

A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA PÉLVICA EM GESTANTES PARA OTIMIZAR O PARTO VAGINAL E REDUZIR O NÚMERO DE CESÁREAS

THE IMPORTANCE OF PELVIC PHYSIOTHERAPY FOR PREGNANT WOMEN TO OPTIMIZE VAGINAL DELIVERY AND REDUCE THE NUMBER OF CESAREAN

Andressa Micaele Oliveira Vieira¹, Ramon dos Santos Andrade¹, Roberta Sousa Carvalho²

1 Alunos do Curso de Fisioterapia

2 Professora Especialista do Curso de Fisioterapia

RESUMO

Introdução: O fisioterapeuta atuante em obstetrícia é uma área da fisioterapia responsável por acompanhar a parturiente em todo período gestacional, preparando a gestante para o parto, com mais segurança e com menos intercorrências, orientando sobre as vantagens do parto vaginal para reduzir cesáreas desnecessárias. Os recursos utilizados irão contribuir para uma gestação e parto mais saudável. **Objetivo:** Evidenciar a importância da fisioterapia para mulheres com desejo do parto vaginal reduzindo assim o índice de cesáreas desnecessárias, demonstrar os exercícios propostos pelo fisioterapeuta para o auxílio do parto vaginal e conscientizar as mulheres sobre os riscos do parto cesárea. **Métodos:** O método utilizado para a construção desse artigo foi a revisão literária, utilizando as bases como Google acadêmico e Scielo, com o recorte temporal de 2016 a 2023. **Resultado:** Após observar os artigos incluídos na revisão, os resultados dos estudos das técnicas se mostram eficazes para as parturientes, principalmente as que desejam e optam pelo parto vaginal. **Conclusão:** Ao decorrer do artigo foi analisado a relevância do acompanhamento do fisioterapeuta pélvico durante todo período gestacional, bem como a conscientização dessas gestantes sobre os privilégios do parto normal e os riscos do parto cesárea. Durante esse processo, são realizadas técnicas e exercícios para ajudar a expulsão do bebê e diminuir intercorrências que aparecer durante esse período, portanto, a fisioterapia é primordial, principalmente por apresentar grande valia para a diminuição da percepção dolorosa. **Palavras-Chave:** Fisioterapia Obstétrica; Parto Vaginal; Parto Cesárea

Introduction: The physiotherapist working in obstetrics is a specific area of physiotherapy responsible for accompanying the parturient throughout the gestational period, preparing the pregnant woman for childbirth, more safely and with fewer complications, advising on the advantages of vaginal delivery to reduce unnecessary caesarean sections. The resources used will contribute to a healthier pregnancy and childbirth. **Objective:** To highlight the importance of physiotherapy for women who wish to have a vaginal birth, thus reducing the rate of unnecessary caesarean sections, to demonstrate the exercises proposed by the physiotherapist to help with vaginal birth and to make women aware of the risks of caesarean section. **Methods:** The method used to construct this article was a literature review, using databases such as Google Scholar and Scielo, with a time frame from 2016 to 2023. **Result:** After observing the articles included in the review, the results of the studies of the techniques prove to be effective for parturients, especially those who wish and opt for vaginal delivery. **Conclusion:** The article analyzed the importance of monitoring the pelvic physiotherapist throughout the gestational period, as well as making pregnant women aware of the privileges of normal delivery and the risks of cesarian delivery. During this process, techniques and exercises are performed to help expel the baby and reduce any complications that may arise during this period. Therefore, physiotherapy is essential, mainly because it is very valuable in reducing the perception of pain. **Keywords:** Obstetric Physiotherapy; Vaginal Delivery; Cesarean Delivery

Contato: andressa.vieira@sounidesc.com.br, ramon.andrade@sounidesc.com.br, roberta.carvalho@unidesc.edu.br

INTRODUÇÃO

O fisioterapeuta pélvico especialista em obstetrícia refere-se ao profissional responsável por atuar no atendimento das mulheres durante toda fase gestacional, esse atendimento será realizado em todo ciclo puerperal, tendo como objetivos melhorar o dia a dia da mulher durante todo ciclo gravídico, proporcionando uma parturição facilitada (ANDRADE, 2021).

É notório que o fisioterapeuta pélvico é o profissional mais indicado para acompanhar e orientar a parturiente em todo processo gestacional, por possuir conhecimento amplo atuante nas mudanças fisiológicas e patológicas em todas as fases gestacionais, tornando-se extremamente importante todo esse suporte para a genitora (TAVARES et al., 2022).

Esse profissional com técnicas específicas da fisioterapia obstétrica irá traçar uma conduta minuciosa e individualizada para atuar no processo de prevenção de algias, complicações, desconfortos e disfunções musculoesqueléticas e uroginecológicas. Esse trabalho será feito através de exercícios próprios da fisioterapia a qual podemos que irão desde exercícios íntimos, orientações sobre postura e percepção corporal. Essa abordagem acontecerá em toda fase gestacional tendo como proposta fisioterapêutica técnicas específicas na qual podemos citar exercícios de alongamento, conscientização corporal, fortalecimento da musculatura da pelve, exercícios perineais, exercícios físicos, respiratórios, dentre outros. Essa participação do fisioterapeuta pélvico será realizada com todo apoio, conhecimento, cuidado e suporte, proporcionando assim por meio dessa relação fisioterapeuta/parturiente conforto, segurança e melhora do condicionamento físico, visando todo o preparo para que ocorra a diminuição de intercorrências que poderão aparecer durante a fase gestacional e parto. (MARINHO et al., 2022).

Vale ressaltar que infelizmente com o decorrer dos anos houve um aumento significativo dos partos cesáreos, onde antigamente eram indicados apenas em casos de riscos para a parturiente e o bebê. Mesmo com vários estudos evidenciando as vantagens do parto vaginal, hoje em dia, a grande maioria das mulheres prefere optar pela intervenção cirúrgica, por medo da dor, insegurança, vontade que o bebê nasça em uma data específica, vaidade, receio de ficar com alguma lesão ou frouxidão vaginal ou ainda orientação médica desvantajosa (VICENTE et al., 2017).

Por isso, torna-se importantíssimo o acompanhamento de um profissional especializado para estar presente na gestação, conscientizando e orientando essa mulher sobre a importância e as vantagens do parto vaginal, deixando-as cientes dos riscos que o parto cesáreo pode trazer para a vida de ambos (MARINHO et al., 2022). Quais os riscos a cesárea pode proporcionar para a mãe e o bebê e como o fisioterapeuta pélvico pode evitar tais riscos?

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A estratégia metodológica escolhida para este estudo foi uma revisão literária, com a finalidade de construir uma argumentação baseada em conceitos consagrados pela literatura na área da saúde, de forma a apresentar ao leitor um panorama amplo do tema proposto, embasada em livros, documentos acadêmicos (monografias, dissertações, teses e artigos científicos).

Na busca foram selecionados artigos publicados entre 2016 a 2023, sendo incluídos estudos pertinentes ao tema e publicados no idioma português. Como critério de exclusão foi estabelecido as bibliografias que não possuísem relação com o tema proposto.

Os dados obtidos para o referencial teórico irão servir de base para análise comparativa, que irá comparar e diferenciar os procedimentos utilizados no parto vaginal com o parto cesáreo e os resultados respectivos. Neste sentido, para melhor didática argumentativa a comparação dos tipos de partos será apresentada em forma de tabela para a melhor visualização e entendimento aos leitores.

Após selecionar todo o material, foi realizada uma releitura crítica das fontes para o estudo a fim de formar pontos de vista acerca dos mesmos, selecionando e realizando uma análise consensual dos diversos autores. As conclusões serão apresentadas em um capítulo de encerramento, considerações finais.

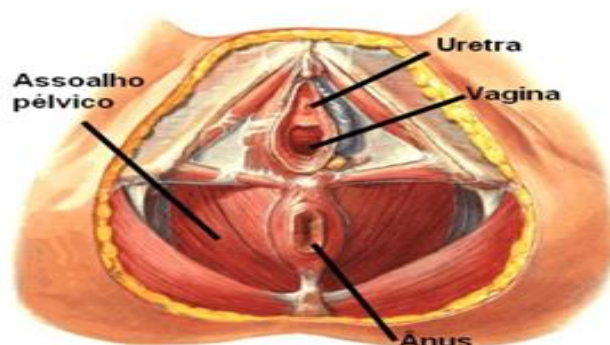
FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

ANATOMIA PÉLVICA

O assoalho pélvico feminino é composto por músculos, ligamentos e fáscias, na gestação exerce como principal função o suporte para o bebê, onde irão assegurar as vísceras pélvicas, ministrando uma ação esfinteriana para os órgãos pélvicos, como a uretra, reto e vagina, consentindo a passagem de um feto

(TAVARES, 2023).

Figura 1 - Músculos da pelve feminina



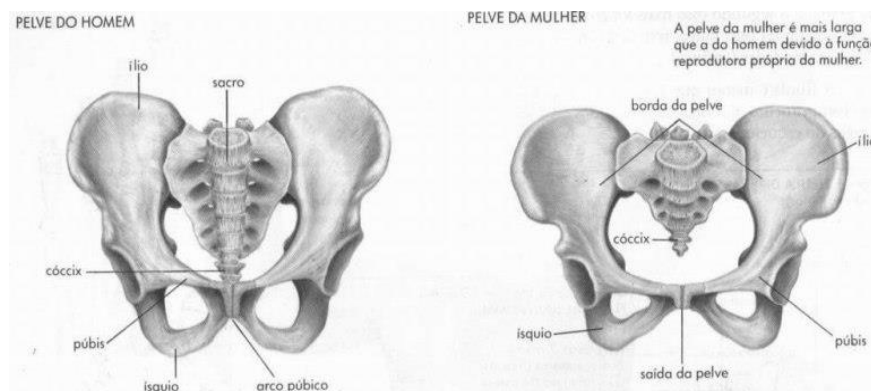
Fonte: <<https://unifisiofisioterapia.com.br/fisio-uroginec/>>.

No decorrer do parto vaginal o assoalho pélvico passa por mudanças importantes para que o feto consiga passar pelo canal vaginal. As lesões obstétricas perineais mais comuns ocorrem quando os tecidos moles (pele, fáscia, músculos, mucosa) não alcançam uma distensibilidade que possibilita a passagem do feto sem causar danos (FREITAS et al., 2019).

Durante o nascimento do bebê, é imprescindível que os ossos da pelve se locomovam para ampliar o canal ósseo, permitindo assim, a passagem do feto. Os movimentos ósseos ocorrem por meio das articulações sacro-ilíacas, cujo movimento seja móvel o suficiente para uma abertura eficiente, desta forma, o assoalho pélvico deve estar maleável, onde permita a passagem do bebê sem que haja rupturas teciduais (MARINHO et al., 2022).

Na pelve feminina, a abertura superior e inferior é mais larga, conforme mostrado na figura 2, onde irá facilitar o encaixe e a passagem do feto, com isso, propicia um enfraquecimento da musculatura pélvica, podendo desencadear rupturas, prolapsos, incontinência urinária e/ou fecal (MARINHO et al., 2022).

Figura 2 - Pelve



Fonte: <<https://radiologiapatologicablog.wordpress.com/2017/01/26/diferenca-da-pelve-feminina-e-masculina>>.

Ao decorrer da vida, as mulheres experimentam diversas fases, onde possuem mudanças físicas, hormonais e psicológicas, como também, a descoberta e modificações do próprio corpo, desenvolvimento sexual, e a gravidez, onde é processo capaz de modificar todo o corpo e sistemas dessa mulher. As gestantes têm demonstrado amplo interesse por essa área e pela preparação com o fisioterapeuta obstétrico para um parto normal, para entenderem que esse tipo de parto é capaz de respeitar o processo emocional e fisiológico da parturiente, tornando assim esse momento mais facilitado. Dessa forma, é imprescindível que exija todo o cuidado especial preservando a saúde, bem-estar e privacidade da genitora, pois durante este período, o corpo da parturiente passa por uma preparação, envolvendo ajuste nos sistemas, sensibilidade e apresenta uma série de desconfortos, onde é necessário adaptação e transformações para atender essa nova fase (MARINHO et al., 2022).

PARTO VAGINAL

É de grande relevância que o parto seja entendido como um processo natural, onde o feto é expulso através de contrações do útero da gestante. A dor relatada nesse momento é através dos aspectos fisiológicos, psicológicos, culturais e sociais, deixando a experiência mais complexa e subjetiva. Esse tipo de trabalho é definida pelas alterações mecânicas e hormonais, aonde irão levar a contração uterina (BARBOSA et al., 2022).

O significado do parto vaginal é atribuído àquele que ocorra naturalmente como um fenômeno natural, sendo por isso considerado também como parto natural. Para que este fenômeno possa ser considerado como parto natural, ele

tem que ser realizado de modo que intercorrências ou procedimentos desnecessários ou medicamentosos não ocorram ao longo do parto, e também pós-parto, mantendo sempre atenção frequente para segurança e respeito aos direitos tanto da parturiente como de seu filho visando ao bem-estar (VICENTE et al., 2017).

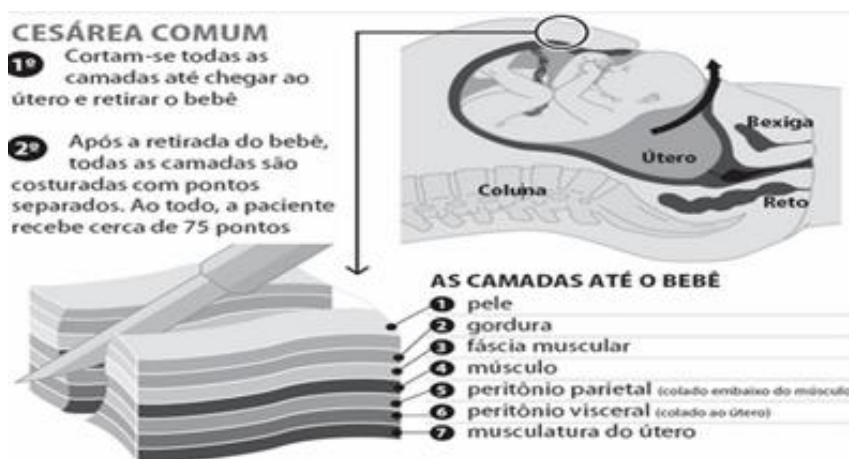
Segundo Grazineu, *et al* (2018), o parto vaginal trás inúmeros benefícios, tanto para a parturiente, quanto para o bebê, tendo em vista que o organismo feminino foi preparado fisiologicamente para o processo da gestação e parto. Evidencia-se a recuperação mais rápida e imediata nopós parto, bem como a realização das atividades da vida diária, favorece o contato entre mãe e bebê, contribui para a melhora da respiração do bebê e a estabilização cardíaca, além disso, o parto vaginal proporciona um menor risco de infecção, visto que não é um procedimento cirúrgico e devido aos mecanismos fisiológicos disponibilizados pelo processo de parturição. Já segundo Sanches *et al* (2021), relatam que pela recuperação ser mais rápida, a parturiente já consegue atender as demandas do bebê sem muita dificuldade, além disso, a amamentação do recém-nascido torna-se mais facilitada.

PARTO CESÁREO

A cesárea é essencialmente descrita como um procedimento cirúrgico que visa a remoção do feto por uma incisão abdominal e da parede uterina (ROSA, 2021).

Esse tipo de parto foi desenvolvido com o objetivo de salvar a vida da parturiente e/ou do bebê em casos onde apresentassem risco de vida e possíveis complicações na parturição e por ser um procedimento cirúrgico, a cesárea apresenta maiores riscos quando associada a um parto vaginal (SILVA, 2020).

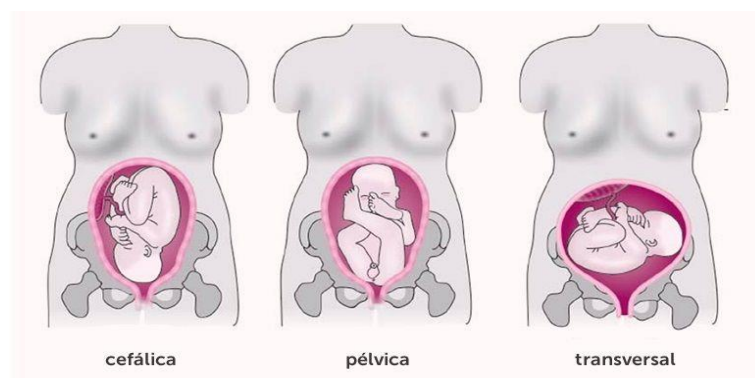
Figura 3 - Realização do parto cesárea



Fonte: <<https://brasil.babycenter.com/thread/67603>>.

Sendo assim, a cesárea torna-se indicada para gestantes em casos onde o feto se apresenta em posição transversa, sofrimento fetal (podendo ser agudo ou crônico), inserção baixa ou deslocamento de placenta, desproporção cefalopélvica, prolapso de cordão, herpes genital ativa, apresentação fetal anômala e parturientes que são portadoras do vírus da imunodeficiência adquirida-HIV (ROSA, 2021).

Figura 4 - Posicionamento fetal



Fonte: <Posição Fetal e Apresentação Fetal: um guia para grávidas (vilamaterna.com)>.

Vicente, *et al* (2017), enfatiza que o procedimento cirúrgico quando realizada sem a devida indicação, estão sujeitas a maiores riscos, tanto para a saúde materna, como para o feto, podendo ocorrer o aumento dos riscos de intercorrências. Para a parturiente pode haver casos de hemorragias, embolia pulmonar, complicações anestésicas, infecções puerperais e morte materna, já para o bebê, pode ocorrer problemas respiratórios, anóxia, prematuridade iatrogênica, icterícia fisiológica e a mortalidade neonatal.

PARTO HUMANIZADO

Conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS), 2000, a humanização do parto se refere a condutas nas quais evitam procedimentos desnecessários e de risco, promovendo um parto saudável respeitando todo o processo natural (MORAIS et al., 2019). Esse tipo de parto tem como foco proporcionar um conforto, satisfação, bem estar e autonomia para a parturiente, independente se o parto será vaginal ou cesárea, onde visam atender a gestante respeitando suas necessidades e vontades (ROSA, 2021).

Sob essa concepção, e até mesmo como forma de reagir à violência obstétrica observada no atual contexto social, particularmente no transcurso do parto, surgiu a proposta de humanização para ajudar a parturiente, abrangendo os momentos do pré parto, parto e pós-parto. A expressão “humanização no parto” tem sido utilizada pelo Ministério da Saúde, desde o final dos anos 1990, para se referir a uma série de políticas públicas promovidas pela Organização Mundial de Saúde (VICENTE et al., 2017).

Figura 5 – Parto humanizado



Fonte: <<https://hospitalsantaclara.com.br/o-que-e-parto-humanizado-tire-suas-duvidas-aqui/>>.

Além disso, o SUS vem implementando algumas estratégias onde ofereça um serviço mais humanizado, tal como a Lei nº 11.108 de 2005, onde permite que a parturiente tenha o direito de ter um acompanhante durante todo o ciclo gestacional e no pós parto. Já o Projeto Parto Adequado, tem como propósito indicar modelos inovadores e viáveis para uma maior atenção para o nascimento do bebê,

valorizando assim o parto vaginal e reduzindo o percentual de cesarianas sem indicação médica e clínica (NUNES et al.,2020).

Tabela 01- Parto Vaginal x Parto Cesárea

	Parto Vaginal	Parto Cesárea
Dor no parto	Maior, porém é relativo para cada parturiente.	Menor, pois são aplicadas anestésias para controle da dor.
Dor pós parto	Rara.	Maior, principalmente na região dos pontos.
Infecção Puerperal	Rara, pois é um processo fisiológico natural.	Frequente, pois trata-se de um procedimento cirúrgico invasivo, podendo ter infecção no parto ou pós parto.
Complicações	Menos frequentes.	Mais frequentes, podem ocorrer infecções, hemorragias ou lesão em outros órgãos.
Recuperação	Rápida, visto que não é um procedimento cirúrgico.	Lenta, pois a dor dificulta uma recuperação imediata.
Vínculo mãe/bebê	Maior, pois após o parto a mãe já consegue atender as demandas do recém-nascido.	Menor, pois como a recuperação é lenta, o contato é menor, pois a parturiente necessita de ajuda de terceiros.
Amamentação	Favorece, pois o organismo facilita o processo da descida do leite.	Desfavorece, pois a parturiente precisa de cuidados imediato pós parto, dificultando a amamentação na primeira hora de vida do bebê.
		Baixo, porém maior que o

Risco de Morte	Baixo, pois há menores chances de complicações.	vaginal.
----------------	---	----------

Fonte: Elaborada pelos autores com base em SILVA, 2020; SILVEIRA, 2020.

A RELEVÂNCIA DO PROFISSIONAL FISIOTERAPEUTA NO PRÉ E PARTO VAGINAL

O fisioterapeuta pélvico atuante em obstetrícia é o profissional responsável para ajudar a parturiente, orientando sobre as modificações fisiológicas do corpo humano e realizando todo um preparativo para o momento exato do parto, independente da via de parto escolhida pela paciente. Essa abordagem será capaz de minimizar os impactos que essas mudanças podem desencadear na vida dessa gestante, melhorando a condição de vida em todo processo gestacional, promovendo conforto, momento exato do parto sem intercorrências e menor índice de dor (ANDRADE, 2021).

O fisioterapeuta pélvico torna-se um profissional de suma importância, pois irá orientar a gestante em todo período, além de aplicar técnicas não farmacológicas, proporcionando um momento mais gracioso, reduzindo desconfortos, aumentando assim sua segurança e tranquilidade, fazendo com que a parturiente se sinta a grande protagonista desse momento (PROCOPIO, 2022).

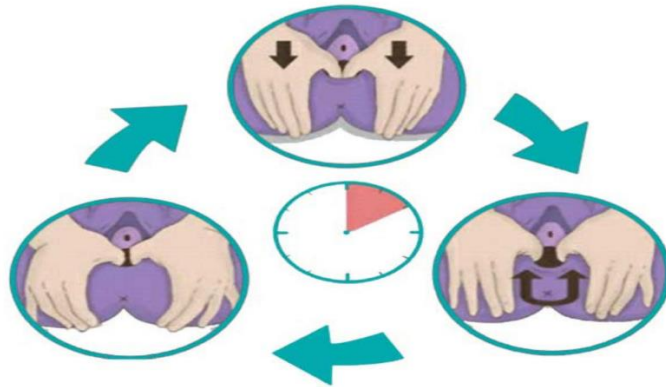
O fisioterapeuta pélvico possui domínio em técnicas com objetivo de prevenir as disfunções musculoesqueléticas e uroginecológicas, desconfortos e complicações que possam aparecer durante essa fase e proporcionar para a gestante uma gravidez e parto saudável (ANDRADE, 2021). A atuação deste profissional é indispensável durante o pré, parto e puerpério, pois essa especialidade será capaz de traçar exercícios que ajudarão que essas parturientes retornem suas atividades de vida de diária mais rápida (TAVARES, 2022).

O acompanhamento desse profissional nessa fase é imprescindível, pois utilizam técnicas que visam a redução do tempo do parto, consequentemente a dor, contribuindo com um relaxamento para minimizar a utilização de medicamentos e auxiliando para uma diminuição dos índices de cesáreas (FIAMETTI, 2016).

- **MASSAGEM PERINEAL**

Teixeira, *et al* (2022), enfatiza que essa técnica tem como finalidade massagear a musculatura vaginal tornando o períneo mais flexível sendo capaz de facilitar a passagem do bebê durante o momento do expulsivo sem causar grandes danos a essa região.

Figura 6– Massagem perineal

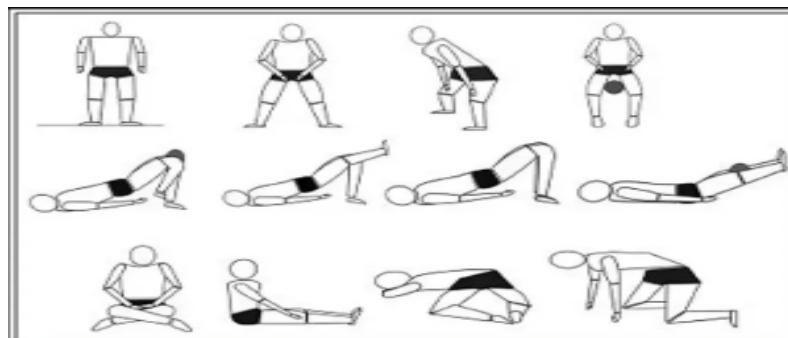


Fonte: <<https://www.plantaomaterno.com.br/single-post/2017/03/06/dicas-de-m%C3%A3e-para-uma-massagem-perineal>>.

- **KEGEL**

Outra técnica muito utilizada são os exercícios de Kegel e se baseiam na contração e relaxamento dos músculos pubococcígeos, responsáveis por sustentar a bexiga, devendo ser realizado ao menos 3 vezes ao dia, durante várias semanas, alternando as posições (SILVEIRA; CABRAL, 2021).

Figura 7 – Realização de Kegel



Fonte: <<https://tantrayogalab.com/relacionamento/incontinencia-urinaria-como-o-pompoarismo-pode-ajudar/>>.

- **EPI-NO**

O Epi-no é um balão inflável ligado a um manômetro através de um tubo de borracha, possui por objetivo avaliar e treinar a extensibilidade do períneo das gestantes. É inserido na vagina na parte distal, enchendo o mesmo de ar, aumentando assim a extensibilidade da musculatura, é indicado que a paciente realize uma certa força para expulsar o aparelho ainda insuflado, favorecendo assim a fase expulsiva no momento do parto (BARBOSA et al., 2022).

Figura 8 – Aparelho EPI-NO



Fonte: <Fisioterapeuta Obstetra e Doula Fabrina: Epi-No (fafisioudoula.blogspot.com)>.

O assoalho pélvico da gestante precisa ser treinado e preparado para a hora do parto, com isso, é recomendado o uso de Epi-no a partir da 34ª semana ou até antes da 37ª semana, favorecendo o alongamento da região pélvica para a passagem do feto, evitando lacerações, reduzindo gravidades e a incidência da episiotomia e mantendo a integridade do períneo (ANDRADE, 2021).

Figura 09 – Realização do EPI-NO



Fonte: <Epi-no: Dispositivo que prepara para o parto normal - Mamãe & Cia (mamaeicia.com.br)>.

- **PILATES**

O pilates é um recurso terapêutico muito indicado e realizado pelas gestantes, pois são exercícios que evitam rigidez, lesão e tensão muscular, sendo realizados por meio de movimentos contínuos e com muita concentração para a realização. Esses exercícios trabalham a flexibilidade, bem como a força e o alongamento, melhorando o condicionamento físico, aliviando dores e prevenindo lesões (ANDRADE, 2021).

Figura 10 – Pilates



Fonte: (ANDRADE, 2021)

- **ESTIMULAÇÃO ELÉTRICA NERVOSA TRANSCUTÂNEA (TENS)**

O TENS é um recurso fisioterapêutico indicado para as gestantes pois tem como foco reduzir a sensação dolorosa, pois proporciona uma analgesia local, melhorando o fluxo sanguíneo, promovendo um relaxamento muscular e facilitando a drenagem de fluidos, reduz o uso de medicamentos, promove o retorno as atividades diárias, é indicado apenas quando a gestante já está em trabalho de parto, pois induz o trabalho de parto (ROSA, 2021).

Figura 11 – TENS



Fonte: <Uso do TENS para alívio da dor do parto - Instituto Villamil>.

- **CINESIOTERAPIA**

A cinesioterapia é indicado na gestação pois são exercícios de flexibilidade, alongamento e fortalecimento que ajudam a paciente a controlar os músculos da pelve, deixando a mesma saudável e fortalecida, ocasionando uma redução de lesão na musculatura pélvica e uma melhor execução na hora do parto (ANDRADE, 2021).

Figura 12 - Cinesioterapia



Fonte: <<https://www.suellenfeitosa.com.br/fisioterapia-para-gestantes/>>.

- **EXERCÍCIOS PARA MOBILIDADE PÉLVICA**

A movimentação da parturiente durante todo período gestacional é de suma importância. É necessário desenvolver movimentos da mobilidade da pelve, como caminhar, dançar e até mesmo realizar exercícios simples na bola suíça, esses movimentos favorecem a parturição, bem como promove uma excelente atividade uterina, pois aumentando a mobilidade do quadril irá reduzir o desconforto da musculatura pélvica (PROCÓPIO, 2022).

Figura 13 – Mobilidade na gestante



Fonte: <<https://www.estadao.com.br/emails/bem-estar/fisioterapia-pelvica-para-gestantes-tambem-ajuda-no-pos-parto/>>.

Tabela 02 - Benefícios do Parto Vaginal

Benefícios do Parto Vaginal	Evidência
Mais saudável para parturiente e bebê	Essa via de parto é mais saudável, visto que o corpo feminino é preparado fisiologicamente para a parturição (GAZINEU et al., 2018).
Rápida recuperação para a parturiente	A recuperação é mais rápida, pois esse tipo de parto é mais simples e tranquilo, garantindo a independência da parturiente (GOMES et al., 2017).
Melhor adaptação respiratória para o bebê	Favorece a respiração do bebê, pois quando o mesmo passa pelo canal vaginal da parturiente, o tórax sofre uma compressão expulsando o líquido amniótico dos pulmões (PROCOPIO, 2022).
Aleitamento materno facilitado	A amamentação é facilitada visto que esse tipo de parto estimula a excreta de leite, liberação de ocitocina e o vínculo afetivo entre ambos (VIEIRA, et al., 2019).
	Neste tipo de parto, há diminuição dos

Riscos reduzidos para parturiente e bebê	riscos de infecções, visto que na cesárea o risco é 3 vezes mais elevada do que parturientes que são submetidas ao parto vaginal (GOMES et al., 2017).
Maior vínculo mãe e bebê	Nesse processo de parto, o recém nascido fica mais aquecido, perdendo menos energia, e auxilia na frequência respiratória e cardíaca do feto (GAZINEU et al., 2018).

Fonte: (GAZINEU et al., 2018; GOMES et al., 2017; PROCOPIO, 2022; VIEIRA, et al., 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi constatado que durante o ciclo gestacional o corpo da parturiente passa por diversas alterações físicas, fisiológicas e anatômicas que irão interferir no dia a dia das gestantes. É muito comum que durante esse período surja medos, inseguranças e dúvidas, principalmente em relação ao tipo de parto que será realizado. Ao realizar as pesquisas, foi analisado que com o passar dos anos os casos de partos cesáreos aumentaram, visto que antigamente só eram indicados quando apresentasse riscos de vida para a mãe e/ou o bebê, porém hoje em dia ainda existem pacientes e médicos que optam por esse procedimento, mesmo quando não há indicação necessária para realizar tal ato.

Para a escolha do parto, deve-se enaltecer a opinião da parturiente e do médico obstetra, visto que ambos irão decidir o que será melhor em cada caso, podendo ser por via vaginal, onde ocorre como um fenômeno natural, já o parto cesáreo é um procedimento cirúrgico mais invasivo onde a remoção do bebê é feita através de cortes realizados no abdome e o parto humanizado pode ser tanto por via vaginal como a cesárea, onde irá ocorrer naturalmente, nas quais evitam procedimentos desnecessários e de risco.

É de extrema importância para essas gestantes ser acompanhado por um fisioterapeuta pélvico atuante em obstetrícia no pré parto, parto e puerpério, ou seja, durante todo período gestacional, pois irá influenciar positivamente na melhora da

condição de vida dessa gestante e diminuir suas queixas com um tratamento específico para prevenção, auxiliando e fazendo toda uma elaboração para o momento exato do parto.

O fisioterapeuta pélvico tem como finalidade auxiliar essa gestante, através de técnicas e exercícios específicos com o intuito fortalecer a musculatura do assoalho pélvico, visto que na gravidez a mulher sofre uma sobrecarga nessa musculatura devido ao aumento da pressão abdominal, reduzir dores e tempo do parto e minimizar intercorrências que podem aparecer durante este período.

É imprescindível a conscientização de todas as gestantes sobre as vantagens do parto vaginal e os riscos que o parto cesáreo apresenta, tanto para a mãe como para o bebê. Ter o acompanhamento do fisioterapeuta pélvico impacta positivamente nessa fase, pois essas gestantes terão toda uma preparação para minimizar os impactos que essas mudanças apresentam na vida e no dia a dia dessas pacientes. É possível notar que os estudos realizados mostram que o tratamento fisioterapêutico é de grande importância durante essa fase, sendo recomendado por médicos e fisioterapeutas como primeira opção na escolha de tratamento. Portanto, o fisioterapeuta pélvico atuante em obstetrícia é primordial para acompanhar a gestante em todo período gestacional, principalmente por apresentar grande valia para a diminuição da percepção dolorosa, tornando a parturição mais facilitada independente da via escolhida, porém sempre evidenciando o processo natural e fisiológico da mulher.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Ingrid Rodrigues; DE FREITAS, Fabiana Góes Barbosa. A FISIOTERAPIA PÉLVICA COMO PREVENÇÃO DE LESÕES PERINEAIS EM PARTO VAGINAL: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA. **Diálogos em Saúde**, v. 5, n. 1, 2022. Disponível em: <<https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogosemsaude/article/view/533>>. Acesso em: 20 de Maio de 2023.

DA SILVA, Ana Paula Souza. DA SILVA, Jaqueline Souza. A importância dos músculos do assoalho pélvico feminino, sob uma visão anatômica. **Fisioterapia Brasil**, v. 4, n. 3, p. 205-211, 2003. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-361932>>. Acesso em: 15 de Março de 2023.

DE ANDRADE, Débora Coelho. Importância do fortalecimento do assoalho pélvico em gestantes. 2021. **Anima Educação**. Disponível em: <<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/13856>>. Acesso em: 03 de Março de 2023.

DE OLIVEIRA, Juliano Gusmão et al. A ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NO PRÉ-PARTO, PARTO E PÓS-PARTO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. **Práticas e Cuidado: Revista de Saúde Coletiva**, v. 2, p. e10875-e10875, 2021. Disponível em: <<https://itacarezinho.uneb.br/index.php/saudecoletiva/article/view/10875>>. Acesso em: 25 de Maio de 2023.

DE OLIVEIRA MORAIS, Luma et al. O Parto Humanizado no contexto atual: Uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 37, p. e1375-e1375, 2019. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/1375>>. Acesso em: 12 de Abril de 2023.

DE SOUSA VIEIRA, Francilene et al. Influência do parto sobre o desmame no puerpério. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental**, p. 425-431, 2019. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-969626>>. Acesso em: 07 de Maio de 2023.

DE SOUZA, Simone Ribeiro; LEÃO, IzísMoara Moraes; ALMEIDA, Leandro Augusto. A gestante no pré-parto: a fisioterapia traz benefícios? **ScireSalutis**, v. 8, n. 2, p. 104-114, 2018. Disponível em: <<https://www.sustenere.co/index.php/sciresalutis/article/view/CBPC2236-9600.2018.002.0011>>. Acesso em: 25 de Maio de 2023.

DE JESUS TEIXEIRA, Dayane Maria et al. Massagem perineal como recurso fisioterapêutico para prevenção de laceração no parto vaginal: revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 9, p. e30911931791-e30911931791, 2022. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/31791/27168/360920>>. Acesso em: 01 de Novembro de 2023

DE VASCONCELOS, Joyce Ibiapina et al. Efeitos da acupuntura no trabalho de parto. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 4, p. e12354-e12354, 2023. Disponível em <<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/12354/7402>>. Acesso em: 01 de Junho de 2023.

DO NASCIMENTO MAIA, Maria Eduarda; DE FREITAS, Fabiana Góes Barbosa. Atuação do fisioterapeuta no trabalho de parto vaginal: Uma Revisão de Literatura. **Diálogos em Saúde**, v. 5, n. 1, 2022. Disponível em: <<https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogosemsaude/article/view/538/378>>. Acesso em: 22 de Abril de 2023.

DOS SANTOS SILVEIRA, Thalia; CABRAL, Fernando Duarte. BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DOS EXERCÍCIOS DE KEGEL APLICADA EM GESTANTES. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 12, p. 392-406, 2021. Disponível em: <<https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/3416>>. Acesso em: 29 de Abril de 2023.

FREITAS, Ingrid Pereira de; MATIAS, Renata Helena de Oliveira. Abordagem fisioterapêutica no preparo do assoalho pélvico para o parto natural. **RIUniceplac**. 2019. Disponível em: <<https://dspace.uniceplac.edu.br/handle/123456789/376>>. Acesso em: 18 de Março de 2023.

GAZINEU, Rebeca Cardoso et al. Benefícios do parto normal para a qualidade de vida do binômio mãe-filho. **Textura**, v. 12, n. 20, p. 121-129, 2018. Disponível em:

<<https://textura.famam.com.br/textura/article/view/287/255>>. Acesso em: 03 de Maio de 2023.

GOMES, Mirian Aparecida; ABI RACHED, ChennyferDobbins. Atuação da equipe de enfermagem no parto humanizado e seus benefícios diante o parto cesárea. **InternationalJournalof Health Management Review**, v. 3, n. 2, 2017. Disponível em: <<https://ijhmreview.emnuvens.com.br/ijhmreview/article/view/124>>. Acesso em: 16 de Agosto de 2023.

GUIMARÃES, Nara Moraes et al. Partos no sistema único de saúde (SUS) brasileiro: prevalência e perfil das parturientes. **BrazilianJournalofDevelopment**, v. 7, n. 2, p. 11942-11958, 2021. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/24110>>. Acesso em: 04 de Abril de 2023.

MANN, Luana et al. Dor lombo-pélvica e exercício físico durante a gestação. **Fisiotermov**, v. 21, n. 2, p. 99-105, 2008. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-528930>>. Acesso em: 22 de Abril de 2023.

MARINHO, Mariana Macedo Ribeiro; DE ANDRADE, Gabriela Melo. Importância da Fisioterapia pélvica na preparação para o parto natural: Uma Revisão Integrativa. **Diálogos em Saúde**, v. 5, n. 1, 2022. Disponível em: <<https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogosemsaude/article/download/539/379>>. Acesso em: 18 de Março de 2023.

NEUMAYR, Rafaela França Rocha. Relação entre adesão à massagem perineal e as disfunções do assoalho pélvico: um estudo exploratório. **Repositório UFMG**. 2013. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUOS-97GFHW/1/rafaela_disserta_ao.pdf> Acesso em: 24 de Abril de 2023.

NUNES, Morgana Natalia Batista de Miranda; MOREIRA, Andreza Lorrane Nunes; A importância da fisioterapia pélvica para a preparação do parto humanizado com

ênfase no parto vaginal. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, [S. l.], v. 2, n. 4, p. 152, 2021. Disponível em: <<https://editoraime.com.br/revistas/index.php/rem/article/view/2917>>. Acesso em: 02 de Maio de 2023.

PROCÓPIO, Simone Lima; SANTOS, Jéssica Castro dos. Atuação fisioterapêutica no parto normal. 2022. Disponível em: <<https://repositorio.unifaema.edu.br/handle/123456789/3207>>. Acesso em: 28 de Outubro de 2023.

ROSA, Lara Caroline Rodrigues. A fisioterapia no pós-parto cesariana e pós-parto vaginal: revisão de literatura. 2021. **Repositório Institucional**. Disponível em: <<http://104.207.146.252:8080/xmlui/handle/123456789/497>>. Acesso em: 07 de Abril de 2023.

SILVA, Nathalia Santos da. Mitos nas indicações de cesariana: a fala das mulheres e o papel da enfermagem. 2020. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/243108>>. Acesso em: 05 de Agosto de 2023.

SILVEIRA, Gabriella Tertuliano Veras da. Desconstrução da normalização do parto cesariano no Brasil. Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/15018>>. Acesso em: 17 de Setembro de 2023.

TAVARES, Stephanie Caroline; TEIXEIRA, Camilla Maria Prudêncio Pilla. Atuação da fisioterapia durante o trabalho de Parto Humanizado. **Revista Faculdades do Saber**, v. 8, n. 16, p. 1666-1676, 2023. Disponível em: <<https://rfs.emnuvens.com.br/rfs/article/view/205>>. Acesso em: 19 de Junho de 2023.

UNIFISIO. **Fisioterapia Uroginecológica** 2023. Disponível em: <<https://unifisiofisioterapia.com.br/fisio-uroginec/>>. Acesso em: 14 de Abril de 2023.

VICENTE, Albeniz Campos; LIMA, Ana Karla Bezerra da Silva; DE LIMA, Carlos Bezerra.

Parto Cesário e Parto Normal: Uma abordagem acerca de riscos e benefícios. **Temas em Saúde.** 2017. Disponível em: <<https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2018/01/17402.pdf>>. Acesso em: 23 de Março de 2023.