



**Universidade  
Potiguar**

**UNIVERSIDADE POTIGAR - UNP  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
CURSO DE FISIOTERAPIA**

**EVENNY PEREIRA DE MELO SOUZA  
NATHALIA ROSE TEIXEIRA**

**RELATO LITERÁRIO DOS BENEFÍCIOS PROVOCADOS PELOS RECURSOS  
TERAPÊUTICOS EFICAZES NA DOR PÉLVICA NO PERÍODO GESTACIONAL**

**NATAL / RN**

**2021**

EVENNY PEREIRA DE MELO SOUZA  
NATHALIA ROSE TEIXEIRA

RELATO LITERÁRIO DOS BENEFÍCIOS PROVOCADOS PELOS RECURSOS  
TERAPÊUTICOS EFICAZES NA DOR PÉLVICA NO PERÍODO GESTACIONAL

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao Departamento de  
Fisioterapia da Universidade Potiguar,  
como requisito parcial para aprovação na  
graduação de Fisioterapia

**Orientador: Prof. Murilo Paulino  
Ribeiro.**

**Co-orientador: Prof<sup>a</sup>. Raylane da Costa  
Oliveira.**

Natal / RN

2021

## FICHA CATALOGRÁFICA

Souza, Evenny Pereira de Melo.  
Teixeira, Nathalia Rose.  
Relato literário dos benefícios provocados pelos recursos terapêuticos eficazes na dor pélvica no período gestacional.  
Evenny Pereira de Melo Souza. Nathalia Rose Teixeira.  
Natal, 2021. 09f.

Orientador: Prof. Murilo Paulino Ribeiro.  
Co-orientador: Prof<sup>a</sup>. Raylane da Costa Oliveira  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) –  
Universidade Potiguar – UNP

1. Saúde. 2. Fisioterapia. 3. Reabilitação.

UNP / 2021

## FOLHA DE APROVAÇÃO

### RELATO LITERÁRIO DOS BENEFÍCIOS PROVOCADOS PELOS RECURSOS TERAPÊUTICOS EFICAZES NA DOR PÉLVICA NO PERÍODO GESTACIONAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Fisioterapia da Universidade Potiguar, como requisito parcial para aprovação na graduação de Fisioterapia

**Orientador: Prof. Murilo Paulino Ribeiro.**

**Co-orientador: Prof<sup>a</sup>. Raylane da Costa Oliveira.**

APROVADO EM: \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_

NOTA: \_\_\_\_\_

---

Prof. Murilo Paulino Ribeiro  
(Orientador Interno - UNP)

---

Prof<sup>a</sup>. Raylane da Costa Oliveira  
(Co-orientadora – Interna - UNP)

# RELATO LITERÁRIO DOS BENEFÍCIOS PROVOCADOS PELOS RECURSOS TERAPÊUTICOS EFICAZES NA DOR PÉLVICA NO PERÍODO GESTACIONAL<sup>1</sup>

## LITERARY REPORT OF THE BENEFITS CAUSED BY EFFECTIVE THERAPEUTIC RESOURCES IN PELVIC PAIN IN THE PREGNANCY PERIOD

Evenny Pereira de Melo Souza<sup>2</sup>

Nathalia Rose Teixeira<sup>2</sup>

Murilo Paulino Ribeiro<sup>3</sup>

Raylane da Costa Oliveira<sup>4</sup>

### RESUMO

Durante o período gestacional ocorrem alterações hormonais, fisiológicas e musculoesqueléticas que podem provocar articulações pélvicas rígidas, desalinhadas ou com movimentação irregular, gerando dor, incluindo a dor pélvica. É de suma importância a atuação do fisioterapeuta nessas alterações, objetivando diminuir dores e desconfortos causados pela dor pélvica, além das demais alterações fisiológicas cardiovascular, respiratório e musculoesquelético. Dessa forma a pesquisa teve como objetivo geral analisar os efeitos provocados pelos recursos terapêuticos eficazes na dor pélvica no período gestacional. Já os objetivos específicos foram: descrever os principais benefícios; relacionar quais recursos eficazes e compreender a importância desses benefícios. O estudo consistiu em uma pesquisa de revisão de literatura de abordagem qualitativa, onde foram selecionados artigos que a eficácia dos benefícios provocados pelos recursos terapêuticos eficazes na dor pélvica no período gestacional, classificando artigos com evidência científica. Foi encontrado que a fisioterapia e seus recursos pode contribuir minimizando os desconfortos causados durante a gravidez, através de terapias manuais realização de exercícios e orientações, ajudando a manter e corrigir sua postura, reduzir quadro álgico na região

---

<sup>1</sup> Artigo apresentado à Universidade Potiguar, como parte dos requisitos para obtenção do Título de Bacharel em Fisioterapia.

<sup>2</sup> Graduando em Fisioterapia pela Universidade Potiguar – E-mail: [evenny\\_pereira@hotmail.com](mailto:evenny_pereira@hotmail.com)

<sup>2</sup> Graduando em Fisioterapia pela Universidade Potiguar – E-mail: [nathyrose@hotmail.com](mailto:nathyrose@hotmail.com)

<sup>3</sup> Professor-Orientador. Mestrando em Biotecnologia. Especialização Dermato Funcional e Neuro Funcional. Docente na Universidade Potiguar – E-mail: [murilo.paulino@unp.br](mailto:murilo.paulino@unp.br)

<sup>4</sup> Professora-Coorientadora. Especialização em Fisioterapia Materno Infantil. Preceptora na Universidade Potiguar – E-mail: [raylane.oliveira@unp.br](mailto:raylane.oliveira@unp.br).

pélvica, sacro-ilíaca e ciática ocasionado pelas adaptações ocorridas em seu corpo, e trabalhando o fortalecimento muscular principalmente do assoalho pélvico preparando essa mulher para o parto.

**Palavra-Chave:** Benefícios. Recursos Terapêuticos. Dor Pélvica. Gestacional.

### **ABSTRACT**

During the gestational period, hormonal, physiological and musculoskeletal changes occur that can cause rigid, misaligned or irregular pelvic joints, generating pain, including pelvic pain. The role of the physiotherapist in these changes is of paramount importance, aiming to reduce pain and discomfort caused by pelvic pain, in addition to other physiological cardiovascular, respiratory and musculoskeletal changes. Thus, the research aimed to analyze the effects caused by effective therapeutic resources on pelvic pain during pregnancy. The specific objectives were: to describe the main benefits; list which features are effective and understand the importance of those benefits. The study consisted of a literature review research with a qualitative approach, where articles were selected on the effectiveness of the benefits caused by effective therapeutic resources in pelvic pain during pregnancy, classifying articles with scientific evidence. It was found that physiotherapy and its resources can contribute to minimizing the discomfort caused during pregnancy, through manual therapies, exercise and guidance, helping to maintain and correct your posture, reduce pain in the pelvic, sacroiliac and sciatica region caused by adaptations that occurred in her body, and working on muscle strengthening, especially in the pelvic floor, preparing this woman for childbirth.

**Keywords:** Benefits. Therapeutic Resources. Pelvic Pain. Gestational.

## **1 INTRODUÇÃO**

A dor pélvica é um distúrbio musculoesquelético que afeta a pelve e é caracterizada por dor na área ao redor da crista ilíaca posterior, dobras do quadril e articulações sacroilíacas. Entre todas as mulheres que relatam dor na região pélvica lombar, estima-se que cerca de 50% das mulheres experimentam dor pélvica durante a gravidez, 33% sentem dor lombar e 30% continuam a sentir dor pós-parto (SOUZA et al., 2019).

A gestação é um período de intensas mudanças no organismo da mulher, se inicia com a fecundação do óvulo pelo espermatozoide na tuba uterina formando o embrião que é transportado até o útero onde ocorre sua implantação, tem a duração cerca de nove meses e é dividida em três trimestres onde o 1º trimestre é de 0º a 13º semanas neste período acontece a formação do feto, e ocorrem as primeiras adaptações em seu corpo, enjoos, mais sono e aumento de apetite; 2º trimestre 14º a 26º semanas a barriga começa a aparecer os seios e o quadril tem alterações; 3º trimestre de 27º a 40/42º semanas esse período se destaca com o fim da gestação onde o corpo está preparado para o parto (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2018).

No período gestacional ocorrem marcos psicológicos, alterações hormonais, fisiológicas e surgem adaptações em seu corpo, essas alterações começam a surgir a partir do início da fertilização, a mulher vivencia intensos sentimentos de ansiedade e sente-se mais frágil em decorrência a todas essas alterações em seu corpo, para enfrentar essa etapa tão fascinante cheia de mudanças se deve preparar essa gestante desde o início da gravidez, durante todo pré-natal e torná-la conhecedora e agente integrante do processo de gestação e parto (BARACHO, 2018).

Dentre as alterações estão as musculoesqueléticas que são significativas, ocorre devido o comprometimento do equilíbrio, inclinação anterior da pelve, instabilidade articular, frouxidão ligamentar aumento da hiperlordose da coluna lombar, anteriorização da cabeça e aumento da cifose torácica (MIQUELLUTTI et al., 2018, cap.19). No entanto, durante o processo de gestação compreende que ocorre a dor na cintura pélvica que geralmente se inicia no final do terceiro trimestre, com seu pico entre a 24ª e 36ª semana de gestação, isso tem grande impacto na qualidade de vida da gestante pois afeta sua capacidade em desempenhar sua função de mãe para cuidar de seus filhos e família, afeta também seu desempenho no trabalho por apresentar dificuldades e limitações para desenvolver sua função, muitas vezes necessitando de afastamento do seu trabalho. Seu diagnóstico é realizado através de exame clínico e testes irritativos específicos de provocação de dor pélvica (MIQUELLUTTI et al., 2018, cap.19).

Assim, tendo em vista a recorrente queixa e a necessidade de compreender a importância da fisioterapia atuando na prevenção e tratamento da dor na cintura pélvica, através dessa revisão de literatura expor a importância e benefícios da atuação e assistência fisioterapêutica a essas mulheres com dores pélvicas no período gestacional.

Dessa forma a pesquisa teve como objetivo geral, analisar os benefícios provocados pelos recursos terapêuticos eficazes na dor pélvica no período gestacional. Já os objetivos específicos foram: descrever os principais benefícios; relacionar quais recursos eficazes e compreender a importância desses benefícios. Para concluir a nossa pesquisa, nas considerações finais, apresentamos a nossa reflexão diante do tema abordado a partir das análises teóricas.

Este estudo justifica-se pela relevância à academia, pois poderá somar e contribuir nas consultas para aprofundamento do tema. Diante da concretização deste trabalho, espera-se que haja o interesse de outros pesquisadores em desenvolver estudos sobre assuntos correlatos à temática abordada. As sugestões apresentadas acima poderão servir como ponto de partida para o desenvolvimento de novos trabalhos.

Como suporte para a revisão de literatura do presente trabalho, realizamos uma pesquisa bibliográfica com a qual procuramos conhecer as diferentes contribuições científicas possíveis sobre o tema escolhido, diretamente relacionados à problemática, à determinação dos objetos, e a fundamentação da justificativa da escolha do tema e da elaboração das conclusões.

## **2 METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão de literatura de abordagem qualitativa, onde este tópico diz respeito aos métodos utilizados ao decorrer da pesquisa para atingir os objetivos proposto nesse estudo. Visa permitir ao leitor condições de compreendê-lo, explicando detalhadamente o caminho escolhido para a formulação e desenvolvimento.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados eletrônicas: em National Library of Medicine (PubMed), Physiotherapy Evidence Database (PEDro) e na Scientific Electronic Library Online (Scielo). Utilizando os seguintes descritores: “Gravidez” “Fisioterapia” “dor da cintura pélvica” “Pregnancy” “physiotherapy” “pelvic pain” “pelvic girdle pain”.

Durante a pesquisa foram selecionados 77 artigos com base nos descritores e bases de dados citadas, estabeleceram-se critérios de inclusão e exclusão. Onde foram incluídos artigos entre o período de 2010 a 2020. Dos quais foram excluídos 69 artigos por não se tratar de intervenção fisioterapêutica, artigos que antecederam o ano de 2010, artigos que não estavam na íntegra, artigos duplicados. Por fim, 5 foram



selecionados, apresentado na tabela 1 e no fluxograma.

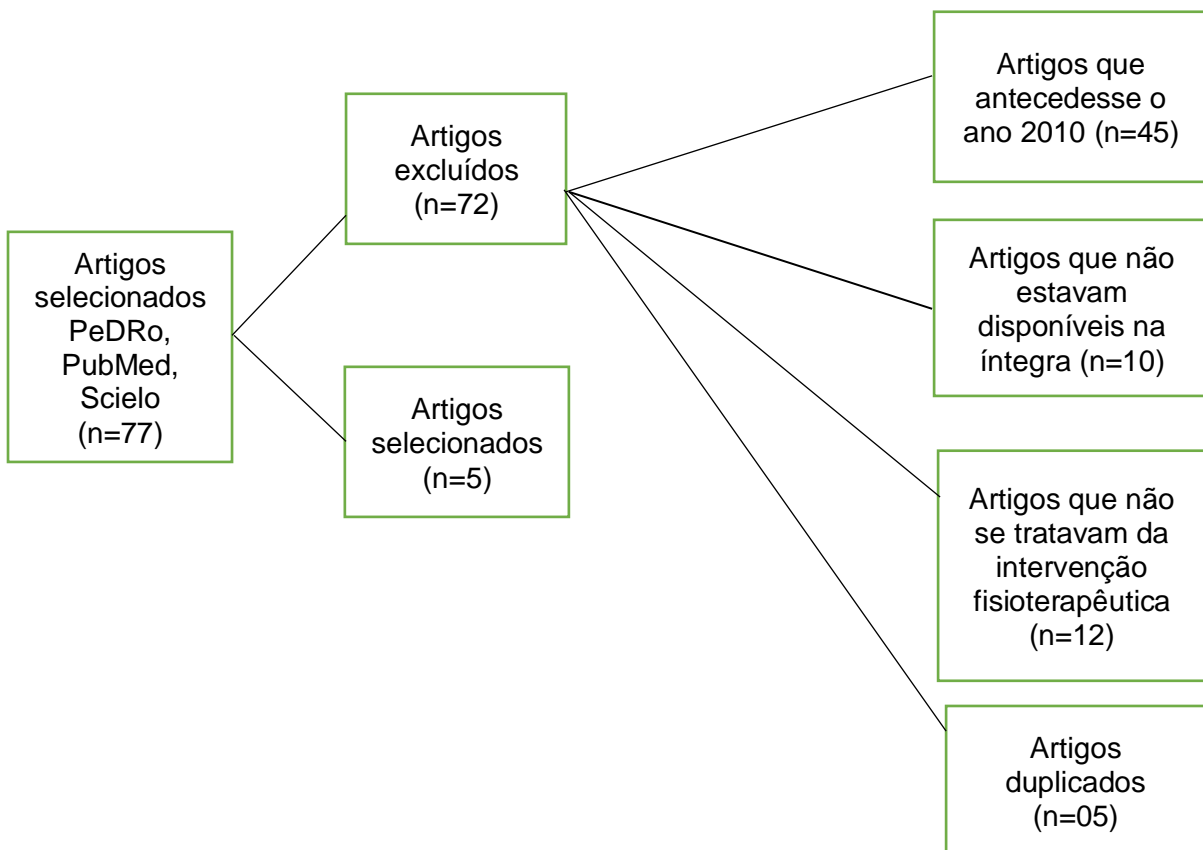
### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

**Tabela 1** – Distribuição dos artigos científicos encontrados, pré-selecionados e selecionados por base de dados

Base de dados	Artigos encontrados	Artigos pré-selecionados	Artigos selecionados
PeDro	49	7	3
PubMed	10	8	1
Scielo	10	8	1

Fonte: autor

**Quadro 1 - FLUXOGRAMA DE SELEÇÃO DOS ARTIGOS CIENTIFICOS**



Fonte: autor

**Tabela 2** – Características dos artigos encontrados

<b>Autor/ano</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Amostra</b>	<b>Recursos utilizados</b>	<b>Principais resultados</b>
MORKVE D et al. (2010)	Ensaio clínico randomizado	n = 301 gestantes nulíparas  GT= 148 GC= 153	Alongamento, exercício de respiração e relaxamento, consciência corporal, atividade aeróbica, exercícios de treinamento de força e resistência.	Prevenção da dor lombopélvica.
BARROS et al. (2015)	Estudo transversal	n =105 gestantes	Cartilha de informações sobre o assunto e orientações posturais para serem realizadas em casa, visando alívio de dor	Receberam orientações para correção postural para promover alívio de dor.
KOKIC et al. (2017)	Ensaio controlado e Randomizado	n = 45 gestantes  GE = 22 GC = 23	Exercícios aeróbicos, exercícios resistidos, exercícios para o assoalho pélvico, alongamentos e relaxamento ao final da sessão	GE= Desenvolveram dor lombopélvica GC= Apresentou diminuição da dor.
GAUSEL et al. (2017)	Ensaio clínico randomizado	n = 56 gestantes  GT = 28 GC = 28	GT: Consistiu em manipulação, mobilização, tratamento de tecidos moles, exercícios e orientações pelo quiroprático.  GC: Cuidados de saúde convencionais	O GT e GC não apresentaram diferenças estatísticas no tratamento quiroprático.
Vas et al. (2019)	Ensaio clínico multicêntrico randomizado	n = 220 gestantes  Onde 55 foram incluídas	Cuidados obstétricos, acupuntura auditiva verdadeira (VEAc), acupuntura auditiva inespecífica (NSEAc), e acupuntura auditiva placebo (PEAc).	A acupuntura auricular combinada com cuidados obstétricos padrão de rotina reduziu significativamente e a dor lombar e pélvica das mulheres grávidas, melhorou a qualidade de

				vida e reduziu a disfunção.
--	--	--	--	-----------------------------

**\*Legenda: n – número de amostra; GE: Grupo experimental; GC: Grupo controle; GT: Grupo de tratamento.**

De acordo com a literatura, os artigos selecionados nesta revisão incluem análise do efeito e eficácia dos recursos e tratamentos utilizados pela fisioterapia na dor pélvica durante o período gestacional. Segundo MORKED et al. (2010), o estudo aborda a relevância na adesão e participação em um grupo de treinamento visando diminuir a dor pélvica. No estudo realizado foi proposto um programa de treinamento de 12 semanas com a participação de fisioterapeutas, realizando alongamentos, atividades aeróbicas, exercícios para fortalecimento.

Tanto BARROS et al. (2015) quanto KOKIC et al. (2017) utilizaram o questionário PGQ- Brasil (Pelvic Girdle Questionário) com objetivo de avaliar o efeito da dor sobre a funcionalidade da gestante, aplicando a Escala de EVA, onde foi realizado testes de diagnósticos de dor para cintura pélvica, os estudos mostram que quanto maior a intensidade da dor maior o grau de disfunção pélvica. Com tudo as gestantes receberam algumas orientações para serem realizada durante sua vida diária, promovendo o alívio da dor. Para KOKIC et al. (2017) este questionário auxilia na elaboração de condutas de tratamentos específicos.

Segundo GAUSEL et al. (2017) o tratamento quiroprático não apresenta diferenças estatísticas para alívio de dor na cintura pélvica em gestantes. O estudo visou pesquisar os benefícios de tratamento quiroprático para gestantes de um determinado grupo selecionado que apresentavam dor na cintura pélvica unilateral, foi aplicado questionários e realizado exame clínico. Por fim, foi concluído que o estudo não teve tratamento quiroprático entre os grupos selecionados sendo necessário mais estudos sobre o assunto. VAS et al. (2019) realizaram um estudo sobre o efeito da acupuntura auricular na dor pélvica durante o período gestacional. O método utilizado mostrou ser eficaz na dor da cintura pélvica, foi aplicado por parteiras associadas por cuidados obstétricos mostrando ser benéfico, melhorando a qualidade de vida e minimizando a incapacidade funcional.

De acordo com a pesquisa realizada nessa revisão foi concluído que existem

métodos de tratamento de grande relevância que minimizam a dor pélvica relacionada a gravidez. Apresentando unicamente um artigo onde se faz necessário futuras evidências sobre o assunto.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A fisioterapia pode contribuir minimizando os desconfortos causados durante a gravidez, através de terapias manuais realização de exercícios e orientações, ajudando a manter e corrigir sua postura, reduzir quadro algico na região pélvica, sacro-ilíaca e ciática ocasionado pelas adaptações ocorridas em seu corpo, e trabalhando o fortalecimento muscular principalmente do assoalho pélvico preparando essa mulher para o parto.

Desta forma esta pesquisa poderá ser utilizada como fonte de informações uma vez que existe poucos estudos sobre o panorama situacional deste nicho. Pretende-se contribuir para a motivação de estudos acerca do tema como também, em áreas que tenham afinidade com o tema.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICA

ANDREUCCI, Carla Betina; GUILHERME, José. **Desempenho de indicadores de processo do Programa de Humanização do Pré-natal e Nascimento no Brasil: uma revisão sistemática**. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/nCSZBSNNVfwz4vT8bzgBnVv/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 26 ago. 2021.

BARACHO, Elza *et al.* **Fisioterapia Aplicada na Saúde da mulher**. 2018. Disponível em: E-Book - Fisioterapia Aplicada à Saúde da Mulher. Edição: 6|2018. Editora: Guanabara Koogan. Acesso em: 09 maio 2021.

BARROS, Raphaela Rodrigues de; SIMÕES, Luan; MORETTI, Eduarda; LEMOS, Andreia. **Repercussão da dor da cintura pélvica na funcionalidade de gestantes avaliadas através da versão brasileira do Pelvic Girdle Questionnaire (PGQ-Brasil): estudo transversal**. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/sYCL63HkbGxrPYt6KJwPYjk/?lang=pt>. Acesso em: 02 nov. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria n. 569/GM, de 10 de junho de 2000. Institui o Programa de Humanização no Pré-Natal e Nascimento, no âmbito do Sistema Único de Saúde. Brasília, 2000.

CARVALHO, Maria Emília Coelho Costa; LIMA, Luciana Cavalcanti; TERCEIRO,

Cristovam Alves de Lira; PINTO, Deyvid Ravy Lacerda; SILVA, Marcelo Neves; COZER, Gustavo Araújo; COUCEIRO, Tania Cursino de Menezes. **Low back pain during pregnancy**. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rba/a/BFHtt6tKVr8crcVxShwCxDz/?lang=en>. Acesso em: 02 dez. 2021.

F, Rivas Ruiz *et al.* **Efeito da acupuntura auricular na dor relacionada à gravidez na região lombar e na cintura pélvica posterior: um ensaio clínico multicêntrico randomizado**. 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31034580/>. Acesso em: 02 dez. 2021.

GAUSEL, Anne Marie *et al* (ed.). **Tratamento quiroprático da dor dominante unilateral da cintura pélvica em mulheres grávidas; um ensaio clínico randomizado**. 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28962596/>. Acesso em: 26 out. 2021.

I, Sklempe Kokic; M, Ivanisevic; R, Pisot; M, Uremovic; B, Simunic. **Efeito de exercícios terapêuticos na dor lombar e na cintura pélvica relacionada à gravidez: análise secundária de um ensaio clínico randomizado**. 2017. Disponível em: <https://search.pedro.org.au/search-results/record-detail/49315>. Acesso em: 02 nov. 2021.

I, Sklempe Kokic *et al.* **Efeito de exercícios terapêuticos na dor lombar e na cintura pélvica relacionada à gravidez: análise secundária de um ensaio clínico randomizado**. 2017. Disponível em: <https://search.pedro.org.au/search-results/record-detail/49315>. Acesso em: 20 nov. 2021.  
MIQUELLUTTI, Maria Amélia; BASSANI, Marina Almeida; OLIVEIRA, M. M. **Tratado De Fisioterapia Em Saúde da Mulher**. 2018. Disponível em: Tratado De Fisioterapia Em Saúde da Mulher - 2ª Ed. 2018. Acesso em: 09 maio 2021.

SAÚDE, Ministério da saúde. **Caderneta da Gestante.pdf**. 2018. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/agosto/31/Caderneta-da-Gestante-2018.pdf>. Acesso em: 09 maio 2021.

SIV, Morkved; SALVESEN, Kjell Asmund; SCHEI, Berit; BO, Kari; LYDERSEN, Stian. **O treinamento em grupo durante a gravidez previne a dor lombo-pélvica? Um ensaio clínico randomizado**. 2010. Disponível em: <https://obgyn.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1080/00016340601089651>. Acesso em: 02 dez. 2021.