

A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NO PARTO HUMANIZADO: Revisão integrativa da literatura

Leticia Paula Gomes Gonçalves¹; Lucimeire Aparecida da Silva^{2*}

¹ Fisioterapeuta – FITL/AEMS; ² Fisioterapeuta/ Especialista em Terapia Intensiva Adulto e Neonatal – SCMB, docente das Faculdades Integradas de Três Lagoas – FITL/AEMS

* autor correspondente: meiresilvino@gmail.com

RESUMO

Humanizar é uma postura de respeito, é uma forma de garantir que essa experiência seja vivenciada de forma mais agradável, a ação do fisioterapeuta é um fator estimulante para que a mulher compreenda, se tranquilize sobre a importância de um corpo ativo sendo uma ferramenta que favorece o processo do trabalho de parto, além de ser apontada como recurso para prevenção de dores provenientes das mudanças fisiológicas e facilitação para o parto. O objetivo deste trabalho é descrever as contribuições fisioterapêuticas às parturientes no pré-parto e parto. Trata-se de uma Revisão Integrativa de Literatura (RIL), de modo a responder à questão norteadora: Qual os benefícios da fisioterapia às parturientes no pré-parto e parto? Utilizou-se como mecanismo de busca, os descritores em ciência da saúde (DECS), tais como, fisioterapia, parto humanizado e gravidez, combinados pelo operador booleano *and*. As buscas foram realizadas nas bases de dados, BVSalud, SciELO e Pubmed incluindo artigos publicados entre os anos de 2011 e 2021, disponíveis em português, inglês e espanhol e que tratem sobre a temática. O parto é um momento importante na vida da mulher, porém pode ser um momento muito doloroso proveniente das contrações, além de alterações fisiológicas que são fatores de risco para o enfraquecimento e lesões no períneo e assoalho pélvico, sendo comum aparição de alterações musculoesquelética e incontinência urinária, onde a fisioterapia auxilia na prevenção desses sintomas. É fundamental para a gestante que durante o pré-parto e parto tenham profissionais qualificados, entre eles o fisioterapeuta que possibilita o parto com menos dores emocionais e físicas respeitando sua autonomia e expectativa.

PALAVRAS-CHAVE: fisioterapia, parto humanizado, gravidez.

1 INTRODUÇÃO

Em 2000, surge o Programa de Humanização no Pré-Natal e Nascimento (PHPN) com a finalidade de incentivar o atendimento obstétrico integral e garantir os direitos de escolha da mulher, com o objetivo de reorganizar a assistência. Além disso, está pautada na ampliação do acesso das mulheres à assistência com qualidade e o parto realizado com o

mínimo de intervenções (BRASIL, 2015).

O parto humanizado visa a promoção de nascimentos saudáveis e prevenção contra morbimortalidade da mãe e do bebê. Deve haver uma valorização da autonomia e escolha da mulher, por consequência, a abertura de diálogos e compressão da gestante, o poder de decisão menos autoritária dos profissionais de saúde (RODRIGUES, 2021).

Humanizar é uma postura de

respeito, é uma forma de garantir que essa experiência seja vivenciada de forma mais agradável, respeitando a sua singularidade e criando vínculos, como escutar, acolher, esclarecer, trazendo assim benefícios e redução de medidas intervencionistas (SILVA, 2011).

A ação do fisioterapeuta é um fator estimulante para que a mulher compreenda e se tranquilize sobre a importância de um corpo ativo, e é uma ferramenta que favorece o processo do trabalho de parto (BRAVARESCO, 2011). Além disso, existem técnicas fisioterapêuticas que podem ser aplicadas à parturiente de baixo risco para proporcionar um maior conforto, alívio da dor, estresse e relaxamento global. Estímulo à deambulação, adoção de posturas verticais, exercícios respiratórios, analgesia através da eletrotermofototerapia, terapias manuais, banhos quentes, crioterapia e relaxamento. Perante isso, durante a gravidez, o corpo da mulher passa por muitas mudanças, é frequente dores lombares e pélvicas que podem persistir após a gravidez. A fisioterapia vem sendo apontada como recurso para prevenção dessas dores e facilitação para o parto. São utilizadas técnicas de exercícios terapêuticos incluindo os aeróbios, os de fortalecimento muscular, respiração, alongamento e flexibilidade (PAULA et al., 2017).

Segundo Lima (2021) descreve a fisioterapia no assoalho pélvico durante a gravidez, e seus benefícios para prevenção e diminuição de sintomas durante a gravidez, parto e pós-parto proporcionando mais bem-estar às gestantes

Descrito por Castro (2011), a dor do trabalho de parto é uma resposta fisiológica, o fisioterapeuta como parte da equipe multidisciplinar ajuda na diminuição da dor, e interfere de forma positiva no desconforto materno.

2 OBJETIVOS

O presente trabalho tem como

objetivo descrever as contribuições fisioterapêuticas às parturientes no pré-parto e parto.

3 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados BVSsalud, SciELO e Pubmed utilizando os descritores “fisioterapia”, “parto humanizado” e “gravidez”, unidos pelo conectivo “and”. A coleta de dados ocorreu no mês de novembro de 2021 e seguiu o método duplo-cego independente. A pergunta norteadora foi: “Qual os benefícios da fisioterapia às parturientes no pré-parto e parto?”

Como critérios de inclusão adotaram-se: artigos científicos disponíveis integralmente on-line; que continham os descritores no título ou resumo; escritos nos idiomas português, espanhol ou inglês; e publicados entre 2011 e 2021. A escolha do ano inicial do recorte temporal deve-se ao aumento das publicações sobre a importância da fisioterapia no pré-parto e parto. Foram excluídos os trabalhos que não atendiam à temática central, bem como editoriais, dissertações, teses e estudos presentes em mais de uma base de dados.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados quinze artigos científicos e, após análise, adequação ao tema da revisão e exclusão de duplicatas, selecionaram-se seis: cinco em português e um em inglês (Quadro 1).

O parto é um momento importante na vida da mulher, essa experiência pode ser traumática e deixar o receio de engravidar novamente. A assistência humanizada promove mais confiança e segurança durante essa experiência (SILVA et al., 2011). A humanização a mulher tem seus valores respeitados, e os profissionais de saúde buscam alinhar a autonomia de escolha da gestante, com diálogos que descrevem

benefícios e malefícios das alternativas presentes (RODRIGUES et al., 2021).

Quadro 1. Produção científica acerca das publicações relacionando a importância da fisioterapia no parto humanizado entre os anos de 2011 e 2021.

Autores e ano	Objetivo	Tipo de estudo	Resultados
RODRIGUES et al., 2021.	Compreender os valores dos profissionais de saúde no processo de pensar e sentir do cuidado obstétrico, baseando-se em suas carências vivenciadas no processo de cuidar.	Revisão sistemática	a humanização como meio de mudança do cuidado, dando novos sentidos, alinhados aos valores vitais e éticos.
LIMA et al., 2021.	Verificar quais são as intervenções fisioterapêuticas no assoalho pélvico durante a gestação e no preparo para o parto.	Revisão bibliográfica	O treinamento muscular do assoalho pélvico quando supervisionado por um fisioterapeuta especializado e a massagem perineal são eficazes para o preparo para o parto,
BAVARESCO et al., 2011.	Benefício do suporte fisioterapêutico para redução de dor as parturientes	Revisão bibliográfica	A assistência fisioterapêutica ajuda ainda a tornar o processo de parturição mais ativo, natural e satisfatório, favorecendo uma vivência positiva na vida social e familiar da parturiente, como mulher e mãe
COLLA et al., 2017.	Abordagem da Fisioterapia, por meio de exercícios terapêuticos, na prevenção e no tratamento da dor lombar e pélvica gestacional.	Revisão sistemática	Sete estudos apresentaram alta qualidade metodológica, e somente um estudo apresentou qualidade metodológica baixa.
SILVA et al., 2011.	Suportando o trabalho de parto e tendo a oportunidade de resgatar a autonomia,	Estudo qualitativo	A humanização da assistência obstétrica ainda representa um desafio para os profissionais de saúde, para as instituições e para a sociedade.
CASTRO; CASTRO; MENDONÇA, 2012.	avaliar os efeitos da abordagem fisioterapêutica no pré-parto	Estudo de caso	A abordagem fisioterapêutica no pré-parto parece interferir positivamente sobre a dor e o desconforto materno no grupo estudado,

Fonte: Elaborado pelos autores

O trabalho de parto pode ser bem doloroso proveniente das contrações, para diminuir esses desconfortos é imprescindível a preparação pro parto com a equipe multidisciplinar, dentre os membros encontra-se o fisioterapeuta, que tem como objetivo trazer mais conforto para as gestantes, monitorando suas

alterações físicas (CASTRO; CASTRO; MENDONÇA, 2012).

As alterações fisiológicas são fatores de risco para o enfraquecimento e lesões no períneo e assoalho pélvico, sendo comum aparição de alterações musculoesquelética e incontinência urinária e a fisioterapia atua auxiliando na

prevenção desses sintomas durante a gravidez, no parto e pós-parto (LIMA et al., 2021).

Dentre as técnicas fisioterapêuticas os recursos mais citados foi cinesioterapia, estimulação elétrica transcutânea (TENS), massoterapia, técnicas respiratórias e relaxamento, que demonstraram resultados benéficos como a diminuição da ansiedade, aumento de confiança, diminuição da dor e desconforto materno (CASTRO; CASTRO; MENDONÇA, 2012). Também é citado à técnica de massagem perineal e treinamento do assoalho pélvico, técnicas eficazes para o preparo do parto (LIMA et al. 2021).

Além das técnicas citadas anteriormente, o fisioterapeuta ainda utiliza a bola suíça, como forma de correção postural, relaxamento alongamento e fortalecimento da musculatura. A realização do exercício promove uma contribuição para o parto (FREITAS et. al., 2016).

O profissional fisioterapeuta auxilia a gestante na percepção respiratória, assim como, na instrução de posicionamentos durante o parto. Visto que, é fundamental o uso adequado dos músculos respiratórios, instruídos pelo fisioterapeuta durante a gestação, o uso da musculatura corretamente promove relaxamento, prevenção de lesões perianal e melhora a oxigenação da gestante. (BAVARESCO et. al., 2011).

5 CONCLUSÕES

O presente estudo mostrou a importância do parto humanizado para as parturientes e como a inclusão do profissional capacitado é importante, entre eles o fisioterapeuta, que está presente durante o pré-parto, parto e pós-parto. A atuação desse profissional se mostra imprescindível para o fortalecimento do assoalho pélvico, instrução do uso da musculatura respiratória, técnicas de relaxamento, diminuição da dor, e prevenção de lacerações em períneo. Essas intervenções são importantes para a

paciente, pois torna o parto um momento menos doloroso e de respeito a seus valores, expectativas e autonomia

REFERÊNCIAS

BAVARESCO, G. Z. et al. O fisioterapeuta como profissional de suporte à parturiente. Florianópolis. Cien & Saúde Colet. Florianópolis, v. 16, n. 7, p. 3259-3266, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Programa Humanização do Parto. Humanização no pré-natal e nascimento. 2015.

CASTRO, A. S.; CASTRO, A. C.; MENDONÇA, A. C. Abordagem fisioterapêutica no pré-parto: proposta de protocolo e avaliação da dor. Rev Fisioterapia e Pesquisa, Uberaba, v. 19, n. 3, p. 210-214, 2012.

COLLA, C.; PAIVA, L. L.; THOMAZ, R. Exercícios terapêuticos para dor lombar e pélvica gestacional: uma revisão sistemática. Fisioter. Mov. Curitiba, v. 30, n. 2, p. 399-411. 2017.

FREITAS, A. S. et al. Atuação da Fisioterapia no parto humanizado. DêCiência em Foco. São Paulo, v. 1, n. 1, p. 18-29, 2016.

LIMA, E. G. et al. Intervenções fisioterapêuticas para os músculos do assoalho pélvico no preparo para o parto: revisão da literatura e proposta de manual de orientação. Fisioterapia Brasil. São Paulo, v. 22, n. 2, p. 216-229. 2021.

PAULA, L. F.; SILVA, R. G. C.; ANDRES, L. Associação entre disfunções cinético-funcionais, incapacidade lombar e dor lombopélvica na gestação. Fisioter. Mov. Curitiba, v. 30, n. 3, p. 473-484, 2017.

RODRIGUES, D. P. et al. Parto humanizado: valores de profissionais de saúde no cotidiano do cuidado obstétrico. Rev.

Bras. Enferm. São Paulo, v. 75, n. 2, s.p, 2021.

SILVA, L. M.; BARBIERI, M.; FUSTI-
NONI, S.M.; Vivenciando a experiência

da experiência da parturição em um mo-
delo assistencial humanizado, parturição
em um modelo assistencial humanizado.
Rev. Bras. Enferm. Brasília, v. 64, n. 1,
p. 60-65, 2011.