

TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO PARA DIÁSTASE DO MÚSCULO RETO ABDOMINAL EM PUÉPERAS

Bruna Costa da Silva Oliveira¹; Maria da Paz Santos¹; Thaise da Paz Cardoso dos Santos²

¹Graduandas do Curso de Fisioterapia (FAMAM), bufiuza17@gmail.com; mariapazsantos70@gmail.com; ²Mestra em Ciências da Saúde (UNICAMP), FAMAM, thai.dapaz@hotmail.com

A diástase do músculo reto abdominal é definida como a separação dos músculos retos da parede abdominal que ocorre, na maioria das vezes, no período gravídico, estendendo-se até o puerpério. Durante a gestação, o estiramento da musculatura abdominal acontece para permitir o crescimento uterino, favorecendo assim o afastamento dos feixes dos músculos retos abdominais. Essa diástase pode ser desenvolvida por diversos fatores, os mais comuns são: mulheres que têm pelve mais estreita, estresse mecânico, obesidade, macrosomia fetal, polidrâmnio, flacidez da musculatura abdominal pré-gravídica e partos múltiplos. Além de geralmente ser detectada pela palpação, a diástase pode ser visível através de uma linha separadora, que define a cavidade no abdômen. Esse trabalho teve como objetivo identificar estudos que descrevessem a atuação e os benefícios da fisioterapia na diástase do músculo reto abdominal em puérperas através de uma revisão integrativa da literatura por meio da base eletrônica da Biblioteca Virtual em Saúde – BVS, ocorrida no mês de agosto de 2019. Os critérios de elegibilidade foram: artigos publicados em português, no período de 2009 a 2019, artigos com disponibilidade de resumos e informações sobre objetivos e abordagens metodológicas, que discutem sobre a temática abordada, dissertações e teses. Critérios de exclusão foram: documentos técnicos, resumos de congressos, anais, editoriais, comentários, opiniões e artigos de reflexão, artigos não encontrados na íntegra. Foram selecionados o total de 07 artigos para compor esta revisão. Evidenciou-se que a fisioterapia como recurso na prevenção e no tratamento da diástase do músculo reto abdominal tem proporcionado resultados satisfatórios como prevenção e redução de lombalgias, melhora da imagem corporal, condicionamento físico, melhor recuperação física no pós-parto e melhora da qualidade de vida da puérpera.

Palavras-chave: Fisioterapia. Diástase. Puérperas.