



ESTRATÉGIAS FISIOTERAPÊUTICAS DURANTE O PRÉ-NATAL NA PREVENÇÃO DE COMPLICAÇÕES DO ASSOALHO PÉLVICO

JHEFERSON MIRANDA DO NASCIMENTO; JOSE VALDESCE SILVA ALMEIDA;
FRANCISCO MATEUS LAURIANO LIMA; ESTEFANY SOUSA DA SILVA; CAIO ERICK
VIEIRA DE SOUSA

Introdução: A gravidez é um fenômeno natural que envolve diversas mudanças no organismo feminino, desde a concepção até o nascimento. Essas alterações podem ser tanto internas quanto externas. Durante o período pré-natal, a fisioterapia atua prevenindo dores relacionadas às modificações do assoalho pélvico e às mudanças posturais. Além disso, a fisioterapia desenvolve o controle respiratório e auxilia no preparo para o trabalho de parto. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo analisar, na literatura, as estratégias fisioterapêuticas durante o pré-natal com foco na prevenção das complicações do assoalho pélvico. **Materiais e Métodos:** Trata-se de uma pesquisa qualitativa, caracterizada como revisão narrativa da literatura. A busca foi realizada nas bases de dados Medline e Scielo Brasil. Foram considerados estudos em inglês e português, no período de 2012 a dezembro de 2023, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde: “Cuidado pré-natal”, “Saúde da mulher”, “Assoalho pélvico”, “Saúde Pública” e “Fisioterapia”. Adicionalmente, foi estabelecida uma estratégia de busca, a P.V.O. Consequentemente, a seguinte questão norteadora foi formulada: “Como a fisioterapia durante o pré-natal auxilia na prevenção de possíveis complicações ligadas ao assoalho pélvico?” **Resultados:** A revisão da literatura revelou que a maioria dos estudos relatou aspectos relacionados à execução de exercícios de fortalecimento muscular, técnicas de relaxamento, orientações posturais, uso de biofeedback e estimulação elétrica, como o TENS. Esses métodos são projetados para melhorar a força e a função do assoalho pélvico, reduzindo o risco de incontinência urinária, prolapso e lesões durante o parto. **Conclusão:** Conclui-se que a fisioterapia pré-natal desempenha um papel importante na prevenção de complicações relacionadas ao assoalho pélvico durante a gestação, parto e pós-parto. As estratégias de fortalecimento e reabilitação oferecidas por fisioterapeutas podem melhorar a qualidade de vida das gestantes, promovendo uma gravidez mais saudável e reduzindo o risco de complicações obstétricas.

Palavras-chave: **CUIDADO PRÉ-NATAL; SAÚDE DA MULHER; ASSOALHO PÉLVICO; SAÚDE PÚBLICA; FISIOTERAPIA**