

JHENIFFE GUIMARÃES SILVA

A IMPORTÂNCIA DA ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NO TRABALHO DE PARTO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Fisioterapia do Centro Universitário UNA de Jataí, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

Orientadora: Prof.^a Ms. Kamylla Caroline Santos

**JATAÍ
2022**

A IMPORTÂNCIA DA ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NO TRABALHO DE PARTO

THE IMPORTANCE OF THE PHYSIOTHERAPIST'S ROLE

Jheniffe Guimarães Silva¹

Kamylla Caroline Santos²

Resumo: O momento do parto é um dos mais aguardados na vida da gestante, e em grande parte as mulheres veem-se pouco preparadas para este momento, o que faz com que se sintam extremamente ansiosas e nervosas. Durante o período da gestação, do trabalho de parto e do puerpério, é de extrema importância que a gestante tenha acompanhamento do profissional de fisioterapia para encorajá-la e ajudá-la a se preparar para o momento do parto. Neste sentido, o objetivo deste trabalho é realizar uma revisão de literatura acerca da importância da atuação do fisioterapeuta no trabalho de parto natural, apresentando as vantagens do acompanhamento deste profissional no trabalho de parto, enfatizando a importância e os benefícios da fisioterapia para a parturiente. Para a metodologia optou-se pelo método bibliográfico. Foi possível observar que as técnicas utilizadas pela fisioterapia e as evidências científicas mostram que a assistência fisioterapêutica tem efeitos benéficos para o alívio da dor, relaxamento, orientação e conscientização da mulher sobre o próprio corpo e suas potencialidades, como também para sua preparação para o momento do parto.

Palavras-chave: Fisioterapia. Parto. Trabalho de parto. Gestação.

Abstract: The moment of childbirth is one of the most anticipated in the life of a pregnant woman, and most women find themselves unprepared for this moment, which makes them feel extremely anxious and nervous. During pregnancy, labor, and the puerperium, it is extremely important that the pregnant woman be accompanied by physiotherapy professional to encourage and help her prepare for the moment of birth. In this sense, the objective of this study is to carry out a literature review on the importance of the role of the physiotherapist in natural labor, presenting the advantages of this professional's support during labor, emphasizing the importance and benefits of physiotherapy for the parturient woman. For the methodology, the bibliographic method was chosen. It was possible to observe that the techniques used by physiotherapy and scientific evidence show that physiotherapeutic care has beneficial effects for pain relief, relaxation, guidance and awareness of the woman about her own body and its potential, as well as for her preparation for the moment of birth.

Keywords: Physiotherapy. Childbirth. Labor. Pregnancy.

¹ Acadêmica do 9º período do curso de Fisioterapia do Centro Universitário UNA.

² Orientadora e professora do curso de Fisioterapia do Centro Universitário UNA.

1 INTRODUÇÃO

O momento do parto é um dos mais aguardados na vida da gestante, pois é ali que se finda o período da gestação e a mãe finalmente pode conhecer o seu bebê. De um modo geral, as mulheres veem-se pouco preparadas para esse momento, e tendem a se sentir extremamente ansiosas e nervosas, podendo até se tornar uma experiência traumatizante para elas, principalmente se tiver sido uma gravidez de risco ou se o momento do parto tiver passado por complicações.

Normalmente, após o período de 40 semanas de gestação, inicia-se o trabalho de parto, o qual, segundo Montenegro e Rezende (2013) é definido como a expulsão de feto vital, para o mundo exterior, através das vias genitais.

Durante o processo de gravidez, o corpo da mulher passa por inúmeras transformações fisiológicas. Dentre tantas, as mais significativas são o aumento gradativo do volume uterino e abdominal para acomodar o feto; mudança no padrão respiratório; mudança do eixo gravitacional; desativação da musculatura estabilizadora por causa do aumento do volume abdominal; instabilidade lombo pélvica, o que pode causar desconforto ao se movimentar, andar e sentar, como também o aparecimento de dores nas costas. (CARRER e OLIVEIRA, 2022).

No que se refere ao trabalho de parto, a primeira fase pela qual a gestante vivencia é a dilatação, na qual as contrações são mais longas e o objetivo é fazer com que o feto seja “empurrado” para o canal vaginal. É necessário que ele se dilate pelo menos 10 cm para realização do parto normal. Embora a obtenção de informações nos dias de hoje seja muito mais facilitada, muitas gestantes ainda confundem os verdadeiro do falso trabalho de parto, também conhecido como contrações de Braxton-Hicks. Este pode ser entendido como “contrações de treinamento”, ocorrendo geralmente na trigésima semana de gestação, podendo durar até 30 segundos e aparecendo em intervalos irregulares. Já o verdadeiro trabalho de parto é caracterizado por contrações de 20 a 60 segundos em intervalos regulares que vão aumentando gradativamente. A dilatação ocorre concomitantemente. (MONTENEGRO e REZENDE, 2013).

Durante o período da gestação, do trabalho de parto e do puerpério, é de extrema importância que a gestante tenha acompanhamento do profissional de fisioterapia para encorajá-la e ajudá-la a se preparar para o momento do parto. Bio (2006) afirma que a atuação do fisioterapeuta no trabalho de parto e parto são

fundamentais como forma de orientação e intervenção para cada etapa do trabalho de parto. Durante o trabalho de parto, o fisioterapeuta junto com a equipe multidisciplinar pode auxiliar nos exercícios a serem realizados durante o período das contrações para facilitar a descida do bebê. Segundo Carrer e Oliveira (2022) recursos como exercícios de mobilidade pélvica na bola, técnicas manuais, uso do TENS (eletroestimulação nervosa transcutânea), recursos não farmacológicos e não invasivos controlam e diminuem a dor do parto.

Neste sentido, o objetivo deste trabalho é realizar uma revisão de literatura acerca da importância da atuação do fisioterapeuta no trabalho de parto natural, apresentando as vantagens do acompanhamento deste profissional no trabalho de parto, enfatizando a importância e os benefícios da fisioterapia para a parturiente.

2 METODOLOGIA

Este trabalho de conclusão de curso é uma revisão da literatura, na qual utiliza o método bibliográfico. Para construção do referencial teórico foram utilizadas as bases de dados das plataformas SciELO, BVS (biblioteca virtual de saúde), Google Acadêmico, além de livros.

Foram selecionadas publicações entre os anos de 2000 a 2022. Os resultados são apresentados de forma descritiva. A pesquisa foi realizada no idioma nacional utilizando as seguintes palavras-chave: Fisioterapia; Parto; Trabalho de parto; Gestação; Assistência fisioterapêutica.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 O TRABALHO DE PARTO E A FISIOTERAPIA

Desde meados dos anos 1990, a Organização Mundial da Saúde (OMS) vem recomendando a importância do parto humanizado. Para isso, foram criados os Centros de Parto Normal (CPN), os quais têm como objetivo central o resgate da privacidade e da dignidade da mulher ao dar à luz, por meio da adaptação do ambiente e da capacitação profissional (ABREU et al., 2013).

No entanto, o que se observa ainda nos dias de hoje é um aumento assustador do número de cesáreas realizadas no Brasil e no mundo. Dados de uma

pesquisa da OMS de 2021 mostram que o uso da cesariana responde por mais de um em cada cinco partos (21%) – acredita-se que até 2030 o parto cesáreo corresponda a quase um terço dos partos (29%). (OPAS; OMS, 2021).

O número de cesarianas recomendado pela OMS que é de 10 a 15%, pois há evidências científicas de que acima desse valor pode levar à morbimortalidade para a mãe e o bebê.

Embora uma cesariana possa ser uma cirurgia essencial e que salva vidas, ela pode colocar mulheres e bebês em risco desnecessário de problemas de saúde em curto e longo prazo, se realizada quando não há necessidade médica (OPAS; OMS, 2021).

O Brasil é o segundo país no mundo com maior taxa de partos cesáreos, estando apenas atrás da República Dominicana, que possui 58%. Aqui, o número ultrapassa 55% de partos cesáreos, o que demonstra que o parto normal vem sendo cada vez menos estimulado. (PENTEADO, 2021).

O parto normal possui uma série de vantagens para a mãe e o bebê. É necessário que desde o pré-natal a gestante tenha à sua disposição um serviço de saúde qualificado com a devida orientação acerca dos tipos de parto, riscos e benefícios de cada um, além de todos os aspectos que envolvem essa etapa de sua vida. O momento de dar à luz não pode ser visto apenas pelo aspecto da dor, mas como um momento especial e único na vida da mulher. (PENTEADO, 2021).

Neste sentido, além de todo o aparato de profissionais como obstetras, enfermeiros, técnicos de enfermagem, pediatras etc., o papel desempenhado pelo fisioterapeuta vem sendo bastante debatido nos últimos anos e pesquisas científicas buscam comprovar as vantagens do acompanhamento fisioterapêutico em cada etapa da gestação até o puerpério. Segundo Abreu et al. (2013) é possível mencionar estratégias terapêuticas, que incluem: postura, mobilidade, alternância de posições e respiração fisiológica, recursos que envolvem analgesia como a massoterapia e técnicas de relaxamento. Todas elas possuem o objetivo de transmitir maior segurança e conforto de modo que a mulher sinta-se segura e acolhida.

A assistência fisioterapêutica, portanto, deve estar presente em todas as etapas da gestação, sendo que todas as orientações e intervenções realizadas

durante o pré-natal visam preparar a gestante para vivenciar cada etapa, especialmente o trabalho de parto, o parto e o puerpério.

A intervenção fisioterapêutica na assistência obstétrica de baixo risco, como parte da rotina da equipe, valoriza a responsabilidade da gestante no processo, por meio do uso ativo do próprio corpo. A mobilidade corporal durante o processo de parturição envolve interação de fatores fisiológicos, psicológicos, culturais e, principalmente, o apoio e a orientação da equipe obstétrica. A ação do fisioterapeuta é um fator estimulante para que a mulher se conscientize de que seu corpo ativo pode ser uma ferramenta para facilitar o processo do trabalho de parto e trazer-lhe satisfação com a experiência do nascimento. (BAVARESCO et al., 2011, p. 3260).

O acompanhamento do profissional de fisioterapia durante a gestação ainda não é uma prática estabelecida pelos sistemas de saúde (BIO, 2007). Porém, evidências científicas já comprovaram a importância desse profissional no sentido de orientar e conscientizar a mulher sobre seu papel no trabalho de parto, além da aplicação de técnicas que visam proporcionar conforto, alívio da dor e relaxamento.

3.2 AS ETAPAS DO TRABALHO DE PARTO E A ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA

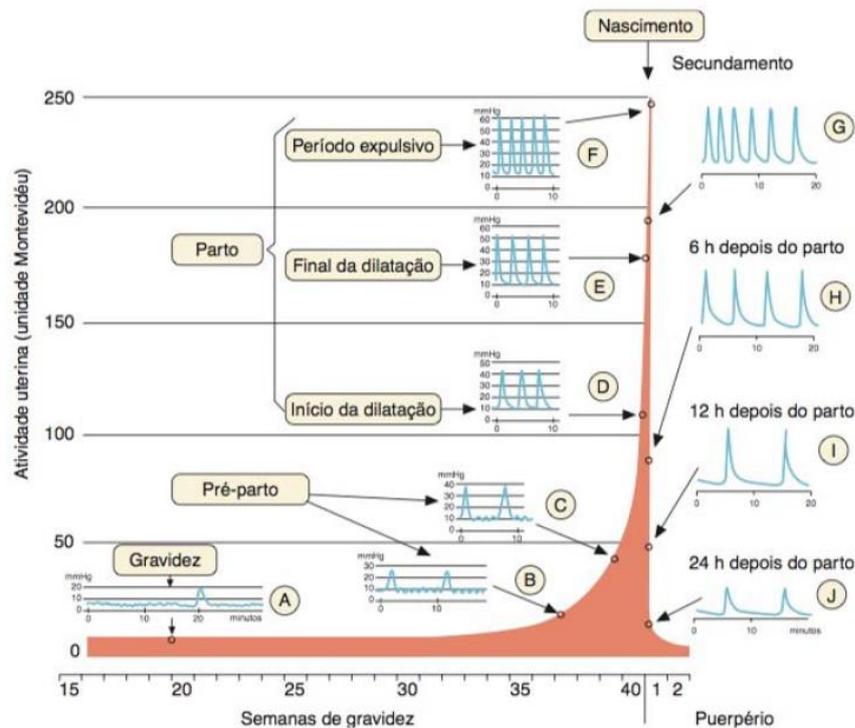
O início do trabalho de parto ocorre através da ruptura do saco amniótico, surgimento de sangramento, ou contrações que se tornam cada vez mais fortes e rítmicas. Falsas contrações que duram até 30 segundos podem acontecer normalmente após a trigésima semana de gestação e são chamadas de contrações Braxton-Hicks. Elas aparecem em intervalos irregulares e muitas gestantes as confundem com as verdadeiras contrações, isto é, com aquelas que dão início ao trabalho de parto (SILVA e SOUSA, 2009).

Segundo Montenegro e Rezende (2013) a contratilidade uterina é um dos fenômenos mais importantes do processo de trabalho de parto, pois é através dela que se realiza a dilatação e expulsão do feto. O parto está associado a contrações dolorosas e rítmicas dando início à dilatação do colo uterino. O pré-parto e o parto não têm uma transição bastante demarcada, mas sim, uma transição gradual e insensível, tornando difícil caracterizar a atividade do começo da dilatação.

A Figura 1 apresenta a evolução da contratilidade uterina no ciclo gestatório. A atividade uterina é baseada na Unidade Montevideu (UM) que consiste na intensidade das contrações avaliadas num período de 10 minutos. Após 30 semanas

a atividade uterina aumenta progressivamente, principalmente quando se aproxima o termo; durante o período expulsivo (parto), as contrações atingem o máximo. Já no secundamento e no puerpério há uma queda expressiva na atividade uterina (MONTENEGRO; REZENDE, 2013).

Figura 1 - Evolução da contratilidade uterina no ciclo gestatório



Fonte: Montenegro; Rezende, 2013.

Durante a fase do trabalho de parto, marcado pelas contrações, a dor é atribuída à distensão mecânica do segmento inferior do útero com uma contribuição da dilatação da cérvix e da própria contração muscular. Na segunda fase do trabalho de parto, a dor continua ocorrendo devido ao resultado da distensão do segmento inferior do útero e da cérvix. Porém, há um aumento da dor pelo aumento da pressão no interior da pelve, sendo geralmente descrita como aguda e localizada no períneo, ânus e reto, podendo também ser sentida nas coxas e pernas. (ANGELO et al., 2016). Estas são caracterizadas pelo aspecto fisiológico da dor do parto.

Sabe-se, no entanto, que a origem da dor também está ligada aos aspectos emocionais e culturais, estando relacionada também ao seu aspecto subjetivo. A experiência da mulher em relação à dor pode estar influenciada pelo ambiente do parto, suas experiências passadas de dor e fatores psicossociais. (ANGELO et al.,

2016). Segundo Montenegro e Rezende (2013), além das origens fisiológicas, a dor do parto também se origina no aspecto cultural, tendo como base a religião judaico-cristã que condiciona a dor do parto como castigo pelo pecado original. “A dor do parto é uma espécie de fantasma que acompanha o sexo feminino e influi fundamentalmente o labor do obstetra” (MONTENEGRO e REZENDE, 2013, p. 230).

A busca pelo alívio e redução da dor e do trauma do parto é objeto de trabalho de inúmeros pesquisadores e profissionais da saúde, sendo que uma das funções primordiais do fisioterapeuta no trabalho de parto é o de auxiliar a parturiente na contração e no relaxamento e contribuir para que ela tenha um atendimento de qualidade com resultados satisfatórios.

O fisioterapeuta é o profissional mais capacitado para este tipo de atendimento, já que ele possui profundos conhecimentos acerca da fisiologia humana por estudar todos os movimentos das articulações do corpo humano e do funcionamento muscular. Durante o trabalho de parto, a musculatura do abdômen, do períneo e do diafragma respiratório é altamente requisitada. Sendo assim, a mobilidade pélvica e corporal precisa ser trabalhada com o auxílio deste profissional. (SILVA e SOUSA, 2009).

O estudo de Bio (2007) acerca da influência da mobilidade da parturiente na duração da fase ativa do parto envolveu 100 parturientes (50 do grupo controle e as outras 50 parturientes do grupo de tratamento). Elas receberam orientação de uma única fisioterapeuta e foram estimuladas a movimentarem em posturas verticais em coordenação motora e em posturas específicas para cada fase da dilatação. Além disso, foram trabalhados movimentos coordenados; movimento articular geral, mobilidade pélvica, relaxamento do períneo, coordenação do diafragma e estímulo proprioceptivo. Os resultados mostraram que o acompanhamento e assistência do profissional de fisioterapia colaboraram para a realização da postura e mobilidade adequada à parturiente, influenciando de maneira positiva o trabalho de parto, aumentando a tolerância à dor e evitando o uso de recursos farmacológicos durante o trabalho de parto.

No trabalho de Castro, Castro e Mendonça (2012) 10 parturientes, entre 18 e 30 anos, na primeira fase do trabalho de parto, foram questionadas quanto à dor. Os critérios de participação das voluntárias eram: elas precisavam estar na primeira fase do trabalho de parto, apresentar dor e não estarem sob efeito de analgésicos. A avaliação da dor foi realizada através da EVA, na qual foram selecionadas as

seguintes técnicas: cinesioterapia; massoterapia; técnicas respiratórias; relaxamento e TENS. Após as intervenções, as voluntárias foram questionadas novamente através da EVA. Nos resultados, foi possível observar que a abordagem fisioterapêutica no pré-parto interferiu positivamente sobre a dor e o desconforto no grupo estudado. Sinais que indicam diminuição da ansiedade, do estresse da gestação e aumento da segurança experimentada pelas gestantes nesse período, foram relatados pelas mesmas na visita realizada pelas pesquisadoras após o nascimento dos bebês. A equipe médica e de enfermagem também pôde observar diferença no comportamento das parturientes que eram atendidas na sala de pré-parto pela fisioterapia, quando comparadas àquelas que não recebiam o atendimento, interferindo também no tempo de evolução para o parto. (CASTRO, CASTRO e MENDONÇA, 2012).

Outro estudo buscou verificar a percepção da puérpera frente à assistência fisioterapêutica recebida durante o trabalho de parto. Para a coleta dos dados foi elaborado um questionário semiestruturado para a caracterização do perfil e entrevista aberta, com perguntas relacionadas à assistência fisioterapêutica e ao parto. 12 puérperas foram entrevistadas. O resultado da análise do conteúdo das entrevistas apresentou a percepção das puérperas frente à assistência fisioterapêutica, na qual demonstrou que a fisioterapia desempenha um papel importante para a redução do quadro algico e ansiedade, contribuindo para o suporte emocional, além de promover o relaxamento. (BORBA, AMARANTE e LISBOA, 2021).

Dessa forma, dentre as técnicas trabalhadas e ensinadas às gestantes em trabalho de parto pelo profissional de fisioterapia é possível citar: a respiração, que pode ser controlada voluntariamente de modo a fornecer à mãe e ao feto a oxigenação necessária sem ocorrência de fadiga durante o trabalho de parto; o uso das técnicas de relaxamento, defendido como um meio de quebrar a tensão e a dor; treino da expulsão, que se faz necessário para a gestante adquirir segurança e confiança para o momento do parto. (SILVA e SOUSA, 2009). Bavaresco et al. (2011) descrevem que o estímulo à deambulação, adoção de posturas verticais, exercícios respiratórios, analgesia através da TENS, massagens, banhos quentes, crioterapia e relaxamento exemplificam as técnicas utilizadas pela fisioterapia às parturientes de baixo risco.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho buscou apresentar, por meio de uma revisão bibliográfica a importância da atuação do fisioterapeuta no trabalho de parto natural, apresentando as vantagens do acompanhamento deste profissional desde o período da gestação até o momento do parto, enfatizando a importância e os benefícios da fisioterapia para a parturiente. Como resultados, é possível observar a necessidade da atuação do profissional de fisioterapia no trabalho de parto, bem como em todo o processo de gestação da mulher. É de extrema necessidade que o parto deixe de ser encarado como um momento de dor e sofrimento, e, para as gestantes de baixo risco, é possível sim que o parto seja vivenciado de forma positiva pela mulher e pela família.

As técnicas utilizadas pela fisioterapia e as evidências científicas mostram que a assistência fisioterapêutica tem efeitos benéficos para o alívio da dor, relaxamento, orientação e conscientização da mulher sobre o próprio corpo e suas potencialidades, como também para sua preparação para o momento do parto. A atuação do profissional de fisioterapia no trabalho de parto também se baseia no suporte emocional, diminuindo as percepções de dor e também o nervosismo e a ansiedade, como demonstra algumas pesquisas. Portanto, o trabalho deste profissional nessa área precisa ser amplamente reconhecido nos sistemas de saúde e hospitais do Brasil, a fim de que se tenha um atendimento obstétrico mais humanizado, que respeite e tenha empatia pelas gestantes, cada qual com sua individualidade.

REFERÊNCIAS

ABREU, Nathalia de Souza; CRUZ, Marinéa Vicentina da; GUERRA, Zaqueline Fernandes; PORTO, Flávia Ribeiro. Atenção fisioterapêutica no trabalho de parto e parto. **Revista Interdisciplinar de Estudos Experimentais**, v. 5, n. único, p. 7-15, 2013. Disponível em:
<<https://periodicos.ufjf.br/index.php/riee/article/view/23996#:~:text=Conclus%C3%B5es%3A%20A%20atua%C3%A7%C3%A3o%20fisioterap%C3%AAutica%20durante,o%20olhar%20das%20mulheres%20assistidas.>> Acesso em: 10 jun. 2022.

ANGELO, Priscylla Helouyse Melo et al. Recursos não farmacológicos: atuação da fisioterapia no trabalho de parto, uma revisão sistemática. **Fisioterapia Brasil**, v. 17, n. 3, 2016. Disponível em:
<<https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/489> > Acesso em: 10 jun. 2022.

BAVARESCO, Gabriela Zanella et al. O fisioterapeuta como profissional de suporte à parturiente. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 7, p. 3259-3266, 2011. Disponível em:
<<https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/489>> Acesso em: 12 jun. 2022.

BIO, Eliane Rodrigues. **Intervenção fisioterapêutica na assistência ao trabalho de parto**. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Faculdade de Medicina da Faculdade de São Paulo. São Paulo, 2007. Disponível em:
<<https://teses.usp.br/teses/disponiveis/5/5139/tde-12022008-141747/pt-br.php>> Acesso em: 12 jun. 2022.

BORBA, Eliza Orsolin de.; AMARANTE; Michael Vieira do; LISBOA, Débora D'Agostini Jorge. Assistência fisioterapêutica no trabalho de parto. **Fisioterapia & Pesquisa**, v. 28 n. 3, p. 324-330, 2021. Disponível em:
<<https://www.scielo.br/j/fp/a/pWvNrWw9mSnLQ8Wsgsd7zGR/>> Acesso em: 15 jun. 2022.

CARRER, Valéria; OLIVEIRA, Andreia. **Fisioterapia no pré-parto, parto e pós-parto**. 2022. Disponível em: < <https://www.einstein.br/estrutura/centro-incontinencia-doencas-assoalho-pelvico/tratamentos/fisioterapia-pre-pos-parto>>. Acesso em: 10 jun. 2022.

CASTRO, Amanda de Souza; CASTRO, Ana Carolina de; MENDONÇA, Adriana Clemente. Abordagem fisioterapêutica no pré-parto: proposta de protocolo e avaliação da dor. **Fisioterapia & Pesquisa**, v. 19, n. 3, 2012. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/fp/a/LN8XCkRgXwqsyVjQ7fRjKRv/?lang=pt>> Acesso em: 12 jun. 2022.

MONTENEGRO, Carlos Antonio Barbosa; REZENDE, Jorge de. **Obstetrícia**. 12. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Taxas de cesarianas continuam aumentando em meio a crescentes desigualdades no acesso, afirma OMS. 2021**. Disponível em:

<<https://www.paho.org/pt/noticias/16-6-2021-taxas-cesarianas-continuam-aumentando-em-meio-crescentes-desigualdades-no-acesso>>. Acesso em: 10 jun. 2022.

PENTEADO, Laura. **Cesáreas ainda dominam a cena dos partos: precisamos reverter isso**. 2021. Disponível em:<<https://saude.abril.com.br/coluna/com-a-palavra/cesareas-ainda-dominam-a-cena-dos-partos-precisamos-reverter-isso/>
<https://saude.abril.com.br/coluna/com-a-palavra/cesareas-ainda-dominam-a-cena-dos-partos-precisamos-reverter-isso/>> Acesso em: 12 jun. 2022.

SILVA, Maria Lucinete Bentes da; SOUSA, Dayana Priscila Mejia de. **A atuação da fisioterapia no parto e pós-parto**. Fisioterapia Intensiva – Faculdade Ávila, 2009. Disponível em: <https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/35/12_-_A_atuaYYo_da_fisioterapia_no_parto_e_pYs-parto.pdf> Acesso em: 12 jun. 2022.