

UNIVERSIDADE DE RIBEIRÃO PRETO
DIVISÃO DE PÓS-GRADUAÇÃO *STRICTO SENSU*
MESTRADO PROFISSIONAL EM SAÚDE E EDUCAÇÃO

PROTOCOLO CLÍNICO PARA ORIENTAÇÕES
FISIOTERAPÊUTICAS NO PUERPÉRIO COM O USO DA
TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO

Autora: Cristiane Rose Rossi Mazzoni
Orientador: Prof. Dr. Edilson Carlos Caritá

Ribeirão Preto
2020

Recebi 11/02/2021

Doraci Brito

Doraci Franco de Britto
COREN-SP 281751-ENF

1 INTRODUÇÃO

A Educação em Saúde é um campo privilegiado sendo que, segundo Falkenberg et al. (2014), se buscam ações práticas integrais voltadas às necessidades reais de um indivíduo ou grupo, utilizando como suporte processos de informação e comunicação e, de acordo com Baruco, Caritá e Silva (2013), a utilização de novas tecnologias na educação em saúde pode favorecer o desenvolvimento das capacidades cognitivas e de cooperação do aprendiz. Os *smartphones*, associados ao uso do aplicativo de mensagens instantâneas *WhatsApp*® colaboram no processo ensino-aprendizagem, aproximando educador e educandos e, dessa forma, poderá ser válido também para o binômio profissional de saúde-comunidade (PAULINO et al., 2018).

O período puerperal, que se inicia uma hora após a dequitação placentária, e, segundo Vieira et al. (2010), pode ser dividido em três períodos: imediato (do 1º ao 10º dia após a parturição), tardio (do 11º ao 45º dia) e remoto (a partir do 45º dia) até a volta dos ciclos menstruais normais, quando o corpo, após as modificações sistêmicas, retorna às condições em que se encontrava antes da gestação (BRASIL, 2001).

A Associação Brasileira de Fisioterapia em Saúde da Mulher (ABRAFISM) esclarece que a atuação do fisioterapeuta no pós-parto compreende condutas relacionadas ao movimento, a postura e a amamentação, prevenindo e tratando complicações circulatórias, respiratórias, musculoesqueléticas e ao alívio não farmacológico da dor (ABRAFISM, 2020).

Segundo Baracho (2007), o trabalho do fisioterapeuta deve ser de conscientização sobre as mudanças que ocorrem no corpo da mulher e no preparo para um puerpério mais seguro e tranquilo.

2 OBJETIVO

Descrever o atendimento fisioterapêutico para puérperas com o uso da Tecnologia da Informação e Comunicação, orientando sobre as dores e desconfortos comuns nesse período e favorecendo o retorno mais breve às condições pré-gravídicas.

3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Puérperas que realizaram seus partos na Maternidade Cidinha Bonini, que não apresentem complicações no parto e/ou pós-parto e estiverem dentro do período mínimo de 08 horas para parto cesárea e 06 horas para parto vaginal.

4 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Puérperas que não possuam um *smartphone* com acesso ao aplicativo de mensagens instantâneas *WhatsApp* ou que não autorizem a realização da conduta.

5 CONDUTA

O primeiro contato, no alojamento conjunto, deverá ser realizado respeitando as seis primeiras horas de repouso em parto vaginal e as oito primeiras horas de repouso em cesariana, devido ao estresse físico e emocional. Em seguida ocorrerão as seguintes etapas:

- Avaliação fisioterapêutica para identificação do perfil sociodemográfico, dados do parto, dores, conhecimento sobre incontinência urinária e fecal e posturas (Apêndice I). Alguns dados deverão ser coletados no prontuário da paciente antes do primeiro contato.
- Após a avaliação, a puérpera assistirá um vídeo no *smartphone* do fisioterapeuta, com tempo de duração de três minutos e dezenove segundos e composto por 21 cenas com figuras e *gifs* animados com narração e música instrumental em segundo plano. O tema puerpério foi utilizado para desenvolver o vídeo e as cenas se referem às queixas ou desconforto mais comumente relatados nos atendimentos fisioterápicos das puérperas. O conteúdo do vídeo contém informações sobre: posturas adequadas, deambulação, diástase abdominal, exercícios metabólicos, alongamentos de membros superiores, incontinência urinária e fecal. As orientações contidas no vídeo estão voltadas à recuperação das puérperas e foram elaboradas visando uma aproximação com a realidade dessas mulheres. A puérpera poderá esclarecer dúvidas durante e após a

apresentação do vídeo. O vídeo pode ser obtido por meio do Youtube através do endereço: <https://youtu.be/7JcXVbcCTb8>.

- Durante o intervalo de tempo de aproximadamente 40 dias após a alta hospitalar, ela receberá por *WhatsApp* 08 mensagens de lembrança do conteúdo apresentado no vídeo. As mensagens serão acompanhadas de saudação de bom dia/boa tarde. Este conteúdo será composto de cenas extraídas do vídeo com as seguintes informações: primeira semana - mensagem com dois quadros referentes aos alongamentos para antes e depois da amamentação e postura para amamentar; segunda semana - mensagem com dois quadros referentes à postura para troca e banho da criança e diástase abdominal; terceira semana - mensagem com um quadro sobre retificação da coluna com apoio do pé; quarta semana - mensagem com dois quadros referentes ao edema de membros inferiores e cuidado no trabalho diário. A ordem de envio das mensagens poderá ser alterada de acordo com a necessidade identificada pelo fisioterapeuta na avaliação.

6 TERMO DE ESCLARECIMENTO E RESPONSABILIDADE – TER

Nos casos pertinentes, é obrigatório informar ao paciente ou a seu responsável legal dos benefícios, potenciais riscos e efeitos colaterais relacionados à aplicação deste protocolo.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE FISIOTERAPIA EM SAÚDE DA MULHER - ABRAFISM. **Modelo de Projeto para Implementação de Serviço de Fisioterapia em Maternidades**, Belém do Pará, 2020.

BARACHO, E. **Fisioterapia Aplicada à Obstetrícia, Urologia, Ginecologia e aspectos da Mastologia**. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007. 579 p.

BARUCO, A. G.; CARITÁ, E. C.; SILVA, S. S. Uso da Tecnologia da Informação e Comunicação para Educação à Vítima de Acidente Vascular Encefálico. **19º Congresso Internacional ABED de Educação a Distância**, Salvador - BA, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Área Técnica de Saúde da Mulher. **Parto, aborto e puerpério: assistência humanizada à mulher**. Brasília: Ministério da Saúde, 2001.

FALKENBERG, M. B. et al. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 847-852, mar. 2014.

PAULINO, D. B. et al. WhatsApp® como Recurso para a Educação em Saúde: Contextualizando Teoria e Prática em um Novo Cenário de Ensino-Aprendizagem. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Brasília, v. 1, n. 42, p. 169-178, jan./mar. 2018.

VIEIRA, F. et al. Diagnósticos de enfermagem na Nanda no período pós-parto imediato e tardio. **Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v.14, n.1, p.83-89, jan./mar. 2010.

APÊNDICE I**AVALIAÇÃO FISIOTERÂPEUTICA**

Data ____/____/____

Nome: _____

Data de Nascimento: ____/____/____

Escolaridade: Fundamental Completo () Incompleto ()

Médio Completo () Incompleto ()

Superior Completo () Incompleto ()

E-mail: _____

Endereço: _____

Telefone celular com *WhatsApp*: () _____**PARTO**

Vaginal () Cesárea ()

Dia: ____/____/____ Horário ____:____

Número Partos Anteriores: Vaginal ____ Cesárea ____

1) Episiotomia: S () N ()

2) Laceração: S () Grau ____
N ()

3) Diástase: S () N ()

4) Edema de MMII: S () N ()

5) Constipação intestinal: S () N () 6) Flatos: S () N ()

7) Relata dor: S () N ()

Em caso de Sim a dor se localiza em: a) Cervical - S () N ()

b) Torácica - S () N ()

c) Lombar - S () N ()

- d) MMSS - S () N ()
- e) MMII - S () N ()
- f) Incisão Cirúrgica - S () N ()
- g) Pélvica Abdominal - S () N ()

8) Tem conhecimento sobre **Incontinência Urinária**: S () N ()

9) Teve episódios de Incontinência Urinária:

- a) Antes do parto: S () N ()
- b) Durante a gestação: S () N ()
- c) Depois do parto: S () N ()

10) Tem conhecimento sobre **Incontinência Fecal**: S () N ()

11) Teve episódios de Incontinência Fecal:

- a) Antes do parto: S () N ()
- b) Durante a gestação: S () N ()
- c) Depois do parto: S () N ()

Posturas:

12) Você sabe que a postura inadequada pode causar dor e desconforto?

S () N ()

13) Postura **antálgica**: S () N ()

14) Postura para **deambular** – Adequada: S () N ()

15) Postura de escolha para **amamentar** – Adequada: S () N ()

16) Postura em **sedestação** – Adequada: S () N ()

17) Postura em **ortostatismo** – Adequada: S () N ()

18) Você tem mais alguma queixa de dor ou desconforto que eu não perguntei?
