

# O PAPEL DA FISIOTERAPIA NA PREPARAÇÃO PARA O PARTO NORMAL: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE ABORDAGENS E BENEFÍCIOS

III Congresso Médico Online de Ginecologia e Obstetrícia, 3ª edição, de 23/09/2024 a 24/09/2024

ISBN dos Anais: 978-65-5465-118-9

DOI: 10.54265/ESBG7647

**EPAMINONDAS; Maria Anita Coelho <sup>1</sup>, LEOPOLDINO; Rossana Coelho Epaminondas <sup>2</sup>**

## RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A fisioterapia desempenha um papel fundamental na assistência à gestante, promovendo a saúde física e preparando o corpo para o parto normal. O assoalho pélvico, em particular, é uma área de destaque, pois sua função adequada é essencial para o sucesso do parto vaginal, além de prevenir complicações como a incontinência urinária e o prolapso genital no pós-parto. Além disso, o fortalecimento muscular e a conscientização corporal ajudam na adaptação às mudanças físicas durante a gravidez, promovendo maior bem-estar e conforto para a gestante. Neste contexto, as intervenções fisioterapêuticas pré-natais têm se mostrado eficazes para reduzir dores musculoesqueléticas, aumentar a flexibilidade e melhorar o controle da respiração, facilitando assim o trabalho de parto. **OBJETIVO:** Este estudo tem como objetivo revisar a literatura sobre o papel da fisioterapia na preparação para o parto normal, identificando as principais abordagens utilizadas e seus benefícios para as gestantes. A pesquisa visa elucidar como a fisioterapia pode auxiliar na promoção de um parto vaginal mais seguro e confortável, além de reduzir possíveis complicações tanto durante quanto após o parto. **MÉTODO:** Foi realizada uma revisão bibliográfica a partir da consulta de artigos científicos, livros e publicações especializadas em fisioterapia obstétrica, disponíveis em bases de dados como PubMed, Scielo e Google Scholar. Após a coleta de dados, os artigos selecionados foram analisados de acordo com a relevância e a consistência das evidências apresentadas sobre as técnicas fisioterapêuticas aplicadas e seus resultados. **RESULTADOS:** A revisão da literatura demonstrou que a fisioterapia na preparação para o parto normal apresenta inúmeros benefícios. As técnicas mais citadas incluem exercícios para o fortalecimento do assoalho pélvico, treinamento respiratório e postural, além de alongamentos e mobilizações articulares. Estudos apontam que gestantes que participaram de programas de fisioterapia durante o pré-natal relataram menor incidência de dores nas costas e pélvicas, além de maior controle sobre a musculatura perineal, o que facilitou o trabalho de parto e reduziu o tempo de expulsão do bebê. Ademais, foi evidenciado que a fisioterapia pode reduzir a necessidade de intervenções obstétricas, como o uso de fórceps ou ventosas, e diminuir a probabilidade de lesões perineais severas. Gestantes que participaram de programas de fisioterapia também apresentaram menor prevalência de incontinência urinária no pós-parto. **CONCLUSÃO:** A revisão bibliográfica realizada sugere que a fisioterapia desempenha um papel essencial na preparação para o parto normal, oferecendo benefícios tanto para a mãe quanto para o bebê. As intervenções fisioterapêuticas, especialmente aquelas focadas no fortalecimento do assoalho pélvico e no controle da respiração, promovem um parto mais seguro, confortável e menos propenso a complicações. Portanto, a inclusão de programas de fisioterapia no acompanhamento pré-natal deve ser fortemente recomendada como

<sup>1</sup> Universidade Maurício de Nassau - UNINASSAU, anita\_epaminondas@hotmail.com

<sup>2</sup> Universidade de Pernambuco, rossanaepaminondas@hotmail.com

parte de uma abordagem multidisciplinar para o cuidado obstétrico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fisioterapia obstétrica, preparação para o parto, parto normal, assoalho pélvico, saúde materna