

ANAIS DE EVENTO

II SIMPÓSIO DA LIGA ACADÊMICA DE FISIOTERAPIA NA SAÚDE DA MULHER E ASSOALHO PÉLVICO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA

22 e 23 de março de 2024

O II Simpósio da Liga Acadêmica de Fisioterapia na Saúde da Mulher e Assoalho Pélvico (LAMAP) da Universidade Federal de Uberlândia foi o primeiro evento presencial da Liga nascida em 2019, com o objetivo disseminar conhecimentos e estimular o crescimento da Fisioterapia na área de saúde da mulher e assoalho pélvico. Nesse contexto, o II Simpósio da LAMAP foi uma proposta para o envolvimento de discentes de graduação e pós-graduação, profissionais e acadêmicos da área em um momento de compartilhamento de conhecimento e divulgação científica.

O evento ocorreu nos dias 22 e 23 de março de 2024 no campus Educação Física da Universidade Federal de Uberlândia. Contando com 90 inscritos, foram ofertados minicursos, palestras e mesas redondas abordando os diferentes temas envolvidos na atuação do fisioterapeuta na área de saúde da mulher e assoalho pélvico. Além disso, foram aprovados e apresentados 25 trabalhos acadêmicos divididos nas subáreas de Saúde da Mulher, Saúde Pélvica Masculina e Oncologia Pélvica e Mamária. Os seis melhores trabalhos apresentados em formato de pôster foram agraciados com menção honrosa.

A comissão organizadora do evento teve apoio da Universidade Federal de Uberlândia, da Faculdade Inspirar, do Grupo Virtus e do Café Cajubá.

O evento proporcionou momentos de reflexões e discussões que esperamos resultar na construção de conhecimento e evidências científicas que favoreçam a melhor assistência fisioterapêutica da área de Saúde da Mulher e Assoalho Pélvico.

COMISSÃO ORGANIZADORA

Profa Dra Vanessa Santos Pereira Baldon
Presidente da Comissão Científica

E-mail: vanessabaldon@ufu.br

<https://doi.org/10.31668/9656sm83> 



Copyright: © 2024. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

TRABALHO PREMIADO:

EFEITO DA MASSAGEM PERINEAL E DO USO DE DILATADORES VAGINAL NA FUNÇÃO SEXUAL DE MULHERES COM DOR GENITO-PÉLVICA/PENETRAÇÃO: RESULTADOS PRELIMINARES DE UM ENSAIO CLÍNICO

Aldrya Martins da Costa¹, Lyana Belém Marinho¹, Alana Leandro Cabral¹, Letícia Rodrigues Silva¹, Ana Paula Magalhães Resende Bernardes¹, Vanessa Santos Pereira Baldon¹

¹ Universidade Federal de Uberlândia – UFU.

E-mail: aldryamartins11@gmail.com.

O Transtorno de dor genito-pélvica/penetração (DGPP) é definido como dificuldades persistentes com a tentativa de penetração, dor vulvovaginal, medo ou ansiedade antes da penetração por mais de seis meses. Este estudo teve como objetivo avaliar o efeito da massagem perineal e do uso de dilatadores vaginal na função sexual de mulheres com DGPP. Trata-se de um ensaio clínico controlado randomizado, cego e com alocação oculta (CAAE: 69161623.0.0000.5152). Foram incluídas 28 mulheres com idade superior a 18 anos, que já tiveram relação sexual e que apresentam dor genito-pélvica/penetração, durante ou após relação sexual. A avaliação da função sexual feminina se deu por meio da aplicação do questionário Female Sexual Function Index (FSFI) antes e após a intervenção. A intervenção foi realizada em dois grupos: grupo A recebeu massagem perineal (10 min) e o grupo B massagem perineal (5 min) + dilatadores vaginais (5 min). A intervenção foi realizada duas vezes por semana, totalizando 10 sessões. Foi calculada a diferença entre o valor final e inicial e cada grupo e o teste t foi utilizado para a verificação da diferença, com nível de significância de 5%. Foi observada melhora da função sexual das participantes de ambos grupos, mas não foi observada diferença entre os grupos após a intervenção ($p=0,420$). Conclui-se que a massagem perineal e os dilatadores vaginais foram efetivas na melhora da função sexual, mas a adição dos dilatadores no tratamento não promoveu benefício adicional.

Palavras-chave: Fisioterapia, Dispareunia, Saúde da Mulher.

TRABALHO PREMIADO:
INFLUÊNCIA DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO NA DISFUNÇÃO SEXUAL DE MULHERES BRASILEIRAS COM FIBROMIALGIA

Rafaela de Melo Silva¹, Bruna Aparecida de Freitas Faria², Rejane Amélia Reis Gonçalves³, Tatiana de Oliveira Sato¹, Ana Paula Magalhães Resende³, Paula Regina Mendes da Silva Serrão¹.

¹Universidade Federal de São Carlos;

²Faculdade Inspirar – Uberlândia;

³Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: fariabruna71@gmail.com.

Estudos mostram que existe relação entre o estado emocional e disfunção sexual (DS). Mesmo diante da alta prevalência de ansiedade, depressão e disfunção sexual entre mulheres com Fibromialgia, não foram encontrados estudos com brasileiras. O objetivo do estudo é avaliar a influência da ansiedade e da depressão na DS de brasileiras com Fibromialgia. Estudo observacional transversal, aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CAAE: 42913121.5.0000.5504), composto por 255 mulheres com Fibromialgia e DS, maiores de 18 anos e sexualmente ativas. Os dados foram coletados por meio de questionário *online*, composto por: dados sociodemográficos, *FSFI* e Escala Hospitalar de Depressão e Ansiedade. Para análise da influência tanto da ansiedade quanto da depressão em função da DS e dos domínios do *FSFI*, foi realizada uma equação logística. Foi considerado intervalo de confiança de 95%. A idade média das mulheres foi de 39,12±9,64 anos, a maioria delas não estavam satisfeitas com o próprio corpo (73,73%) e relataram autoestima regular (40,39%). A ansiedade e depressão estavam associadas à DS tanto para o escore total como para todos os domínios avaliados no *FSFI* (p=0,00). As mulheres apresentaram alteração moderada para depressão (36,61%) e alteração grave para ansiedade (43,53%). Conclui-se que é de extrema importância o rastreio de DS entre mulheres com sintomas depressivos e que apresentam Fibromialgia para que medidas possam ser adotadas para melhorar a qualidade de vida das mesmas.

Palavras-chave: Ansiedade, Depressão, Fibromialgia, Disfunção sexual, Fisioterapia.

TRABALHO PREMIADO:

**O USO DE INSTRUMENTOS DE ALONGAMENTO VAGINAL PARA PREPARAÇÃO PERINEAL PARA O PARTO
AUXILIA NA REDUÇÃO DO MEDO DAS GESTANTES?**

Laysa Rodrigues Calisto¹, Sissi Siskoneto de Freitas¹, Rogério de Melo Costa Pinto¹, Vanessa Santos
Pereira Baldon¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: layrcalisto@gmail.com

É possível que a intervenção com uso de equipamentos de alongamento perineal como o *Epi-No Birth Trainer®* possa auxiliar no controle do medo das mulheres do trabalho de parto, em especial do período expulsivo. Diante disso, o objetivo desse estudo foi avaliar a percepção das mulheres a respeito do uso de instrumentos de alongamento vaginal para redução do medo durante o trabalho de parto. Foi desenvolvido um estudo transversal com aplicação de questionário *online* (CAAE: 64346122.9.0000.5152). Foram incluídas mulheres que utilizaram o dispositivo de alongamento vaginal nos atendimentos fisioterapêuticos durante a gestação. As mulheres responderam questões sobre o medo do trabalho de parto e como o uso do equipamento auxiliou ou não no controle do medo. Cento e trinta nove mulheres (33,8±4,9 anos) responderam ao questionário. Quando questionadas a respeito da sensação de medo durante o período expulsivo do parto, 114 participantes (82%) declararam que sentiam medo desta fase do parto antes da intervenção. Dessas, 104 (91%) assinalaram que a experiência com o exercitador vaginal diminuiu o medo desta fase. 126 participantes (91%) concordaram ou concordaram totalmente com a afirmação de que o uso do equipamento auxiliou no período expulsivo do parto. A maioria das participantes (n=83, 60%) declarou-se completamente satisfeita com a intervenção. Conclui-se que a utilização dos instrumentos de alongamento vaginal auxilia na redução do medo da fase expulsiva do trabalho de parto.

Palavras-chave: Fisioterapia, Saúde da Mulher, Gestação, Associação Pélvica, Trabalho de parto.

TRABALHO PREMIADO:

**O USO DO ALGÔMETRO DE PRESSÃO COMO FERRAMENTA PRA AVALIAR A DOR EM MULHERES COM
TRANSTORNO DE DOR GENITOPÉLVICA/PENETRAÇÃO**

Bruna Miranda Ribeiro¹, Wanessa Silva Oliveira¹, Bárbara Caixeta Carvalho Leão¹, Valdeci Carlos
Dionisio¹, Vanessa Santos Pereira Baldon¹, Ana Paula Magalhães Resende¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: anapaulamrb@gmail.com.

A principal ferramenta de avaliação utilizada em mulheres que apresentam transtorno de Dor Gênito-Pélvica/penetração (DGPP) é a Escala Visual Analógica (EVA). O algômetro de pressão é um instrumento que avalia dor, mas ainda não foi testado para pessoas com DGPP. Objetivo: avaliar a utilização do algômetro pra quantificar a dor perineal e correlacionar com os achados da EVA. Método: Estudo aprovado pelo CEP (CAAE: 61370722.4.0000.5152). Mulheres maiores de 18 anos e que já tenham tido relação sexual com penetração vaginal foram convidadas a participar do estudo. Para o grupo DGPP (gDGPP) também era necessário ter queixa de dor na relação sexual. As mulheres foram divididas em 2 grupos: grupo de mulheres sem dor na relação sexual e mulheres com DGPP. As avaliações foram realizadas por avaliador treinado. O algômetro da marca Wagner Force Ten TM FDX/FPX foi utilizado em 3 pontos: intróito vaginal do lado esquerdo (PE), intróito vaginal do lado direito (PD) e centro tendíneo o períneo (CTP). O examinador também fez pressão digital nesses pontos e anotou o valor de EVA para correlação. Resultados: Os valores de EVA apresentaram correlação inversamente proporcional aos valores do algômetro no PD ($p=0,0058$ e $r_s = -0,4911$) e PE ($p=0,0047$ e $r_s = -0,5013$). Mulheres do gDGPP também suportaram menos pressão exercida pelo no PD ($p=0,0045$) e tiveram maior pontuação no EVA no PE ($p=0,0195$). Conclusão: Quanto maior a EVA, menor a pressão suportada pela mulher dos lados direito e esquerdo do intróito vaginal.

Palavras-chave: Dispareunia, Períneo, Escala Visual Analógica.

TRABALHO PREMIADO:

OS IMPACTOS DA TERAPIA COMPORTAMENTAL ASSOCIADOS A ELETROESTIMULAÇÃO TRANSCUTÂNEA DO NERVO TIBIAL E PARASSACRAL NA QUALIDADE DO SONO EM MULHERES COM URGÊNCIA MICCIONAL: RESULTADO PRELIMINARES DE UM ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO E CONTROLADO

Wanessa Silva de Oliveira¹, Bruna Miranda Ribeiro¹, Eduardo Henrique Rosa Santos¹, Ana Paula Magalhães Resende¹.

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: wanessa.silva.oliveira@gmail.com.

A bexiga hiperativa (BH) é um conjunto de sintomas que inclui frequência urinária, noctúria e urgência miccional (UM), acompanhada ou não de perda de urina. A UM leva a baixa qualidade do sono, caracterizada pelo desejo incontrolável de urinar, podendo alterar qualidade de vida. O objetivo foi comparar os efeitos da terapia comportamental (TC) + eletroestimulação transcutânea do nervo tibial (TTNS) com a TC + eletroestimulação transcutânea parassacral (PTES) nas qualidades de vida e do sono em mulheres com UM. Ensaio clínico controlado e randomizado, grupo experimental: TC e PTES e controle: TC e TTNS, aplicadas corrente bifásica pulsada assimétrica de tensão constante, 12 sessões, 2 vezes por semana, 20 minutos intensidade máxima da participante, frequência de 10Hz, duração do pulso 200µs. As avaliações com questionários: OAB-V8 (*Overactive Bladder Validated 8*) sintomas UM, KHQ (*King's Health Questionnaire*) qualidade de vida, PSQI (Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh) qualidade do sono, aplicadoS antes e após tratamento. EESTUDO aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em seres Humanos da UFU, CAAE 65207222.1.0000.5152. Para análise dos dados foi aplicado o teste ANOVA Two Way. Os resultados preliminares mostraram diferença inter grupos no domínio relações pessoais do KHQ ($p=0.024$). Na comparação intra grupos foram encontradas diferenças nos domínios limitações atividades de vida diária (AVD) ($p=0.05$), sono e disposição ($p=0.05$) do KHQ e OAB-V8 ($p=0.003$). A PTES foi mais efetiva somente na melhora das relações pessoais em comparação TTNS. Ambos os grupos apresentaram melhoras nas limitações das AVD, sono, disposição e UM.

Palavra-chave: Estimulação Elétrica, Nervo Tibial, Bexiga Urinária Hiperativa, Qualidade do Sono, Qualidade de Vida.

TRABALHO PREMIADO:

PERFIL DAS MULHERES QUE BUSCAM INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA PÉLVICA DURANTE A GESTAÇÃO

Lilian da Silva Alves¹, Sissi Siskoneto de Freitas¹, Rogério de Melo Costa Pinto¹, Vanessa Santos Pereira Baldon¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: lilian.alves@ufu.br.

Sabe-se que muitas mulheres buscam pela primeira vez a intervenção fisioterapêutica durante a gestação. A busca pela Fisioterapia Pélvica tem crescido, mas pouco é conhecido a respeito do perfil dessa população. Diante disso, este estudo teve como objetivo descrever o perfil das mulheres que buscam intervenção fisioterapêutica pélvica durante a gestação. Foi desenvolvido um estudo transversal com aplicação de questionário *online* (CAAE: 64346122.9.0000.5152). Foram incluídas mulheres que realizaram intervenção fisioterapêutica pélvica durante a gestação. As mulheres responderam questões sobre idade, raça, escolaridade, estado civil e sobre o momento de início dos atendimentos. Os dados foram analisados por frequência. Cento e cinquenta mulheres (32,1±5,2 anos) responderam ao questionário. Em sua maioria as participantes se autodeclararam brancas (98, 65%), com ensino superior completo (132, 88%) e em união estável (129, 86%). A maioria das participantes eram primigestas (78, 52%) e tinham procurado pela Fisioterapia pela primeira vez (127, 85%). Em sua maioria, as participantes iniciaram a intervenção no terceiro trimestre gestacional (75, 50%), por indicação de amigos e conhecidos (63, 42%) ou de um médico (41, 27%). Conclui-se que a maioria das gestantes que buscam intervenção fisioterapêutica pélvica são primigestas, brancas, com ensino superior completo e iniciam o atendimento apenas no terceiro trimestre gestacional.

Palavras-chave: Gravidez, Saúde da mulher, Assoalho pélvico, Fisioterapia.

**INTENSIDADE DE DOR DURANTE A RELAÇÃO SEXUAL DE MULHERES COM DOR GENITO-
PÉLVICA/PENETRAÇÃO**

Lyana Belém Marinho¹, Alana Leandro Cabral¹, Letícia Rodrigues Silva¹; Ana Paula Magalhães Resende¹; Vanessa Santos Pereira Baldon¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: lyanamarinho8@gmail.com.

A dor genito-pélvica/desordens da penetração é conceituada como a presença de sintomas que incluem dor durante a relação sexual, dor vulvovaginal aguda durante a penetração ou tentativa de coito, medo da dor antes, durante ou após o ato sexual e uma tensão intensa nos músculos do assoalho pélvico durante as tentativas de coito persistentes ou recorrentes por um período de seis meses. O objetivo do presente estudo foi identificar a presença e intensidade de dor durante a relação sexual em mulheres com dor genito-pélvica/penetração. Trata-se de um estudo observacional transversal (CAAE: 69161623.0.00005152) em que foram incluídas mulheres que possuíam dor antes, durante ou após a relação sexual e com idade superior à 18 anos. As participantes foram orientadas a pontuar na Escala Visual Analógica de Dor (EVA) a intensidade da dor percebida durante as últimas três relações sexuais. Os dados foram descritos em média e desvio-padrão. Foram incluídas 29 participantes com idade de 27,9 anos e desvio padrão de $\pm 0,31$. Todas as participantes relataram presença de dor durante a relação sexual, com média de 5,23 e com desvio-padrão de $\pm 0,07$ na EVA. Conclui-se que mulheres com dor genito-pélvica/penetração apresentam uma intensidade de dor moderada durante a relação sexual. Intervenções fisioterapêuticas devem ser investigadas para a redução das queixas das mulheres com dor genito-pélvica/penetração.

Palavras-chave: Dispareunia, Escala Visual Analógica, Fisioterapia. Saúde da Mulher.

MULHERES ATLETAS QUE PRATICAM BEACH TENNIS APRESENTAM INCONTINÊNCIA URINÁRIA?

Rejane Amélia Reis Gonçalves¹, Vanessa Santos Pereira Baldon¹, Ana Paula Magalhães Resende¹,
Rafaela de Melo Silva²

¹ Universidade Federal de Uberlândia;

² Universidade Federal de São Carlos.

E-mail: rejane.reis.r2@gmail.com.

Mulheres que praticam esportes de impacto tem maiores chances de desenvolver disfunções do assoalho pélvico (DAP), e não foram encontrados estudos que associem a prática do *Beach Tennis (BT)* com a presença de incontinência urinária (IU). O objetivo do estudo foi investigar a presença de IU entre mulheres praticantes do *BT* e identificar características associadas. Estudo observacional transversal, aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CAAE 69561423.4.0000.5152). Foi aplicado um questionário *on-line* e a amostra foi composta por 550 mulheres maiores de 18 anos que praticam *BT* que responderam na íntegra o questionário aplicado, excluindo todas que não responderam. Na análise estatística, a caracterização da amostra foi apresentada de maneira descritiva com média, desvio padrão e porcentagem. Os resultados apontaram média de idade de 36,61 ± 8,47 anos. 6,18% já passaram pela menopausa, 69,82% praticavam o *BT* há pelo menos 2 anos, 74,54% afirmaram não ter conhecimento sobre a relação entre IU e prática esportiva e 84% tem conhecimento sobre o tratamento para IU. Dentre as 550 mulheres, 248 (45,09%) eram incontinentes. 48% classificadas como IU por esforço. 8% das mulheres apresentaram Incontinência Atlética exclusivamente no *BT*, excluindo outras modalidades. Conclui-se que mulheres praticantes do *BT* estão sujeitas à IU com prevalência significativa (45,09%) e um olhar cuidadoso deve ser direcionado para essa questão visando estratégias de tratamento e prevenção de DPA.

Palavras-chave: Incontinência Urinária, Assoalho Pélvico, Saúde da Mulher, Exercício Físico, Esporte com Raquete.

EFEITO DO EXERCÍCIO AERÓBICO SOBRE A MUSCULATURA DO ASSOALHO PÉLVICO DE MULHERES PÓS-MENOPAUSA: RESULTADOS PRELIMINARES DE UM ENSAIO CLÍNICO

Leticia Rodrigues Silva¹, Wanessa Silva de Oliveira¹, Julia Buiatte Tavares¹, GuilhermeMorais Puga¹,
Vanessa Santos Pereira-Baldon¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: leticiars22@hotmail.com.

O exercício aeróbico é conhecido como uma intervenção efetiva para a redução dos sintomas das mulheres na pós-menopausa. No entanto, pouco é conhecido sobre os seus efeitos sobre os músculos do assoalho pélvico (MAP). Diante disso, o objetivo do estudo foi verificar o efeito do exercício aeróbico sobre a pressão de contração dos MAP de mulheres pós-menopausa. Trata-se de um ensaio clínico controlado randomizado (CAAE:23285819.3.0000.5152), em que foram incluídas mulheres entre 40 e 70 anos, randomizadas para os grupos de exercício aeróbico e controle. O grupo aeróbico seguiu um protocolo de aquecimento, caminhada e resfriamento 3 vezes por semana, por 50 minutos, com progressão de intensidade a cada 4 semanas. O grupo controle não realizou intervenção no período. Antes e após 12 semanas foi realizada a avaliação da pressão de contração de contração dos MAP por meio do manômetro vaginal Peritron. A média do pico de três contrações foi avaliada por meio da análise de variância (ANOVA) e teste de post-hoc de Tukey, com nível de significância de 5%. Dezoito mulheres foram incluídas no estudo (média de idade: 56,8 anos, DP: 4,63). Foi observada diferença significativa entre os grupos após a intervenção ($p=0,007$), com valores superiores no grupo aeróbico. Conclui-se que o exercício aeróbico promoveu melhora significativa na pressão de contração dos MAP de mulheres pós-menopausadas.

Palavras-chave: Assoalho Pélvico, Exercício Físico, Pós-menopausa.

IMPACTO DE DOZE SEMANAS DE TREINAMENTO DOS MÚSCULOS DO ASSOALHO PÉLVICO NOS SINTOMAS DO PROLAPSO DE ÓRGÃOS PÉLVICOS

Wanessa Silva de Oliveira¹, Luciene Aparecida José-Vaz¹, Vanessa Santos Pereira-Baldon¹, Ana Paula Magalhães Resende¹.

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: wanessa.silva.oliveira@gmail.com.

O prolapso dos órgãos pélvicos (POP) impacta de forma negativa a qualidade de vida das mulheres e está associado ao deslocamento dos órgãos pélvicos de suas posições anatômicas normais, resultando em sintomas desconfortáveis que podem incluir sensações de peso e abaulamento vaginal (Ingeborg). O TMAP (Treinamento dos Músculos do Assoalho Pélvico) consiste em intervenções para melhorar a função e suporte estrutural dos órgãos. O objetivo foi verificar efeitos de 12 semanas de TMAP no POP. Estudo tipo ensaio clínico, 33 mulheres com sintomas de POP desenvolvido no Laboratório de Desempenho Cinesiofuncional Pélvico da Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Estudo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em seres Humanos da UFU, CAAE 1.516.103/2016 conduzido de acordo com parecer 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Os sintomas do prolapso foram avaliados com *Prolapse Quality Of Life* (P-QOL), força do assoalho pélvico com a palpação vaginal (Escala de Oxford Modificada para o assoalho pélvico) e manometria vaginal (Peritron®). As participantes foram avaliadas pré e pós intervenção. O TMAP foi realizado com 24 sessões durante 12 semanas divididos em fases e progressão de carga. Para análise dos dados foi aplicado teste Wilcoxon. TMAP melhorou significativamente: impacto do prolapso ($p=0,004$), limitação física e severidade do prolapso ($p<0,001$). A força do assoalho pélvico antes $1.91(\pm 0.68)$ e após $3.52(\pm 0.91)$ intervenção, na escala Oxford. Em 12 semanas, o TMAP melhorou os sintomas de prolapso, indicando que a intervenção foi efetiva para a qualidade de vida.

Palavra-chave: Prolapso de Órgãos Pélvicos, Assoalho Pélvico, Distúrbios do Assoalho Pélvico.

ANÁLISE DA RELAÇÃO ENTRE QUEIXA DE INCONTINÊNCIA URINÁRIA, NÚMERO DE GESTAÇÕES E SINTOMAS DE DEPRESSÃO EM MULHERES ATÉ 6 MESES APÓS O PARTO

Wanessa Silva de Oliveira¹, Angelo Piva Biagini¹, Vanessa Santos Pereira Baldon¹, Eduardo Henrique Rosa Santos¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: wanessa.silva.oliveira@gmail.com.

No pós-parto, mulheres frequentemente apresentam incontinência urinária (IU) ocorrendo entre 5% a 36%. E juntamente com outros problemas, como cansaço, relacionamento conjugal, contribuem para os sintomas depressivos, e esse ocorre entre 13% a 19% nas mulheres até 6 meses pós-parto, trazendo prejuízos para o vínculo mãe-bebê. O objetivo foi avaliar a correlação e associação entre queixa de IU com o número de gestações e sintomas de depressão em mulheres até 6 meses pós-parto. Estudo transversal, com 35 mulheres até 6 meses pós-parto. A coleta de dados foi em ambiente virtual, o questionário ICIQ-SF (*International Consultation on Incontinence Questionnaire - Short Form*) avaliou a IU, a DASS-21 (*Depression Anxiety Stress Scales*) avaliou os sintomas de depressão, e uma ficha de avaliação para caracterizar a amostra. Estudo aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em seres Humanos da Universidade Federal de Uberlândia, CAAE 59587922.2.0000.5152 conduzido conforme parecer 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Na análise dos dados foi aplicado o teste *Exato de Fisher* e correlação de *Spearman*. Observamos correlação negativa e fraca ($r = -0.3681$; $p = 0.030$) entre sintomas de depressão e número de gestações. Foi observado uma associação entre os sintomas de depressão e mulheres primíparas e multíparas ($p = 0.024$), sendo que a maioria das mulheres primíparas 7 (38.89%) apresentou nível de depressão leve, e 10 (58.82%) das mulheres multíparas níveis normais. As mulheres apresentaram uma fraca correlação somente entre número de gestações e sintomas de depressão. Além disso, mulheres primíparas relataram mais sintomas de depressão leve quando comparados com mulheres multíparas.

Palavra-chave: Período Pós-Parto, Incontinência Urinária, Depressão Pós-Parto.

ENSAIO CLÍNICO: LIBERAÇÃO MIOFASCIAL DO ASSOALHO PÉLVICO ASSOCIADA OU NÃO A EXERCÍCIOS DE RELAXAMENTO DOMICILIAR.

Julya Soares Vieira¹, Poliana dos Reis Gonçalves de Oliveira¹, Wanessa Silva de Oliveira¹, Lyana Belém Marinho¹, Ana Paula Magalhães Resende¹

¹Universidade Federal de Uberlândia (UFU).

E-mail: julyasvieira2015@gmail.com.

Introdução: Transtorno da dor gênito-pélvica/penetração (DGPP) é qualquer dificuldade que persista por um período mínimo de seis meses e/ou que causa sofrimento significativo para a mulher na relação sexual. **Objetivo:** Comparar os efeitos da liberação miofascial, associada ou não aos exercícios domiciliares de relaxamento do assoalho pélvico, em mulheres com transtorno DGPP. **Métodos:** Trata-se de um ensaio clínico prospectivo comparativo, com uma amostra de 20 mulheres que possuem dor na relação sexual e idades superior a 18 anos, sendo aprovado pelo CEP (CAAE: 57875222.3.0000.5505). As avaliações se deram por meio da aplicação do questionário Female Sexual Function Index (FSFI), análise do tônus muscular utilizando a Escala de Reissing e da força muscular através da Escala de Oxford Modificada. Os tratamentos foram realizados em dois grupos de 10 mulheres. O grupo A recebeu liberação miofascial do assoalho pélvico e o grupo B liberação miofascial do assoalho pélvico, dilatadores vaginais e uma cartilha com 4 exercícios de relaxamento pélvico para serem realizados à domicílio. As intervenções clínicas foram realizadas duas vezes por semana, com duração de 10 minutos e no período de 5 semanas em ambos os grupos. Já a intervenção domiciliar, realizada apenas no grupo B 3 vezes por semana durante 5 semanas. Para a análise dos dados, utilizou-se o teste ANOVA Two Way. **Resultados:** Os resultados mostraram que houve diferença significativa apenas no domínio força intra grupo. **Conclusão:** Conclui-se que a fisioterapia convencional isolada ou combinada com exercícios de relaxamento domiciliares não foi capaz de modificar a DGPP.

Palavras-chave: Dispareunia, Fisioterapia, Exercícios.

EFEITO DO MÉTODO PILATES NA REDUÇÃO DA DIÁSTASE DOS MÚSCULOS RETO ABDOMINAIS E QUEIXAS DE DISFUNÇÃO DO ASSOALHO PÉLVICO: UM RELATO DE CASO

Katryn Luzia David Gonçalves¹, Ana Clara Soares de Freitas Mendonça¹, Larissa Carlyne Velozo de Freitas Guilherme¹, Laine Vitória Santos Silva¹, Rogério de Melo Costa Pinto¹, Vanessa Pereira Santos Baldon¹

¹¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail:d202210712@uftm.edu.br.

A diástase dos músculos reto abdominais (DMRA) é caracterizada por uma condição na qual os músculos reto abdominais separam-se na linha média ao longo da linha alba. É uma condição frequente na gestação e pode manter-se no pós-parto e durante a vida da mulher. Diante disso, o objetivo deste estudo foi descrever os resultados da intervenção por meio de exercícios baseados no Método Pilates sobre a distância inter-reto e a queixa de disfunções do assoalho pélvico em mulheres com DMRA. Estudo de caso (CAAE: 69767823.0.0000.5152) da paciente 9 (44 anos, 4 gestações, e 4 partos normais, IMC: 33,3). Foi submetida à 12 semanas de intervenção com exercícios em solo baseados no método Pilates. Antes e após o período de intervenção as participantes dos dois grupos foram avaliadas quanto a distância inter-retos por meio da ultrassonografia. Após a intervenção, a paciente reduziu de (2 e 2,2 cm) da medição de supra para (1,7 e 1,7 cm) e (1,6 e 1,9 cm) para (0,2 e 0,3 cm) Infra para distância inter-reto. Quanto a queixa de perda gases, a paciente relatou que: "Notei que após o processo da realização de contração do assoalho pélvico de todo o início das aulas, não tenho mais perda de gases nos movimentos diários, agachar, pegar filho no colo". Baseado nesse estudo de caso, conclui-se que é possível que o método Pilates tenha efeitos positivos sobre mulheres com DMRA.

Palavras-chave: Diástase do Reto Abdominal, Método Pilates, Saúde da Mulher.

EFEITO DA MASSAGEM PERINEAL E DO USO DE DILATADORES VAGINAIS NA QUEIXA DE DOR DE MULHERES COM DOR GENITO-PÉLVICA/PENETRAÇÃO: RESULTADOS PRELIMINARES DE UM ENSAIO CLÍNICO

Claudiene Silva Souza¹; Lyana Belém Marinho¹; Alana Leandro Cabral¹, Letícia Rodrigues Silva¹, Ana Paula Magalhães Resende Bernardes¹, Vanessa Santos Pereira Baldon¹.

¹ Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: claudiene44@ufu.br.

O Transtorno de Dor Gêrito-Pélvica/Penetração (DGPP) manifesta-se através da dificuldade em obter a penetração vaginal, juntamente com a presença de dor. Dentre as abordagens para o tratamento da DGPP está o uso dos dilatadores vaginais, no entanto, as evidências quanto ao seu uso na melhora da função sexual têm sido inconclusivas. O objetivo desse estudo foi investigar o efeito da massagem perineal e do uso de dilatadores vaginais na queixa de dor de mulheres com DGPP. Ensaio clínico controlado randomizado e cego (CAAE: 69161623.0.0000.5152), cuja amostra foi constituída por 28 mulheres, distribuídas em grupo A que recebeu à massagem perineal por 10 minutos (n=14) e grupo B que recebeu massagem perineal (5 minutos) associada com o uso de dilatadores vaginais (5 minutos) (n=14). A queixa de dor miofascial foi avaliada por meio da palpação do ventre muscular dos grupos musculares obturador interno e levantador do ânus e quantificado cada músculo em uma pontuação de 0 a 10 através da Escala Visual Analógica de Dor (EVA) antes e após a intervenção. O teste de análise de variâncias (ANOVA) com teste de post-roc de Tukey foi utilizado, com significância de 5%. Os resultados apresentaram redução da queixa da dor em ambos os grupos ($p < 0,01$), mas não foi observada diferença significativa entre as intervenções ($p = 0,206$). Conclui-se que as duas técnicas foram efetivas na melhora da dor DGPP, mas a adição dos dilatadores no tratamento não promoveu benefício adicional.

Palavras-chave: Disfunções sexuais. Fisioterapia. Saúde da Mulher. Assolho Pélvico.

ANÁLISE DO PERFIL DE GESTANTES E NÍVEL DE CONHECIMENTO SOBRE A ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA DURANTE O TRABALHO DE PARTO

Letícia Regina Moreira Mundim Pires¹, Rejane Amélia Reis Gonçalves², Rafaela de MeloSilva³

¹Faculdade Inspirar – Uberlândia;

²Universidade Federal de Uberlândia;

³Universidade Federal de São Carlos.

E-mail: lemundim@outlook.com.

A atuação fisioterapêutica apresenta diversos benefícios para a mulher durante o trabalho de parto, utilizando métodos não farmacológicos para redução da dor, atuando para reduzir o tempo de trabalho de parto, proporcionando autonomia da parturiente e melhora da satisfação em relação ao parto. Diante dos benefícios, o objetivo do estudo foi analisar o perfil de gestantes e nível de conhecimento sobre a atuação fisioterapêutica durante o trabalho de parto. Estudo observacional transversal, aprovado pelo comitê de ética e pesquisa (CAAE: 69696323.3.0000.5152). Aplicou-se um questionário online de 10 questões. Foram incluídas 34 gestantes, a partir do primeiro trimestre gestacional e maiores de 18 anos. Na estatística foi realizada uma análise descritiva apresentada em porcentagem, média e desvio padrão. A média de idade das participantes foi de 28,76±(5,00) anos. A maioria das gestantes referiu ter uma renda mensal entre 5 e 10 salários mínimos, pelo menos 70% relatou ter ensino superior completo, 58,82% relataram o parto vaginal como via de nascimento de preferência e 100% acreditam que ter um acompanhamento fisioterapêutico no parto é importante, no entanto, 73% delas não terão a assistência. Conclui-se que apesar do alto nível de escolaridade e boa renda mensal, a maioria não inclui o fisioterapeuta na equipe de atuação intraparto, evidenciando que é necessário criar melhores estratégias para acolher e divulgar o acompanhamento fisioterapêutico intraparto às gestantes.

Palavras-chave: Gestação, Parturiente, Fisioterapia, Trabalho de parto.

ANÁLISE DA SATISFAÇÃO DAS GESTANTES ATENDIDAS PELO PROJETO DE EXTENSÃO DE PREVENÇÃO À VIOLÊNCIA OBSTÉTRICA E PREPARAÇÃO PARA O PARTO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Lanna Rúbia Guimarães Azevedo Justino Oliveira¹, Elis Laura Felipe¹, Marina Martarello Silva¹, Monaisa Rafaela Machado de Sousa¹, Larissa Castro Peixoto¹, Luciene Costa Lima Rodrigues¹, Ana Paula Magalhães Resende Bernardes¹, Vanessa Santos Pereira Baldon¹

¹ Universidade Federal de Uberlândia – UFU/MG.

E-mail: vanessabaldon@ufu.br.

Como forma de prevenir a violência obstétrica e preparar a gestante para o trabalho de parto, foi proposto o projeto de extensão denominado Prepara. Neste projeto foram realizadas ações educativas de compartilhamento de informações com as gestantes e famílias da comunidade, além de atendimentos fisioterapêuticos de preparação perineal para o parto vaginal. Assim, o objetivo desse estudo foi avaliar o grau de satisfação das gestantes que participaram dos atendimentos prestados como parte do projeto Prepara. Para este estudo (CAAE: 64346122.9.0000.5152) foi desenvolvido um questionário de 14 itens relacionados à satisfação com os atendimentos e informações recebidas. Os dados foram analisados por frequência. Vinte e seis participantes responderam ao questionário após a participação no projeto de extensão no período de julho a dezembro de 2023. Todas relataram que ao início do atendimento tinham como objetivo a preparação para o parto. Após o atendimento, 76,9% declararam terem atingido os seus objetivos e 80,8% avaliaram o atendimento recebido como excelente. Entre as participantes, 80,8% avaliaram o período de fisioterapia pélvica para preparação para o parto como muito importante e 44% das participantes se sentiram mais seguras durante o período expulsivo após a participação. A partir dos resultados encontrados conclui-se que o projeto de extensão Prepara atingiu os objetivos propostos e resultou em altas taxas de satisfação das participantes.

Palavras-chave: Fisioterapia, Gestação, Atendimento, Satisfação, Saúde da mulher.

EFEITO DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO DO MÚSCULO TRANSVERSO ABDOMINAL NAS QUEIXAS DE DISFUNÇÕES DOS MÚSCULOS DO ASSOALHO PÉLVICO DE GESTANTES

Amanda Machado Martins Pereira¹, Alana Leandro Cabral¹, Wanessa Silva de Oliveira¹, Rogério de Melo CostaPinto¹, Vanessa Santos Pereira Baldon¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

Email: amanda.machado@ufu.br.

A gestação gera impacto na capacidade de contração dos músculos do assoalho pélvico (MAP) devido à sobrecarga, o que contribui para o aparecimento de queixas como incontinência urinária, prolapso e disfunções sexuais, demonstrando a necessidade do fortalecimento dessa musculatura no período gestacional. É possível que a ativação dos MAP durante a contração de outros músculos promova alterações musculares. Diante disso, o objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos de um treinamento do músculo transverso abdominal (TrA) sobre as queixas de disfunções do assoalho pélvico em gestantes. Foi realizado um ensaio clínico com gestantes primigestas entre 18 e 40 anos (CAAE nº 45573721.5.0000.5152). As participantes foram submetidas a um treinamento de 12 semanas composto por exercícios específicos do músculo TrA e fortalecimento global. Antes e ao final da intervenção as gestantes foram avaliadas através da aplicação da versão em português do *Pelvic Floor Bother Questionnaire* (PFBQ). Os dados foram analisados pelo teste Wilcoxon com nível de significância de 5%. Foi observada uma redução da pontuação média dos questionários, no entanto, não houve diferença estatisticamente significativa entre o início e o final da amostra avaliada ($p=1,0$). Conclui-se que um treinamento do músculo transverso do abdômen por 12 semanas não resultou em alterações nas queixas de disfunções de assoalho em gestantes.

Palavras-chave: Gravidez, Distúrbios do assoalho pélvico, Músculo transverso do abdome, Treinamento físico.

ANÁLISE DA FORÇA MUSCULAR DO ASSOALHO PÉLVICO DE MULHERES DURANTE O CICLO MENSTRUAL

Hellen Cristina de Araujo¹, Isabela Lage de Andrada Landim¹, Kelly Christina de Faria Nunes¹, Lays Magalhães Braga Barros¹

¹ Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM).

E-mail: isabelalage@unipam.edu.br.

Introdução: O ciclo menstrual é caracterizado pela descamação do endométrio associada ao sangramento, ocorrendo mensalmente ao longo da vida reprodutiva da mulher. Objetivo: Analisar a força dos músculos do assoalho pélvico (MAPs) nas três fases do ciclo menstrual. Metodologia: Trata-se de um estudo do tipo transversal, quantitativo, realizado no Centro Universitário de Patos de Minas. A amostra foi composta por 6 mulheres, com ciclo menstrual regular, selecionadas por conveniência e aceito pelo CEP, obtendo CAAE nº 69569023.8.0000.5549. A coleta de dados foi realizada através da aplicação dos questionários sociodemográfico, e Questionário de Internacional de Atividade Física (IPAQ), também, do esquema *PERFECT* e da manometria perineal. Os dados foram compilados através do *Microsoft Excel®* e do *Statistical Package for the Social Science (SPSS)*. Para checar a normalidade dos dados, foi utilizado o teste de Shapiro-Wilk, e o teste ANOVA, para análise das variâncias do presente estudo. Resultados: Acerca das variáveis do instrumento *PERFECT*, ao compará-lo entre as fases folicular, ovulatória e lútea, não foi encontrada diferença estatisticamente significativa. Na comparação da pressão dos MAPs com a manometria perineal, observou-se um aumento da força muscular apenas entre a fase ovulatória e a fase lútea ($p= 0,001$). Conclusão: Conclui-se que houve alteração da força de MAPs apenas da fase ovulatória para a fase lútea quando comparadas pela manometria perineal.

Palavras-chave: Hormônios, Saúde da mulher, Diafragma pélvico.

CORREDORAS BRASILEIRAS TEM QUEIXA DE PROLAPSO GENITAL?

Ana Carla Mendes dos Reis¹, Wanessa Silva de Oliveira¹, Leticia Vieira Furlan Joaquim¹, Ana Paula Magalhães Resende¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: anacarlareis2001@gmail.com.

Prolapso genital é considerado o deslocamento da bexiga, reto ou útero em sentido caudal. Os principais fatores de risco são o parto vaginal com lesão neuromuscular e a idade, a corrida de longa distância foi levantada como possível fator devido ao impacto e a fadiga do assoalho pélvico durante sua prática. O objetivo foi avaliar a prevalência e os fatores associados com os sintomas de prolapso genital em mulheres corredoras brasileiras. A coleta de dados foi feita em eventos de corrida. As mulheres responderam um formulário que incluiu informações sobre histórico de saúde, ginecológico e obstétrico, variáveis de treino de corrida como tempo de prática, volume semanal, prática de outros exercícios e questões sobre sintomas de prolapso genital dentro e fora do esporte. Aprovação do comitê de ética (CAAE) 74728123.9.0000.5152. Na análise dos dados foi aplicado teste de regressão logística múltipla. Amostra com 301 mulheres corredoras brasileiras apresentou idade 37.25, 23% sensação prolapso genital, 58% já tiveram gestante, cesárea 0.77 e vaginal 0.36; distância/semana 28.61; 76% realizavam atividade física extra; frequência atividade física extra 1.98. Sensação prolapso genital possui associação significativa com distância/semana (OR 1.03, IC 95% 1.01 – 1.05); frequência atividade física extra (OR 1.53, IC 95% 1.22 – 1.91); cesárea (OR 0.42, IC 95% 0.28 – 0.62). Os fatores associados ao prolapso genital em corredoras brasileiras foram a distância/semanal percorrida na corrida, frequência atividade física extra e parto cesárea.

Palavras-chave: Prolapso de Órgão Pélvico, Mulheres, Distúrbios do assoalho pélvico, Corrida, Exercício físico.

QUAIS FATORES ESTÃO ASSOCIADOS À INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM CORREDORAS BRASILEIRAS?

Ana Carla Mendes dos Reis¹, Wanessa Silva de Oliveira¹, Letícia Vieira Furlan Joaquim¹, Ana Paula

Magalhães Resende¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: anacarlaeis2001@gmail.com.

A participação das mulheres em corridas de rua aumenta a cada ano, reduzindo o risco de várias doenças. A prevalência de perda urinária em mulheres durante a prática é significativa podendo levar a desistência do esporte em até 40%. Estudos que avaliem possíveis fatores relacionados à perda de urina na corrida são necessários, bem como é o objetivo do presente estudo. O questionário incluiu informações sobre histórico de saúde, ginecológico, obstétrico, variáveis de treino de corrida, exercícios extra e perda urinária dentro e fora do esporte. E também se submeteram a exame físico para avaliar a função dos músculos do assoalho pélvico por meio de palpação vaginal (escala de Oxford) e manometria vaginal (Peritron®). Aprovação do comitê de ética (CAAE) 74728123.9.0000.5152. Na análise dos dados foi aplicado teste de regressão logística múltipla. A amostra com 248 mulheres corredoras brasileiras, idade 34.02 (± 7.08), IMC 22.46 (± 1.82), 50% apresentavam incontinência urinária atlética, 54% tiveram pelo menos um parto, 54% corriam até 30 Km por semana, 66% realizavam outro exercício. A incontinência urinária atlética possui associação significativa com idade (OR 1.09, IC 95% 1.04 – 1.14); IMC (OR 1.36, IC 95% 1.15 – 1.61); Km por semana (OR 4.91, IC 95% 2.60 – 9.26) e outros exercícios (OR 2.08, IC 95% 1.09 – 3.98). Os fatores que influenciam a incontinência urinária atlética em corredoras brasileiras foram idade, obesidade, volume de treino e a prática de outros exercícios.

Palavras-chave: Incontinência urinária, Corrida, Mulheres, Distúrbios do assoalho pélvico, Exercício físico.

EFEITOS DOS EXERCÍCIOS HIPOPRESSIVOS SOBRE AS QUEIXAS DE DISFUNÇÃO DOS MÚSCULOS DO ASSOALHO PÉLVICO EM PUÉRPERAS COM DIÁSTASE DOS RETOS ABDOMINAIS: RESULTADOS PRELIMINARES DE UM ENSAIO CLÍNICO

Isabela Vilela Evangelista¹, Sara Emmanuela Moreira¹, Rogério de Melo Costa Pinto¹, Vanessa Santos Pereira Baldo¹

¹Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: isabelavilela.e@ufu.br.

Durante a gestação é comum o aparecimento da diástase do músculo reto abdominal (DMRA) e de queixas relacionadas ao assoalho pélvico, podendo manter-se até o puerpério. Assim, o objetivo do estudo foi avaliar os efeitos da ginástica hipopressiva (GH) na redução dos sintomas do AP em puérperas com DMRA. Foi realizado um ensaio clínico randomizado (CAAE: 58324522.1.0000.5152), com 30 participantes alocadas em grupos de intervenção (GI) e controle (GC). A confirmação do diagnóstico de DRA foi feita por ultrassom 5-12Mhz, e o Questionário de Avaliação do Incômodo Relacionado às Disfunções do Assoalho Pélvico (PFBBQ) foi utilizado para avaliar as queixas relacionadas ao AP. O GI realizou um programa de GH supervisionado em grupo por 12 semanas, com frequência semanal de duas vezes, enquanto o GC não participou de intervenção no período. Para a análise dos dados foi utilizado o teste de Anova Two Way e teste de post-hoc de Tukey, com um nível de significância de 5% ($p < 0,05$). Após a intervenção, foi observada uma redução significativa das queixas do AP apenas no GI ($F(1,44) = 12,38$; $p = 0,001$; $P_{Tukey} = 0,003$). A partir dos resultados encontrados conclui-se que a GH realizada por 12 semanas foi capaz de reduzir as queixas de disfunções de assoalho pélvico em puérperas com DMRA.

Palavras-chave: Assoalho Pélvico, Diástase Muscular, Ginástica Hipopressiva, Período Pós-Parto.

**PAPEL DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS NA PREVENÇÃO DA PRÉ-ECLÂMPسيا E DE OUTRAS DOENÇAS
CARDIOVASCULARES NO PUERPÉRIO: REVISÃO DE LITERATURA**

Carolina Ferreira de Menezes¹, Érica Carolina Campos¹

¹ Universidade Federal de Uberlândia.

Email: carolmzs15@gmail.com.

A pré-eclâmpسيا (PE) é uma doença sistêmica e hipertensiva comum na gestação, causadora de complicações severas à saúde materna e fetal. O exercício físico (EF) é uma intervenção eficaz para prevenir a PE na gravidez e outras doenças cardiovasculares (DCV) subsequentes no puerpério. O objetivo foi definir qual protocolo específico de EF comprovou ser eficaz para a saúde cardiovascular de gestantes e puérperas quanto à PE e outras DCV. Estudo de revisão de literatura, com ensaios clínicos selecionados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e PUBMED através das palavras-chave: pós-parto, pré-eclâmpسيا, atividade física, exercícios, doenças cardiovasculares e gestação. De acordo com a análise dos estudos selecionados, foi observado que o EF aeróbico regular e supervisionado reduz fatores de risco modificáveis, aumenta oxidantes endógenos, aprimora o tônus vagal e melhora a aptidão aeróbica e a adesão à um protocolo de exercícios durante essa fase é o principal fator limitante de prevenção. Conclui-se que a prática regular de EF aeróbico de intensidade moderada, em protocolos de 150 minutos totais, 3 vezes semanais na gravidez apresenta desfechos positivos de prevenção à PE e durante o puerpério, quando prolongados e aderidos à rotina, o ciclismo e a caminhada garantem a prevenção de outras DCV, através da diminuição dos fatores de risco. Os resultados buscam contribuir para o entendimento, aplicabilidade e prescrição de exercícios na prática clínica para essa população específica.

Palavras-chave: Exercício físico, Pré-eclâmpسيا, Doenças cardiovasculares, Fisiologia materna.

IMPACTO DA PRÁTICA DO CICLISMO NA FUNÇÃO SEXUAL E CONTINÊNCIA URINÁRIA EM MULHERES

Isabella do Nascimento Carvalho¹, Bruna Aparecida de Freitas Faria², Rafaela de Melo Silva^{2,3}, Potyra Labonia Matiello⁴, Leonardo Luiz Barretti Secchi^{1,5}

¹Centro Universitário Sudoeste Paulista (UNIFSP) – Campus Itapetininga;

²Faculdade Inspirar – Uberlândia;

³Universidade Federal de São Carlos;

⁴Médica em Saúde da Mulher e Medicina esportiva;

⁵Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva (FAIT).

E-mail: fariabruna71@gmail.com

Diante da alta prevalência de disfunções do assoalho pélvico em atletas e da escassez de estudos relacionados com as mulheres ciclistas, o objetivo do estudo foi identificar a presença de disfunção sexual (DS) e incontinência urinária (IU) e variáveis relacionadas. Estudo observacional transversal, aprovado pelo comitê de ética (CAAE 64338122.0.0000.5411), com amostra de 95 mulheres, com idade superior a 18 anos, que praticassem o ciclismo por pelo menos 6 meses e uma vez na semana, e sexualmente ativas. Foram excluídas mulheres gestantes ou que tenham passado por cirurgia pélvica prévia. Para coleta dos dados, foi utilizado um questionário online composto por 77 questões. Foram aplicados os testes de Correlação de *Pearson* e *Spearman*, e para comparação intergrupos foi aplicado o teste T de *Student* e o teste de *Mann Whitney*, considerando-se $p < 0,05$. Os resultados mostraram média da idade de $36,0 \pm 8,57$ anos e volume diário médio percorrido de $24,64 \pm 14,39$ quilômetros. A média do escore do *Female Sexual Function Index (FSFI)* foi de $28,47 \pm 4,12$ pontos e do *International Consultation on Incontinence Questionnaire* foi de $2,71 \pm 2,67$ pontos. Foi observada alta prevalência de DS entre mulheres ciclistas (63,3%) e baixa prevalência de IU (4,12%). Houve correlação positiva entre o volume semanal de treinamento com o escore do FSFI ($r = 0,210$; $p = 0,043$). Conclui-se que diante da alta prevalência de DS entre ciclistas, é importante uma abordagem específica voltada para a sexualidade na prática clínica.

Palavras-chave: Ciclismo, Mulher, Sexualidade, Incontinência urinária, Assoalho Pélvico.

EFICÁCIA DO EPI-NO® E DA MASSAGEM PERINEAL NA PREVENÇÃO DE LESÕES PERINEAIS DURANTE O PARTO NORMAL

Maraiane Lemes da Silva¹, Nayelle Rafaela Gonçalves¹, Kelly Christina de Faria Nunes¹, Lays Magalhães Braga Barros¹

¹Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM).

Email: nayellerafaela@unipam.edu.br.

Introdução: Decorrente do parto vaginal, a maioria das mulheres apresentam algum grau de trauma perineal, que pode ser caracterizado pela ocorrência de laceração espontânea ou episiotomia. Objetivo: Comparar o efeito do EPI-NO® e da massagem perineal na prevenção de traumas perineais e episiotomia durante o parto normal. Metodologia: Estudo de intervenção com abordagem quantitativa através de um manejo fisioterapêutico aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) do UNIPAM pelo parecer 5.645.605, realizado na Clínica de Fisioterapia do UNIPAM em 6 voluntárias gestantes com mais de 36 semanas de gestação. Avaliadas através de uma ficha de avaliação com dados sócio demográficos e obstétricos, esquema PERFECT, perineômetro e avaliação pós-parto. Após, foram divididas em dois grupos: G1 – gestantes que utilizaram o EPI-NO® e G2 – gestantes submetidas à massagem perineal, sendo os dados obtidos, compilados no *Microsoft Excel* e depois analisados no *Statistical Package for the Social Sciences* com nível de relevância de $p < 0,05$. Resultados: No esquema PERFECT, Endurance ($p=0,031$) e Repeat ($p=0,047$) mostraram diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, sendo que o G2 apresentou menor número de traumas no pós-parto. Conclusão: Tanto o EPI-NO® quanto a massagem perineal foram eficazes contra episiotomia, com a massagem perineal sendo mais eficaz na redução de traumas perineais em gestantes primíparas.

Palavras-chave: Gravidez, Trabalho de Parto, Complicações do Trabalho de Parto.

ANÁLISE DA SAÚDE DO SONO E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE MULHERES COM APNEIA OBSTRUTIVA DO SONO

Alinny Cristiny de Araujo Peres¹, Angelo Piva Biagini¹, Carlos Fernando Ronchi¹

¹ Universidade Federal de Uberlândia.

E-mail: alinnycaraujo@gmail.com.

A Apneia Obstrutiva do Sono (AOS) caracteriza o colapso repetitivo da via aérea superior durante o sono, acometendo 10% das mulheres no Brasil. Cronicamente a AOS causa eventos cardiovasculares, metabólicos e neurocognitivos, e as mulheres apresentam especial fragilidade do sono devido as flutuações hormonais. O objetivo foi avaliar os sintomas de sono e nível de atividade física em mulheres com AOS. Estudo transversal, com 27 mulheres, triadas pelo Questionário clínico de Berlin com alto risco de AOS (nº 65269122.2.0000.5152). Foram utilizados: questionário sociodemográfico, Escala de sonolência de Epworth (ESE), Índice de qualidade do sono de Pittsburgh (PSQI) e Índice internacional de atividade física (IPAQ). Como resultados encontramos que a idade média foi $49,81 \pm 9,74$ anos, e o IMC de $30,19 \pm 5,23$ configurando obesidade grau I e relação com a menopausa, importantes fatores de risco. O score médio da qualidade do sono (QS) foi de $10,32 \pm 3,49$, onde 92,59% (n=25) apresentou QS ruim, e o domínio mais afetado foi a eficiência do sono ($1,93 \pm 1,36$), indicando uma tendência a sintomas de insônia. Já o score médio de sonolência foi de $11,52 \pm 7,01$, onde 55,55% (n=15) tinha sonolência excessiva. Quanto ao nível de atividade física, a maioria se apresentou muito ativa (n=11/40,74%). Portanto, notamos que a qualidade do sono foi extremamente afetada, apesar do alto nível de atividade física, levantando a preocupação para as que se encontram na menopausa, e para a insônia associada.

Palavras-chave: Apneia Obstrutiva do Sono, Mulheres, Qualidade do sono.