suíça para aliviar a dor de primíparas em trabalho de parto ativo.	Brasil	Revista Dor	Estudo controlado randomizado
A4	2011	Uso da bola suíça no trabalho de parto	Brasil	Acta Paulista de Enfermagem	Descritivo
A5	2013	Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto	Brasil	Acta Paulista de Enfermagem	Clinico experimental
A6	2016	Hidroterapia e bola suíça no trabalho de parto: ensaio clínico randomizado.	Brasil	Acta Paulista de Enfermagem	Ensaio clínico
A7	2019	Terapias complementares no trabalho de parto: ensaio clínico randomizado	Brasil	Revista Gaúcha de Enfermagem	Ensaio clínico
A8	2018	Uso da aspersão do chuveiro combinado com a bola suíça como um método de alívio da dor na fase de trabalho ativo	Brasil	Diário BrJP – volume 1	Revisão integrativa
A9	2019	Uso de bola de nascimento para mulheres em trabalho de parto: Revisão sistemática e meta-análise	Brasil	Complementar Ther Clin Pract	Meta-análise
A10	2012	Indicadores e repercussões do uso da bola obstétrica para mulheres e enfermeiras	Brasil	Ciência, Cuidado e Saúde	Estudo de caso

Fonte: Dados da Pesquisa, 2022.

## RESULTADO E DISCUSSÃO

A maior parte dos estudos encontrados nesta revisão foram desenvolvidos no Brasil, um na China e um em Taiwan. O periódico de maior frequência das publicações foi na área de enfermagem (Acta Paulista de Enfermagem três estudos). Quanto ao ano de publicação o ano com menos publicações foi 2012 (um estudo), 2013 (dois), 2019 (dois). Quanto ao delineamento o tipo ensaio clínico prevaleceu nas publicações (cinco). O quadro 1 apresenta os estudos encontrados.

A bola obstétrica, ou birth ball, assim chamada da pelos profissionais da área obstétrica, trata-se de bola de material siliconado, conhecida como bola suíça, fitball, gymnastic ball ou gymball. O uso da bola permite à mulher ter liberdade de alterar a posição de apoio do seu peso, bem como apoiar a região pélvica, para aliviar a dor durante o trabalho de parto. Além disso, pode favorecer a descida fetal nas situações em que o trabalho de parto não esteja progredindo efetivamente<sup>10</sup>.

A bola suíça é uma das ferramentas para a promoção da livre movimentação da mulher durante o parto. Apresenta-se como alternativa viável para promover alívio da dor e trabalhar a musculatura pélvica. Um estudo descritivo-transversal realizado no Município de São Paulo com enfermeiras obstétricas buscou caracterizar o uso da bola suíça na assistência à parturiente. Foi evidenciado o estímulo por parte das enfermeiras a vários benefícios do uso da bola suíça no trabalho de parto, incluindo: promover a descida da apresentação fetal, relaxamento, progressão do parto, exercício do perineo, alívio da dor, benefícios psicológicos e movimentação materna<sup>11</sup>.

Estudo clínico experimental randomizado realizado com parturientes de baixo risco avaliou o uso da bola suíça associada ao banho quente de aspersão e exercícios perineais na dor durante o trabalho de parto.



Os dados apontaram que quando associadas as duas intervenções: 1) banho quente de aspersão sentada sobre a 2) bola suíça os valores revelaram que houve diminuição significativa do score de dor entre os momentos antes e após a terapia, revelando que o uso da bola suíça, atrelada a outras estratégias, pode reduzir a dor no trabalho de parto<sup>12</sup>.



A dor do trabalho de parto é encarada sob diferentes maneiras pelas mulheres, sendo influenciada por diversos fatores como cultura, história familiar, ansiedade, medo e experiência prévia ou ainda grupo social a que pertencem. O uso do banho quente de aspersão e exercícios perineais associados a bola suíça constituem métodos não farmacológicos para alívio da dor no trabalho de parto. As alternativas não farmacológicas para redução da dor durante o trabalho de parto são diversas e a bola suíça mostra-se como alternativa viável<sup>12</sup>.

O uso da bola suíça e seus benefícios para o trabalho de parto tem sido cada vez mais buscado pelos pesquisadores. Um ensaio clínico randomizado e controlado com distribuição aleatória realizado em São Paulo com 128 parturientes buscou conhecer a influência do banho quente e exercício perineal com bola suíça sobre a progressão do trabalho de parto. O grupo que usou Banho Quente e Bola Suíça associados (GC) foi mais efetivo para o aumento da dilatação cervical. Além disso, o grupo Banho Quente e Bola Suíça associados (GC) ( $p=0,688$ ) apresentou maior progressão da apresentação fetal e foi mais efetivo para este desfecho quando realizados isoladamente<sup>13</sup>.

A utilização da hidroterapia e exercícios com bola são terapias disponíveis e, quando utilizadas de forma isolada ou combinadas promovem benefícios para o bem-estar materno e atuam na evolução do trabalho de parto, trazendo benefícios direto para um trabalho de parto mais rápido, pois a liberdade de movimentos permite que a parturiente assumira posições que facilitam a acomodação do feto durante o trabalho de parto, favorecendo o parto fisiológico e aumentando o conforto materno<sup>14</sup>.

Os métodos não-farmacológicos, quando utilizados durante o trabalho de parto, podem reduzir a dor

provocada pelas contrações uterinas, elevam a satisfação materna e geram resultados obstétricos efetivos. Logo, as mulheres apresentam-se mais participativas e apreciam a sensação de controle que ganham ao participarem ativamente no controle da dor que sentem o apoio que recebem do acompanhante e dos cuidadores, além da liberdade de movimentação e de escolha dos movimentos<sup>15</sup>.

Em um outro estudo de abordagem qualitativa desenvolvido em Centros Obstétricos almejou conhecer as indicações e repercussões do uso da bola obstétrica para mulheres e enfermeiras durante o processo de parturição. Dentre os possíveis uso e benefícios da bolsa suíça foram relatados redução

da dor, melhor progressão do trabalho de parto (TP), redução de ansiedade e medo<sup>10</sup>.

O uso da bola suíça tem demonstrado efeitos positivos no alívio da dor durante o parto de baixo risco. Além disso, tem sido uma alternativa complementar a outros métodos não-farmacológicos disponíveis aos profissionais de saúde no campo da obstetrícia. Sua utilização tem corroborado com achados da literatura, principalmente como promover o relaxamento da musculatura da pelve, favorece a descida e o encaixe da apresentação fetal, favorecer contrações mais eficazes e menos dolorosas, culminando com diminuição do tempo de trabalho de parto<sup>16</sup>.

## CONCLUSÃO

Esta revisão evidenciou alguns benefícios do uso da bola suíça durante o trabalho de parto de baixo risco apontados pela literatura. Há evidências, de que o uso da bola, sozinha e combinada com outros métodos, pode favorecer o trabalho de parto, reduzindo a dor, a ansiedade, relaxamento muscular e demais benefícios. É relevante elucidar quais benefícios o uso da bola pode trazer a fim de fornecer orientações e evidências para os profissionais na assistência obstétrica. 🐦

## Referências

1. Tomeleri da Fonseca Pinto KR, Maffei MCV, Zani AV, Bernardy CCF, SODRÉ TM. Uso de métodos não farmacológicos para o alívio da dor durante o trabalho de parto. *Revista de Enfermagem UFPE* on line. 2021 Apr 9;15(1).
2. Silva Joselinda, editor. *Bola Suíça no Trabalho de Parto: Revisão de literatura*. VII ENPG - Encontro Nacional de Pós-Graduação; 2018; Santos SP [Internet]. Internet: [publisher unknown]; 2018 [cited 2022 Jul 24]. 12-16 p. v. 2. Available from: <https://periodicos.unisanta.br/index.php/ENPG/article/view/1539>
3. Schvartz HV, Prates LA, Possati AB, Ressel LB. Estratégias de alívio da dor no trabalho de parto e parto: uma revisão integrativa. *Journal of Nursing and Health* [Internet]. 2016 Sep 8 [cited 2022 Dec 2];6(2):355–62. Available from: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/5975>
4. Lehueur D, Strapasson MR, Fronza E. Manejo não farmacológico de alívio da dor em partos assistidos por enfermeira obstétrica. *Revista de Enfermagem UFPE* on line. 2017 Dec 4;11(12):4929.
5. Gallo RBS, Santana LS, Marcolin AC, Quintana SM. Swiss ball to relieve pain of primiparous in active labor. *Revista Dor*. 2014;15(4).
6. Tatiana Coelho Lopes, Lélia Maria Madeira, Coelho S. O uso da bola do nascimento na promoção da posição vertical em primíparas durante o trabalho de parto. 2003 Jan 1;7(2):134–9.
7. Souza MT de, Silva MD da, Carvalho R de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein* (São Paulo). 2010 Mar;8(1):102–6.
8. Mendes KDS, Silveira RC de CP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto - Enfermagem* [Internet]. 2008 Dec;17(4):758–64. Available from: <https://www.scielo.br/j/tce/a/Xz-Fkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?lang=pt>
9. Karino ME, Felli VEA. Enfermagem baseada em evidências: avanços e inovações em revisões sistemáticas. *Ciência, Cuidado e Saúde*. 2012 May 30;11(5).
10. Leismann L, Lúcia A, Jéssica Machado Telles. Indicações e repercussões do uso da bola obstétrica para mulheres e enfermeiras. 2012 Dec 2;11(3).
11. Silva LM e, Oliveira SMJV de, Silva FMB da, Alvarenga MB. Uso da bola suíça no trabalho de parto. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2011;24(5):656–62.
12. Barbieri M, Henrique AJ, Chors FM, Maia N de L, Gabrielloni MC. Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2013;26(5):478–84.
13. Henrique AJ, Gabrielloni MC, Cavalcanti ACV, Melo P de S, Barbieri M. Hidroterapia e bola suíça no trabalho de parto: ensaio clínico randomizado. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2016 Dec;29(6):686–92.
14. Cavalcanti ACV, Henrique AJ, Brasil CM, Gabrielloni MC, Barbieri M. Terapias complementares no trabalho de parto: ensaio clínico randomizado. *Revista Gaúcha de Enfermagem*. 2019;40.
15. Silva LM e, Oliveira SMJV de, Silva FMB da, Alvarenga MB. Uso da bola suíça no trabalho de parto. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2011;24(5):656–62.
16. Bueno MBT, De Paula BS, Corrêa TB. A Bola Suíça como Dispositivo na Prática Fisioterapêutica do Parto: uma Visão Acadêmica. *Ensaios e Ciência: C Biológicas, Agrárias e da Saúde*. 2019 Jun 19;23(1):57.