



**Health  
Residencies  
Journal (HRJ).  
2023;4:1-6**

## **Relato de Experiência**

**DOI:**

[https://doi.org/10.51723/  
hrj.v3i18.685](https://doi.org/10.51723/hrj.v3i18.685)

**ISSN:** 2675-2913

**Qualis:** B2

**Recebido:** 07/08/2022

**Aceito:** 23/11/2022

# **Acolhimento na Atenção Primária à Saúde e atuação da fisioterapia no cuidado à gestante em caráter coletivo: relato de experiência**

## ***Reception in primary Health Care and the role of physiotherapy in the care of pregnant women in a collective manner: experience report***

Karolyna Veloso Rodrigues<sup>1</sup> , Caroline Jonas Rezaghi Ricomini Nunes<sup>2</sup> 

<sup>1</sup> Fisioterapeuta. Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade, Escola Superior de Ciências da Saúde – ESCS/FEPECS.

<sup>2</sup> Terapeuta Ocupacional. Mestre em Ciências Aplicadas em Saúde pela Universidade de Brasília – UNB, Preceptora e Tutora do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade da Escola Superior de Ciências da Saúde – ESCS/FEPECS.

**Correspondência:** karolynavrodrigues@gmail.com

---

## **RESUMO**

A gestação é um momento único para a mulher e sua família, é um processo de grandes mudanças e adaptações, além das mudanças físicas há também as sociais e psicológicas aumentando a necessidade da gestante por acolhimento de profissionais da saúde. Neste contexto, a atenção primária à saúde como porta de entrada ao Sistema Único de Saúde (SUS) tem papel fundamental na recepção dessa mulher criando vínculo e acompanhando-a no início, durante e após o período gestacional. Com base nisso, o objetivo deste estudo foi relatar a experiência de uma fisioterapeuta residente do Programa de Saúde da Família no desenvolvimento de um grupo de gestante, acolhendo suas dúvidas e ansiedades orientando-as quanto a amamentação, manejo de dor entre outras questões envolvendo a saúde da gestante. Desenvolveu-se um grupo com quatro gestantes encaminhadas das equipes da Estratégia de Saúde da Família das quais foram acolhidas pela fisioterapeuta responsável pelo projeto, foram ministrados exercícios de fortalecimento e mobilização, educação em saúde além de orientações para as mulheres gestantes. Concluiu-se que a presença de um profissional fisioterapeuta na atenção primária e no acolhimento às gestantes é de extrema importância não só para o manejo de dor e orientações referente à amamentação, mas para conscientização da mulher como protagonista na gravidez contando com a rede de apoio familiar e dos profissionais de saúde que a acompanham nessa fase.

**Palavras-chave:** Acolhimento; Aleitamento materno; Atenção Primária à Saúde; Gestantes; Saúde da Família.

## **ABSTRACT**

Pregnancy is a unique moment for the woman and her family, it is a process of great changes and adaptations, in addition to the physical changes, there are also social and psychological ones, increasing the pregnant woman's need to receive health professionals. In his context, primary health care as gateway to the Unified

Health System (SUS) has a fundamental role in the reception of this woman, creating a bond and accompanying her at the beginning, during and after the gestational period. Based on this, the objective of this study was to report the experience of a physical therapist resident of the Family Health Program in the development of a group of pregnant women, welcoming their doubts and anxieties, guiding them about breastfeeding, pain management, among other issues involving the pregnant woman's health. A group was developed with four pregnant women referred from the Family Health Strategy teams, who were welcomed by the physiotherapist responsible for the Project, strengthening and mobilization exercises, health education and guidance for pregnant women were given. It was concluded that presence of a professional physical therapist in primary care and in the reception of pregnant women is extremely important not only for pain management and guidelines regarding breastfeeding, but for raising awareness of women as protagonists in pregnancy, counting on the support network, Family member and health professional who accompany her at this stage.

**Keywords:** Reception; Breastfeeding; Primary Health Care; Pregnant women; Family health.

---

## INTRODUÇÃO

Embora a expectativa de vida seja maior para as mulheres do que para os homens na maioria dos países, uma série de fatores sociais e de saúde se combinam acarretando menor qualidade de vida para as mulheres<sup>1</sup>. Tradicionalmente, é a mulher quem se dedica a cuidar da casa, dos filhos, do marido, dos pais e de outras pessoas doentes. Também, são as principais usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS), porém não buscam cuidados apenas para si, mas, principalmente, para as crianças, para as pessoas idosas ou deficientes, para os vizinhos e amigos<sup>2</sup>.

Em 2016, o Ministério da Saúde (MS) brasileiro lançou o Caderno de Protocolos da Atenção Básica – Saúde das Mulheres e afirma a necessidade de avanços no cuidado integral desse público, diante do contexto histórico de práticas voltadas, predominantemente, à saúde reprodutiva (pré-natal, parto, puerpério e planejamento reprodutivo) e à prevenção de câncer de colo de útero e mama<sup>3</sup>. A Atenção Primária (AP) é o locus de cuidado a essas mulheres, responsável pelo acolhimento, pela escuta qualificada e oferta de ações de promoção da saúde, entre outras, garantindo a integralidade do cuidado<sup>3</sup>. A APS se sobressai por diferentes modelos, dentre eles destacam-se as Ações Programáticas em Saúde. Também organiza e racionaliza os recursos destinados à promoção, manutenção e melhorias da saúde, sendo um modelo de mudança da prática clínico-assistencial para os profissionais de saúde, indivíduos e comunidade<sup>4</sup>.

Quando a mulher ingressa no serviço de atenção básica, o diagnóstico da gravidez deve ser feito

com base na história da mulher, aliada ao exame físico e teste laboratorial. A unidade de saúde deve criar um fluxo de atendimento ágil para a mulher que procura a confirmação da gravidez, buscando não postergar o diagnóstico, garantir o sigilo e possibilitar, quando for desejo da gestante, o acolhimento precoce para atenção pré-natal<sup>5</sup>. Dessa maneira, a assistência pré-natal não deve se reduzir apenas à realização de consultas e solicitação de exames, pois precisa considerar também o acolhimento e o reconhecimento das necessidades das gestantes, visando o estabelecimento de vínculos<sup>6</sup>.

Todas as orientações fornecidas pelos profissionais de saúde às gestantes durante o acompanhamento pré-natal são parte importante nesse processo de cuidado. Embora relevantes, no entanto, estudos nacionais têm identificado falha dos profissionais de saúde em oferecer orientações sobre a gestação, importância e técnicas para o aleitamento materno, como se preparar para o parto e cuidados básicos com o recém-nascido. Estudo que avaliou a qualidade da atenção pré-natal na rede básica de saúde do Brasil, identificou que apenas 60% das gestantes brasileiras atendidas no SUS receberam todas as orientações preconizadas durante o acompanhamento pré-natal<sup>7</sup>.

Sob essa ótica, o papel do fisioterapeuta nos programas de saúde pública e de promoção à saúde é de elevada importância devido às contribuições em promoção e planejamento de ações preventivas, além de educação e gerenciamento de serviços de saúde. Os fisioterapeutas estão inseridos na atenção primária através dos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF), que são equipes compostas por diferentes

profissionais com áreas de conhecimentos diversos que visam dar suporte para as Equipes de Saúde da Família (ESF), favorecendo uma troca de experiências em práticas inter/multidisciplinares, a fim de realizar um cuidado integral ao indivíduo e a comunidade em que está inserido<sup>8</sup>.

## METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de uma profissional fisioterapeuta residente do programa de saúde da família no desenvolvimento de um grupo de gestantes na atenção primária à saúde em uma Unidade Básica de Saúde de uma região administrativa do Distrito Federal. Foram encaminhadas pelas Equipes de Estratégia de Saúde da Família seis gestantes que passaram por uma avaliação individual na fisioterapia, na qual foram coletadas a história, antecedentes de saúde, principais queixas das gestantes, rede de apoio, nível escolar, se trabalhava ou não, renda, dentre outras perguntas que a avaliadora achou pertinente para melhor avaliação da gestante. O grupo de gestante aconteceu às sextas das 09h00 às 10h00 no auditório da unidade de saúde, apresentou como subcategorias orientações sobre amamentação, parto, manejo da dor lombar, exercícios de mobilidade pélvica. Referente à participação em grupo de gestantes, apenas uma das gestantes participou de grupos fornecidos por outro Centro de Saúde e as outras nunca participaram de grupos. Foram definidos quatro encontros para a turma de gestantes, para que conseguíssemos atender toda a demanda reprimida e repassar todas as informações importantes para elas. Para a educação em saúde foram utilizadas peças anatômicas para explicar sobre amamentação, mecanismos do parto, conscientização sobre o assoalho pélvico e foi desenvolvido uma cartilha de exercícios que foi entregue a cada gestante para fazerem em casa, da qual todo encontro fazia-se os exercícios de mobilização pélvica e do corpo como um todo para redução das dores que eventualmente ocorriam.

## AMAMENTAÇÃO

O leite materno é um alimento vivo, completo e natural, adequado para todos os recém-nascidos, salvo raras exceções. As vantagens do aleitamento materno são múltiplas e já bastante reconhecidas, quer a curto, quer em longo prazo, existindo um consen-

so mundial de que a sua prática exclusiva é a melhor maneira de alimentar as crianças até os seis meses de vida. O aleitamento materno tem vantagens para a mãe e para o bebê: o leite materno previne infecções gastrointestinais, respiratórias e urinárias; tem um efeito protetor sobre as alergias, também faz com que os bebês tenham uma melhor adaptação a outros alimentos. Em longo prazo, podemos referir também a importância do aleitamento materno na prevenção da diabetes e de linfomas. No que diz respeito às vantagens para a mãe, o aleitamento materno facilita uma involução uterina mais precoce, e associa-se a uma menor probabilidade de ter câncer da mama entre outros. Sobretudo, permite à mãe sentir o prazer único de amamentar<sup>9</sup>.

Segundo o Ministério da Saúde (2002), a técnica de amamentação, ou seja, a maneira como a dupla mãe/bebê se posiciona para amamentar/mamar e a pega/sucção do bebê são muito importantes para que o bebê consiga retirar, de maneira eficiente, o leite da mama e também para não machucar os mamilos. Uma posição inadequada da mãe e/ou do bebê na amamentação dificulta o posicionamento correto da boca do bebê em relação ao mamilo e à aréola, resultando no que se denomina de “má pega”. A mãe escolhe a posição para dar de mamar: a mãe pode ficar deitada, sentada ou em pé. O importante é a mãe e o bebê sentirem-se bem confortáveis. Se a mãe der de mamar DEITADA: a mãe deve deitar-se de lado, apoiando sua cabeça e costas em travesseiros para ficar mais à vontade. A mãe também pode dar de mamar recostada na cama. Com um braço, a mãe apoia o pescoço e o tronco do bebê, ajudando a aproximar o corpo do bebê ao seu corpo, e com a outra mão aproxima a boca do bebê do bico do peito. Ele próprio vai procurar o bico. Se a mãe der de mamar SENTADA: a mãe pode cruzar as pernas ou usar travesseiros sobre suas coxas, ou ainda usar embaixo dos pés um apoio para facilitar a posição do bebê, permitindo assim, que a boca do bebê fique no mesmo plano da aréola<sup>10</sup>.

## PARTO NORMAL E DOR LOMBAR

A gravidez consiste de um processo fisiológico natural compreendido pela sequência de adaptações ocorridas no corpo da mulher a partir da fertilização. A preparação do corpo para a gestação envolve ajustes dos mais variados sistemas e pode ser considerada um estado de saúde que envolve mudanças fisiológicas

iguais ou maiores do que as que acompanham muitos estados patológicos<sup>11</sup>. Durante a gestação observa-se que o aparecimento de algias posturais, também chamadas de dores nas costas e principalmente as lombalgias, é muito comum. Essas dores aumentam principalmente se a mulher apresentava esta queixa antes de engravidar. Além disso, esse sintoma pode perdurar no período puerperal e continuar interferindo com sua rotina diária e, conseqüentemente, em sua qualidade de vida<sup>12</sup>. Os principais objetivos da fisioterapia, no sistema músculo-esquelético, são promover uma melhor postura durante a gestação e após o parto; maior percepção do corpo; preparar os MMSS e inferiores (MMII), para as necessidades de cuidados do bebê e para as demandas circulatórias e do aumento de peso da gestante, respectivamente; preparar, fisicamente, para o trabalho de parto e atividades após o parto; manter a função abdominal e prevenir ou corrigir a patologia da diástase dos retos; melhorar a capacidade de relaxamento; e orientar exercícios progressivos e seguros para o pós-parto<sup>13</sup>.

A princípio, o parto normal é definido por seus aspectos positivos, como por ser mais fisiológico, mais saudável, mais emocionante e satisfatório para a gestante, tornando-se o parto ideal. Contudo vários médicos referem insegurança e imprevisibilidade com o parto normal em relação ao seu ponto de vista quando afirmam que durante o parto normal nunca se sabe realmente o que pode acontecer. O início de trabalho de parto acontece principalmente de três maneiras: ruptura do saco amniótico, surgimento de sangramento, ou contrações que se tornam cada vez mais fortes e rítmicas. Episódios de falso trabalho de parto ocorrem com frequência, geralmente imitando o verdadeiro trabalho de parto com contrações que se tornam mais fortes, longas e em intervalos menores<sup>14</sup>.

## AUXÍLIO DA FISIOTERAPIA NO PROCESSO DE GESTAÇÃO

Durante a gestação, a atuação do fisioterapeuta visa promover a prevenção de complicações, desconfortos e disfunções musculoesqueléticas e uroginecológicas, alívio das dores, orientação postural e percepção corporal, preparação para o parto, realização de exercícios físicos e respiratórios, orientações para amamentação, atividades de vida diária (AVDs) e promoção de qualidade de vida<sup>15</sup>. A prática de exercício durante a gravidez evita o aumento de

peso corporal, reduz o estresse cardiovascular, estimula a boa postura, previne algias nas regiões da coluna vertebral, o diabetes gestacional, melhora a imagem corporal e conseqüentemente o estado psicológico, além de facilitar o tempo de desprendimento fetal em partos vaginais<sup>16</sup>.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Gravidez e parto são eventos marcantes na vida das mulheres e de suas famílias e, embora a fisiologia do parto seja a mesma, em nenhuma sociedade ele é tratado de forma apenas fisiológica, pois é um evento biossocial, cercado de valores culturais, sociais, emocionais e afetivos. A gestação, o parto e o puerpério constituem experiências humanas das mais significativas, com forte potencial positivo e enriquecedor para todos que dela participam<sup>17</sup>. Os benefícios da prática de atividade física durante a gestação são diversos e atingem diferentes partes do organismo materno. O exercício reduz e previne lombalgias, quando realizada em associação à orientação postural correta para a gestante; contribui para adaptação de nova postura física melhorando a habilidade durante a atividade física e o trabalho diário. E mais, se houver dores nas mãos e membros inferiores, a prática de atividade física regular tem o efeito de diminuí-las promovendo menor retenção de líquidos no tecido conjuntivo<sup>18</sup>.

A amamentação tem inúmeros benefícios para a saúde infantil, reduzindo a mortalidade e morbidade por doenças infecciosas, principalmente nos países em desenvolvimento. A promoção da amamentação é considerada como sendo uma das principais estratégias de sobrevivência infantil, mas apesar disto, em várias partes do mundo, a duração da amamentação, total e exclusiva, permanece abaixo do que é recomendado pela Organização Mundial da Saúde<sup>19</sup>. Diante do que foi observado neste estudo, estes temas possuem grande relevância entre profissionais da saúde e gestantes das quais necessitam de informações e orientações.

Ao decorrer da organização e construção da abordagem para aplicar às gestantes, foi notória a imensa importância do papel do fisioterapeuta na atenção primária à saúde no cuidado de gestantes que procuram as unidades básicas de saúde para atendimentos e orientações. O profissional fisioterapeuta deve embasar suas ações em evidências científicas e

também com empatia com o objetivo de atender as demandas de cada gestante que chegava ao atendimento com suas especificidades.

## CONCLUSÕES

Por meio deste trabalho foi notado que a promoção à saúde de gestantes no âmbito da atenção

primária é indispensável para orientação das futuras mães e, assim, proporcionar melhor qualidade de vida durante o processo de gestação. Diante disso, é fundamental o acompanhamento dessas mulheres por um fisioterapeuta de família que seja sensível às fases e especificidades de cada gestante, conduzindo-as de forma confortável e com informações precisas e adequadas.

## REFERÊNCIAS

1. Baratieri T, Natal S. “Ações do programa de puerpério na atenção primária: uma revisão integrativa.” *Ciência & Saúde Coletiva* 24 (2019): 4227-4238. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182411.28112017>
2. Prado EV. “O cuidado à mulher como centro da Estratégia Saúde da Família.” *Revista de APS* 17.3 (2014). Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15094>
3. Luz MMF e F, Petrolí MF. O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação* [online]. 2021, v. 25 [Acesso em 20 jun 2022], e200644. Epub 09 jul 2021. ISSN 1807-5762. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/interface.200644>
4. Martins DC, et al. Avaliação dos atributos da Atenção Primária a Saúde com mulheres em idade reprodutiva. *Revista Brasileira de Enfermagem* 75(2022). <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0015>
5. Moimaz SAS, et al. “Cuidados à saúde da gestante no âmbito da Atenção Primária.” *Saúde e Desenvolvimento Humano* 8.3 (2020): 123-132. <https://dx.doi.org/10.18316/sdh.v8i3.6713>
6. Livramento D do VP, et al. Percepções de gestantes acerca do cuidado pré-natal na atenção primária à saúde. *Revista Gaúcha de Enfermagem* [online]. 2019, v. 40 [Acesso em 20 jun 2022], e20180211. Epub 06 jun 2019. ISSN 1983-1447. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20180211>
7. Marques BL, et al. *Orientações às gestantes no pré-natal: a importância do cuidado compartilhado na atenção primária em saúde* – Extraído do trabalho de conclusão de curso “Assistência pré-natal na Atenção Primária: Um olhar sob a atuação do profissional enfermeiro no estado de Santa Catarina”. Autoria de: Bruna Letícia Marques. Orientação da Professora Yaná Tamara Tomasi. Curso de Graduação em Enfermagem. Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), 2019. Escola Anna Nery [online]. 2021, v. 25, n. 1 [Acesso em 20 jun 2022], e20200098. Epub 04 Set 2020. ISSN 2177-9465. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0098>
8. Boeira JTR, da Silva YP, Furlanetto MP. “O papel da fisioterapia pélvica na atenção primária à gestante: uma revisão integrativa.” *Fisioterapia Brasil* 22.6 (2021): 912-930. <https://doi.org/10.33233/fb.v22i6.4483>
9. Palheta QAF, Aguiar M de FR. Importância da assistência de enfermagem para a promoção do aleitamento materno. *REAEenf* [Internet]. 29 jan 2021 [Acesso em 20 jun 2022];8:e5926. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/5926>

10. De Carvalho DB, et al. "A importância da fisioterapia na lactação." *Revista Ciência & Saberes-UniFacema* 4.1 (2018): 848-853. Disponível em:  
<https://www.facema.edu.br/ojs/index.php/ReOnFacema/article/view/300>
11. Mann L, et al. Alterações biomecânicas durante o período gestacional: uma revisão. *Motriz: Revista de Educação Física* [online]. 2010, v. 16, n. 3 [Acesso em 20 jun 2022], pp. 730-741. Epub 12 Abr 2012. ISSN 1980-6574. Disponível em:  
<https://doi.org/10.5016/1980-6574.2010v16n3p730>
12. Martins RF e P, e Silva, JL. Tratamento da lombalgia e dor pélvica posterior na gestação por um método de exercícios. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia* [online]. 2005, v. 27, n. 5 [Acesso em 20 jun 2022], pp. 275-282. Epub 29 Ago 2005. ISSN 1806-9339. Disponível em:  
<https://doi.org/10.1590/S0100-72032005000500008>
13. Brandão ACS, Gasparetto A, Pivetta HMF. "A fisioterapia na atenção básica: atuação com gestantes em caráter coletivo." *Fisioter. Bras* (2008): 86-92. Disponível em:  
<https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/download/1618/pdf/11930>
14. Da Silva MLB, de Sousa DPM. "A atuação da fisioterapia no parto e pós-parto." (2015). Disponível em:  
<https://portalbiocursos.com.br>
15. Santos GS, et al. "O nível de conhecimento de mulheres grávidas sobre a fisioterapia durante a gravidez e no trabalho de parto." *Anais da Mostra Acadêmica do Curso de Fisioterapia* 7.2 (2019): 162-166.  
<http://anais.unievangelica.edu.br/index.php/fisio/article/view/5282>
16. Alves RN. "Fisioterapia durante a gestação: um estudo comparativo." *Fisioterapia Brasil* 6.4 (2005): 265-270.  
<https://doi.org/10.33233/fb.v6i4.2004>
17. De Souza LA, Brugiolo ASS. "Os benefícios da fisioterapia na lombalgia gestacional." (2012). Disponível em:  
[https://portal.estacio.br/media/4420/os\\_beneficios\\_da\\_fisioterapia\\_na\\_lombalgia\\_gestacional.pdf](https://portal.estacio.br/media/4420/os_beneficios_da_fisioterapia_na_lombalgia_gestacional.pdf)
18. Abdal MC, da Silva VL, Baciuk EP. "Atividade física e qualidade de vida na gravidez." *Revista Científica do UNIFAE* (2009). Disponível em:  
<https://silo.tips/download/atividade-fisica-e-qualidade-de-vida-na-gravidez>
19. Horta BL, et al. "Duração da amamentação em duas gerações." *Revista de Saúde Pública* 41.1 (2007): 13-18. Disponível em:  
<https://repositorio.ipv.pt/bitstream>

