



## A importância da fisioterapia no puerpério

*Karen de Carvalho Teixeira<sup>1</sup>, Manoela Motta Pontes, Maria Luiza Lopes de Nogueira Alberto<sup>1</sup>,  
Thayane dos Anjos Rodrigues<sup>1</sup>, Luciano Matos Chicayban<sup>2</sup>*

*(1) Curso de Fisioterapia dos Institutos Superiores de Ensino do Censa (ISECENSA), Campos dos Goytacazes/RJ; (2) Laboratório de Fisioterapia em  
Pesquisa Pneumofuncional e Intensiva (LAPEFIPI) dos Institutos Superiores de Ensino do Censa (ISECENSA), Campos dos Goytacazes/RJ;*

O período gestacional promove alterações no organismo da mulher, para que o bebê possa se desenvolver de forma saudável no útero. Essas transformações podem interferir na vida cotidiana da mulher. A fisioterapia promove reeducação da musculatura abdominal, analgesia na região do períneo, restabelecimento da função gastrointestinal, além de ajudá-las com modificações psicológicas. Verificar os benefícios da fisioterapia no puerpério. Foi realizada uma revisão não-sistemática da literatura, através de ensaios clínicos randomizados, publicados entre os anos de 1999 e 2018. A busca envolveu as bases de dados PubMed, MEDLINE, SciELO, LILACS e PEDro. Foram utilizadas as seguintes palavras-chave: postpartum physiotherapy. Foram incluídos 6 ECR's. Foi observada diminuição significativa da dor no grupo tratado em quatro estudos, aumento de força dos músculos do assoalho pélvico (MAP) e diminuição da incontinência urinária em dois estudos, porém 3 puérperas apresentaram sintomas miccionais; em outro estudo houve diminuição de score relacionado a incontinência anal; em outro estudo a fisioterapia imediata após o parto reduziu a diástase abdominal. A fisioterapia no pós-parto, por meio de um programa de exercícios contribui para a redução da dor, aumento de força no assoalho pélvico, diminuição da incontinência urinária, incontinência anal e da diástase abdominal.

**Palavras-chave:** Pós-parto. Fisioterapia.

**Apoio:** ISECENSA.