

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**A ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA EM GESTANTES PORTADORAS DE  
HIPERMOBILIDADE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

*Renata Monteiro (renata.pontes@afya.com.br)*

*Júlia Farias Da Rocha Pinheiro (juliafariasrp2@gmail.com)*

*Cileny Carla Saroba Vieira Thomé (cileny.thome@afya.com.br)*

O período gestacional é um processo fisiológico natural que gera uma sequência de adaptações em diversos sistemas do corpo feminino, resultando em mudanças na mecânica e na biomecânica do esqueleto de forma estática e dinâmica. Essas transformações são impulsionadas pela ação hormonal, destacando-se a produção de relaxina e colagenase, que aumentam a frouxidão ligamentar e inibem contrações uterinas. Contudo, quando essa frouxidão fisiológica se associa à Hiper mobilidade Articular (HA) — condição multifatorial caracterizada por tecidos com comprimento excessivo e amplitude de movimento além do normal — a gestante torna-se mais suscetível a instabilidades articulares, entorses, desajustes posturais, dores e lesões de tecidos moles. O presente trabalho tem como objetivo geral analisar, por meio de uma revisão bibliográfica, a atuação da fisioterapia no manejo de gestantes portadoras de hiper mobilidade articular, buscando proporcionar a melhora de sua qualidade de vida. Especificamente, pretende-se analisar os efeitos da associação entre a hiper mobilidade e a frouxidão gestacional, descrevendo os benefícios das condutas fisioterapêuticas na prevenção e tratamento de complicações.

A metodologia delineada consiste em uma revisão integrativa da literatura, realizada de forma abrangente para reunir dados teóricos que fundamentem a pesquisa. O levantamento de dados foi estruturado em bases científicas como SciELO, BVS, DeCS/MeSH e PubMed, utilizando descritores como “fisioterapia”, “gestação”, “hipermobilidade articular” e “frouxidão ligamentar” associados aos operadores booleanos AND e OR. Os critérios de inclusão selecionaram artigos em português publicados nos últimos 15 anos que abordassem a temática proposta, enquanto os critérios de exclusão descartaram estudos de natureza longitudinal, observacional, analítica ou comparativa. Os resultados esperados (desfechos primários) buscam identificar as repercussões clínicas dessa sobreposição de condições ligamentares e como a aplicação de recursos fisioterapêuticos pode auxiliar. Entre as intervenções destacam-se o método Pilates, focado na manutenção do tônus, ativação de músculos estabilizadores de tronco e assoalho pélvico, e a Hidroterapia, que auxilia no controle de edemas, manutenção da resistência cardiovascular e alívio do peso corporal. Conclui-se que a atuação fisioterapêutica na saúde da mulher é um pilar indispensável para a prevenção de complicações e reabilitação musculoesquelética, promovendo o bem-estar e garantindo a funcionalidade da gestante diante das intensas demandas físicas do ciclo gravídico.

Palavras-chave: dor lombar gestacional; fisioterapia; saúde da mulher.