

A atuação da fisioterapia pélvica frente às disfunções apresentadas em gestantes e puérperas.

Natiellen de Oliveira Sgorlon¹, Joice Freitas Carvalho², Monika Mensch³

¹Acadêmica do 10º do Curso de Fisioterapia, Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná - UniSL, Ji-Paraná, RO, Brasil. Email: natysforlon@gmail.com

²Acadêmica do 10º do Curso de Fisioterapia, Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná - UniSL, Ji-Paraná, RO, Brasil. Email: joicef.carvalho1@gmail.com

³Docente do Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná-UniSL – Ji-Paraná, RO, Brasil. Fisioterapeuta especialista em Cardiorespiratória e mestranda pelo PPGRO Saúde Ulbra/RS Email: monika.mensch@saolucas.edu.br

1. Introdução

Em todo o mundo milhões de mulheres são afetadas por disfunções do assoalho pélvico, no entanto os tabus sociais e a humilhação pessoal impedem que haja uma discussão aberta sobre o assunto.(VERBEEK, 2019)

Estudos norte-americanos apontam que aproximadamente 40% das mulheres são acometidas por prolapso de órgãos, anualmente cerca de 1 bilhão de dólares são despendidos para a realização de cirurgias corretivas. Estima-se que, anualmente, 300 a 400 mil mulheres norte-americanas são submetidas a essas cirurgias a fim de corrigir disfunções como incontinências (urinária e fecal) e prolapso genitais (cistocele, retoccele/enteroccele, rotura do períneo e prolapso uterovaginal). Entre os fatores de risco, podemos destacar: multiparidade, envelhecimento, obesidade, histerectomia e constipação intestinal, já na população brasileira, podemos incluir, parto vaginal, macrosomia e histórico familiar. (PEREIRA e MEJIA, 2017)

Sendo assim, objetiva-se com esta pesquisa compreender a importância da fisioterapia através do fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico no processo gestacional, caracterizando as técnicas adequadas para amenizar as disfunções musculares relacionadas à gestação.

2. Materiais e métodos

O presente estudo refere-se a uma revisão bibliográfica descritiva e integrativa. Para que os objetivos desta pesquisa fossem alcançados foram utilizados os seguintes bancos de dados: Medline (PubMed), Lilacs-BVS, DeCS, Google acadêmico, no período de 04 de abril 2021 a 20 de setembro de 2021. Foram incluídos nesta pesquisa artigos da língua portuguesa e inglesa publicados e indexados a partir de 2017 e com as palavras chaves: *fisioterapia pélvica, incontinência urinária, prolapso de órgãos pélvicos, gestantes e puérperas*. Foram excluídos artigos publicados anteriormente ao ano de 2017 e que estavam nas línguas: espanhol, francês e alemão.

3. Resultados e discussões

Conforme Valadares (et. al. In: BARACHO, 2018 p. 52) Logo após a fecundação, são observadas alterações bioquímicas, funcionais e anatômicas em todo sistema genital, essas alterações se fazem presente durante toda gravidez, e são associadas e integradas a vários outros sistemas do corpo como um indicativo do início deste período. p52

Durante o processo gestacional a ação hormonal acarreta uma frouxidão ligamentar, possibilitando maior amplitude de movimento articular. Uma articulação sacroilíaca funcional resiste os deslocamentos produzidos pelo peso do corpo, que na postura ortostática tende a deslocar o sacro caudal anteriormente comparados aos ossos do quadril, essa ação é impedida pelo resistente ligamento sacroilíaco interósseo, enquanto os ligamentos sacrotuberal e sacro espinhal impedem a rotação do sacro. (BARACHO et al 2018 p. 35)

Valadares (et. al. In: BARACHO, 2018 p. 58) salienta que os músculos das paredes abdominais são submetidos a uma alta tensão durante a gestação, e em algumas situações o músculo reto do abdômen não suporta a sobrecarga, nesse momento separam-se da linha média formando a diástase abdominal.

Segundo a Internacional Continence Society - ICS, a Incontinência Urinária é caracterizada como perda involuntária de urina, sendo qualquer pessoa propensa, independente de idade e gênero. Estima-se que cerca de 50% das mulheres apresentam essa disfunção, que prevalece durante a gravidez e no puerpério. A gravidez é um ciclo no qual ocorrem inúmeras alterações em vários aspectos da vida da mulher, sendo algumas delas o aumento dos rins, dilatação pieloureteral, hipertrofia muscular vesical e aumento do útero. (RIBAS, L.L. et.al 2019)

No estudo de Ribas, L.L (et.al 2019) foram avaliadas 20 gestantes e foi identificado que aproximadamente 80% das mulheres apresentaram Incontinência Urinária (IU). O estudo demonstrou que as mulheres continentas apresentam melhor resultado em todos os aspectos avaliados em relação às mulheres incontinentes. O aspecto que apresentou maior impacto negativo nas pacientes com IU, foi o "domínio físico". Baseado nos resultados desse estudo, é possível entender que a gestação, através das mudanças físicas que acarreta a mulher, se configura como um fator predisponente à Incontinência Urinária. A IU mostrou ser um motivo capaz de abalar negativamente a qualidade de vida das mulheres que sofrem desse problema.

Lawson, S e Sacks, A. (2018) demonstram através de seu estudo que as disfunções do assoalho pélvico não devem ser aceitas como resultado normal da gravidez e do parto, e a medicação ou intervenção cirúrgica não necessitam ser indicadas como tratamento de primeira linha caso exista uma opção que ofereça menos riscos e seja menos invasiva à disposição.

Na atenção à gestante é necessário entender que, conforme for direcionado o cuidado à precaução de complicações, será possível propiciar maior qualidade de vida à mulher, resultando em um parto humanizado e interativo refletindo no aumento dos números de partos naturais. (BARACHO et al 2018 p. 262)

O estudo de Rodrigues, M.P., (et.al 2020) evidencia a viabilidade da fisioterapia uroginecológica no auxílio à parturiente diante as disfunções do assoalho pélvico causadas pelo processo gestacional. Portanto, mais pesquisas sobre o tema são necessárias, assim como uma maior elucidação e divulgação do trabalho que a Fisioterapia exerce perante as pacientes puérperas, na medida que a fisioterapia proporciona inúmeros benefícios e atua na prevenção de complicações tardias.

4. Considerações finais

Através deste trabalho, podemos compreender que embora ainda não existam muitas pesquisas científicas que avaliem os efeitos da atuação fisioterapêutica no período pré-gestacional, gestacional e puerperal, somos capazes de inferir que através da prática clínica fisioterápica, que os resultados obtidos, são positivos e trazem bem estar às gestantes e parturientes, podendo assim constituir respostas e soluções concretas que merecem ser publicadas e divulgadas.

5. Referências

BARACHO, Elza. **Fisioterapia aplicada à saúde da mulher** 6.ed Rio de Janeiro: Guanabara Koogan Ltda 2018.

LAWSON, S., & SACKS, A. (2018). **Pelvic floor physical therapy and women's health promotion**. *Journal of midwifery & women's health*, 63(4), 410-417. Disponível em <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jmwh.12736> . Acesso em 04/04/2021

PEREIRA, Ana Gilza Pinheiro; MEJIA, Dayana Priscila Maia. **O papel da fisioterapia no prolapso uterino**. 2017. Disponível em https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/97/3200_Papel_da_Fisioterapia_no_Prolapso_Uterino.pdf . Acesso em 20/04/2021

RIBAS, Lorrana Lacerda et al. **Impacto da Incontinência Urinária na Qualidade de Vida das Gestantes**. ID on line REVISTA DE PSICOLOGIA, v. 13, n. 43, p. 431-439, 2019. Disponível em: idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1545 Acesso em: 06/10/21

RODRIGUES, Máira Paz., et al. **Atuação fisioterapêutica frente ao enfraquecimento dos músculos do assoalho pélvico em puérperas**. Revista Científica da Faculdade Quirinópolis, v. 3, n. 10, p. 45-75, 2020. Disponível em: recifaqui.faqui.edu.br/index.php/recifaqui/article/view/42 Acesso em:27/05/2021

VERBEEK, M., e HaYWARD, L. (2019). **Pelvic floor dysfunction and its effect on quality of sexual life**. *Sexual medicine reviews*, 7(4), 559-564. Disponível em <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2050052119300642>. aceso em 27/04/2021