

RESUMO EXPANDIDO ESTRUTURADO - ESTUDOS EXPERIMENTAIS E DE  
REVISÃO- METODOLOGIAS DE REVISÕES SISTEMÁTICAS,  
INTEGRATIVAS, METAANÁLISE E MODELOS EXPERIMENTAIS EM  
PESQUISA BIOMÉDICA.

**ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA DERMATOFUNCIONAL NAS ALTERAÇÕES  
ESTÉTICAS DECORRENTES DA GRAVIDEZ DURANTE O PUERPÉRIO**

*Ana Raquel Pereira De Sousa (anaraquels840@gmail.com)*

*Josilene Dourado Linhares (josylinharesfisio7@hotmail.com)*

*Maria Luzia Pereira Domingos (marialuziadomingos@gmail.com)*

*Elizangela Teixeira De Sousa (elizteixeira6@gmail.com)*

*Liziane Silva Ferreira Dos Santos Cruz (lizianeferreiracruz@gmail.com)*

*Claudia Alves De Alencar (claudiaaalencar03@gmail.com)*

## 1. INTRODUÇÃO

A gravidez é um período caracterizado por intensas transformações fisiológicas, hormonais e anatômicas que visam preparar o corpo da mulher para o desenvolvimento fetal e o parto. Entretanto, essas mudanças, embora naturais, podem gerar repercussões estéticas e funcionais que afetam a autoestima e o bem-estar psicológico da gestante e da puérpera. Entre as principais alterações, destacam-se o melasma, as estrias, a flacidez cutânea e a diástase do músculo reto abdominal (DMRA), que podem perdurar após o parto e comprometer a qualidade de vida da mulher.

Durante a gestação, há aumento de hormônios como estrogênio, progesterona e relaxina, que influenciam a pigmentação da pele, a elasticidade dos tecidos e a tonicidade muscular. No puerpério fase que se estende por aproximadamente 45 dias após o parto o corpo passa por um processo de recuperação, podendo ocorrer desconfortos físicos, instabilidade articular e alterações psicológicas, como a depressão pós-parto.

Nesse contexto, a fisioterapia dermatofuncional destaca-se como área essencial de reabilitação e promoção da saúde feminina, atuando na prevenção e no tratamento das disfunções estéticas e funcionais resultantes da gravidez. Por meio de recursos como drenagem linfática, eletroestimulação, kinesiotaping, radiofrequência, exercícios terapêuticos e o uso de cosméticos e técnicas seguras, busca-se restaurar a harmonia corporal e emocional da mulher, promovendo uma recuperação saudável e humanizada. Assim, torna-se fundamental compreender e analisar as evidências científicas que respaldam essas práticas.

## 2. OBJETIVOS

Objetivo geral:

Analisar a atuação da fisioterapia dermatofuncional nas alterações estéticas decorrentes da gravidez durante o puerpério.

Objetivos específicos:

- Descrever as principais disfunções estéticas que surgem no corpo da mulher no período de pós-parto;
- Realizar um levantamento bibliográfico elencando os principais protocolos utilizados na fisioterapia dermatofuncional para tratamento das alterações estéticas no puerpério;
- Analisar a eficácia das intervenções fisioterapêuticas na redução das modificações estéticas apresentadas após a gestação

## 3. METODOLOGIA

### 3.1 Tipo de Pesquisa

O presente estudo, caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, com objetivo exploratório, que foi realizado através de uma revisão bibliográfica da literatura. Essa abordagem permite compreender, aprofundar e contextualizar o tema a partir da análise de produções científicas previamente publicadas.

### 3.2 População e Amostra

A população e a amostra deste trabalho foram constituídas por artigos científicos disponíveis em bases de dados acadêmicas que abordaram temas relacionados à fisioterapia dermatofuncional no contexto da gestação e do puerpério.

### 3.3 Critérios de Inclusão

Foram incluídos os artigos que atenderam aos seguintes critérios: publicações realizadas entre os anos de 2020 e 2025, redigidos nos idiomas português, inglês ou espanhol e estejam de acordo com o tema do estudo.

### 3.4 Critérios de exclusão

Foram excluídos nesse estudo os artigos científicos que foram realizados anteriormente ao ano de 2020, artigos pagos, estudos que não abordem sobre o tema, repetidos e redigidos em idiomas diferentes do português, inglês e espanhol.

### 3.5 Instrumentos de Coleta

Para a busca dos artigos, foram utilizados como instrumentos de coleta os periódicos científicos: Google Acadêmico, LILACS, SciELO e PubMed. Com auxílio dos seguintes descritores: Estética; Fisioterapia; Gravidez e Puerpério.

A

estratégia de busca pôde ser combinada com operadores booleanos (AND, OR), com objetivo de ampliar ou restringir os resultados conforme a necessidade da pesquisa.

### 3.6 Coleta de Dados

A coleta dos dados foi realizada por meio de uma leitura sistemática e criteriosa dos artigos encontrados, a partir das palavras-chave utilizadas nas bases de dados mencionadas. Foram selecionados apenas os estudos que apresentarem relação direta com o tema da pesquisa, considerando aspectos como objetivos, metodologia, resultados e contribuições de cada estudo.

### 3.7 Análise de Dados

Os dados coletados foram analisados por meio da elaboração de uma tabela descritiva, apresentada nos resultados, contendo informações como: título do artigo, autores, ano de publicação, objetivos, metodologia e principais resultados. A análise foi conduzida de forma descritiva e comparativa, com intuito de identificar padrões, contribuições e lacunas existentes na literatura quanto a atuação da fisioterapia dermatofuncional nas alterações estéticas decorrentes da gestação durante o puerpério.

## 4. RESULTADOS

A revisão evidenciou que o melasma é a alteração estética mais prevalente durante a gravidez, enquanto a diástase do músculo reto abdominal (DMRA) predomina no puerpério. Os estudos analisados demonstraram que ambas as condições impactam negativamente a autoestima e a funcionalidade corporal, sendo essenciais abordagens fisioterapêuticas seguras e personalizadas.

#### • Alterações cutâneas e tratamentos associados:

Pesquisas de Lopes (2022), Silva et al. (2024), Parac e Bukvic Mokos (2024), Palomo et al. (2025) e Backsmann et al. (2022) ressaltam o melasma como

consequência das alterações hormonais e da exposição solar. O tratamento seguro inclui o uso de fotoproteção, antioxidantes tópicos (vitamina C e niacinamida), ácido azelaico, peelings suaves e laserterapia, desde que acompanhados por profissionais habilitados. Os autores destacam que tais intervenções, além de eficazes, apresentam baixo risco fetal, sendo recomendadas durante a gestação.

- Alterações musculoesqueléticas:

No puerpério, estudos como os de Pacheco et al. (2023) e Doi et al. (2021) demonstraram prevalência significativa de DMRA em mulheres nas primeiras semanas pós-parto, com taxas entre 25% e 66%, dependendo da região abdominal. A condição mostrou relação direta com o ganho de peso gestacional e fragilidade da musculatura do assoalho pélvico.

- Intervenções fisioterapêuticas:

As pesquisas de Wei et al. (2021) e Situt et al. (2021) apontaram eficácia da estimulação elétrica neuromuscular (EENM) associada a exercícios de estabilização do core na redução da diástase abdominal, melhorando força muscular e reduzindo dor lombar. Já Ptazkowska et al. (2021) verificaram melhora significativa da diástase com kinesiotaping, técnica não invasiva e de baixo custo.

Outros estudos também destacaram o papel da drenagem linfática manual e da radiofrequência na melhora da flacidez e da circulação local, bem como a utilização de peelings e ativos tópicos no manejo de hiperpigmentações.

## 5. DISCUSSÃO

Os resultados reforçam a relevância da fisioterapia dermatofuncional como ferramenta de reabilitação e promoção do bem-estar feminino no ciclo gravídico-puerperal. A literatura revisada indica que as alterações mais frequentes melasma e diástase abdominal possuem natureza multifatorial, exigindo intervenções integradas que considerem tanto os aspectos fisiológicos quanto os emocionais da mulher.

Durante a gestação, o melasma manifesta-se como hiperpigmentação facial acentuada, provocada por estímulos hormonais e exposição solar. Estudos recentes (Palomo et al., 2025; Backsmann et al., 2022) indicam que a fotoproteção diária é a principal medida preventiva. Além disso, ativos como ácido glicólico, ácido lático e niacinamida mostraram-se eficazes e seguros para uso tópico. Silva et al. (2024) acrescentam o Aloe Vera como opção natural que contribui para a hidratação e regeneração cutânea. Assim, o papel do fisioterapeuta dermatofuncional inclui orientar gestantes quanto ao uso seguro de cosméticos e à adoção de hábitos preventivos, reduzindo o impacto estético e emocional dessa condição.

No puerpério, a DMRA representa uma das principais disfunções musculares. Além de comprometer a estética abdominal, pode gerar dor lombar, incontinência urinária e alterações posturais. Pacheco et al. (2023) observaram associação significativa entre ganho de peso gestacional e incidência de diástase, reforçando a importância de estratégias preventivas ainda durante a gestação. Doi et al. (2021) demonstraram correlação entre fraqueza do reto abdominal e disfunção do assoalho pélvico, evidenciando a necessidade de reabilitação global do tronco e pelve.

As intervenções mais eficazes envolveram recursos como EENM e exercícios de fortalecimento do core (Wei et al., 2021; Situt et al., 2021), que promoveram redução significativa da distância entre os retos e melhora da espessura muscular. Ptaszkowska et al. (2021) reforçam o benefício complementar do kinesiotaping, que facilita a reeducação postural e auxilia na ativação muscular.

Essas evidências demonstram que o tratamento fisioterapêutico deve ser individualizado, considerando a fase de recuperação, a condição física da paciente e a compatibilidade dos procedimentos com a amamentação. O acompanhamento profissional adequado também reduz riscos e melhora a adesão ao tratamento.

Além dos ganhos físicos, a literatura destaca a relevância psicológica dessas intervenções. O restabelecimento da imagem corporal contribui para a melhora da autoestima, fator crucial no enfrentamento de transtornos emocionais comuns no pós-parto. Assim, a fisioterapia dermatofuncional não apenas restaura a estética, mas atua como promotora de saúde integral da mulher.

Contudo, observam-se lacunas científicas: a maioria dos estudos apresenta amostras pequenas e curtos períodos de acompanhamento. Há necessidade de ensaios clínicos randomizados e protocolos padronizados que consolidem a

eficácia e segurança das técnicas, ampliando a aplicação clínica baseada em evidências.

## 5. CONCLUSÃO

Conclui-se que a fisioterapia dermatofuncional exerce papel essencial na reabilitação estética e funcional da mulher durante o puerpério, contribuindo para a restauração do equilíbrio corporal e da autoestima. O melasma e a diástase do músculo reto abdominal são as principais alterações decorrentes da gestação e demandam abordagens seguras e cientificamente embasadas.

A integração de recursos terapêuticos como fotoproteção, ativos tópicos, drenagem linfática, EENM, kinesiotaping e exercícios específicos demonstrou eficácia comprovada na melhora estética e funcional. Ademais, o cuidado humanizado e a educação em saúde são fundamentais para o empoderamento feminino e para a vivência positiva do período puerperal.

Recomenda-se o fortalecimento da pesquisa científica na área e a ampliação do acesso a tratamentos fisioterapêuticos especializados, garantindo práticas seguras, éticas e baseadas em evidências no cuidado à mulher no ciclo gravídico-puerperal.

Palavras-chave: estética; fisioterapia; gravidez; puerpério.