

INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NO PUERPÉRIO IMEDIATO: REVISÃO INTEGRATIVA

Data de submissão: 19/07/2024

Data de aceite: 01/08/2024

Thaís do Nascimento Felix Pereira

Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió - Alagoas
<https://orcid.org/0009-0006-2779-2863>

Natanael Silva Guedes

Programa de Pós-Graduação em Saúde da Família da Rede Nordeste de Formação em Saúde da Família (PPGSF/RENASF/FIOCRUZ) Nucleadora (UNCISAL), Maceió - Alagoas
<https://orcid.org/0009-0006-8990-2888>

Izabelle Quintiliano Montenegro Bomfim

Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió - Alagoas
<https://orcid.org/0000-0001-8405-0133>

Núbia Valéria Ferreira

Centro Universitário Cesmac, Maceió - Alagoas
<https://orcid.org/0009-0001-5141-4196>

Carlos Daniel Passos Lobo

Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió - Alagoas
<https://orcid.org/0009-0001-9673-8805>

Roseane Maria da Silva

Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió - Alagoas
<https://orcid.org/0009-0001-8827-9776>

Valtuir Barbosa Félix

Hospital Universitário (HUPAA/UFAL/EBSERH), Maceió, Alagoas, Brasil
<https://orcid.org/0000-0002-2961-2487>

Andreza Thaís da Silva Lino

Universidade Federal de Alagoas (UFAL), Maceió - Alagoas
<https://orcid.org/0000-0002-0085-9451>

Ana Clara Dechamps Sandes

Universidade de Aveiro, Aveiro - Portugal
Departamento de Biotecnologia
<https://orcid.org/0009-0004-0571-3090>

Sebastiana Dechamps Bernardo dos Santos

Faculdade Estácio de Alagoas – FAL
<https://orcid.org/0000-0002-6860-675X>

Ana Lúcia de Gusmão Freire

Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió - Alagoas
<https://orcid.org/0000-0002-7638-742X>

Márcia Andreyza Zanon

Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió - Alagoas
<http://lattes.cnpq.br/1693874001906477>

Sura Amélia Barbosa Felix Leão

Professora da Disciplina de Doenças Infectoparasitárias da Universidade Federal de Alagoas - UFAL

Mestranda pelo no Curso de Mestrado Profissional em Terapia Intensiva – MPTI.

Programa Educacional interno do CES - Centro de Ensino em Saúde e SOPECC-

Associação Brasileira de Terapia Intensiva

Tutora efetiva do curso de medicina do Centro Universitário de Brusque - SC - UNIFEBE.

Médica responsável pelo Serviço de Controle de infecções hospitalares do Imigrantes

Hospital e Maternidade - IMAS - Unidade Brusque – SC

<https://orcid.org/0000-0003-0944-2246>

Magnúcia de Lima Leite

Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió - Alagoas

<https://orcid.org/0000-0002-5465-9287>

José Claudio da Silva

Programa de Pós-Graduação em Saúde da Família da Rede Nordeste de Formação em

Saúde da Família (PPGSF/RENASF/FIOCRUZ) nucleadora (UNCISAL), Maceió - Alagoas

<https://orcid.org/0000-0003-3749-2822>

RESUMO: Introdução: O puerpério imediato é marcado por várias alterações fisiológicas para a puérpera e durante esse período, alguns recursos podem auxiliar esse público-alvo, tornando-se assim, importante durante a atuação do fisioterapeuta. Vem crescendo a necessidade da inserção do fisioterapeuta nas maternidades com intuito de prevenir, reconhecer e tratar complicações, com atuação no tratamento de possíveis acometimentos.

Objetivo: O presente estudo tem como objetivo buscar evidências na literatura que mostra a intervenção fisioterapêutica como foco na recuperação do pós-parto imediato. **Método:** Estudo descritivo do tipo revisão de integrativa da literatura. As bases de dados são: *Physiotherapy Evidence* (PEDro); Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), PubMed. Com critérios para inclusão dos artigos pré-selecionados, artigos científicos, disponíveis na íntegra, publicados no período de 2017 a 2022, no idioma português e inglês, com estudos de caráter de pesquisa qualitativa e revisão de literatura e artigos experimentais. Os critérios de exclusão foram artigos repetidos e publicados nos anos anteriores a 2017. **Resultados:** Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, a amostra do estudo foi composta por 13 artigos, filtrados, onde estes estudos abordam as intervenções de fisioterapia no puerpério imediato com foco em tratamentos não farmacológicos com foco em controle da dor, exercícios fortalecedores e procedimentos não invasivos, e benéficos para a puérpera. **Conclusão:** A fisioterapia mostra várias abordagens terapêuticas não farmacológicas para a recuperação da saúde e qualidade de vida durante o período puerperal imediato. Assim, evidenciando que, esses profissionais são indispensáveis no âmbito hospitalar e na saúde da mulher.

PALAVRAS-CHAVE: Fisioterapia; puerpério; maternidade; técnicas fisioterápicas.

PHYSIOTHERAPY INTERVENTION IN THE IMMEDIATE PUERPERIUM: INTEGRATIVE REVIEW

ABSTRACT: Introduction: The immediate puerperium is marked by several physiological changes for the puerperal woman and during this period, some resources can help this target audience, thus becoming important during the physiotherapist's performance. There is a growing need for the inclusion of physiotherapists in maternity hospitals in order to prevent, recognize and treat complications, acting in the treatment of possible complications. **Objective:** The present study aims to seek evidence in the literature that shows physical therapy intervention as a focus on immediate postpartum recovery. **Method:** Descriptive study of the integrative literature review type. The databases are: Physiotherapy Evidence (PEDro); Virtual Health Library (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed. With criteria for inclusion of pre-selected articles, scientific articles, available in full, published from 2017 to 2022, in Portuguese and English, with qualitative research studies and literature review and experimental articles. Exclusion criteria were repeated articles published in the years prior to 2017. **Results:** After applying the inclusion and exclusion criteria, the study sample consisted of 13 articles, filtered, where these studies address physiotherapy interventions in the immediate puerperium with focus on non-pharmacological treatments with a focus on pain control, strengthening exercises and non-invasive procedures, and beneficial for the puerperal woman. **Conclusion:** Physical therapy shows several non-pharmacological therapeutic approaches for the recovery of health and quality of life during the immediate puerperal period. Thus, showing that these professionals are indispensable in the hospital environment and in women's health.

KEYWORDS: Physiotherapy; modalities of physiotherapy; puerperium; maternity; physiotherapy techniques.

INTRODUÇÃO

A gestação é um processo normal de desenvolvimento do ser humano (faz parte do segmento fisiológico feminino), sendo um período que se destaca por diversas mudanças que além de biológicas, envolvem aspectos psicológicas e sociais, que permitem e fazem parte para a preparação do trabalho do parto, afetando o organismo materno em diversos sistemas. Ao longo do período gravídico ocorrem diversas alterações anatômicas e fisiológicas no corpo da gestante, de forma significativa, que culminam em modificações temporárias ou permanentes aos sistemas do corpo humano. Entre as alterações observam-se aumento do débito cardíaco, alterações respiratórias, endócrinas e músculo-esqueléticas, a lordose lombar exacerbada, aumento da mobilidade articular na região sacroilíaca e flacidez articular da coluna vertebral. Além disso, com o aumento do útero no decorrer da gestação, é possível observar um alongamento intenso da musculatura abdominal em até 20 cm (BARBOSA, 2022; PAMPOLIM, 2021).

O puerpério corresponde à fase da vida da mulher em que todas as modificações gravídicas retornam ao estado pré-gravídico. Ele tem início com a saída da placenta e prolonga-se por 6 a 8 semanas, sendo classicamente dividido em três fases: o puerpério

imediate (1º ao 10º dia), puerpério tardio (11º ao 45º dia) e puerpério remoto (a partir do 45º dia). É importante ressaltar que é no puerpério imediato que ocorrem as mais importantes alterações fisiológicas, por exemplo, a involução uterina (NUNES, 2019).

As dificuldades iniciais vivenciadas pelas puérperas estão relacionadas com as alterações anátomo-fisiológicas associadas à gravidez e ao parto, o que pode interferir na qualidade de vida (QV) destas mulheres. O desconforto ocasionado pelo quadro algico, que pôde já ter tido desenvolvimento crônico, compromete a mobilidade, autocuidado, amamentação e funções eliminatórias das parturientes (FIGUEIREDO, 2018; DUTRA, 2019).

As principais queixas relatadas pelas puérperas nessa fase são: dor relacionada às contrações uterinas, flatulências, desconfortos gastrointestinais, dores na cervical e lombar, queixas quanto à amamentação (dor, fissuras, mastites, ingurgitamento mamário), edemas, diástase abdominal, dor na incisão da cesária, dor na episiotomia, incontinência urinária, depressão pós-parto, flatulências, constipação intestinal, alterações na biomecânica respiratória, hipotonia abdominal em consequência da diástase, e além de tudo, a falta de orientações. Nessa fase, as puérperas necessitam de cuidados específicos que requerem assistência multiprofissional, principalmente quando se trata de orientações quanto aos fenômenos que estão acontecendo no seu corpo (MASCARELLO, 2018; NUNES, 2019).

A Diástase do Músculo Reto do Abdome é prevalente em mulheres de partos múltiplos, em grávidas de gêmeos e está relacionada com o ganho de peso durante a gravidez (JOUEIDI, 2019).

Em um estudo realizado no Brasil, constatou-se que no puerpério imediato, a dor abdominal e pélvica são condições prevalentes entre as mulheres. Estudo de coorte realizado com 1.288 mulheres submetidas à cesariana e a parto vaginal, identificou prevalência de dor de 10,9% nas primeiras 36 horas após o parto. A literatura mostra que as mulheres submetidas à cesariana relataram 2,4 mais queixas de dor em comparação às mulheres submetidas ao parto vaginal (DUTRA, 2019).

Com o intuito de diminuir as complicações no pós-parto e antecipar o retorno da mulher às atividades de vida diária, a Fisioterapia utiliza de recursos como exercícios metabólicos, respiratórios, perineais, instruções de posicionamento dos membros inferiores em elevação, orientações posturais, de amamentação, incentivo à deambulação e da importância da continuidade dos exercícios iniciados nesse período. Na obstetria, o fisioterapeuta visa assegurar à mulher o direito ao planejamento reprodutivo e a atenção humanizada na gravidez, parto e puerpério de acordo com os princípios e diretrizes da política nacional de atenção integral à saúde da mulher, que visa atender as mulheres em todas as fases da vida de forma integral, humanizada e de qualidade (BARBOSA, 2022; SILVA, 2021).

OBJETIVOS

Buscar evidências na literatura que mostra a intervenção fisioterapêutica como foco na recuperação do pós-parto imediato.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que buscou apresentar a intervenção fisioterapêutica no puerpério imediato. Para o desenvolvimento desta revisão integrativa de literatura, foram adotados os passos metodológicos preconizados por MENDES, SILVEIRA E GALVÃO (2019). Foram selecionados no período de novembro de 2022 as consultas nas seguintes bases de dados: *Physiotherapy Evidence* (PEDro); Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), PubMed.

Tamanho amostral e critérios de inclusão

Foram critérios para inclusão dos artigos pré-selecionados, artigos científicos, disponíveis na íntegra, publicados no período de 2017 a 2022, no idioma português e inglês, com estudos de caráter de pesquisa qualitativa e revisão de literatura e artigos experimentais. Os critérios de exclusão foram artigos repetidos e publicados nos anos anteriores a 2017. Foram utilizados, para levantamento dos artigos, os descritores (DeCs), em português, sendo: Fisioterapia; Modalidades de Fisioterapia; Puerpério; Técnicas Fisioterápicas.

Foram encontrados, com a estratégia de busca (Intervenção fisioterapêutica puerperal) 63 artigos científicos que foram analisados a partir do esquema proposto por MENDES, SILVEIRA E GALVÃO (2019). Conforme demonstrado o fluxograma (Figura 1), após leitura do título, foram selecionados 37 artigos. A partir da leitura do resumo, totalizaram 26 artigos que demonstravam responder à questão norteadora, por conseguinte, após a leitura na íntegra, foram selecionados um total de 14 artigos, contudo, 1 destes artigos foi excluído, por estar repetido nas bases de dados, e por fim, 13 artigos constituíram a amostra desta revisão, conforme demonstrado na tabela de resultados.

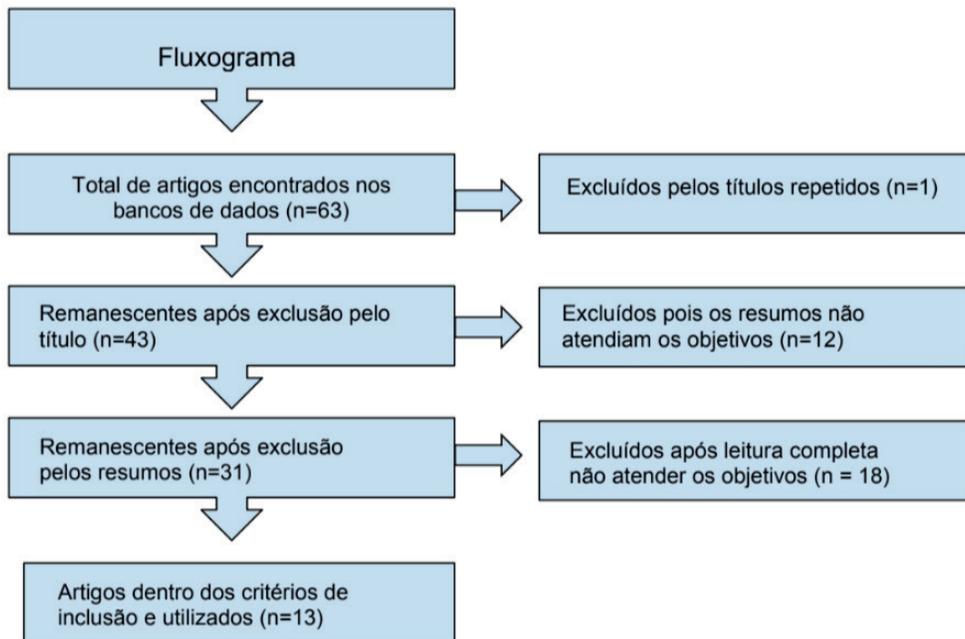


Figura 1. Fluxograma demonstrativo dos critérios de filtros utilizados na seleção de artigos da revisão.

RESULTADOS

Os dados extraídos dos 13 artigos selecionados foram interpretados e expostos por meio da tabela 1 abaixo. Nossos resultados demonstram que a intervenção fisioterapêutica é importante durante o puerpério imediato, pois traz muitos benefícios à lactante com melhora do quadro geral das desordens fisiológicas advindas da gestação e melhoram os aspectos anatômicos. A fisioterapia é capaz de utilizar diversas técnicas como demonstrado nos artigos tais como: exercícios físicos com foco no fortalecimento muscular, controle da dor em diferentes partes do corpo afetado pela gestação, parto e pós-parto, tratamentos alternativos não invasivos e não medicamentosos.

Título do Artigo	Ano de Publicação	Revista Científica	Autor	Objetivo	Método	Sujeito da Pesquisa	Síntese dos Resultados
Tratamentos para dor lombopélvica relacionada à gravidez: um revisão sistemática das modalidades de fisioterapia	PEdro 2017	ACTA Obstetria et Gynecologica	Annelie Gutke	Foi explorado o efeito das intervenções fisioterapêuticas na dor lombopélvica relacionada à gravidez.	Realizou-se buscas nas principais bases de dados, até o período de dezembro de 2017.	Puérperas	Os estudos mostraram um efeito positivo com as abordagens terapêuticas (acupuntura e cintos pélvicos, hidroginástica, musculação progressiva, relaxamento, exercício específico de inclinação pélvica, terapia manual osteopática, terapia craniosacral, eletroterapia e yoga) utilizadas para tratamento da dor lombopélvica relacionada a gravidez.
Existe associação entre os desconfortos no puerpério imediato e a via de parto? Um estudo observacional	BVS 2017	Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde	Thalita Rodrigues Christovam Pereira	Identificar os desconfortos referidos pelas mulheres no puerpério imediato e compará-los entre as submetidas ao parto vaginal e à cesárea.	Estudo analítico transversal desenvolvido em uma maternidade pública com levantamento de prontuários que continham informações da avaliação fisioterapêutica de puérperas.	Puérperas	As intervenções de fisioterapia como cinesioterapia, crioterapia e eletroterapia tiveram resultados positivos na recuperação puerperal dos partos vaginal e cesariana.
O efeito dos exercícios de estabilização na dor, incapacidade pélvica e função muscular do assoalho na dor lombopélvica pós-parto	PEdro 2018	American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation	Zahra Teymuri	Estudar o efeito dos exercícios de estabilização na dor, incapacidade e função muscular do assoalho pélvico na dor lombopélvica pós-parto.	Este é um estudo controlado randomizado, simples-cego.	Puérperas	Concluiu que, os exercícios de estabilização (eletroterapia e exercícios específicos de estabilização) podem melhorar notavelmente a dor, a incapacidade e a função dos músculos do assoalho pélvico na dor lombopélvica pós-parto

Terapias não farmacológicas para analgesia no pós-parto: uma revisão sistemática	SciELO 2019	Brazilian Journal Of Pain	Larissa Ramalho Dantas Varella Dutra	Identificar e avaliar a eficácia das terapias analgésicas não farmacológicas utilizadas no puerpério imediato na dor abdominal e pélvica.	Realizou-se buscas nas principais bases de dados, no período de setembro a outubro de 2017.	Puérperas	As práticas fisioterapêuticas intervencionistas como a eletroestimulação elétrica nervosa transcutânea e a crioterapia apresentaram dados significativos relevantes na redução da dor abdominal e pélvica. As técnicas de acupuntura e auriculoterapia ainda apresentam dados inconclusivos
Eficácia da drenagem linfática manual versus massagem perineal em mulheres secundi grávidas com edema gestacional: um ensaio clínico randomizado	PubMed 2020	International Wound Journal	Mônica de la Cueva-Reguera	Objetivo do presente estudo foi comprovar a eficácia da massagem perineal para controle de dor pós parto	Um ensaio clínico prospectivo, simples-cego, randomizado, realizado de janeiro de 2015 a janeiro de 2016	Puérperas	O tratamento reduziu a intensidade da dor em relação à massagem perineal na secundigesta mulheres com edema gestacional desde 25 semanas de gestação até o final do puerpério.
Revisão integrativa: o uso da laserterapia na fissura mamilar puerperal como promoção do aleitamento materno	SciELO 2021	Brazilian Journal of Development	Maiara de Souza Martins	O objetivo do presente estudo tem por finalidade buscar, avaliar de forma crítica e sintetizar as evidências disponíveis acerca da temática investigada	Foi um estudo retrospectivo de revisão de literatura.	Puérperas	Foi possível comprovar que a aplicação da laserterapia de baixa intensidade se mostrou favorável nos resultados tanto no alívio da dor mamilar quanto na cicatrização mamilar em puérperas que amamentam, contribuindo na promoção do aleitamento materno além de ser um procedimento não invasivo e de baixo custo.
Fisioterapia em obstetrícia pelos olhos das gestantes: um estudo qualitativo	SciELO 2022	Fisioterapia em movimento	Marina Joice Keil	Analisar a percepção das gestantes sobre a atuação da fisioterapia em obstetrícia.	Trata-se de um estudo com abordagem qualitativa realizado no Centro Materno Infantil, em Capanema, PR, configurado na forma de entrevista semiestruturada.	Gestantes e puérperas	Os estudos analisados descrevem a importância da atuação da fisioterapia durante o pré-natal, parto e pós parto. Porque o profissional de fisioterapia atua promovendo a diminuição da dor durante o trabalho de parto e puerpério.

Impacto das instruções verbais na contração do assoalho pélvico no puerpério imediato	SciELO 2022	Fisioterapia em movimento	Andressa Soares de Azevedo	Investigar o efeito das instruções e feedback verbais na capacidade de contração dos músculos do assoalho pélvico (MAP) em puérperas.	Estudo quase-experimental com 109 mulheres no pós-parto vaginal imediato em uma maternidade de referência em Fortaleza-CE.	Puérperas	A assistência da fisioterapia durante os exercícios físicos executados pelas puérperas na contração dos músculos do assoalho pélvico foi significativa.
Prevalência e impacto de sintomas urinários na qualidade de vida durante o último mês de gestação	SciELO 2022	Fisioterapia em movimento	Mariana Tirolli Rett	Determinar a prevalência de sintomas urinários e o impacto da incontinência urinária (IU) na QV durante o último mês de gestação.	Estudo transversal retrospectivo envolvendo 96 mulheres no puerpério imediato, entrevistadas pessoalmente sobre sintomas urinários e QV durante as últimas quatro semanas de gestação.	Gestantes e Puérperas	O estudo concluiu que as intervenções de fisioterapia ajudaram as gestantes e puérperas com exercícios voltados para o músculo do assoalho pélvico no puerpério imediato.
Eficácia do Kinesio Taping entre mulheres com dor lombar pós-parto	PEDro 2022	Journal of Clinical and Diagnostic Research	Priyanka Rishi	Explorar a eficácia da fita kinesio na dor e Distância Inter-Recti (IRD) em mulheres com lombalgia pós-parto.	Um estudo quase experimental realizado no SGT Medical Hospital and Research Institute, Gurugram, Haryana, Índia no Departamento Ambulatorial de Fisioterapia (OPD) e Obstetria e Ginecologia OPD do Hospital SGT.	Puérperas	O estudo mostrou que os parâmetros de dor que indicam melhora na lombalgia no pós-parto mulheres. Portanto, a bandagem kinesio em combinação com exercícios podem ser incorporados nos programas de gestão das mulheres sofrendo de dor lombar pós-parto.
Efeitos da Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea junto com o Programa de Cuidados Domiciliares na Lombalgia e Incapacidade em Pacientes Pós-Parto	PEDro 2022	Pakistan Journal of Medical and Health Sciences	Hira Shafiq	Determinar os efeitos da estimulação elétrica nervosa transcutânea juntamente com o programa de cuidados domiciliares no pós-parto para melhorar a dor e incapacidade	Estudo quase-experimental	Puérperas	Concluiu-se que os exercícios propostos para a redução da dor lombar no pós-parto mostraram melhora significativa na diminuição da incapacidade e dor após o tratamento.

Prevenção da incontinência urinária com exercícios pré-natais supervisionados para o assoalho pélvico	PEDro 2022	The American College of Obstetricians and Gynecologists.	Xavier Fritel	O objetivo foi comparar, em uma população não selecionada de gestantes nulíparas, o efeito pós-natal do treinamento dos músculos do assoalho pélvico supervisionado pré-natal com escrita orientações sobre incontinência urinária (IU) pós-parto.	Um estudo randomizado em cinco hospitais universitários na França	Puérperas	O treinamento no pré-natal supervisionado do assoalho pélvico não foi superior às instruções escritas para a redução IU no puerpério.
Quantificação das alterações do assoalho pélvico por ultrassom 3/4D induzidas pelo treinamento muscular pós-parto em pacientes com avulsão do músculo levantador do ânus: um estudo controlado randomizado paralelo	PEDro 2022	Quantitative Imaging in Medicine and Surgery.	José Antonio Sainz-Bueno	O objetivo é avaliar se a fisioterapia com treinamento muscular do assoalho pélvico pós-parto em pacientes com avulsão do músculo elevador produz alterações na morfologia do assoalho pélvico avaliada por transperineal 3/4D ultrassons.	Este estudo randomizado controlado paralelo (RCT).	Puérperas	O estudo concluiu que as mulheres com músculo elevador foi reabilitado por meio de fisioterapia apresentaram redução significativa na área do hiato do elevador durante Valsalva durante o tratamento fisioterapêutico.

Tabela 1 - Síntese dos artigos incluídos, considerando as seguintes variáveis: título, ano, revista científica, objetivo, método, sujeito da pesquisa e síntese dos resultados.

Fonte: Autores, 2022.

DISCUSSÃO

No Brasil, a atuação da fisioterapia na área de obstetrícia aos poucos vem ganhando espaço. A Associação Brasileira de Fisioterapia em Saúde da Mulher organiza uma campanha nomeada “Por mais Fisioterapeutas nas Maternidades”, a qual tem como objetivo subsidiar fisioterapeutas, conselhos profissionais, associações profissionais e gestores de saúde com informações referentes à campanha, por meio da divulgação do papel do fisioterapeuta nas maternidades, e contribuir para a ampliação e implementação em maternidades de serviços de fisioterapia de alta qualidade, alinhados com os preceitos de humanização obstétrica e de trabalho em equipe, de modo a proporcionar níveis de excelência na assistência obstétrica durante a gravidez, parto e puerpério (KEIL, *et al.*, 2022).

A inserção de técnicas não farmacológicas de domínio fisioterapêutico no ambiente hospitalar pode contribuir, ainda, para a diminuição dos custos em relação ao tempo de internação, visto que esses recursos tendem a se apresentar menos elevados em comparação à administração de fármacos, e por vezes são capazes de fornecer alívio e conforto desejados, assim como mínimos efeitos adversos PEREIRA, *et al.*, 2017).

Observa-se que a maioria das mulheres no pós-parto imediato apresenta dificuldade em contrair corretamente os MAP (musculatura do assoalho pélvico) quando solicitadas sem orientação adequada. Isso reflete a importância do fisioterapeuta reconhecer as deficiências nas funções musculares, e ajustar os músculos e movimentos acessórios, favorecendo a coordenação e especificidade da contração dos MAP (AZEVEDO, *et al.*, 2022).

Segundo um estudo randomizado na França com um grupo de mulheres que foram submetidas a exercícios de treinamento dos músculos do assoalho pélvico pós-parto, onde é comum, o resultado desse estudo pode sugerir que o treinamento pré-natal do assoalho pélvico previne a diminuição pós-natal da força muscular. Interpretando dessa forma que, a fisioterapia contribui para reforço muscular, mas só isso não é suficiente para exercer um efeito preventivo sobre a continência urinária (SAINZ-BUENO, *et al.*, 2022).

Em contrapartida, um estudo realizado por TEYMURI, *et al.* (2018), citou que A maioria dos estudos que investigaram a função dos MAP na gravidez e o período pós-parto foram conduzidos mais em exercícios de incontinência urinária e MAP (exercícios de Kegel) tinha sido usado como uma intervenção comum, já em um estudo piloto controlado, descobriram que o exercício os MAP com estabilização do tronco são benéficos para o manejo da incontinência urinária pós-parto. Além disso, descobriram que o uso da estabilização do tronco nos exercícios pode diminuir significativamente a intensidade da dor e a incapacidade na dor lombopélvica pós-parto.

Com relação a dor lombopélvica, RICHI, *et al.* (2022), afirmou que a aplicação contínua de fita kinesio ao redor do tronco pode atuar como um método de tratamento adicional para

lombalgia aguda. O resultado desse estudo atual pôde explicar que a fisiologia adotada reduz o espasmo agudo ou crônico nos músculos e a dor, apoiando a fáscia e alinhando os tecidos na posição desejada, o que, por sua vez, aumenta a estimulação dos receptores mecânicos para ativar ou limitar o movimento, levantando a pele sobre a fáscia e remove a pressão sobre os canais linfáticos e remove os exsudatos, diminuindo a sensação de dor por meio da melhora da circulação e também da estimulação dos proprioceptores, normalizando a função muscular e de sustentação dos ligamentos, aspectos importantes no tônus muscular, melhorando o senso postural assim redução da dor.

Durante um estudo observacional, mulheres com avulsão reabilitadas com fisioterapia tiveram redução significativa da área do hiato do elevador durante a manobra de Valsalva durante o tratamento fisioterapêutico. Essas alterações também foram descritas em pacientes com incontinência urinária e prolapso de órgão pélvico. Portanto, a reabilitação pós-parto, ao melhorar a função e a força muscular do assoalho pélvico, aumenta a qualidade de vida geral e leva a um alto índice de satisfação entre as pacientes. No entanto, nenhum desses aspectos (força, resistência, incontinência urinária, prolapso de órgãos pélvicos, qualidade de vida, satisfação) foi avaliado neste mesmo estudo (GUTKE, *et al.*, 2017).

Métodos terapêuticos para alívio da dor, sem efeitos colaterais para mãe e filho, são de grande importância clínica. A laserterapia de baixa potência é apropriado para o tratamento e alívio da dor mamilar, pois provoca ação anti-inflamatória gerando analgesia, acelerando a cicatrização e a redução da dor (MARTINS, *et al.*, 2021; SHAFIQ, *et al.*, 2022).

Sabe-se que nas primeiras horas após a lesão tecidual o processo inflamatório é maior, provocando aumento do metabolismo local, liberação de fatores inflamatórios e maior quadro algico. Nesse contexto, acredita-se que a aplicação única da crioterapia, apesar de diminuir o metabolismo local, não seja capaz de diminuir o quadro de dor após 24 horas de parto. Porém, a utilização de diversas compressas nas primeiras horas pós-parto pode provocar um aumento do limiar de dor da paciente devido à diminuição do metabolismo e diminuição da sensibilidade das terminações nervosas, fato esse que justifica a analgesia a longo prazo (48h) (DUTRA, *et al.*, 2019).

Durante um estudo experimental realizado por Cueva (2020), mostrou que a massagem perianal em puérperas imediatas reduz a dor do pós-parto significativamente, resultando em uma abordagem não farmacológica desempenhada por fisioterapeutas garantindo uma conduta segura. Esse mesmo estudo corroborou que exercícios do assoalho pélvico promovem benefícios, como a prevenção de infecção urinária e melhoram a qualidade de vida dessas mulheres.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão integrativa de literatura evidencia importantes intervenções fisioterápicas que contribuem para a melhoria da qualidade de vida da lactante. Durante o período do puerpério imediato, o corpo da mulher sofre mudanças temporárias e definitivas, algumas acompanhadas de dor, que acaba acarretando limitações neste período de descobrimento para a mãe e bebê.

Os estudos mostraram que o fisioterapeuta é um dos profissionais que pode compor a equipe interdisciplinar na qual deve acompanhar a mulher em todo seu processo gestacional e puerperal, usando de mecanismos e recursos não farmacológicos para normalizar e/ou adaptar esse sistema fisiológico que passa ou passou por processos anatomo-fisiológicos gestacional.

A resolução de Nº 372, de 6 de novembro de 2009, que reconhece o fisioterapeuta um profissional habilitado para atuar na Saúde da mulher, assim como a portaria 1459 de 24 de junho de 2011 que institui a rede cegonha, e que fortalecem as atribuições do profissional fisioterapeuta neste campo. O que assegura à mulher o direito ao planejamento reprodutivo e a atenção humanizada a gravidez, parto e puerpério.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Andressa Soares de; FROTA, Isabella Parente Ribeiro; LIMA, Amene Cidrão; OLIVEIRA, Glaucia Nunes Diniz de; MOREIRA, Mayle Andrade; NASCIMENTO, Simony Lira do. Impacto das instruções verbais na contração do assoalho pélvico no puerpério imediato. **Fisioterapia em Movimento**, Fortaleza, v. 35, n. 1, p. 1-9, 21 fev. 2022. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/fm.2022.356010.0>.

BARBOSA, Ana Paula Prado. Atuação da fisioterapia no puerpério imediato: revisão bibliográfica. **Repositório Institucional da Unita**, Taubaté, v. 1, n. 1, p. 3-35, 2022.

CUEVA-REGUERA, Mónica; RODRÍGUEZ-SANZ, David; CALVO-LOBO, César; FERNÁNDEZ-MARTÍNEZ, Silvia; MARTÍNEZ-PASCUAL, Beatriz; ROBLEDO-DO-NASCIMENTO, Yolanda; BLANCO-MORALES, María; ROMERO-MORALES, Carlos. Effectiveness of manual lymphatic drainage vs. perineal massage in secundigravida women with gestational oedema: a randomised clinical trial. **International Wound Journal**, [S.L.], v. 17, n. 5, p. 1453-1461, 13 jun. 2020. Wiley. <http://dx.doi.org/10.1111/iwj.13427>.

DUTRA, Larissa Ramalho Dantas Varella; ARAËJO, Alane Macatrão Pires de Holanda; MICUSSI, Maria Thereza A. B. Cabral. Non-pharmacological therapies for postpartum analgesia: a systematic review. **Brazilian Journal Of Pain**, Natal, v. 2, n. 1, p. 72-80, 2019. GN1 Genesis Network. <http://dx.doi.org/10.5935/2595-0118.20190014>.

FIGUEIREDO, Juliana Vieira; FIALHO, Ana Virgínia de Melo; MENDONÇA, Glícia Mesquita Martiniano; RODRIGUES, Dafne Paiva; SILVA, Lúcia de Fátima da. Pain in the immediate puerperium: nursing care contribution. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Fortaleza, v. 71, n. 3, p. 1343-1350, 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0345>.

GUTKE, Annelie; BETTEN, Carola; DEGERSKÅR, Kristina; POUSETTE, Sara; OLSÉN, Monika Fagevik. Treatments for pregnancy-related lumbopelvic pain: a systematic review of physiotherapy modalities. **Acta Obstetrica Et Gynecologica Scandinavica**, Gotemburgo, v. 94, n. 11, p. 1156-1167, 16 jun. 2015. Wiley. <http://dx.doi.org/10.1111/aogs.12681>.

JOUEIDI, Yolaine; VIELLEFOSSE, Sarah; CARDAILLAC, Claire; MORTIER, Anaïs; OPPENHEIMER, Anne; DEFFIEUX, Xavier; THUBERT, Thibault. Impact du diastasis des muscles droits de l'abdomen sur les symptômes pelvi-périnéaux : revue de la littérature. **Progrès En Urologie**, Paris, v. 29, n. 11, p. 544-559, set. 2019. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.purol.2019.05.002>.

KEIL, Marina Joice; DELGADO, Alexandre Magno; XAVIER, Mikaela Aparecida de Oliveira; NASCIMENTO, Cassiane Merigo do. Fisioterapia em obstetrícia pelos olhos das gestantes: um estudo qualitativo. **Fisioterapia em Movimento**, Guarapuava, v. 35, n. 2, p. 1-7, 24 ago. 2022. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/fm.2022.356017.0>.

MARTINS, Maiara de Souza; BAIER, Laryssa de Col Dalazoana; SKUPIEN, Suellen Viensconski; PALUDO, Nagila Gabriela Dalferth; SILVA, Mirayne Rodrigues Garcia da; CAVALCANTE, Marciana Rodrigues; KOSLOSKI, Mariane. Revisão integrativa: o uso da laserterapia na fissura mamilar puerperal como promoção do aleitamento materno / integrative review. **Brazilian Journal Of Development**, Ponta Grossa, v. 7, n. 12, p. 117114-117126, 29 dez. 2021. South Florida Publishing LLC. <http://dx.doi.org/10.34117/bjdv7n12-459>.

MASCARELLO, Keila Cristina et al. Complicações puerperais precoces e tardias associadas à via de parto em uma coorte no Brasil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, [s.l.], v. 21, p.1-13, 20 ago. 2018. **FapUNIFESP (SciELO)**. <http://dx.doi.org/10.1590/1980-549720180010>.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina; GALVÃO, Cristina Maria. **Método de pesquisa para a incorporação de evidências em saúde**. Texto e Contexto em Enfermagem. 2008 v. 17 n. 4. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018> Acesso em 10 Out. 2020.

NUNES, Erica Feio Carneiro. O papel da fisioterapia pélvica no puerpério imediato – uma revisão sistemática. **Revista da Amrigs**, Porto Alegre, v. 63, n. 3, p. 344-348, set. 2019.

PAMPOLIM, Gracielle; SANTOS, Bruna Ribeiro dos; VERZOLA, Isabelle Gadiolli; FERRES, Alessandra Misanda; SILVA, Geiceane Bruna Rodrigues da; SARMENTO, Sara Silva. Physiotherapy in the reduction of diastasis of the recti abdominis in immediate postpartum / Atuação fisioterapêutica na redução da diástase abdominal no puerpério imediato. **Revista de Pesquisa Cuidado É Fundamental Online**, Vitória, v. 13, n. 1, p. 856-860, 31 maio 2021. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro UNIRIO. <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v13.9555>.

PEREIRA, Thalita Rodrigues Christovam; MONTESANO, Fábio Tadeu; FERREIRA, Priscilla Dieguez; MINOZZI, Andrea Simões; BELEZA, Ana Carolina Sartorato. Existe associação entre os desconfortos no puerpério imediato e a via de parto? Um estudo observacional. **Abcs Health Sciences**, São Paulo, v. 42, n. 2, p. 80-84, 28 ago. 2017. NEPAS. <http://dx.doi.org/10.7322/abcshs.v42i2.1007>.

RETT, Mariana Tirolli. Prevalência e impacto de sintomas urinários na qualidade de vida durante o último mês de gestação. **Fisioterapia em Movimento**, São Cristóvão, v. 35, n. 1, p. 1-8, set. 2022.

RISHI, Priyanka; YADAV, Joginder; ANAND, Pooja; YADAV, Bindoo. Efficacy of Kinesio Taping among Females with Postpartum Low Back Pain A Quasi-experimental Study. **Journal Of Clinical And Diagnostic Research**, Gurugram, v. 16, n. 2, p. 1-4, 2022. JCDR Research and Publications. <http://dx.doi.org/10.7860/jcdr/2022/51643.15975>.

SAINZ-BUENO, José Antonio; BONOMI, María José; SUÁREZ-SERRANO, Carmen; MEDRANO-SÁNCHEZ, Esther M.; ARMIJO, Alberto; FERNÁNDEZ-PALACÍN, Ana; GARCÍA-MEJIDO, José Antonio. Quantification of 3/4D ultrasound pelvic floor changes induced by postpartum muscle training in patients with levator ani muscle avulsion: a parallel randomized controlled trial. **Quantitative Imaging In Medicine And Surgery**, Seville, v. 12, n. 4, p. 2213-2223, abr. 2022. AME Publishing Company. <http://dx.doi.org/10.21037/qims-21-877>.

SHAFIQ, Hira; TAUQEER, Sana; HANIF, Arooj; ZAHID, Ambreen; ASGHAR, Momna; NAWAZ, Umbar. Effects of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation along With Home Based Care Program on Low Back Pain and Disability in Post-Partum Patients. **Pakistan Journal Of Medical And Health Sciences**, Lahore, v. 16, n. 2, p. 167-169, 26 fev. 2022. Lahore Medical and Dental College. <http://dx.doi.org/10.53350/pjmhs22162167>.

SILVA, Larissa do Nascimento. ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NO PUERPÉRIO IMEDIATO EM UMA MATERNIDADE DO SERIDÓ POTIGUAR. **Ministério da Educação Universidade Federal do Rio Grande do Norte**, Caicó, v. 1, n. 1, p. 1-37, 2021.

TEYMURI, Zahra; HOSSEINIFAR, Mohammad; SIROUSI, Mostafa. The Effect of Stabilization Exercises on Pain, Disability, and Pelvic Floor Muscle Function in Postpartum Lumbopelvic Pain. **American Journal Of Physical Medicine & Rehabilitation**, Sistan And Baluchestan Province, v. 97, n. 12, p. 885-891, dez. 2018. Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health). <http://dx.doi.org/10.1097/phm.0000000000000993>.