

## A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NO PROCESSO GESTACIONAL E PUERPERAL<sup>1</sup>

Ana Livia Gutkoski Zamo<sup>2</sup>, Ana Paula Loureiro<sup>3</sup>, Camila Fagundes Cantarelli<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Trabalho desenvolvido para o I Seminário Acadêmico da Graduação UNIJUI

<sup>2</sup> Estudante de Fisioterapia, da Unijuí

<sup>3</sup> Estudante de Fisioterapia, da Unijuí

<sup>4</sup> Estudante de Fisioterapia, da Unijuí

**Introdução:** A gestação traz mudanças significativas no corpo da mulher, incluindo aspectos físicos, psicológicos e sociais. A fisioterapia nesse período, oferece recursos como hidroterapia, cinesioterapia e pilates para prevenção, recuperação e promoção da saúde, ajudando as gestantes a compreenderem seu corpo e lidarem com as demandas da gravidez. A preparação para a gestação e parto é essencial para uma experiência mais humanizada, contribuindo assim com o bem estar e conforto tanto da mãe quanto do bebê. Após o parto, a fisioterapia no puerpério imediato é eficaz na redução de desconfortos preservando a qualidade de vida da mulher, durante as mudanças hormonais e musculoesqueléticas.

**Objetivos:** Propagar sobre os benefícios da fisioterapia no processo gestacional.

**Metodologia:** Este é um estudo de revisão de literatura que coletou dados por no Google Acadêmico, usando palavras-chave como "atuação fisioterapêutica no período gestacional e puerperal," "fisioterapia na obstetrícia," e "alterações biológicas na gravidez."

**Resultados e Discussão:** De acordo com o estudo entre 150 mulheres acima de 18 anos constatou-se a relevância da fisioterapia no período gestacional e puerperal, portanto, 89% acreditam que a fisioterapia é importante nesse período para enfrentar de forma serena, porém apenas 13%, das participantes já realizaram fisioterapia na gestação (França et al., 2023). Desse modo, analisou-se o conhecimento das gestantes sobre a importância da fisioterapia na gestação e pós-parto relacionada. **Conclusão:** Com base no exposto, evidencia-se que a fisioterapia tem papel fundamental no processo gestacional, o que auxilia de maneira positiva nas mudanças fisiológicas e hormonais, além de proporcionar uma melhora significativa no corpo e na saúde emocional feminina da mãe no período de puerpério. A partir disso, visualiza-se a importância do acompanhamento fisioterapêutico, com o intuito de garantir uma gestação mais tranquila e livre de dores musculares. **Palavras-chave:** Fisioterapia. Gestação. Puerpério.