

INFLUÊNCIA DA FISIOTERAPIA EM GESTANTES VISANDO O PARTO NORMAL

ABE, A. C. S¹; DUARTE, H.F.²

RESUMO

Objetivo: Analisar a influência da fisioterapia em gestantes visando o parto normal. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica de característica qualitativa, realizada por meio das bases de dados indexadas ao GOOGLE Acadêmico, SciELO e PEDro, do período de 2004 a 2021. **Resultados:** Foram utilizados 8 artigos relevantes a revisão. **Conclusão:** A fisioterapia através de seus variados recursos traz resultados benéficos para as gestantes que visam o parto normal.

Palavras-chave: Parto Normal. Gestante. Fisioterapia Pélvica.

ABSTRACT

Objective: To analyze the influence of physiotherapy on pregnant women aiming at normal delivery. **Methodology:** This is a bibliographic review with a qualitative characteristic, carried out through the databases indexed by GOOGLE Academic, SciELO and PEDro from 2004 to 2021. **Results:** 8 articles relevant to the review were used. **Conclusion:** Physiotherapy, through its various resources, brings beneficial results for pregnant women aiming for normal birth.

Keywords: Normal birth. Pregnant. Pelvic Physiotherapy.

INTRODUÇÃO

A gravidez é um período de intensas modificações tanto psíquicas como físicas na mulher, que se iniciam na primeira semana de gestação e continuam por todo período gestacional. (BRASIL,2021)

Formado por músculos, ligamentos e fâscias o assoalho pélvico é uma das mais importantes estruturas que sofrem essas modificações. Tem como função sustentar os órgãos internos, principalmente o útero, a bexiga e o reto, proporcionar a

¹ Ana Caroline Shizue Abe – Graduanda do curso bacharelado em fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana-Pr. 2021. Contato: shiabe_99@outlook.com.

² Hébila Fontana Duarte – Fisioterapeuta, Especialista e docente do curso de bacharelado em fisioterapia da Faculdade de Apucarana - FAP. Apucarana-Pr. 2021. Contato: hebila.fontana@fap.com.br.

ação esfíncteriana para a uretra, a vagina e o reto além de permitir a passagem do feto no momento do parto. (BARACHO, 2012).

A fisioterapia é de extrema importância, contribuindo de uma forma positiva para a boa evolução do trabalho de parto e no parto em si, principalmente através da capacitação do assoalho pélvico para sustentação do útero, prevenindo patologias, adequando o padrão respiratório, aliviando o quadro algico, além de favorecer o relaxamento para a dilatação do colo uterino visando a hora do parto. (SOUZA, LEÃO, ALMEIDA, 2019).

OBJETIVO

O presente estudo teve por objetivo analisar o papel do fisioterapeuta na atuação em gestantes que visam o parto normal.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica de característica qualitativa, por meio da integração da leitura e escolha de estudos selecionados para o trabalho em questão. A pesquisa foi baseada em artigos das seguintes bases de dados: GOOGLE Acadêmico e *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) do período de 2004 a 2021. Também foram utilizados livros clássicos de fisioterapia ginecológica e obstetrícia.

Os critérios de inclusão foram artigos disponibilizados na língua portuguesa e inglesa sobre o parto normal e fisioterapia pélvica, publicados nos últimos 17 anos (2004-2021). E os critérios de exclusão foram artigos restritos na íntegra.

RESULTADOS

Foram selecionados oito artigos relevantes à revisão. Estes estão descritos no quadro 1, em ordem crescente.

Quadro 1- Resumo dos estudos.

Autor/Ano	Tipo de estudo	Amostra	Tipos de intervenção	Resultados	Conclusões
LANDI <i>et al</i> , (2004)	Estudo de caso	2 mulheres gestantes de 23 e 35 anos com algia nos MMII e na lombar, edema dos membros e aumento da FR.	Protocolo de exercícios para gestantes tanto de solo quanto na água. Foram realizadas 26 sessões de fisioterapia SENDO 11 sessões na piscina.	As 2 gestantes apresentaram boa melhora no quadro algico, respiração e edema. Além de aumentar a disposição.	Os resultados obtidos através dos protocolos de exercícios fisioterapêuticos foram satisfatórios, pois ambas gestantes tiveram suas queixas reduzidas e um bom preparo para o parto e

						melhor qualidade de vida após a gestação
NOLASCO <i>et al</i> , (2008)	Revisão bibliográfica	Livros e artigos nacionais e internacionais datados de 1985 a 2006 nos idiomas português, inglês e espanhol	Analisar a eficácia da cinesioterapia no fortalecimento do AP.	A prática dos exercícios cinesioterápicos para reeducação e fortalecimento dos MAP são essenciais para toda a vida, podendo ser aplicados sozinhos ou em conjunto com técnicas de eletroestimulação e biofeedback	A cinesioterapia do assoalho pélvico feminino já se tornou um importante complemento para inúmeros programas de tratamentos utilizados na fisioterapia uroginecológica	
DALVI <i>et al</i> , (2010)	Estudo aplicado teórico-prático	5 gestantes entre 20 e 40 anos	Realizadas sessões de fisioterapia por 8 meses, com alongamentos e exercícios	Melhora no bem-estar e na pareste-sia de MMII e MMSS. Observou-se ainda melhora nas algias da articulação do punho, de membros inferiores, na dor lombar	Houve uma melhora no bem-estar físico das voluntárias, diminuindo transtornos osteomioarticulares respiratórios e circulatórios, bem como promovendo redução das dores musculares	
OLIVEIRA, (2013)	Revisão de literatura	Artigos datados de 1987 a 2010.	Gestação, alterações osteomusculares e fisiológicas, importância da atuação fisioterápica e exercícios cinesioterápicos	Os exercícios cinesioterápicos, quando realizados em intensidade adequada para o período gestacional correspondente, promovem melhora na resistência e flexibilidade muscular	A cinesioterapia deve ser supervisionada nas gestantes, principalmente no final do segundo para o terceiro trimestre, e as principais técnicas são os exercícios tradicionais e a hidroterapia.	
MOURA; MARSAL, (2015)	Revisão bibliográfica	Artigos datados de 1994 a 2015	Trabalhos científicos sobre a importância da cinesioterapia para o fortalecimento do assoalho pélvico através de exercícios perineais	A técnica mostrou-se eficaz quando a mulher obtém a capacidade de contrair a musculatura corretamente, podendo desta forma contribuir para o fortalecimento da mesma, melhorando a IU, ajudando na função sexual e evitando lesões ocasionadas durante o parto	É necessário realizar o fortalecimento dos MAP pois são responsáveis pela sustentação das vísceras e do útero gravídico, para ter um parto saudável, evitando lesões mais graves do assoalho pélvico e facilitando assim sua recuperação no pós parto.	
FREITAS <i>et al</i> , (2017)	Revisão sistematizada	Artigos datados de Junho a Outubro de 2014	Importância da atuação da fisioterapia no parto humanizado	O papel da fisioterapia é fundamental na assistência, À parturiente, ajudando a mulher a se ajustar a essas mudanças, da fase de início ao fim do trabalho de parto	O fisioterapeuta qualificado na assistência obstétrica, favorece e estimula a parturiente a ter um trabalho de parto ativo, menos sofrível, e benéfico para mãe-filho, com significativa redução do tempo do parto	
SILVA <i>et al</i> , (2018)	Revisão de leitura	Artigos datados de Agosto a Novembro de 2017	Importância da atuação do fisioterapeuta no período gestacional	Foram selecionados 11 publicações sobre o assunto	Pode-se constatar que são poucas as gestantes que procuram esse profissional. Mesmo seus corpos passando por várias mudanças, o fisioterapeuta ajudaria aumentando sua resistência física e FM	

SOUZA; LEÃO; ALMEIDA, (2019)	Revisão bibliográfica	Artigos e livros datados de 2004 a 2017	Trabalhos científicos sobre a intervenção fisioterapêutica com a gestante no pré parto.	Foram selecionados 21 estudos que evidenciaram que o fisioterapeuta é um profissional extremamente importante no atendimento à gestante no pré-parto, trabalho de parto e pós-parto.	A atuação do fisioterapeuta na atenção à gestante no pré-parto é de extrema importância, contribuindo de forma positiva na boa evolução do trabalho de parto e parto.
---------------------------------	--------------------------	---	---	---	---

Fonte: Autora da pesquisa (2021).

Siglas: Membros superiores (MMSS), Membros inferiores (MMII), Frequência respiratória (FR), Músculos do Assoalho Pélvico (MAP), Assoalho Pélvico (AP). Força Muscular (FM)

CONCLUSÃO

Com essa pesquisa pode-se concluir que a fisioterapia traz resultados benéficos para as gestantes que visam o parto normal, através de seus variados recursos, podendo intervir com êxito para uma boa evolução do parto normal e pós parto tanto para gestante como para o bebê.

REFERÊNCIAS

BARACHO, Elza. **Fisioterapia aplicada a saúde da mulher**. 5º Ed. Rio de Janeiro. 2012.

DALVI Aline Rizzo; TAVARES Emmanuelli Arcanjo; MARVILA Nayla Dutra; VARGAS Sabrina Cunha; NETO Nelson C. Ribeiro. Benefícios da Cinesioterapia a partir do segundo trimestre gestacional. Publicado em **Revista Saúde e Pesquisa**. [S./.] v.3, n.1, p. 47-51, jan./abr. 2010.

FREITAS Andressa da Silva; LIMA Valéria da Silva; SOUSA Janimar Nogueira; ZUCHELO Lea T. Suzuki; MARTINELLI Patrícia Merly. Atuação da fisioterapia no parto humanizado. Publicado em **DeCiência em Foco**. [S./.] v.1, n.1, 2017.

LANDI, Anderson Semensato; BERTOLINI, Sonia M. Gomes; GUIMARÃES, Patricia de Oliveira. Protocolo de atividade física para gestantes. Publicado em **Inicição Científica CESUMAR**. Maringá 2004, v.6, n.1, 2019.

MORAES, Paulo Louredo. **Parto Normal**. Brasil Escola. Disponível em <<https://brasilecola.uol.com.br/biologia/parto-normal.htm>>. Acesso em 21 de Maio de 2021.

MOURA, Jessica F. Aparecida de Lima; MARSAL Aline Sâmpera. **Cinesioterapia para o fortalecimento do assoalho pélvico no período gestacional**. Visão Universitária, 2015.

NOLASCO Juliana; MARTINS Letícia; BERQUO Marcela; SANDOVAL Renato Alves. Atuação da cinesioterapia no fortalecimento muscular do assoalho pélvico feminino. Publicado em **Revista Digital EFdeportes**. Buenos Aires 2008, n.112, fevereiro de 2012. Disponível em <
<https://www.efdeportes.com/efd117/fortalecimento-muscular-do-assoalho-pelvico-feminino.htm>>. Acesso em 20 de Maio de 2021.

OLIVEIRA, Larissa Viana Gomes. **Indicação e contra indicação da cinesioterapia no segundo trimestre de gestacional**. Trabalho de conclusão de curso (graduação) – Faculdade de Educação e Meio Ambiente, Ariquemes, 2013.

SILVA Ricardo A. Barreto; RIOS Maiara J. B. Leal; ARAUJO Jessica M. Lima; SOUSA Mara Dayse; LAGO Roseany B. Moraes; BARBOSA Isabela Santos. **Atuação do fisioterapeuta no período gestacional**. Trabalho de conclusão de curso - Facema – Faculdade de Ciências e Tecnologia do Maranhão, 2018.

SOUZA, Simone Ribeiro; LEÃO, Izís Moara Moraes; ALMEIDA Leandro Augusto. A gestante no pré-parto: a fisioterapia trás benefícios? Publicado em **Scire Salutis**. [S.l.], 2018 v.8, n.2, setembro de 2018.