

ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA PÉLVICA NA GESTAÇÃO E NO PARTO

Ileana Lopes Prado¹, Mayara Santos Dantas², Carla Pequeno da Silva³,
Monik Maria De Jesus Araújo⁴

Resumo: O presente estudo tem o objetivo de identificar e apresentar os benefícios da fisioterapia no período da gestação e parto. Neste período, a mulher percorre por uma série de mudanças, dentre elas, estão alterações posturais, hormonais, vasculares, cardíacas, respiratórias e diástase abdominal. Através de um estudo integrativo, este trabalho apresenta os benefícios da fisioterapia durante o curso gestacional e parto. A estratégia de busca deste estudo se deu através de trabalhos publicados nas bases de dados PubMed, Lilacs, Scielo e Google Acadêmico, considerando artigos disponíveis até o dia 20 de maio de 2024. Através da leitura desses trabalhos, conclui-se que os pesquisadores da área defendem o acompanhamento fisioterapêutico durante a gestação e o parto.

Palavras-chave: fisioterapia pélvica; gestação; parto.

PELVIC PHYSIOTHERAPEUTIC ASSISTANCE DURING PREGNANCY AND CHILDBIRTH

Abstract: The present study aims to identify and present the benefits of physical therapy in the period of pregnancy and childbirth. During this period, women go through a series of changes, among them are postural, hormonal, vascular, cardiac, respiratory and diastasis abdominal changes. Through an integrative study, this study presents the benefits of physical therapy during the gestational course and childbirth. The search strategy of this study was based on studies published in the PubMed, Lilacs, Scielo, and

1 Bacharela do Curso de Fisioterapia da Faculdade Maurício de Nassau de Vitória da Conquista – BA.

2 Bacharela do Curso de Fisioterapia da Faculdade Maurício de Nassau de Vitória da Conquista – BA.

3 Coorientadora, Fisioterapeuta e Mestra em Saúde Pública – Universidade Federal do Ceará em Química – UFC.

4 Orientadora, Fisioterapeuta - Faculdade Independente do Nordeste – FAINOR

Google Scholar databases, considering articles available until May 20, 2024. By reading these studies, it is concluded that researchers in the area defend physical therapy follow-up during pregnancy and childbirth.

Keywords: pelvic physiotherapy; pregnancy; childbirth.

1 INTRODUÇÃO

A gestação é um período de muitas mudanças, o que leva o organismo materno à adaptar-se para gerar e receber uma nova vida. Dentre tantas mudanças neste período estão alterações no padrão respiratório, alterações cardíacas, vasculares, hormonais, posturais e a diástase abdominal (Pereira *et al.*, 2017).

A especialidade em saúde da mulher foi reconhecida em 18 de agosto de 2011, pela Resolução do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (Coffito) nº 401, que estabeleceu a importância (da ampla atuação fisioterapêutica) durante todas as fases do ciclo feminino. Esse profissional tem um papel fundamental no curso gestacional, contribuindo para o bem estar da gestante e para o êxito do parto (Brasil, 2011).

Neste período a gestante passa por algumas alterações que são responsáveis pelas adaptações do corpo em sua nova condição. Estas mudanças por exemplo contam com exercícios respiratórios que auxiliam nas disfunções causadas pela compressão do diafragma de acordo com a distensão abdominal durante a gestação e também no relaxamento. A fisioterapia obstétrica auxilia com exercício respiratório diafragmático, inspiração fracionada e respiração freno-labial (Bavaresco *et al.*, 2011).

Estes exercícios auxiliam tanto durante a gestação quanto no parto. Durante a gestação também ocorrem algumas alterações posturais, que acabam implicando na instabilidade articular, como, por exemplo, o aumento da curvatura lombar, rotação interna dos membros superiores (MMSS), anterversão da pelve e diástase abdominal. Assim, para melhorar as alterações posturais durante a gestação, são indicadas atividades como: exercícios para relaxamento, exercícios físicos regularmente, alongamento, treinos de equilíbrio e marcha (Silva *et al.*, 2023).

Dentre as alterações hormonais durante a gestação, destaca-se a relaxina que é um hormônio que causa maior flexibilidade nas articulações e ligamentos, principalmente na pelve e sínfise púbica, permitindo que os ossos pélvicos se expandam mais facilmente durante o trabalho de parto (Burg, 2016).

O tratamento e o acompanhamento fisioterapêutico durante o período gestacional e parto tem como o objetivo, além de prevenir lesões; alterações posturais, consiste em melhorar o padrão respiratório e ajudar no controle da dor e manter essa mulher ativa (Kisner *et al.*, 2005).

O suporte oferecido pela fisioterapia obstétrica auxilia durante a gestação nas mudanças comuns deste período, ajudando na correção de suas disfunções

posturais, aumento exagerado da diástase abdominal, no fortalecimento e relaxamento da musculatura do assoalho pélvico (MAP) com o auxílio da massagem perineal como conduta (Bavaresco *et al.*, 2011).

No momento do parto, as contribuições deste profissional compreendem na condução da gestante com exercícios de respiração, massagem na região lombar, torácica, cervical e em todo o corpo, que aliviam a dor durante o trabalho de parto (Peruzzi *et al.*, 2018).

Sobretudo, a fisioterapia pélvica contribui no auxílio da mobilidade pélvica e no relaxamento da MAP, com uso de técnicas, por exemplo, exercícios com a ajuda da bola suíça, posicionamento com uso da bola feijão, uso da termoterapia (aspersão e/ou banho de emersão) com o objetivo de ajudar na descida fetal e no processo de expulsão do parto vaginal, e consequentemente, reduzir as chances de lesões perineais durante o parto (Peruzzi *et al.*, 2018). Portanto, o profissional de fisioterapia obstétrica, auxilia não apenas no conforto e acolhimento da gestante durante a gestação, mas também durante o parto.

A proposta da fisioterapia pélvica é oferecer a melhor funcionalidade e qualidade de vida no curso gestacional, através de educação em saúde, do planejamento e da execução de programas de exercícios e técnicas com as gestantes. Essas estratégias servem como recursos de analgesia, orientações posturais, respiratórias e adaptações funcionais, técnicas de relaxamento, alongamento, fortalecimento dos MAPs, de membros superiores e membros inferiores (MMSS e MMII), e proporcionando a competência para manter a funcionalidade abdominal (Peruzzi *et al.*, 2008).

Tendo apresentado o objetivo e os benefícios da fisioterapia pélvica, o estudo pretende reforçar o reconhecimento desta especialidade, bem como a necessidade de aprofundamento sobre as técnicas desenvolvidas pelo profissional e do acesso desse acompanhamento voltado para a população.

Durante a gestação e/ou parto a mulher pode desenvolver algumas disfunções, por exemplo, prolapso genital que consiste na descida do útero para a vagina, gera uma série de sintomas e desconfortos à gestante, entre outros problemas que ela pode vir apresentar, são: incontinência fecal e/ou urinária, disfunção sexual, constipação e flacidez na região vaginal (Marinho *et al.*, 2022).

Borba *et al.* (2021) lembra que “A intervenção fisioterapêutica na assistência obstétrica, valoriza a autonomia da mulher no processo de trabalho de parto, por meio do uso ativo do corpo e de métodos não farmacológicos para alívio da dor”.

Ao elencar todos os impactos da gestação e do parto, entende-se a importância e necessidade de uma abordagem individualizada e cada vez mais humana, sensível e específica para cada mulher. O nascimento de uma vida é norteador de muitos sentimentos, expectativas sociais e emocionais, e deve receber um acompanhamento planejado e organizado à condição de cada gestante (Borba *et al.*, 2021).

2 MÉTODOS

O presente estudo refere-se a uma revisão integrativa. A estratégia utilizada neste estudo compreendeu a efetivação de buscas integrativas na literatura, a partir das bases de dados PubMed, Scielo, Lilacs e Google Acadêmico. As buscas foram realizadas por artigos disponíveis até o dia 20 de maio de 2024. Não foram utilizados filtros por desenho de estudo, tamanho da amostra ou por data, pois a pesquisa pretendeu realizar uma revisão até a citada data.

Durante a revisão integrativa, foram utilizadas palavras incluídas nos recursos dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Termos Livres que não foram encontrados no DeCS (padronizar as palavras chaves). Foram inseridas algumas variações, as quais resultaram na seguinte combinação: “Parto” OR “Birty” OR “Gestação” OR “Gestation” OR “Fisioterapia Pélvica” OR “pelvic physiotherapy”. Tais combinações e variações dos descritores foram utilizadas como forma de ampliar as possibilidades de encontrar resultados significativos referentes ao tema. Os descritores foram escritos na língua Portuguesa e Inglesa para ampliar o potencial de busca das publicações.

Durante a revisão integrativa, foram considerados elegíveis os estudos 1) realizados em mulheres em idade fértil; 2) que abordam assistência da fisioterapia pélvica na gestação e no parto; 3) publicados nos idiomas português e inglês; 4) disponíveis através de texto completo. Não foram incluídas teses, dissertações e monografias.

Os artigos foram baixados em todas as bases de dados escolhidas através do navegador Google Chrome. Para verificar e identificar duplicidade os artigos foram adicionados no software Mendley Desktop (é um software gratuito que ajuda na gestão de referências e arquivos eletrônicos, como PDF para trabalhos acadêmicos. Para alterar o idioma do Mendley para português, os arquivos que continham as referências extraídas das bases de dados foram selecionados pelas autoras desta revisão de forma individual e, ao final, houve a comparação dos resultados, inicialmente com base na leitura do título, e, em seguida, a leitura dos resumos.

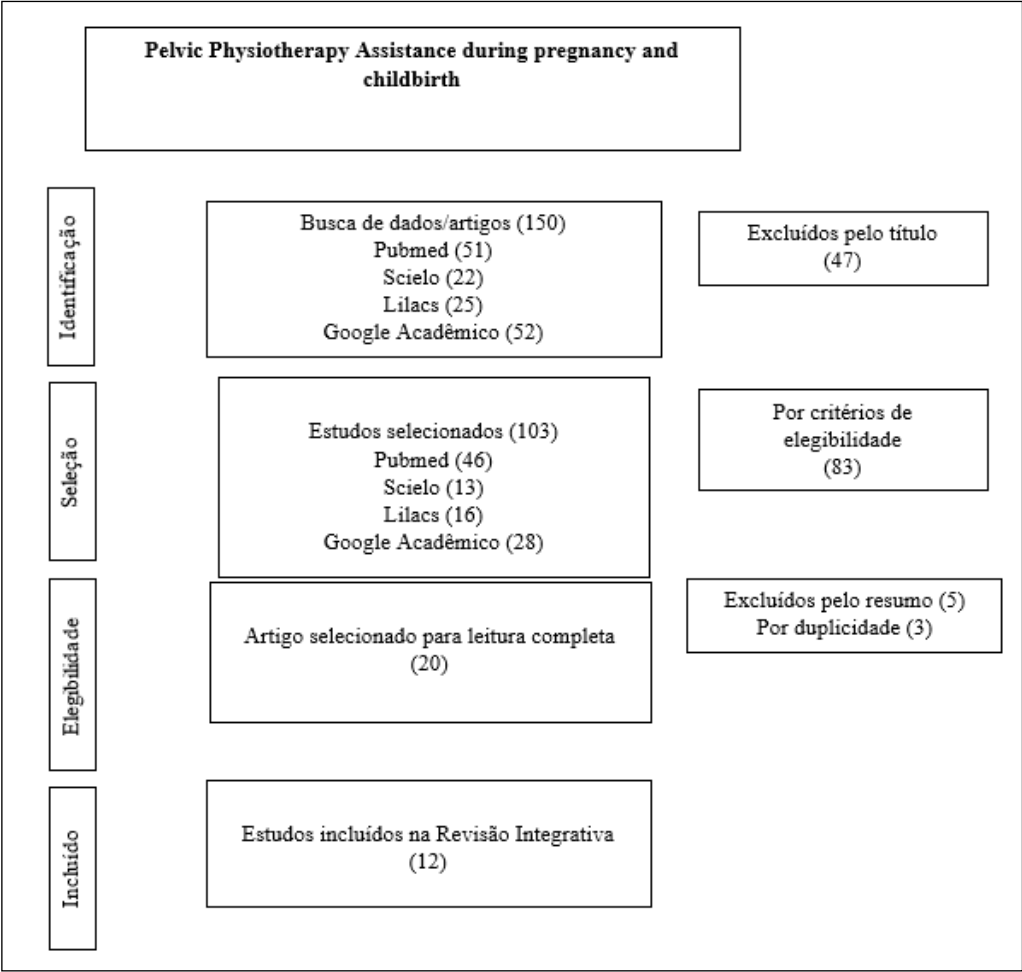
A partir dos resumos selecionados, os artigos completos foram revisados. Os dados de artigos incluídos foram extraídos de forma independente, utilizando um formulário padrão. Após a extração, os dados foram comparados e discutidos para que fossem aplicados os critérios de elegibilidade predefinidos para a inclusão e a exclusão dos estudos.

Após o cumprimento das etapas anteriores, os revisores realizaram a extração dos seguintes dados: autoria; ano de publicação; características das amostras; sobre o benefício da fisioterapia pélvica em gestantes e, no parto, os desfechos de cada estudo.

3 RESULTADOS

Após as buscas realizadas conforme os descritores mencionados em tópico anterior, foram encontrados 150 artigos, sendo 52 no *Google Acadêmico*, 22 na *Scielo*, 25 na *Lilacs* e 51 na *PubMed*. Segundo os critérios de elegibilidade para inclusão e exclusão dos estudos, apenas 12 foram incluídos nesta revisão. A seleção e aplicação dos critérios de elegibilidade podem ser observados por meio do fluxograma do modelo Prisma na Figura 1.

Figura 1: Fluxograma baseado no modelo PRISMA com os resultados da seleção dos artigos



No Quadro 1 estão as características mais relevantes dos artigos incluídos na revisão integrativa. A maioria dos estudos são descritivos e exploratórios, e fizeram uso de questionários quantitativos com o uso da escala de EVA para avaliar a percepção da dor por mulheres em trabalho de parto.

Quadro 1: Principais características dos estudos selecionados

Autor/ano	Bavaresco <i>et al.</i> , 2011	Borba <i>et al.</i> , 2021	Borges, 2020
Título	O fisioterapeuta como profissional de suporte à parturiente.	Assistência fisioterapêutica no trabalho de parto.	Conhecimento médico sobre os benefícios da fisioterapia no período gestacional.
Desenho de estudo/data de coleta	2011	2020	2016
Objetivos	Analisar o que se tem produzido sobre a fisioterapia como medida de redução da dor no parto.	Verificar a percepção da puérpera frente à assistência fisioterapêutica recebida durante o trabalho de parto.	Analisar o conhecimento dos médicos das unidades básicas de saúde e dos ginecologistas e obstetras da cidade de Coromandel – MG sobre a atuação da fisioterapia na ginecologia e obstetria.
Método	Pesquisa bibliográfica; Através de pesquisa de artigos dos últimos 05 anos (2002-2007) na Biblioteca Virtual em Saúde (BIREME) que reúne bancos de dados on-line como a SciELO (Scientific Eletronic Library On Line), Lilacs (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e Medline (National Library of Medicine). Foram utilizados também materiais bibliográficos encontrados no acervo das autoras e nas bibliotecas do centro de Educação Física, Fisioterapia e Desportos do Estado de Santa Catarina - CEFID - UDESC, Biblioteca da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC, Biblioteca do Hospital Universitário - HU - UFSC e Sistema de Bibliotecas da Unicamp.	Trata-se de uma pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória. Os dados foram coletados através de questionário semiestruturado para a caracterização do perfil e entrevista aberta, com perguntas relacionadas à assistência fisioterapêutica e ao parto. Para a análise dos dados, utilizou-se da análise de conteúdo de Bardin.	Descritivo, quanti-qualitativo, aplicação de questionário aberto
Resultados e conclusões	Através da pesquisa bibliográfica realizada concluiu-se que a TENS para analgesia ainda aparece com resultados inconclusivos. Todavia, todos os outros recursos aparecem na literatura como vantajosos e que devem ser estimulados durante o período de dilatação e expulsão. O fisioterapeuta mostrou-se útil no acompanhamento da mulher durante o processo parturitivo, ajudando na redução da percepção dolorosa e na diminuição do tempo de trabalho de parto.	Pode-se concluir que na percepção das puérperas, a assistência fisioterapêutica tem um papel importante para a redução do quadro algico e ansiedade, pois contribui para o suporte emocional, além de promover o relaxamento.	Evidenciou-se a necessidade de mais esclarecimentos sobre o tema para a população e para os profissionais envolvidos, já que a Fisioterapia promove benefícios no desenvolvimento de ações em prol da saúde da mulher e do bebê, uma vez que ele dispõe de conhecimentos e habilidades durante os processos.

Autor/ano	Castro <i>et al.</i>, 2012	Pereira <i>et al.</i>, s/d	Peruzzi <i>et al.</i>, 2008
Título	Abordagem fisioterapêutica no pré-parto: proposta de protocolo e avaliação da dor.	A assistência fisioterapêutica prestada as gestantes durante o pré-natal: uma revisão de literatura.	Técnicas que serão aplicadas na preparação para o parto.
Desenho de estudo/data de coleta	2012	2017	2008
Objetivos	Avaliar os efeitos da abordagem fisioterapêutica no pré-parto e propor um protocolo de intervenção baseado na escala visual analógica (EVA) de dor.	Pesquisar, na literatura, a importância da assistência fisioterapêutica prestada às gestantes durante o pré-natal.	O objetivo do estudo foi ratificar a eficácia dos recursos da fisioterapia para diminuição da dor durante o trabalho de parto normal, e salientar a importância de um fisioterapeuta previamente qualificado no auxílio à diminuição da dor à mãe durante o parto.
Método	Dez parturientes, na primeira fase do trabalho de parto, foram questionadas quanto à dor através da EVA e, com base nas respostas, foi proposto um protocolo, EVA 1-3: cinesioterapia, técnicas respiratórias, relaxamento e estímulo à deambulação; EVA 4-7: massoterapia, técnicas respiratórias, relaxamento e estímulo à deambulação; EVA 8-10: técnicas respiratórias, relaxamento e eletroestimulação nervosa transcutânea. Após as intervenções, as voluntárias foram questionadas novamente através da EVA. Os dados da EVA pré- e pós-intervenção foram submetidos ao teste t pareado, atingindo valor médio de 8,8 pré-intervenção e 8,2 pós-intervenção, sem diferença estatística.	Foram pesquisados artigos publicados no período de 2007 a 2017 nas bases de dados Scielo e Lilacs.	Trata-se de uma revisão literária realizada através de pesquisa utilizando as fontes bibliográficas, SciELO, LILACS.
Resultados e conclusões	Os resultados obtidos por meio da análise quantitativa de dor demonstraram que não houve aumento da mesma até uma hora após a intervenção, fato considerado positivo, uma vez que em função da crescente dilatação é esperado um aumento da dor. O protocolo fisioterapêutico proposto mostrou ser de fácil aplicabilidade, podendo auxiliar o fisioterapeuta na escolha da conduta mais adequada à realidade da sala de pré-parto. A abordagem fisioterapêutica no pré-parto parece interferir positivamente sobre a dor e o desconforto materno no grupo estudado.	A pesquisa resultou em 28 artigos, 6 livros, onde apenas 12 analisando a assistência fisioterapêutica prestada às gestantes durante o pré-natal. Desta forma é possível durante o pré-natal reduzir a prevalência das disfunções do assoalho pélvico, dores lombares, minimizar o impacto negativo na qualidade de vida dessas mulheres e o custo financeiros com a saúde.	As técnicas fisioterápicas e o IVIPP mostraram-se eficazes, nesse estudo, na promoção da redução da dor durante o trabalho de parto normal e de um bem-estar para o binômio mãe-filho.

Autor/ano	Keil <i>et al.</i>, 2022	Marinho <i>et al.</i>, 2022	Santos <i>et al.</i>, 2020
Título	Fisioterapia em obstetrícia pelos olhos das gestantes: um estudo qualitativo	Importância e eficácia da Fisioterapia Pélvica na preparação para o parto natural;	Intervenção fisioterapêutica em gestantes;
Desenho de estudo/data de coleta	2018	2022	2019
Objetivos	Analisar a percepção das gestantes sobre a atuação do fisioterapeuta.	Mostrar a importância da fisioterapia pélvica na preparação para o parto natural, explicando a sua capacidade em melhorar desconfortos causados durante a gestação e os principais recursos utilizados.	O objetivo principal da pesquisa é investigar os efeitos da fisioterapia multidisciplinar na qualidade de vida de pacientes com dor lombar crônica.
Método	Trata-se de um estudo com abordagem qualitativa, realizado no centro Materno Infantil, em Capanema, PR, configurado na forma de entrevista semiestruturada. Utilizou-se análise de conteúdo por meio do método de Bardin para categorizar os eixos temáticos.	Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, sendo a busca nas bases de dados: SCIELO, Google Acadêmico, LILACS e BVS, por meio dos descritores "Fisioterapia pélvica", "gestação", "saúde da mulher" e "parto natural" e operador booleano "AND" entre os descritores para o rastreamento dos artigos. Ficaram compreendidos no presente estudo como critérios de inclusão: ser documento do tipo artigo científico disponibilizado na íntegra, textos completos e de forma online, disponíveis de forma gratuita nos idiomas português e inglês, estudos publicados no período compreendido entre os anos de 2017 a 2022, adequado ao tema de interesse e de acesso gratuito com base na temática abordada.	Trata-se de uma revisão bibliográfica de literatura, que se constitui de caráter amplo, para o desenvolvimento da pesquisa e melhor compreensão do tema, esta revisão foi conduzida por meio de uma busca seletiva de dados avançada, realizada em 20 de março de 2019 nas bases de dados SCIELO, GOOGLE ACADÊMICO e PUBMED com os seguintes descritores: Qualidade de Vida, Gestação e Fisioterapia.
Resultados e conclusões	Foram incluídas sete gestantes com idade entre 18 e 24 anos (57%), 23-32 semanas de gestação (42%), multigestas (71%), com ensino médio (42%) e renda de 1 a 3 salários mínimos (86%). Verificou-se que o contato com a fisioterapia é somente imaginável, porque nenhuma das participantes do estudo acessou esse desdobramento das políticas de saúde da mulher gestante. As gestantes afirmaram que o profissional de fisioterapia atua promovendo a diminuição da dor durante o trabalho de parto, porém não possuem conhecimento sobre como o fisioterapeuta atua no puerpério. Conclui-se que é necessário ampliar a informação sobre a atuação do fisioterapeuta durante o pré-natal, parto e pós-parto.	Conforme as pesquisas realizadas nos bancos de dados, citados anteriormente, e utilizando os seguintes descritores: fisioterapia pélvica, saúde da mulher, gestação e parto natural e suas combinações utilizando o operador booleano AND, encontrou-se um total de 661 artigos. Inicialmente foram descartados 603 artigos após análises de títulos e resumos. Dos 45 estudos selecionados, foram incluídos 5 artigos para a elaboração dos resultados, que contemplaram os critérios de inclusão e exclusão.	Pode-se concluir que o fisioterapeuta, em seu trabalho com gestantes, tem como importância promover uma melhor postura antes e após a gestação, aumentar a percepção da mecânica corporal correta.

Autor/ano	Sigurdardottir <i>et al.</i>, 2011	Śnieżek <i>et al.</i>, 2021	Silva <i>et al.</i>, 2023
Título	Função muscular do assoalho pélvico antes e depois do primeiro parto.	Fisioterapia segundo o conceito BeBo como profilaxia e tratamento da incontinência urinária em mulheres após parto natural	Benefício da Fisioterapia pélvica na assistência a mulheres durante o pré-parto e pós-parto
Desenho de estudo/data de coleta	2011	Coleta realizada em 6 semanas em 2021	2022
Objetivos	Analisar a redução da força da MAP no parto;	Avaliar os efeitos de um curso de fisioterapia de 6 semanas de acordo com o Conceito BeBo na melhora da força e resistência muscular perineal, bem como da continência urinária em mulheres após o primeiro parto vaginal.	Analisar a eficácia e os benefícios da fisioterapia pélvica na assistência a mulheres gestantes durante o pré-parto e no período pós-parto.
Método	Estudo observacional prospectivo de medidas repetidas. Trinta e seis mulheres completaram o estudo. A função da MAP foi medida como pressão de contração vaginal. O teste t pareado foi usado para comparar a função da MAP antes e depois do primeiro parto para todas as participantes como um grupo. A ANOVA unidirecional foi usada para comparar as mudanças entre diferentes modos de parto.	O estudo foi conduzido em um grupo de 56 mulheres que foram aleatoriamente designadas para o grupo de exercícios (n = 30) ou controle (n = 26). O grupo de exercícios participou de um programa de fisioterapia de 6 semanas de acordo com o BeBo Concept.	A revisão bibliográfica baseou-se em uma ampla pesquisa em bases de dados científicas, incluindo PubMed, Scopus e Google Scholar, utilizando palavras-chave como “fisioterapia pélvica”, “pré-parto”, “pós-parto”, “mulheres” e “benefícios”. Foram selecionados artigos científicos, revisões sistemáticas e meta-análises publicados em periódicos especializados e reconhecidos, a fim de garantir a qualidade e relevância dos dados analisados. Os estudos incluídos na análise foram submetidos a uma avaliação crítica, considerando sua metodologia, tamanho da amostra, intervenções realizadas e resultados obtidos.
Resultados e conclusões	Foi encontrada uma redução significativa na força da MAP (p < 0,0001) e na resistência (p < 0,0001) para todas as participantes após o primeiro parto. A redução na força foi de 20,1 hPa (IC: 16,2; 24,1), 31,4 hPa (IC: 7,4; 55,2) e 5,2 hPa (IC: -6,6; 17,0) nos grupos de cesárea vaginal normal, vaginal instrumental e aguda, respectivamente. A diferença foi significativa entre o parto vaginal normal e cesárea aguda (p = 0,028) e o parto vaginal instrumental e cesárea aguda (p = 0,003). A força da PFM é significativamente reduzida após o parto vaginal, tanto normal quanto instrumental, 6 a 12 semanas pós-parto. A cesárea aguda resultou em redução significativamente menor da força muscular.	Em todas as mulheres após o parto natural, independentemente do tratamento, observou-se que os parâmetros medidos melhoraram, mas a melhora foi ligeiramente mais explícita naquelas que participaram do grupo de exercícios Bebo Concept (por exemplo, grupo de exercícios ICIQ-SF p = 0,001, grupo controle p = 0,035). Devido ao seu impacto positivo no assoalho pélvico, este programa de exercícios deve ser recomendado para mulheres após o parto natural.	A revisão bibliográfica revelou que a fisioterapia pélvica apresenta inúmeros benefícios na assistência a mulheres durante o pré-parto e pós-parto. Durante o pré-parto, a aplicação de exercícios específicos e técnicas de fortalecimento muscular contribui para uma melhor preparação da região pélvica e lombar, resultando em menor incidência de dores e desconfortos durante a gravidez. Globalmente, os resultados alcançados apontam que a fisioterapia pélvica é uma intervenção terapêutica efetiva na assistência a mulheres durante o pré-parto e pós-parto, proporcionando benefícios significativos para a saúde e bem-estar materno. No entanto, é fundamental que essa prática seja realizada por profissionais especializados e capacitados, garantindo assim a segurança e eficácia dos tratamentos personalizados.

Fonte: Autores da pesquisa, 2024.

4 DISCUSSÃO

Feito a leitura dos trabalhos listados no Quadro 1, observou-se que todos eles defendem a eficiência da assistência fisioterapêutica no trabalho de parto. Conforme as pesquisas, o acompanhamento do profissional de fisioterapia durante o processo parturitivo colabora com a diminuição da dor e até mesmo a redução de tempo do trabalho de parto.

Ao se tratar de um momento delicado e de grande ansiedade para a gestante, a assistência fisioterapêutica atua como uma importante ferramenta de suporte emocional. O relaxamento promovido pelas técnicas fisioterapêuticas promove saúde e bem estar à mãe e ao bebê, e podem ser aplicadas facilmente por um profissional qualificado.

As pesquisas listadas demonstraram que, em muitos os casos, no Sistema Público de Saúde – SUS, as gestantes não tem um conhecimento claro sobre a função do fisioterapeuta no trabalho de parto, e, portanto, reforçam a necessidade de acesso e ampliação à informação das puérperas sobre a assistência fisioterapêutica durante o pré-natal, parto e pós-parto.

Observa-se, que outros profissionais envolvidos no processo de trabalho de parto, também possuem um conhecimento limitado. Esse dado demonstra a importância dessas práticas serem realizadas por profissionais especializados e capacitados, garantindo a segurança da gestante e da parturiente (Borges, 2020).

Sigurdarttir (2011) contribui com dados que demonstram o quão a gravidez e o parto normal podem afetar a força e a resistência dos músculos do assoalho pélvico. O estudo destacou-se que mulheres que receberam tratamento fisioterapêutico ao longo da gestação, tiveram uma recuperação melhor após o parto.

O estudo de Castro *et al.* (2012) observou que não houve aumento da dor até uma hora após a intervenção fisioterapêutica, o que é muito positivo, tendo em vista que, em função da crescente dilatação espera-se um aumento da dor lombar. Neste estudo, a avaliação da dor foi realizada através da EVA (Escala Visual Analógica), antes e depois da intervenção fisioterapêutica. As voluntárias foram submetidas à um protocolo de tratamento, considerando neste, os relatos dados por cada uma delas, durante os 50 minutos de intervenção.

Dentre tantos dados positivos quanto à intervenção fisioterapêutica na evolução da gestação e do parto, publicados nos estudos mencionados, pode-se afirmar que a atuação do profissional de fisioterapia é um grande aliado na prevenção e recuperação, saúde e bem estar materno.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos demonstraram importantes contribuições da fisioterapia obstétrica no cuidado das gestantes e da parturiente, bem como, na redução das transformações causadas naturalmente pela gestação.

Os benefícios da fisioterapia pélvica, vão além das técnicas de fortalecimento, respiração e relaxamento, que demonstraram eficácia na redução da dor, ansiedade e da fadiga durante o trabalho de parto vaginal, mas, também ajuda no equilíbrio corporal, emocional, na qualidade de vida e conexão entre mãe e bebê, tornando uma experiência gestacional mais leve e satisfatória.

Este estudo conclui a necessidade de mais aprofundamento científico sobre o tema, de modo a disseminar a importância da fisioterapia pélvica no decorrer da gestação e no parto, e de como os conhecimentos nessa área podem contribuir com a saúde feminina.

REFERÊNCIAS

BAVARESCO, Gabriela Zanella; SOUZA, Renata Stefânia Olah de; ALMEICA, Berta; SABATINO, José Hugo; DIAS, Mirella. O fisioterapeuta como profissional de suporte à parturiente. **Ciência e Saúde Coletiva**, 2011, 16(7): 3259-3266. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000800025>>. Acesso em: 29 maio 2024.

BORBA, Eliza Orsolin; AMARANTE, Michael Vieira do; LISBOA, Déboa D'Agostini Jorge. Assistência fisioterapêutica no trabalho de parto. **Fisioter Pesqui.**, 2021, 28(3): 324-330. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/fp/a/pWvNrWw9mSnLQ8Wsgsd7zGR/>>. Acesso em: 29 maio 2024.

BORGES, É. J. Soares *et al.* Conhecimento médico sobre os benefícios da fisioterapia no período gestacional. **Revista Saúde, Educação e Meio Ambiente**, v.1, n. 7, p. 187-204, 2020.

BRASIL. Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional. **Resolução nº 401 de 18 de agosto de 2011**. Dispõe sobre a especialidade profissional de Fisioterapia na Saúde da Mulher e dá outras providências. Brasília/DF: Coffito, 2014. Disponível em: <<https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3164#more-3164>>. Acesso em: 29 maio 2024.

BURG, J. L. **Os benefícios do Pilates na gestação**. Faculdade de Educação e Meio Ambiente. 2016.

CASTRO, Amanda de Souza; DE CASTRO, Ana Carolina; MENDONÇA, Adriana Clemente. Abordagem fisioterapêutica no pré-parto: proposta de protocolo e avaliação da dor. **Fisioter Pesqui.**, 2012, 19(3):210-214. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/fp/a/LN8XCkRgXwqsyVjQ7fRjKRv/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 29 maio 2024.

KEIL, Marina Joice; DELGADO, Alexandre Magno; XAVIER, Mikaela Aparecida de Oliveira; NASCIMENTO, Cassiane Merigo. Fisioterapia em obstetrícia pelos olhos das gestantes: um estudo qualitativo. **Fisioter. Mov.**, 2022, v. 35. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/fm/a/F5tvzzNfPc9rsnvB5QD96gm/?lang=pt>>. Acesso em: 29 maio 2024.

MARINHO, Mariana Macedo Ribeiro; ANDRADE, Gabriela Melo de. A importância da Fisioterapia Pélvica na preparação para o parto natural: uma revisão integrativa. **Revista diálogos em Saúde**, 2022, 5(1): 253. Disponível em: <<https://periodicos.iesp.edu.br/dialogosemsaude/article/view/539#:~:text=A%20fisioterapia%20p%C3%A9lvica%20auxilia%20mulheres,facilitando%20o%20processo%20de%20recupera%C3%A7%C3%A3o.>>. Acesso em: 29 maio 2024.

Organização Mundial da Saúde (OMS). **Recomendações da OMS sobre cuidados pré-natais para uma experiência positiva na gravidez**. Disponível em: <https://www.abenforj.com.br/site/arquivos/manuais/289_Prenatal__WHO-RHR-16.12.pdf>. Acesso em: 29 maio 2024.

PEREIRA, J. Leandro; SILVA, S. Gabriela Ferreira; SILVA, C. Karina Bezerra. **A assistência fisioterapêutica prestada as gestantes durante o pré-natal: uma revisão de literatura**. Caruaru/PE, s/d. Disponível em: <<https://www.semanticscholar.org/paper/A-assist%C3%Aancia-fisioterap%C3%Aautica-prestada-as-durante-Leandro/9f8b7047ed754d358586ce7e79eac141dea6090b>>. Acesso em: 29 maio 2024.

PERUZZI, Batista; MAZZALI, L.; GONÇALVES, R. Nascimento. Análise do tratamento fisioterapêutico na diminuição da dor durante o trabalho de parto normal. **Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde**, 2008, 12(1): 7-17. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26012806002>>. Acesso em: 29 maio 2024.

SANTOS, L. Moreira dos; MIRANDA, J. V. Tavares. Intervenção fisioterapêutica na qualidade de vida no período gestacional. **GEPNEWS**, 2020, 2 (2): 208-219. Maceió/AL. Disponível em: <<https://www.seer.ufal.br/index.php/gepnews/article/view/12294/8855>>. Acesso em: 29 maio 2024.

SIGURDARDOTTIR T., STEINGRIMSDOTTIR T., ARNASON A., BØK. Função muscular do assoalho pélvico antes e depois do primeiro parto. **Int Urogynecol J**. 2011, 22(12):1497-503.

SILVA, Marina Rodrigues da; FARIAS, Ruth Raquel Soares de. Benefício da Fisioterapia pélvica na assistência a mulheres durante o pré-parto e pós-parto. **Revista Fit**, 2023, v. 26. Disponível em: <<https://revistaft.com.br/beneficio-da-fisioterapia-pelvica-na-assistencia-a-mulheres-durante-o-pre-parto-e-pos-parto/>>. Acesso em: 29 maio 2024.

ŚNIEŻEK A, CZECHOWSKA D, CURYŁO M, GŁODZIK J, SZYMANOWSKI P, ROJEK A, MARCHEWKA A. **Fisioterapia segundo o conceito BeBo como profilaxia e tratamento da incontinência urinária em mulheres após parto natural**. v. 11, n. 1, set., 2021.