

## INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NA PREVENÇÃO DE DISFUNÇÕES GESTACIONAIS

### **Ana Beatriz Lima dos Santos**

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro  
ana.santos12@aluno.unifametro.edu.br

### **Antonia Alânia Tavares de Lima Pereira**

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro  
antonia.lima@aluno.unifametro.edu.br

### **Jackeline Bernardino Costa**

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro  
jackeline.costa@aluno.unifametro.edu.br

### **Jéferson Farias de Sales**

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro  
jeferson.sales@aluno.unifametro.edu.br

### **Rinna Rocha Lopes**

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro  
rinna.lopes@professor.unifametro.edu.br

### **Natalia Aguiar Moraes Vitoriano**

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro  
natalia.vitoriano@professor.unifametro.edu.br

**Área Temática:** Promoção, prevenção e reabilitação em fisioterapia

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XII Encontro de Iniciação à Pesquisa

**Introdução:** Durante o período gestacional, a mulher irá experimentar diversas alterações em seu corpo, que causará um impacto significativo na sua qualidade de vida. O aumento da pressão intra-abdominal, combinado com mudanças hormonais e o crescimento do útero, ocasiona uma série de sintomas desconfortáveis e disfuncionais, entre eles a lombalgia, edema, diástase, incontinência urinária e a crise hipertensiva. A fisioterapia em saúde da mulher é uma

especialidade dedicada aos cuidados da saúde da mulher e durante a gestação, parto e pós-parto tem como objetivo promover e manter a saúde física e emocional da gestante, oferecendo suporte preventivo e terapêutico para lidar com as alterações e desafios que surgem durante esse período. **Objetivo:** Identificar a atuação da fisioterapia preventiva em gestantes. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, realizada na base de dados eletrônica “*PubMed*” e diretório de revista “*SciELO*”, utilizando para a busca os descritores: “*Primary Prevention*”, “*Physical Therapy*” e “*Pregnant Women*”, com busca de artigos em língua inglesa e portuguesa e publicados no período de 2014 a 2024. Foram incluídos casos clínicos, ensaios randomizados, e pesquisas com caso-controle. Foram excluídos artigos de revisão, artigos duplicados e aqueles em que as gestantes iniciaram a fisioterapia pélvica após o período gestacional. No primeiro levantamento, foram obtidos 193 artigos. Com base na leitura dos resumos foram selecionados 7 artigos para produção desse trabalho com gestantes entre o 2º e 3º trimestre da gravidez. **Resultados e Discussão:** Na avaliação da diástase nas puérperas que realizaram exercícios de fortalecimento do músculo reto abdominal, houve uma redução de medida significativa da separação desses músculos em relação ao grupo de controle, mostrando-se muito eficaz na prevenção da diástase do músculo reto abdominal e da importância do fisioterapeuta na prescrição dos exercícios no período gestacional. Já no ensaio clínico randomizado que avaliou a eficácia da drenagem linfática manual versus massagem perineal em mulheres secundigestas com edema gestacional, o tratamento drenagem linfática manual (MDL) reduziu a intensidade da dor em relação à massagem perineal em mulheres secundigestas com edema gestacional de 25 semanas de gestação até o final do puerpério. No estudo da adesão da gestante ao exercício físico para a prevenção e/ou controle do risco da síndrome hipertensiva foi constatada uma redução gradual da pressão arterial média (PAM) nas gestantes após o programa de caminhada. Ao comparar a PAM antes e depois das caminhadas, quase todas as gestantes, com exceção de uma, apresentaram uma média de PAM mais baixa. Ao fim do estudo, os níveis de PAM estavam menores do que os observados no início do programa. Durante o estudo foi constatada uma redução gradual da pressão arterial média nas gestantes após o programa de caminhada. Ao comparar a PAM antes e depois das caminhadas, quase todas as gestantes, com exceção de uma, apresentaram uma média de PAM mais baixa. Ao fim do estudo, os níveis de PAM estavam menores do que os observados no início do programa. No estudo que avaliava os benefícios dos exercícios de baixo impacto e treinamento muscular do assoalho pélvico no período pré-natal para diminuir o impacto da incontinência urinária pós-natal, foi observado que o número de mulheres acometidas por sintomas de

incontinência urinária foi menor nas mulheres que fizeram parte do grupo de treinamento em relação ao grupo de controle. **Considerações finais:** Conclui-se que a atuação da fisioterapia aliado ao acompanhamento oportuno beneficiou as gestantes que participaram do grupo de experimento, trazendo melhor qualidade de vida e saúde adequada, principalmente nesse momento que é de suma importância para a vida tanto da gestante quanto do feto.

**Palavras-chave:** Prevenção; Fisioterapia na saúde da mulher; gestantes.

DE ALVARENGA, E. C.; CAVALCANTE FERREIRA, L. A Intervenção Fisioterapêutica Na Prevenção Da Diástase Do Músculo Reto Abdominal Em Gestantes. **Revista Brasileira de Saúde Funcional**, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 18, 2014. DOI: 10.25194/rebrasf.v2i1.463. Disponível em: <https://adventista.emnuvens.com.br/RBSF/article/view/463>. Acesso em: 26 ago. 2024.

DE LA CUERVA-REGUERA M. et al. Eficácia da drenagem linfática manual versus massagem perineal em mulheres secundigestas com edema gestacional: um ensaio clínico randomizado. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7949280/> . Acesso em 29 ago. 2024.

FISIOTERAPIA NA SAÚDE DA MULHER. Disponível em: <https://www.crefito15.org.br/fisioterapia-na-saude-da-mulher/>. Acesso em: 27 ago. 2024.

KEIL, M. J. et al. Fisioterapia em obstetrícia pelos olhos das gestantes: um estudo qualitativo. **Fisioterapia em Movimento**, v. 35, n. spe, p. e356017, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fm/a/F5tvzzNfPc9rsnvB5QD96gm/?lang=pt#>. Acesso : 25 de ago. 2024

MARTINS, A. B. T. et al. Adesão da gestante ao exercício físico para a prevenção e/ou controle do risco da síndrome hipertensiva. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, [S. l.], v. 29, p. 25–35, 2017. DOI: 10.5020/18061230.2016.sup.p25. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/6383>. Acesso em: 27 ago. 2024.

PRATES, N. C. et al. Benefícios da fisioterapia na incontinência urinária durante a gestação. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, [S. l.], v. 5, n. 1, 2023. Disponível em: <https://revista.unipacto.com.br/index.php/multidisciplinar/article/view/1042>. Acesso em: 27 ago. 2024.

SAMPAIO MICHELOWSKI, A. C.; SIMÃO, L. R.; MELO, E. A. A eficácia da cinesioterapia na redução da diástase do músculo reto abdominal em puérperas de um hospital público em Feira de Santana - BA. **Revista Brasileira de Saúde Funcional**, [S. l.], v. 2, n. 2, p. 5, 2014. DOI: 10.25194/rebrasf.v2i2.469. Disponível em: <https://adventista.emnuvens.com.br/RBSF/article/view/469>. Acesso em: 26 ago. 2024.