

ATENDIMENTO FISIOTERAPÊUTICO NO PÓS PARTO EM UMA MATERNIDADE PÚBLICA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Izabela Cristina Nogueira Mesquita¹; Cristina Maria da Silva¹; Bianca Caroline Silva da Cunha¹; Alessandra Cardoso de Jesus¹; Susanne Cristine Brito e Silva²

¹Graduação, ²Mestrado
Universidade Federal do Pará (UFPA)
belanmesquita@gmail.com

Introdução: O puerpério, também chamado de pós-parto, é o período com duração média de 6 a 8 semanas em que as modificações imprimidas no corpo materno durante a gestação irão retornar ao estado pré-gravídico. O período pós-parto pode ser dividido em 3 momentos: pós-parto imediato (1º. ao 10º. dia após a parturição), pós-parto tardio (11º. ao 45º. dia) e pós-parto remoto (além de 45 dias)¹. No pós-parto imediato domina a crise genital; prevalecem os fenômenos catabólicos e involutivos das estruturas hipertrofiadas ou hiperplasiadas durante a gravidez. Ocorrem as mais dramáticas alterações fisiológicas, assim como o surgimento de complicações^{1,2}. Já o pós-parto tardio é o período em que todas as funções começam a ser influenciadas pela lactação. E no pós-parto remoto é um período com duração imprecisa, já que nas mulheres que não amamentam ele é breve. Diversas modificações ocorrem no corpo da mulher, que tem como objetivo restaurar e retornar os sistemas ao estado muito próximo ao pré-gravídico. O sistema urogenital, cardiovascular, respiratório, músculo-esquelético, dentre outros, retornam gradativamente às suas funções e potencialidades anteriores. As mulheres necessitam de cuidados específicos voltados à sua saúde, o que requer assistência multiprofissional de programas específicos para a saúde da mulher^{2,3}. Atualmente o Ministério da Saúde vem estimulando as maternidades a adotar novas condutas que ofereçam melhor atendimento para mãe e bebê durante o pré-natal, parto e puerpério. Programas como o de Humanização no Pré-natal e Nascimento e a Iniciativa Hospital Amigo da Criança incluem a adequação da estrutura física e dos equipamentos hospitalares, além de uma mudança de atitude dos profissionais de saúde para com as gestantes. Assim, para a prevenção da morbi-mortalidade materna e neonatal, a equipe de saúde deve realizar procedimentos comprovadamente benéficos para a mulher e o bebê, evitando intervenções desnecessárias^{4,5}. Nesse contexto, a atuação da fisioterapia em uma maternidade decorre da necessidade de se prevenirem complicações e para favorecer a recuperação precoce das puérperas, devido às inúmeras alterações ocorridas durante a gravidez que podem persistir no pós-parto. Atualmente há uma crescente demanda da abordagem fisioterapêutica na saúde da mulher, o que implica a oferta de atendimento adequado e fundamentado. Para as mulheres que se encontram no puerpério, essa abordagem ainda não está bem estabelecida, pois no Brasil é escassa a literatura sobre puérperas atendidas pela fisioterapia em maternidades⁵. **Objetivos:** Relatar o atendimento fisioterapêutico no pós parto em uma maternidade pública que ocorreu por conta do estágio na área de saúde da mulher. **Descrição da Experiência:** Trata-se de um trabalho qualitativo, do tipo relato de experiência, realizado no mês de dezembro de 2015 em uma maternidade pública de Belém do Pará, durante o estágio na área Atenção Integral a Saúde da Mulher, com acadêmicos do 8º período do curso de fisioterapia da Universidade Federal do Pará. Durante os atendimentos, inicialmente era realizado uma avaliação fisioterapêutica completa, na qual buscava-se identificar, as principais queixas relacionadas ao pós parto. Nesse contexto, investigava-se a presença de distúrbios ou disfunções relacionadas ao aparelho respiratório, amamentação, involução uterina, diástase e timpanismo abdominal, varizes, edema além de desconforto musculoesquelético e posicionamentos e outros fatores relacionados a amamentação .

Após a avaliação realizava-se condutas com atuação direcionada as queixas da paciente. O atendimento fisioterapêutico buscou proporcionar e orientar quanto ao posicionamento no leito, reeducação da função respiratória, estimulação do sistema circulatório, restabelecimento da função intestinal, fortalecimento dos músculos abdominais e da musculatura do assoalho pélvico, promoção de analgesia no local da incisão perineal ou cesárea e orientações gerais em relação aos cuidados com as mamas e quanto às posturas assumidas durante o cuidado com o bebê. As puérperas eram orientadas a adotarem postura correta no leito, deambulação precoce e evitar posturas antálgicas, aliviando as tensões musculares e promovendo analgesia, estimulando sempre uma postura correta.

Resultados: Por meio dessa experiência, foi possível observar que a fisioterapia é de fundamental importância para uma melhor recuperação da mulher no pós parto, visto que a atuação do fisioterapeuta consiste na recuperação, prevenção e tratamento de alterações decorrentes da gestação, além de orientações gerais sobre temas que permeiam e enche de dúvidas as mães, principalmente as primíparas, pôde-se avaliar que esta prática atuou de modo que o estresse pudesse ser minimizado, em decorrência dos esclarecimentos prestados. Sabe-se que o fisioterapeuta é habilitado para avaliar e tratar problemas musculoesqueléticos, promover relaxamento ativo, reeducar a função respiratória, estimular o sistema circulatório, restabelecer a função intestinal, fortalecer os músculos abdominais e do assoalho pélvico, promover analgesia no local da incisão perineal ou cesárea e orientar em relação aos cuidados com as mamas, quanto às posturas assumidas durante o cuidado com o bebê e da necessidade de continuar o acompanhamento fisioterápico em nível ambulatorial. A atuação fisioterapêutica no pós-parto é relevante, visto que possibilita minimizar as conseqüências fisiológicas e morfológicas que marcam esse período. A literatura preconiza que a puérpera deve ser estimulada a exercitar-se precocemente. Como rotina de atendimento fisioterápico, foi recomendado um intervalo de 12 a 24 horas após o parto normal e cesáreo respectivamente. Esse período é respeitado devido ao estresse físico e emocional causado pelo parto e pela instabilidade hemodinâmica, que é característica dessa fase puerperal. A reabilitação da mulher com parto cesariano é essencialmente a mesma da paciente com parto vaginal, salvo algumas particularidades, como dor na ferida operatória, presença excessiva de flatos e maior restrição ao leito, tais particularidades modifica os objetivos das condutas, visto que deve-se atuar para a melhoria da puérpera. Verificou-se que, com a avaliação fisioterápica descrita, as mulheres encontravam-se em um estado fisiológico de recuperação puerperal e que a conduta proposta pela fisioterapia foi realizada pela grande maioria das puérperas, mostrando a relevância do estágio nessa área. **Conclusão/Considerações Finais:** A mulher necessita, no período pós-parto, de suporte social, familiar e de um acompanhamento multiprofissional. A fisioterapia nesta fase é de grande importância, pois um programa de exercícios auxilia no retorno rápido a condições pré-gravídicas e evita problemas futuros, como: incontinência urinária, má postura, motilidade gastrointestinal reduzida, pouca força abdominal, tendinites, entre outras. Infelizmente essa prática ainda não é comum em todas as maternidades e nem do conhecimento de todas as mulheres.

Referências:

1. BARACHO, E. Fisioterapia Aplicada à Obstetrícia, Uroginecologia e Aspectos de Mastologia. 4ª ed. revisada e ampliada. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. 2007.
2. BORGES, F. D.; VALENTIN, E. C. Tratamento Da Flacidez E Diástase Do Reto-Abdominal No Puerpério De Parto Normal Com O Uso De Eletroestimulação

Muscular Com Corrente De Média Freqüência-Estudo De Caso.Revista Brasileira de Fisioterapia Dermato-Funcional,v. 1, n. 1, 2002.

3. LIZARDO, F.B. et al., Análise Eletromiográfica Comparativa Dos Músculos Reto Do Abdome E Reto Femoral Em Exercícios Abdominais Com E Sem A Utilização Do Aparelho Ab Swing, Biosci. J., Uberlândia, v. 25, n. 3, p. 92-103, May/June. 2009.
4. POLDEN, M; MANTLE, J.. Fisioterapia em Ginecologia e Obstetrícia. 2ª ed. São Paulo: Santos; 2002. O Período Pós-Natal; p. 223-73.
5. RETT, MT; BERNARDES, NO; SANTOS, AM; OLIVEIRA, MR; ANDRADE, SC. Atendimento de puérperas pela fisioterapia em uma maternidade pública humanizada. Fisioterapia e Pesquisa, São Paulo, v.15, n.4, p.361-6, out./dez. 2008.