A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA PÉLVICA PARA A SAÚDE DA GESTANTE

Autor(res)

Cláudia Mara Miranda Russi
Tatiane Vieira Ferreira

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Introdução

A fisioterapia pélvica atua na estrutura dos músculos do assoalho pélvico (MAP), esta área da fisioterapia é muito importante para a saúde da gestante, pois contribui na manutenção, melhora ou restauro da funcionalidade da MAP e dos órgãos associados a esta região. A gestação é um período de mudanças na vida da mulher, nesta fase, o corpo passa por alterações físicas e fisiológicas. As mudanças na pelve, podem causar muitos problemas, com maior mobilidade e MAP enfraquecida os casos de dor lombar são mais recorrentes, assim como as alterações no sistema urinário que podem levar a desconfortos físico e sociais, nos casos de incontinência. As alterações hormonais podem prejudicar o sistema musculoesquelético promovendo instabilidade articular global, além de outras desordens emocionais. Sendo a gestação uma fase complexa, com muitas mudanças, este artigo, busca identificar qual é a relevância da fisioterapia pélvica, nesta fase importante e de grandes alterações na vida da mulher.

Objetivo

O objetivo deste estudo demonstrar quais são os benefícios da fisioterapia pélvica para a mulher, durante o período gestacional, através de revisão de literatura.

Material e Métodos

A pesquisa foi realizada através de revisão bibliográfica, onde foram referenciadas as questões pertinentes para o seu desenvolvimento. Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (PubMed) e Para a elaboração deste artigo, foram selecionados trabalhos publicados entre os anos de 2017 e 2023, delimitando-se a pesquisa as publicações mais recentes. Os artigos que não abordavam de forma significativa as questões pertinentes ao tema do trabalho foram descartados. Os descritores utilizados para pesquisa foram: “Assoalho Pélvico”. “Fisioterapia na gravidez”. “Gravidez”. “Pelve”.

Resultados e Discussão

Foram pesquisados 16 artigos com os descritores buscados, sendo 05 destes trabalhos científicos selecionados, pois abordavam sobre os benefícios da fisioterapia pélvica na gestação. A fisioterapia proporciona para a gestante maior qualidade de vida no período gestacional, realizando não apenas atividades que melhoraram a estrutura corporal, mas também a orientação das alterações fisiológicas sofridas neste período. Preparando ainda a mulher

para o parto e diminuindo as dificuldades neste período. A incontinência urinária de esforço (IUE), é um dos principais problemas das gestantes, devido ao aumento da pressão sobre a MAP. A fisioterapia com tratamentos específicos ajudam a fortalecer a MAP, diminuindo as ocorrências de IUE. A fisioterapia pélvica ajuda também a promover a saúde da mulher na gravidez, orientando sobre as mudanças da MAP, tratando as possíveis disfunções dessa região e ainda ajudando nos quadros de algias lombares ocasionadas pelas mudanças do corpo durante a gestação.

Conclusão

A fisioterapia pélvica é uma área da fisioterapia que possui muitos benefícios para a saúde da mulher gestante, preparando-a para o processo de parto, combatendo quadros álgicos, fortalecendo a MAP, diminuindo a incidência de quadros de IUE e outras disfunções relacionadas a pelve, além de orientar a gestante aos cuidados no ciclo seguinte com o nascimento do bebê.

Referências

BARBOSA, I. R., FREITAS, F. G. B. DE, A Fisioterapia Pélvica Como Prevenção De Lesões Perineais Em Parto Vaginal: Uma Revisão Bibliográfica. Rev. Diálogos Em Saúde. P. 181, v. 5, n.1, Jan/Jun. de 2022.

COSTA, Christiane Kelen Lucena da. Estudo de técnicas de quantificação e eficácia de um programa de exercícios na funcionalidade do assoalho pélvico e impacto sobre a função sexual feminina. 2017. 111f. Centro de Ciências da Saúde, UFRGN, Natal, 2017.

PERUZZI, Jacyara; BATISTA, Patricia Andrade. Fisioterapia nas disfunções do assoalho pélvico e na sexualidade durante o período gestacional. Fisioterapia Brasil, v. 19, ed. 2, p. 177-182, 2018.

RODRIGUES, Josilene Paiva Cirino et al. Práticas integrativas em saúde no período gestacional. Brazilian Journal of Health Review, v. 1, n. 2, p. 268-274, 2018.

STRUTZ, Kátia Regina et al. Conhecimento de gestantes sobre a fisioterapia pélvica. Revista Interdisciplinar de Promoção da Saúde, v. 2, n. 4, p. 179-184, 2019.