

PROTOCOLO DE ATIVIDADES FÍSICAS PARA GESTANTES NORMAIS E PATOLÓGICAS: ESTUDO DE CASO

Anderson Semensato Landi; Patrícia de Oliveira Guimarães
CESUMAR - Centro Universitario de Maringá, Maringá - Paraná

Sonia Maria Martis Gomes Bertolini Docente do Curso de Fisioterapia do Centro
Universitário de Maringá – CESUMAR, Maringá – Paraná. (Orientador)
CESUMAR - Centro Universitario de Maringá, Maringá - Paraná

Durante todo o período de gestação o corpo da mulher passa por transformações hormonais, musculares, circulatórias e respiratórias de grande importância, para que seu corpo naturalmente possa se transformar, para formar, desenvolver e acomodar seu bebê. Essas modificações em algumas mulheres podem trazer consequências que resultam em dores e limitações em suas atividades diárias, uma vez que essas mudanças podem afetar o funcionamento habitual do sistema digestivo, circulatório, nervoso e respiratório, bem como da biomecânica postural. A fisioterapia tem um papel fundamental para ajudar a atenuar os sintomas e as alterações da biomecânica postural da gestante. Além disso, muitos obstetras acreditam, que quando uma mulher realiza algum tipo de exercício durante a gravidez, ela estará menos propensa a ter dificuldades durante o trabalho de parto. Por isso, eles recomendam que suas pacientes gestantes realizem alguma atividade física. Procurando verificar e comprovar a eficácia e os benefícios da fisioterapia para gestantes, desenvolveu-se o presente trabalho de iniciação científica, que se constituiu da elaboração e aplicação de um protocolo de exercícios fisioterápicos para a biomecânica postural, o sistema muscular e respiratório da gestante. Para a aplicação da pesquisa foram recrutadas pacientes grávidas nos postos de saúde de Maringá. O trabalho foi desenvolvido na clínica de fisioterapia do centro universitário de Maringá (CESUMAR). Após a realização deste trabalho concluiu-se que os exercícios fisioterápicos podem proporcionar melhoras significativas nas queixas apresentadas pelas gestantes, porém ainda deverão ser realizadas pesquisas com uma maior amostra de gestantes para se comprovar os reais benefícios dos exercícios fisioterápicos para as gestantes.

Bolsa de iniciação científica do CESUMAR

andersonlandi@yahoo.com.br; não sei