



I MOSTRA CIENTÍFICA DE PESQUISA

ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA ALTERAÇÃO DA MARCHA EM GESTANTES

Thais Silva do Nascimento

Universitária do curso de fisioterapia do Centro Universitário Inta (Uninta) – Campus Itapipoca

Itapipoca – Ceará. (thaiissilva022@gmail.com)

Vaneza Tomé da Costa da Silva

Universitária do curso de fisioterapia do Centro Universitário Inta (Uninta) – Campus Itapipoca

Itapipoca – Ceará. (vanezacostaneza@gmail.com)

Bruna Ellen Oliveira de Mendonça

Universitária do curso de fisioterapia do Centro Universitário Inta (Uninta) – Campus Itapipoca

Itapipoca – Ceará. (brunaellenoli@gmail.com)

Maria Evilane Pereira de Oliveira

Universitária do curso de fisioterapia do Centro Universitário Inta (Uninta) – Campus Itapipoca

Itapipoca – Ceará. (r17evilanepereira@gmail.com)

Mestre Clara Wirginia de Queiroz

Docente do Centro Universitário Inta (Uninta) – Campus Itapipoca

Itapipoca – Ceará. (clarawirginia@gmail.com)

Introdução: No período gestacional, o corpo da mulher, passa por diversas adaptações para desenvolver o feto, sendo biomecânico como a forma de deambular, respostas corporais, emocionais e o metabolismo, bem como ocasionando alterações na estética que sofrem influência dos fatores hormonais. O ganho de peso corporal é progressivo ao decorrer de cada trimestre. Nos dois primeiros trimestres há um aumento do volume sanguíneo e abdominal, a partir do último trimestre há o aumento do desconforto, pois o feto desce para pelve e começa as contrações de Braxton Hicks. Sendo assim, a intervenção fisioterapêutica contribuí para que não haja um desgaste maior no corpo da



mulher. **Objetivo:** Identificar a atuação da fisioterapia na alteração da marcha em gestantes. **Método:** A pesquisa foi realizada através de uma revisão integrativa. Buscando responder a pergunta disparadora, Qual a atuação da fisioterapia na alteração da marcha em gestantes?. Acessando a bvs e seguindo os critérios de inclusão: texto completo, na língua portuguesa, com publicação nos últimos 10 anos. Foram encontrados 530 artigos ao cruzar os descritores “Análise da marcha e gravidez” e “Fisioterapia e gravidez” com “and”. Desses apenas 2 artigos foram adequados. **Resultados:** A marcha pode ser definida como uma execução coordenada e dinâmica, garantindo o equilíbrio e a movimentação ao requer energia metabólica. Na marcha gestacional acontece algumas alterações devido as mudanças do centro da gravidade, aumentando a largura, diminuindo o comprimento do passo e fazendo a velocidade ficar mais lenta. Durante a progressão dos trimestres acontece alterações na estabilidade dinâmica e cinemática como desequilíbrio, dor, aumento de peso e risco de quedas, resultando na postura desalinhada, devido ao aumento das mamas e do volume uterino, que projeta os ombros para trás, inclinando a pelve para frente, aumentando a pronação do pé e rotação externa do quadril, ocasionando uma hiperlordose de coluna lombar. Nas intervenções fisioterapêuticas, utiliza-se técnicas de relaxamento que contribuem na conscientização corporal da gestante, alongamentos livres e orientados, e bola suíça, fortalecendo os músculos, melhorando a estabilidade e mobilidade articular, aliviando as áreas de tensões, reduzindo o estresse e estimulando a circulação sanguínea. **Conclusão:** Conclui-se que a fisioterapia contribui significativamente na gestação prevenindo e minimizando as disfunções e lesões musculoesqueléticas do assoalho pélvico, fortalecendo os músculos abdominais profundos, glúteos, da coluna lombar, quadríceps e isquiotibiais. Identificando os exercícios focados na região do quadril, e no abdômen são realizados induzindo a conscientização corporal, promovendo o alívio de dor, através de técnicas de relaxamento, como a respiração controlada, alongamentos, e utilizando a bola suíça no aumento da flexibilidade da coluna lombar e quadril. Apesar dos resultados encontrados, os artigos são escassos e antigos, necessitando se novas pesquisas sobre o tema abordado.

Descritores: Análise da marcha., Fisioterapia., Gravidez.

Referências

- Brodth, G.A, et al. Biomecânica estática e da marcha em gestantes estróficas e obesas. **Revista Feminina** 2019, 47 (2):122-4 Disponível (<https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1046501>)
- Gazaneo, M.M, et al. Alterações posturais durante a gestação. Alterações posturais durante a gestação. **Revista brasileira de atividade física e saúde**. Volume 3. N 2. Pag:13-21 1998 Disponível (<https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/RBAFS/article/view/1079>)
- OLIVEIRA. L.M.N, et al. A Utilização da Bola Suíça na Promoção do Parto Humanizado. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**. Volume 18 Número 2 Páginas 175-180 2014 Disponível (<https://periodicos.ufpb.br/index.php/rbcs/article/view/16698/12924>)