

FISIOTERAPIA PREVENTIVA PARA LOMBALGIA GESTACIONAL

SILVA, Tatiana Aparecida Jorge

Acadêmica do curso de Fisioterapia das Faculdades Integradas de Maringá - Faimar do Centro de Ensino Superior de Maringá - Cesumar - Maringá - PR

OLIVEIRA, Patrícia Guimarães de Oliveira (Orientador)

Docente do curso de Fisioterapia das Faculdades Integradas de Maringá - Faimar do Centro de Ensino Superior de Maringá - Cesumar - Maringá - PR

A questão da lombalgia durante a gravidez não é assunto novo, porém afeta a maioria das mulheres quando estão gestando. A lombalgia é uma modificação corporal frequente da gestante e acaba interferindo na sua qualidade de vida. As mulheres grávidas apresentam dor nas costas em alguma etapa da gestação; geralmente a dor lombar se manifesta entre o quarto e sétimo mês. Durante a gestação ocorrem inúmeras mudanças que variam desde alterações hormonais, aumento do volume de sangue, crescimento do feto levando a ampliação e deslocamento do útero, aumento do peso corporal e mudanças no centro de gravidade e postura. Objetiva-se com esse artigo apresentar a evolução da fisioterapia nessa área da obstetrícia, atuando de forma preventiva. Foram utilizados como fonte de informação livros de fisioterapia aplicada a ginecologia e obstetrícia, bem como à ortopedia, artigos disponíveis em revista científica e artigos on line. O procedimento contou com revisão bibliográfica, seleção de materiais teóricos relativos ao tema, leitura da bibliografia selecionada, organização das informações teóricas, análise e discussão, redação final/ monografia. Os dados foram analisados qualitativamente de acordo com a natureza do estudo bibliográfico. Através de pesquisas verificou-se que a prevenção da lombalgia se faz mais eficaz do que o tratamento após o problema estar instituído. A intervenção fisioterápica preventiva contribui para o conhecimento do próprio organismo, amenizando as alterações decorrentes do período, oferecendo uma melhor qualidade de vida.