

Exercícios e analgesia na maternidade

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

Um estudo foi realizado com 132 gestantes no Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - USP, grávidas do primeiro filho. Setenta delas foram acompanhadas por um fisioterapeuta e fizeram exercícios preconizados no trabalho de parto, sendo orientadas a fazer movimentos articulares e pélvicos, relaxamento do períneo e coordenação do diafragma, enquanto as outras 62 pacientes tiveram acompanhamento obstétrico normal, sem exercícios. Segundo a fisioterapeuta Eliane Bio, autora do estudo, os exercícios diminuíram a dor, o número de cesáreas, a duração do trabalho de parto e a necessidade de analgésicos, sendo que no grupo controle todas precisaram de drogas para diminuir a dor. Ainda, de acordo com a fisioterapeuta, os procedimentos fisioterápicos incentivam a participação da mulher em todo o processo de parto, com a livre escolha de posições durante as contrações. O obstetra Artur Dzik, diretor da Sociedade Brasileira de Reprodução Humana, afirma que o estudo foi bem realizado (prospectivo e randomizado, com um número significativo de voluntárias). Na opinião do Dr. Renato Kalil, ginecologista e obstetra da Maternidade São Luiz, o mérito do trabalho da Dra. Bio é ter "colocado no papel" a eficácia dos exercícios. "Minhas pacientes fazem isso há 22 anos, mas ainda são exceções. Na maioria dos hospitais, a grávida fica deitada esperando a hora da cesárea". Contudo, ele pondera que o trabalho não consegue demonstrar de que forma ocorre o relaxamento provocado pelos exercícios. "Um médico adepto da cesárea diria que seria preciso medir os impulsos elétricos do músculo para comprovar o relaxamento. Mas, na prática, sabemos que a movimentação funciona".

Fonte:

<http://www1.folha.uol.com.br/folha/equilibrio/noticias/ult263u555055.shtml>

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/exercicios-e-analgesia-na-maternidade · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.

DOL - DOR ON LINE