

INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS NO PUERPÉRIO IMEDIATO: revisão integrativa

ODS :3

Ana Beatriz Rodrigues (Universidade de Taubaté)
Wendry Maria Paixão Pereira (Universidade de Taubaté)

O puerpério imediato é um período crítico para a saúde da mulher, marcado por alterações fisiológicas significativas e por maior vulnerabilidade a desconfortos e complicações. Nesse contexto, a fisioterapia tem se destacado como ferramenta essencial na prevenção e no tratamento de disfunções, contribuindo para a recuperação funcional e para o bem-estar materno. O objetivo foi elencar as evidências fisioterapêuticas científicas no puerpério imediato. Trata-se de uma revisão integrativa, realizada nas bases SciELO, LILACS, PEDro e PubMed no período de 2015 a 2025. Foram utilizados os descritores “puerpério imediato”, “fisioterapia”, “dor”, “eletroestimulação”, “crioterapia” e “diástase abdominal”, bem como seus correspondentes em inglês. As combinações incluíram, entre outras, *physiotherapy AND (immediate puerperium + pain)* e *physiotherapy AND (immediate puerperium + abdominal diastasis)*. Incluíram-se ensaios clínicos randomizados com mulheres no puerpério imediato e intervenções fisioterapêuticas não farmacológicas. Excluíram-se revisões sistemáticas e estudos envolvendo puérperas de alto risco. Foram encontrados 427 artigos, entretanto após análise somente onze atenderam aos critérios de inclusão. Esses estudos abordaram os principais recursos fisioterapêuticos aplicados no puerpério imediato, com destaque para crioterapia, cinesioterapia e eletroestimulação. Entre os recursos fisioterapêuticos investigados nesses estudos, a crioterapia foi associada à redução significativa da dor perineal nas primeiras 24 horas pós-parto, enquanto a cinesioterapia apresentou efeitos positivos na melhora da mobilidade pélvica e na prevenção de complicações musculoesqueléticas. A eletroestimulação demonstrou impacto na diminuição da diástase abdominal e no controle do quadro algico agudo. Conclui-se que as intervenções fisioterapêuticas analisadas demonstraram eficácia no alívio da dor perineal, na redução do quadro algico agudo e na diminuição da diástase abdominal, além de atuarem de forma preventiva contra complicações comuns do período puerperal.

Palavras-chave: Puerpério imediato; Fisioterapia; Mulher.