



UNIVERSIDADE POTIGUAR - UNP
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
CURSO DE FISIOTERAPIA

GABRIEL HUMBERTO CARVALHO DE SOUZA
LIVIA CAROLINE SANTOS E SILVA

**ANÁLISE DOS EFEITOS DO KINESIO TAPING NAS CONDIÇÕES
DOLOROSAS DO PÓS-PARTO: REVISÃO NARRATIVA DE LITERATURA**

NATAL / RN
2023

GABRIEL HUMBERTO CARVALHO DE SOUZA
LIVIA CAROLINE SANTOS E SILVA

**ANÁLISE DOS EFEITOS DO KINESIO TAPING NAS CONDIÇÕES
DOLOROSAS DO PÓS-PARTO: REVISÃO NARRATIVA DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Fisioterapia da Universidade Potiguar, como parte das exigências para obtenção do título de bacharel em Fisioterapia

Orientadora: Marcella Cabral de Oliveira

Natal / RN

2023

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Fluxograma de estudo..... 12

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Descritores de acordo com o idioma.....	11
Tabela 2 - Caracterização do estudo em relação ao tipo da amostra, objetivo dos ensaios, método de avaliação da dor e qualidade de vida.....	15
Tabela 3 - Descrição dos protocolos utilizados nos grupos controle e intervenção e resultados obtidos.....	16

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

DLM Drenagem linfática manual

DRI Distância Inter-retal

EVA Escala visual analógica

IM Ingurgitamento mamário

IRD Distância inter-retal

KT Kinesio taping

LILACS Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde

MLD Drenagem linfática manual

N Número

PBSES Escala de autoeficácia em amamentação

PCS Escala de conforto pós parto

PEDro Physiotherapy Evidence Database

PP Pós parto

SciELO Scientific Electronic Library Online

TT Taping

WSE Exercícios de estabilização de punho

SUMÁRIO

1. RESUMO	7
2. INTRODUÇÃO	9
3. MÉTODOS.....	10
3.1. Critérios de inclusão e exclusão.....	10
3.2. Estratégia de busca.....	11
3.3. Seleção de estudos.....	11
3.4. Extração de dados.....	12
4. RESULTADOS.....	13
5. DISCUSSÃO.....	17
6. CONCLUSÃO.....	19
7. REFERÊNCIAS.....	20

ANÁLISE DOS EFEITOS DO KINESIO TAPING NAS CONDIÇÕES DOLOROSAS DO PÓS-PARTO: REVISÃO DE LITERATURA

ANALYSIS OF THE EFFECTS OF KINESIO TAPING ON THE PAINING CONDITIONS OF POST-PARTMENT: LITERATURE REVIEW

Gabriel Humberto Carvalho de Souza

Livia Caroline Santos e Silva

Marcella Cabral de Oliveira

RESUMO

Introdução: Problemas físicos em mulheres após o parto são considerados um fator de risco para a saúde e o bem-estar emocional, e dores musculoesqueléticas em diversas áreas, como costas, pescoço e ombros, são muito comuns. **Objetivo:** Revisar as principais evidências disponíveis na literatura sobre os efeitos do uso do Kinesio *Taping* (KT) para conforto e alívio das dores que surgem após o parto. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura, realizada em meios eletrônicos durante o segundo semestre do ano de 2023, em quatro bases de dados: PEDro, SciELO, PubMed e LILACS. Foram utilizados os seguintes descritores: “Kinesiotape”, “Período Pós-parto (Postpartum Period)” e “Dor (Pain)”, sendo considerado para esta revisão apenas estudos publicados entre os anos de 2019 a 2023. **Resultados:** Após seguir as estratégias de busca nas bases de dados, critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 4 artigos para a realização do estudo, sendo 3 da PUBMED e 1 da PEDro. **Conclusão:** A utilização do *taping* para o manejo das queixas dolorosas comuns após o parto se mostra mais eficaz quando utilizada de forma complementar. Podendo assim, de forma associada, ser um protocolo eficaz no manejo da dor em mulheres no pós-parto.

Palavras-Chaves: Kinesiotape. Período Pós-Parto. Dor

¹Graduando em Fisioterapia pela Universidade Potiguar – E-mail: humb19souza@gmail.com

²Graduando em Fisioterapia pela Universidade Potiguar – E-mail: liviacarolineesh@gmail.com

³Professor-orientador. Docente na Universidade Potiguar – E-mail: marcellacabral12@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: Physical problems in women after childbirth are considered a risk factor for emotional health and well-being, and musculoskeletal pains in various areas, such as back, neck and shoulders, are very common. **Objective:** Review the main evidence available in the literature on the effects of the use of Kinesio Taping (KT) for comfort and relief of the pains that arise after childbirth. **Methodology:** This is a literature review, conducted in electronic media during the second half of the year 2023, in four databases: PEDro, SciELO, PubMed and LILACS. The following descriptors were used: “Kinesiotape”, “Postpartum Period” and “Pain”, only studies published between 2019 and 2023 were considered for this review. **Results:** After following the search strategies in the databases, inclusion and exclusion criteria, 4 articles were selected for the study, 3 from PUBMED and 1 from PEDro. **Conclusion:** The use of taping for the handling of common painful complaints after childbirth is most effective when used in a complementary way. It can thus, in combination, be an effective protocol in the management of pain in women in the postpartum.

Keywords: Kinesiotape. Postpartum Period. Pain

2 INTRODUÇÃO

De acordo com Jung et al. (2020), problemas físicos em mulheres após o parto são considerados um fator de risco para a saúde e o bem-estar emocional, e dores musculoesqueléticas em diversas áreas, como costas, pescoço e ombros, são muito comuns.

Aproximadamente, 30-78% das mulheres apresentam dor lombar (lombalgia) durante a gravidez e no puerpério. Apesar de sua prevalência, a lombalgia é muitas vezes considerada um fenômeno normal e essa negligência pode levar a uma série de problemas que vão desde a inatividade física à privação de sono, o que resulta em maior incidência de complicações obstétricas. A lombalgia pós-parto em relação à gravidez é um problema de saúde notável que afeta um número maior de mulheres em todo o mundo. Geralmente inicia após o parto e pode continuar por até um ano. (Rishi et al., 2022)

Outro problema muito comum que surge nas puérperas é a dor no pulso que ocorre após o parto chamada de “Doença de Quervain” ou “pulso do bebê” e é muito comum na prática clínica. A frouxidão das articulações periféricas aumenta durante a gravidez, o que é conhecido como um fator de risco para dores e danos nas articulações. Além disso, o abuso do pulso, como levantar ou carregar o bebê repetidamente e por muito tempo e envolver o bebê durante a amamentação, causa tensão muscular ao redor da articulação do punho. (Jung et al., 2022)

Após o parto, nos primeiros dias depois do nascimento, o início e a manutenção da lactação são definidos, e é nesse período que podem surgir dificuldades que requerem suporte à mulher para o estabelecimento da autoconfiança e resolução das dificuldades apresentadas. A amamentação é também um momento desafiador, e frequentemente pode trazer possíveis complicações como queixa de baixa produção de leite, dor no mamilo e traumas mamilares, ingurgitamento mamário e mastite. (Castro et al., 2009)

Nesse cenário surge o *Kinesio Taping* (KT), para intervenção das intercorrências dolorosas do pós-parto. Esta modalidade terapêutica consiste em um conjunto de técnicas que envolvem a aplicação de uma faixa elástica que pode permanecer na pele por até 7 dias. A fita é livre de látex, com capacidade adesiva acrílica e ativada pelo calor do corpo, feita de fio elástico de polímero envolto por fibras de algodão

(100%). Suas características superam as fitas geralmente utilizadas em bandagens por permitir secagem rápida, maior tempo de uso e ser mais fina e mais elástica (alongamento/estiramento longitudinal de 55 a 60% da sua posição de repouso ou elasticidade total de 120 a 140%), o que facilita envolver tecidos e articulações com maior precisão. (Artioli; Bertolini, 2014)

A aplicação do *Kinesio Taping* foi uma técnica inicialmente concebida, desenvolvida e descrita para a área esportiva e, desde então, vem sendo adaptada em diversas áreas da fisioterapia para intervenção nas disfunções musculoesqueléticas e neuromusculares. (Lenzi, et al., 2017)

De acordo com seu criador, portanto, a KT proporciona: (1) correção da função muscular por fortalecer músculos fracos; (2) estímulo cutâneo que facilita ou limita movimento; (3) auxílio na redução de edema por direcionar exsudatos em direção a ducto linfático e linfonodos; (4) correção do posicionamento articular por amenizar espasmos musculares; e (5) redução da dor por vias neurais. (Artioli; Bertolini, 2014)

Visto a lacuna na literatura acerca do uso do *Taping* das disfunções dolorosas decorrentes do período do pós-parto, seja ele vaginal ou cesariano, e suas formas de aplicação em puérperas, o objetivo deste estudo é revisar as principais evidências disponíveis na literatura e os desfechos sobre os efeitos do uso do *Taping* para conforto e alívio das dores mais comuns que surgem após o parto.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura que busca investigar os efeitos do *Kinesio Taping* nas condições dolorosas decorrentes do pós-parto. A questão norteadora deste estudo buscou responder se a aplicação do *Taping* possui resultados significativos de conforto e alívio das queixas algícas que surgem no período pós-parto.

3.1. Critérios de inclusão e exclusão

Foram incluídos ensaios clínicos randomizados, publicados de 2019 a 2023 com idioma de publicação português e inglês, que utilizaram amostras compostas por mulheres puérperas de parto vaginal e cesariano com queixas dolorosas decorrentes do pós-parto que utilizaram o KT como protocolo de intervenção, foram realizadas diferentes estratégias para assegurar uma busca abrangente. Foram excluídos os

estudos não disponibilizados de forma completa e gratuita, revisões de literatura, estudos transversais, relatos de caso, opinião de especialistas, capítulos de livros, monografias, dissertações, metanálises e teses.

3.2. Estratégia de busca

As buscas bibliográficas foram realizadas nas seguintes bases de dados eletrônicas: PubMed, Scielo, PEDro e Lilacs. Os descritores na língua inglesa “*Kinesio Tape*” AND “*Postpartum Period*” AND “*Pain*” foram utilizados para localizar os estudos e foram utilizados filtros para ensaio clínico.

Tabela 1 – Descritores de acordo com o idioma

Português	Inglês
Kinesiotape	Kinesiotape
Período Pós-Parto	Postpartum Period
Dor	Pain

3.3. Seleção dos estudos

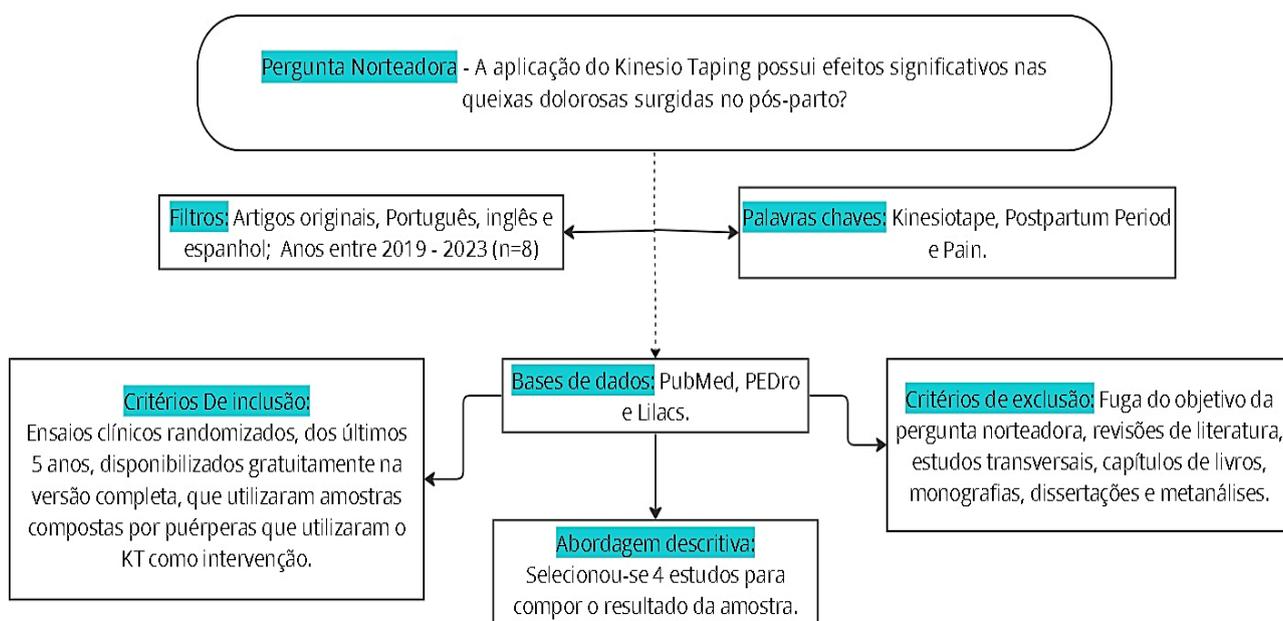
Dois revisores independentes foram responsáveis pela escolha de artigos, sem divergências na seleção. Inicialmente, títulos e resumos dos artigos selecionados foram lidos e foram incluídos apenas aqueles que cumpriram os critérios de inclusão. Em seguida, todos os artigos que sobraram após o processo de triagem inicial, foram lidos na íntegra e posteriormente, os revisores definiram se o material poderia ser incluído de acordo com os critérios de inclusão.

3.4. Extração de dados

Após a leitura completa dos artigos incluídos, as informações retiradas dos estudos incluídos foram dispostas em duas tabelas, sendo a primeira tabela: (a)

Características das participantes (número amostral e fase do pós-parto); (b) Objetivo do ensaio clínico; (c) Métodos de avaliação da dor e/ou desconforto e qualidade de vida. A segunda tabela foi caracterizada com as seguintes informações: (a) Protocolo de intervenção (duração do tratamento, frequência, tempo das sessões e técnicas de aplicação e se associado a outra intervenção); (b) Comparação: controle (tempo e condições de controle) e outras intervenções (modalidade e métodos de utilização); (c) resultados.

Figura 1 – Fluxograma do estudo



Fonte: própria

4 RESULTADOS

Após seguir as estratégias de busca nas bases de dados através dos descritores indicados na tabela 1, foram encontrados ao todo 8 estudos, sendo 6 na PUBMED e 2 na PEDro. Foram excluídos os artigos que não se adequaram aos critérios de elegibilidade e após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados 4 artigos para a realização do estudo.

Os estudos selecionados foram realizados com 208 mulheres no total, com idade entre 18 e 45 anos com quadros álgicos após a gestação, sendo 2 estudos (50%) com participantes no pós-parto remoto (após o 43º dia), 1 estudo (25%) com participantes no pós-parto imediato (entre o 1º e o 10º dia) e 1 estudo (25%) com mulheres entre o pós parto imediato e o tardio (11º e o 42º dia).

Dos 4 estudos, 2 apresentaram um grupo de estudo (KT) e 1 grupo de controle, e 2 apresentaram 1 grupo com intervenção do KT e mais 2 grupos de comparação: controle e intervenções secundárias (Drenagem linfática manual e exercícios de estabilização do punho).

De acordo com o resultado dos estudos, o *Kinesio Taping* com suas aplicações específicas, apresentou resultados positivos na melhora significativa da dor decorrente das alterações que ocorreram após o parto, reduzindo significativamente as queixas dolorosas nas mamas, no punho e na região lombar.

Além da diminuição dos níveis de dor, o KT demonstrou aumento significativo da autoeficácia na amamentação, e dos níveis de conforto nas mamas e na região abdominal. A aplicação do KT promoveu também a melhora da capacidade funcional das puérperas em comparação com os grupos controle. No estudo que investigou o efeito da KT comparado com a drenagem linfática manual (DLM) na intensidade da dor, no ingurgitamento mamário, demonstrou que a DLM aliviou mais a dor e a firmeza das mamas e aumentou o volume de leite nas puérperas em comparação com os grupos de intervenção com KT e grupo controle, podendo recomendada às mães pós-natais para melhor controlar o ingurgitamento mamário, tendo o KT como intervenção associada.

No estudo que abordou a aplicação do KT na dor no punho após o parto, o grupo de intervenção que realizou os exercícios de estabilização utilizando faixas elásticas e halteres, associados ao KT aplicado no punho, em comparação com o grupo controle e o grupo que realizou apenas os exercícios de estabilização de punho na mesma duração de tempo, mostraram reduções significativas de dor.

Ao avaliar os efeitos do *kinesio taping* na melhora da dor e da DRI em mulheres com lombalgia pós-parto, o estudo encontrado nesta revisão observou que o grupo que recebeu a aplicação do KT com exercícios e bolsa quente cinco vezes/semana durante seis semanas, em comparação com o grupo que recebeu o tratamento convencional que incluiu exercícios e bolsa quente, obteve melhora significativa nos escores de dor (valor médio de 13,75 no início para 3,75 no final da 6ª semana) e nos escores de IRD (valor médio de 28,37 no início para 27,38 no último dia da 6ª semana).

Em todos os estudos selecionados, entre os grupos intervenção e controle, não houve relação estatisticamente significativa entre idade, escolaridade, situação profissional, nível de renda, número de gestações, número de partos vaginais e cesarianas, indicação de cesariana, experiência de dor aguda e estado de alergia. Os grupos foram independentes e homogêneos quanto a essas características.

Tabela 2 – Caracterização do estudo em relação ao tipo da amostra, objetivo dos ensaios, método de avaliação da dor e qualidade de vida

Autor	Amostra	Objetivo	Avaliação
(Uzunkaya-Öztoprak, P; Koc, G; Özyüncü,O (2023)	48 puérperas entre 18 e 45 anos de parto cesariano, com até 8 horas de pós-parto.	Determinar o efeito da KT na dor aguda, comportamento de amamentação e nível de conforto em mulheres com cesariana.	Realizadas no 1º e 2º dia de pós-parto: EVA, PBSES e PCS.
Doğan, H.; Eroğlu, S.; Akbayrak, T (2020)	75 puérperas com 18 anos ou mais (com PP entre 3 e 14 dias) que apresentavam ingurgitamento mamário no PP precoce. (>=18 anos)	Investigar o efeito da KT e da DLM na intensidade da dor, no IM e no volume de leite em puérperas.	Realizadas no 1º. 4º e 10º dia de internação. Palpação; Termômetro; Escala de ingurgitamento mamário de HILL e HUMENICK; Escala de EVA;
Rishi et al (2022)	40 puérperas com faixa etária de 20 a 35 anos e 6 a 12 meses pós-parto, com dor lombar nos últimos três meses e presença de DRI de no mínimo 9 mm a 2 cm abaixo do umbigo, com parto vaginal normal e gravidez única.	Explorar a eficácia da fita <i>kinesio</i> na dor e na distância inter-retal em mulheres com lombalgia PP.	Realizadas no início e no último dia da 3ª semana e no último dia da 6ª semana através do questionário Rolland Morris (24 itens).
Jung K et al (2022)	45 puérperas, com até 12 meses pós-parto, com dor no punho com EVA de 30 mm ou superior, que nunca haviam sentido dor no punho antes da gravidez.	Avaliar os efeitos do exercício de estabilização do punho combinado com bandagem na dor no punho, incapacidade e qualidade de vida em mulheres pós-parto com dor no punho.	Realizadas antes e um dia após a intervenção final: EVA de 100 mm; Questionário DASH (pontuação de 100); Questionário Short Form 36 (SF-36);

Siglas: EVA= Escala Visual Analógica; PBSES= Escala de Autoeficácia em Amamentação; PCS= Escala de Conforto Pós-parto; DLM= Drenagem linfática Manual; DRI= Distância Inter-retal; PP= pós parto; IM= ingurgitamento mamário;

Fonte: própria

Tabela 3 - Descrição dos protocolos utilizados nos grupos controle e intervenção e resultados obtidos

Autor	Comparação	Intervenção	Resultado
(Uzunkaya-Öztoprak, P; Koc, G; Özyüncü, O (2023)	Cuidados de rotina e protocolo de analgesia hospitalar (n=24)	Cuidados de rotina, analgesia hospitalar e KT aplicado nas mamas e nos músculos retos abdominais (n=24)	Nível de dor significativamente reduzido no grupo KT, aumento da autoeficácia na amamentação, e melhora do nível de conforto pós-parto.
Doğan, H.; Eroğlu, S.; Akbayrak, T (2020)	Cuidados mamários de rotina (n=25) Grupo MLD: Cuidados mamários e rotina e MLD (drenagem linfática manual) (n=25)	Grupo KT: Cuidados mamários de rotina e aplicação de KT (n=25)	O MLD aliviou mais a dor e a firmeza das mamas e aumentou o volume de leite nas puérperas em comparação com os grupos KT e controle.
Rishi et al (2022)	Grupo B: seguiu tratamento convencional que incluiu exercícios e bolsa quente.	Grupo A: KT com exercícios e bolsa quente cinco vezes/semana durante seis semanas.	Melhora significativa nos escores de dor (valor médio de 13,75 no início para 3,75 no final da 6ª semana) e nos escores de IRD (valor médio de 28,37 no início para 27,38 no último dia da 6ª semana) foi observada no grupo A que recebeu KT juntamente com o tratamento convencional em comparação ao grupo B.
Jung K et al (2022)	Grupo WSE (n = 15): exercícios de estabilização do punho por 40 minutos (uma vez por dia, cinco vezes por semana durante oito semanas) Grupo controle. (n = 15): exercícios de amplitude de movimento passiva no mesmo período de tratamento.	Grupo WSE + TT (n=15): exercícios de estabilização do punho, no mesmo período de tempo, e prendeu fita adesiva no punho e antebraço durante o período de treinamento.	O grupo WSE + TT apresentou uma diminuição significativa na dor no punho e na incapacidade funcional em comparação com dois grupos ($p < 0,05$). Melhora significativa na pontuação do SF-36 foi observada nos grupos WSE + TT e WSE em comparação ao grupo controle ($p < 0,05$).

MLD= Drenagem linfática manual; n= número de participantes; WSE= exercícios de estabilização do punho; KT e TT= Taping;

Fonte: própria

5 DISCUSSÃO

Compreende-se que o *kinesio taping* (KT) é um dos métodos não farmacológicos cujo uso tem aumentado entre diversas disciplinas no tratamento da dor nos últimos anos. A fita aumenta a distância entre a pele e o tecido muscular com a sua estrutura e flexibilidade especiais. Receptores especiais nesta cavidade modulam o estímulo de dor enviado ao cérebro, resultando em uma reação menor à dor no corpo. Além disso, o KT ajuda a reduzir a dor, ativando a supressão neurológica e elevando a fáscia e os tecidos moles sobre a área dolorosa. Como resultado da aplicação, o tecido facial é curado, a dor e o edema são reduzidos e o suprimento sanguíneo do tecido aumenta. (Uzunkaya-Öztoprak, P; Koc, G; Özyüncü, O , 2023)

Conforme descrito na literatura, as puérperas apresentam diversas alterações decorrentes do pós-parto que lhes causam dor em diferentes partes do corpo. Algumas delas foram citadas nos estudos selecionados, como a dor no punho, na lombar e na região mamária.

Ainda de acordo com Uzunkaya-Öztoprak, Koc, e Özyüncü ((2023), o KT pode melhorar o sucesso da amamentação pós-parto, bem como reduzir a dor e o conforto no pós-operatório, podendo também ser útil no manejo de problemas mamários e aumentar a secreção de leite, podendo também reduzir a dor e o ingurgitamento mamário. No seu estudo, constatou-se que o nível de dor das mulheres submetidas ao KT foi inferior ao do grupo controle (45 minutos após a bandagem, nos dois primeiros dias de pós-operatório).

Segundo Tantawy e Kamel (2016), o KT também é eficaz na redução do nível de dor sendo aplicado após mastectomia. Corroborando esses achados, Brown e Langdon (2014), mostraram que a aplicação de KT reduz a dor mamária nas mães no pós-parto e previne o desenvolvimento de ingurgitamento.

Em contrapartida, Dogan, Erolu e Akbayrak (2020) demonstraram na análise de resultados do seu estudo que técnicas combinadas mostram maior eficácia em relação à aplicação isolada do *taping*. Ao compararem o efeito da drenagem linfática manual e a aplicação do *kinesio taping*, ambos associados aos cuidados com as mamas no ambiente hospitalar, os efeitos positivos do MLD foram maiores que o KT em relação à dor mamária. Os autores afirmam que os dois métodos podem ser usados em casos agudos e reduzem a inflamação, assegurando que a DLM drena de forma aguda o líquido no sistema linfático e a KT ajuda na drenagem, semelhante à DLM.

É possível afirmar que o *kinesio taping* promove benefícios significativos quando se fala em funcionalidade e estado psicológico, sendo eficaz no aumento do nível de conforto mamário, promovendo a diminuição das dores e reduzindo os problemas vivenciados com a amamentação, que para muitas mulheres é uma relevante fonte de estresse, melhorando sua autoeficácia. É importante enfatizar que o sucesso da amamentação tem influência multifatorial, e questões como cuidados pré-parto, experiência anterior de amamentação, confiança da mulher, e relação com o parceiro podem ser fatores determinantes na experiência de lactação da puérpera.

Ao avaliar os desfechos do exercício de estabilização do punho combinado com o KT, para a dor no punho, outra queixa dolorosa comum no puerpério, Jung et al., (2021), concluíram que o grupo que realizou os exercícios de estabilização de punho de forma combinada com o *taping*, apresentou reduções significativas na dor no punho e na incapacidade funcional em comparação aos grupos WSE e controle. Portanto, acredita-se que o efeito da bandagem seja mais eficaz quando combinado com exercícios do que quando aplicado isoladamente. O estudo apontou que a intervenção para estabilização utilizando o KT e os exercícios de maneira combinada, apresentaram resultados positivos na redução na dor no punho e incapacidade funcional do membro ao agir diretamente no conforto e estabilidade articular, ainda assim ele apresenta e indica suas limitações, como o baixo número de participantes, além de outros fatores externos ao pós parto como nível de atividade, tempo e ocupação relacionados aos cuidados com os filhos ou tarefas domésticas, que também possam ter contribuído no desenvolvimento da patologia.

É necessário, em futuras pesquisas relacionadas ao tempo, classificar os grupos de acordo com a queixa dolorosa, alteração funcional ou nível de atividade do punho (seja amamentação, tempo para segurar o bebê etc.) e comparar os efeitos do *taping* combinado com exercícios de estabilização do punho.

Numerosos estudos foram realizados sobre a fisiopatologia e epidemiologia da lombalgia na gravidez, mas ainda há muita obscuridade em relação à definição e causa da lombalgia durante e após a gravidez. Porém, conclui-se que a dor nas costas pós-parto pode ser resultado do aumento de peso durante a gravidez, o que leva a alterações biomecânicas como mudança do centro de gravidade, alteração na postura e desenvolvimento de lordose (Rishi et al., 2022).

O estudo de Rishi et al., (2022), foi projetado para explorar o efeito da *fita kinesio* na dor e distância inter-retal entre mulheres com dor nas costas pós-parto, e seus resultados mostraram que a intensidade da dor e IRD apresentaram melhora ao longo do estudo no grupo experimental que recebeu fita *kinesio* juntamente com a fisioterapia convencional. Ratificando a hipótese desse estudo, Sabbour e Omar (2011), concluíram que a fita *kinesio* juntamente com exercícios de inclinação pélvica é um tratamento eficaz para dores nas costas durante o final da gravidez. O resultado da pesquisa, segundo os autores, explica-se pela fisiologia adotada, que reduz o espasmo agudo ou crônico e a dor muscular, apoiando a fáscia e promovendo alinhamento dos tecidos na posição desejada, e por consequência melhorando a função muscular, que por sua vez aumenta a estimulação dos mecanorreceptores para ativar ou limitar o movimento, e ao levantar a pele sobre a fáscia, retira a pressão sobre os canais linfáticos e remove os exsudatos. Portanto, a *kinesio taping* junto com exercícios abdominais pode atuar como um protocolo eficaz no manejo da dor e da IRD em mulheres com lombalgia pós-parto.

6 CONCLUSÃO

A utilização do *taping* apresenta evidências moderadas no manejo das queixas dolorosas comuns após o parto, e se mostra mais eficaz quando utilizada de forma complementar, sendo associado a outras intervenções. Os quatro estudos apresentaram qualidade metodológica considerável, e seus resultados são, na maioria, descritos como benéficos para os desfechos estudados. Os resultados, apesar de promissores, sugerem a necessidade de mais ensaios clínicos com delineamentos robustos e maior número amostral, a fim de se estabelecer a evidência científica deste tipo de intervenção.

7 REFERÊNCIAS

ARTIOLI, D.P.; BERTOLINI, G. R. F. Kinesio taping: application and results on pain: systematic review. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 21, n. 1, p. 94–99, jan. 2014.

BROWN, D.; LANGDON C. A bandagem terapêutica elástica Kinesio diminui o ingurgitamento mamário em mulheres no pós-parto? **Clin Lact**.2014;5:67–74.

CASTRO, K. F.; SOUTO, C.M.R.M.; RIGÃO, T.V.C; GARCIA, T.R.; BUSTORFF, L.A.C.V.; BRAGA, V.A.B. Intercorrências mamárias relacionadas à lactação: estudo envolvendo puérperas de uma maternidade pública de João Pessoa, PB. **Mundo Saúde**. 2009;33(4):433-9.

DOĞAN, H.; EROĞLU, S.; AKBAYRAK, T. Comparison of the Effect of Kinesio Taping and Manual Lymphatic Drainage on Breast Engorgement in Postpartum Women: A Randomized-Controlled Trial. **Breastfeed Med**. 2021 Jan;16(1):82-92. Disponível em: 10.1089/bfm.2020.0115. Epub 2020 Oct 8. PMID: 33030349.

GIUGLIANI, E. R. J. Problemas comuns na lactação e seu manejo. **Jornal de Pediatria**, v. 80, n. 5, p. s147–s154, nov. 2004.

JUNG, K. S.; JUNG, J. H; SHIN, H.S.; PARK, J.Y.; IN, T. S.; CHO, H.Y. The Effects of Taping Combined with Wrist Stabilization Exercise on Pain, Disability, and Quality of Life in Postpartum Women with Wrist Pain: A Randomized Controlled Pilot Study. **Int J Environ Res Public Health**. 2021 Mar 30;18(7):3564. Disponível em: 10.3390/ijerph18073564. PMID: 33808137; PMCID: PMC8037921.

LENZI, G. F. *et al*. Efeito da bandagem elástica no posicionamento da pelve com inclinação posterior. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 23, n. 1, p. 50–54, jan. 2017.

SABBOUR A, OMAR H. O efeito da terapia de cinesiotaping aumentada com exercícios de inclinação pélvica na dor lombar em primigestas durante o terceiro trimestre. **Bull Fac Ph Th Cairo Univ**. 2011;16(1):53-61.

RISHI, P.; YADAV, J.; ANAND, P.; YADAV, B. Eficácia da Kinesio Taping entre mulheres com dor lombar pós-parto - Um estudo quase experimental. **Jornal Clinical of Diagnostic Research**, v. 16, n.2, p. YC01. 2022.

TANTAWY S.A.; KAMEL D.M. The effect of kinesio taping with exercise compared with exercise alone on pain, range of motion, and disability of the shoulder in postmastectomy females: a randomized control trial. **J Phys Ther Sci**. 2016;28(12):3300-3305.

UZUNKAYA-OZTOPRAK P, KOC G, OZYUNCU O. The effect of Kinesio Taping on acute pain, breastfeeding behavior and comfort level in women with cesarean section: A randomized controlled trial. **Niger J Clin Pract**. 2023 Aug;26(8):1075-1084. Disponível em: 10.4103/njcp.njcp_459_22. PMID: 37635599.

ZAKARIJA-GRKOVIC, I.; STEWART, F.; Treatments for breast engorgement during lactation. **Cochrane Database Syst Rev**. 2020;9(9):CD006946. Published 2020 Sep 18.