

ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA COM GESTANTES: RELATO DE UMA AÇÃO EDUCATIVA EM SAÚDE

Gestação; Fisioterapia; Educação em saúde; Intersetorialidade; Assoalho pélvico

Introdução

A gestação envolve muitas mudanças fisiológicas, biomecânicas e emocionais que podem causar efeitos na funcionalidade e na qualidade de vida (QV) da mulher. Nesse cenário, a fisioterapia desempenha um papel importante na promoção da saúde, prevenção de disfunções musculoesqueléticas e do assoalho pélvico, além de contribuir para a preparação para o parto e para o fortalecimento do autocuidado. Além disso, as ações de educação em saúde possibilitam a disseminação de informações, possibilitando que essas informações cheguem até as mulheres. Nesse contexto, as ações de educação em saúde surgem como ferramentas valiosas, aproximando as gestantes do entendimento sobre o próprio corpo e sobre os benefícios do suporte fisioterapêutico. Diante desse contexto, este estudo teve como objetivo relatar a experiência de uma ação educativa sobre fisioterapia na gestação e saúde pélvica realizada com gestantes assistidas por um programa municipal de assistência materno-infantil, desenvolvido pelo Centro de Referência de Assistência Social (CRAS).

Métodos

Este é um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido a partir de uma ação educativa conduzida por residentes de uma equipe multiprofissional em saúde da família. O encontro, direcionado a 14 gestantes vinculadas ao programa municipal, teve a duração de 1 hora e combinou exposição dialogada e demonstração prática de movimentos. Ao longo da atividade, foram abordados temas relacionados às alterações fisiológicas da gestação, aos benefícios da prática de exercícios físicos orientados, à atuação da fisioterapia pélvica e à conscientização do assoalho pélvico. A atividade foi desenvolvida de forma participativa, favorecendo a interação e o esclarecimento de dúvidas das participantes.

Resultados / Discussão

A roda de conversa possibilitou a troca de conhecimentos entre as gestantes e os profissionais envolvidos, promovendo maior compreensão acerca da atuação da fisioterapia durante o período gestacional. Foi observada a participação ativa das mulheres, com manifestação de dúvidas relacionadas às mudanças corporais, ao fortalecimento do assoalho pélvico e à prática segura de exercícios. A demonstração prática facilitou a fixação das orientações e estimulou a autonomia no cuidado diário, permitindo que as gestantes se sentissem mais seguras e empoderadas para a realização dos movimentos no seu cotidiano. Além disso, a experiência evidenciou a importância da inserção do fisioterapeuta nas ações de promoção da saúde da mulher, reforçando a intersetorialidade entre a assistência social (CRAS) e a saúde, a atuação multiprofissional e a integralidade do cuidado no contexto da atenção materno-infantil. No tocante à formação dos residentes, a ação contribuiu significativamente para o desenvolvimento de competências em saúde coletiva, ao consolidar a prática da articulação intersetorial e do trabalho em equipe.

Considerações Finais

A experiência mostrou o impacto positivo de espaços educativos para fortalecer a autonomia e o autocuidado na gestação. Ficou evidente que a fisioterapia perpassa o cuidado individual, atuando de forma preventiva e acolhedora durante a gravidez. Por fim, o relato reforça a necessidade de incluir o fisioterapeuta ativamente em estratégias intersetoriais de educação em saúde, garantindo uma assistência mais humanizada, integrada e focada na QV da mulher.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

DUARTE, C. P. et al. Percepção das gestantes atendidas na atenção básica à saúde sobre a atuação fisioterapêutica obstétrica. Revista Baiana de Saúde Pública, v. 46, n. 3, p. 134-149, 2022. CARMO, Michelly Eustáquia do; GUIZARDI, Francini Lube. Desafios da intersetorialidade nas políticas públicas de saúde e assistência social: uma revisão do estado da arte. Physis: Revista de Saúde Coletiva, v. 27, n. 4, p. 1265-1286, 2017.