

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UPS.002 - Página 1/4	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPEUTICA NO PUÉRPERIO IMEDIATO	Emissão: 20/12/2021 Versão: 2	Próxima revisão: 20/12/2023

1. OBJETIVO(S)

1.1. Objetivo Geral

- Promover o bem-estar da puérpera, bem como prevenir, reconhecer e tratar as complicações puerperais.

1.2. Objetivos Específicos

- Avaliar e orientar a puérpera quanto aos cuidados com as mamas e ferida operatória;

- Auxiliar e estimular a amamentação exclusiva até os seis meses de vida e como complemento pelo menos até 2 anos, promovendo um maior vínculo mãe e filho, com exceção nos casos em que a lactação está contra-indicada;

- Orientar quanto as posturas adequadas para amamentação, mudanças de decúbito e atividades de vida diária;

- Prevenir e tratar disfunções musculoesqueléticas e uroginecológicas, bem como outras complicações clínicas relacionadas ao sistema cardiovascular e respiratório;

-Diminuir as possíveis dores ou desconfortos que possam está presentes.

2. MATERIAL

- Utilizar os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs)- luvas de procedimento, gorro, máscara e jaleco).

3. DESCRIÇÃO DOS PROCEDIMENTOS

3.1. Avaliação:

- Atualizar a planilha e estabelecer as prioridades de atendimento de acordo com o Kanban;

- Coletar no prontuário: dados pessoais, história pregressa e atual, ver o partograma e lê a descrição do parto para identificar os fatores de risco para as disfunções do assoalho pélvico.

- Lavar as mãos ou higienizar com álcool 70%;

- Realizar a paramentação dos EPIs;

- Identificar-se para a puérpera;

- Verificar os sinais vitais: frequência cardíaca (FC), frequência respiratória (FR) e a pressão arterial (PA).

- Identificar as queixas principais da puérpera;

- Realizar exame físico:

- Avaliação do posicionamento da puérpera no leito e promover os ajustes

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UPS.002 - Página 2/4	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPEUTICA NO PUÉRPERIO IMEDIATO	Emissão: 20/12/2021 Versão: 2	Próxima revisão: 20/12/2023

posturais quando necessários;

- Avaliação respiratória: verificar padrão respiratório, expansibilidade torácica e ausculta pulmonar;
- Avaliação das mamas e da amamentação: simetria e condições das mamas e mamilos, além da presença de colostro à expressão manual; avaliar a postura adotada durante a amamentação; amamentação e verificar relatos de sintomas algicos ocasionados por postura inadequada;
- Avaliação Abdominal: Palpação do útero a fim de acompanhar o processo de involução uterina; verificar a presença ou ausência de diástase dos músculos reto abdominais na região supraumbilical com auxílio do paquímetro; realizar a percussão para avaliar os desconfortos gastrintestinais. Avaliar a ferida operatória nos casos de partos cesareanos;
- Avaliação perineal: verificar em prontuário informações sobre o grau de laceração ou realização de episiotomia; perguntar a puérpera sobre a presença de perda involuntária de urina e/ou fezes durante a gestação; realizar avaliação visual da presença de edema de vulva e dos músculos do assoalho pélvico (MAPs);
- Avaliação dos membros inferiores: avaliar a presença de edemas e varizes, e sinais de trombose através do sinal de Homans;
- Avaliar o grau de dependência de vida diária.

3.2. Conduta:

As condutas realizadas pelo fisioterapeuta no puérperio objetiva prevenir desconfortos e problemas puerperais e acelerar o processo de retorno às condições pré-gravídicas, auxiliando as puérperas ao retorno mais breve às atividades de vida diária e conseqüentemente a uma melhor qualidade de vida.

- Orientar os cuidados com as mamas, como a massagem mamaria, a pega e posturas adequadas para mãe e bebê e, em casos específicos de engurgitamento mamário, a auto ordenha;
- Estimular o aleitamento materno exclusivo e orientar os cuidados com amamentação.
- Exercícios Respiratórios: com o objetivo de reeducar a função respiratória, prevenir complicações respiratórias e melhora da capacidade funcional geral das puérperas.
- Exercício Isométrico de abdominais: para fortalecer o músculo reto abdominal diminuindo a diástese.
- Orientações quanto a higienização correta da região íntima e da cicatriz cirúrgica.
- Crioterapia: com o objetivo de diminuir a dor e o edema local pós parto vaginal.

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UPS.002 - Página 3/4	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPEUTICA NO PUÉRPERIO IMEDIATO	Emissão: 20/12/2021 Versão: 2	Próxima revisão: 20/12/2023

-Exercícios para o fortalecimento do assoalho pélvico: com o objetivo de prevenir problemas de incontinência urinária e/ou fecal.

- Exercícios microlinfocinéticos de membros inferiores: com o objetivo de favorecer o retorno venoso, a fim de evitar a estase venosa.

- Estimular à deambulação: com o objetivo de estimular o peristaltismo intestinal e a eliminação de flatus, além de ser medida profilática de tromboembolismo.

- Enfatizar os posicionamentos para mudanças de decúbito, principalmente para as puérperas.

- Orientar as puerperas que em caso de complicações puerperais realizar retorno para a maternidade;

- Realizar encaminhamento para o ambulatório de Fisioterapia Saúde da Mulher e orientar a procurar a Secretária de Saúde Municipal para regulação em casos de incontinência urinária, diástase abdominal, episiotomia, laceração grau 3;

- Evoluir em prontuário.

- Atualizar planilha de atendimentos.

4. REFERÊNCIAS

1. BARACHO, Elza. **Fisioterapia aplicada à Saúde da Mulher**. 5ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

2. CENTA, M. L; OBERHOFER, P. R; CHAMMAS J. **Puérpera vivenciando a consulta de retorno e as orientações recebidas sobre o puerpério**. Fam. Saúde Desenv., v. 4, n.1, p. 16-22, 2002.

3. LEMOS; A. **Fisioterapia Obstétrica baseada em evidência**. 1ed. Rio de Janeiro: MedBook, 2014.

4. MARQUES, A. A; SILVA, M. P. P; AMARAL, T. P. A. **Tratado de fisioterapia em saúde da mulher**. 2. ed. São Paulo: Roca, 2011.

5. POLDEN, M; MANTLE, J. **Fisioterapia em ginecologia e obstetrícia**. 2. ed. São Paulo: Livraria Santos, 2000.

6. RETT, M. T; ALMEIDA, T. V; MEDONÇA, A. C. R; DESANTANA, J. M; FERREIRA, A. P. L; ARAÚJO, K. C. G. M. **Fatores materno-infantis associados à diástase dos músculos retos do abdome no puerpério imediato**. Rev. Bras. Saúde Mater. Infant., v. 14, n. 1, p. 73-80, 2014.

7. SANTANA, L. S; GALLO, R. B. S; MARCOLIN, A. C; FERREIRA, C. H. J; QUINTANA, S. M. **Utilização dos recursos fisioterapêuticos no puerpério: revisão da literatura**. Rev. Femina, v. 39, n. 5 p. 246-50, 2011.

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UPS.002 - Página 4/4	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPEUTICA NO PUÉRPERIO IMEDIATO	Emissão: 20/12/2021 Versão: 2	Próxima revisão: 20/12/2023

5. HISTÓRICO DE REVISÃO

VERSÃO	DATA	DESCRIÇÃO DA ALTERAÇÃO
2.0		Revisão e atualização do conteúdo Atualização dos cuidados com a COVID-19 (uso de EPIS completos)

<p>Elaboração</p> <p>Nome: Nadja Vanessa de Almeida Ferraz SIAPE: 2371008 Função: Fisioterapeuta Saúde da Mulher</p> <p>Nome: Janine de Sousa Lins Costa SIAPE: 3075821 Função: Fisioterapeuta Geral</p> <p>Nome: Dalma Roberta Dantas SIAPE:2337324 Função: Fisioterapeuta Geral</p>	<p>Data:</p> <p>Assinatura: <i>Eletrônica via SEI</i></p>
<p>Revisão</p> <p>Nome: Nadja Vanessa de Almeida Ferraz SIAPE: 2371008 Função: Fisioterapeuta Saúde da Mulher</p> <p>Nome: Dalma Roberta Dantas SIAPE: 2337324 Função: Fisioterapeuta Geral</p> <p>Nome: Janine de Sousa Lins Costa SIAPE:3075821 Função: Fisioterapeuta Geral</p>	<p>Data:</p> <p>Assinatura: <i>Eletrônica via SEI</i></p>
<p>Validação</p> <p>Nome:</p> <p>SIAPE:</p>	<p>Data:</p> <p>Assinatura: <i>Eletrônica via SEI</i></p>

Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA	POP.UPS.002 - Página 5/4	
Título do Documento	ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NO PUÉRPERIO IMEDIATO	Emissão: 20/12/2021 Versão: 2	Próxima revisão: 20/12/2023

Função: Membro SGQVS	
Aprovação Nome: Rita Berenice da Silva Costa Função: Chefe da Unidade de Pronto Atendimento	Data: Assinatura: <i>Eletrônica via SEI</i>

CERTIDÃO

Processo nº 23527.001060/2022-20

Interessado: @interessados_virgula_espaco@

Certidão de Assinaturas Eletrônicas Correspondente ao documento POP.UPS.002

<p>Elaboração</p> <p>Nome: Nadja Vanessa de Almeida Ferraz SIAPE: 2371008 Função: Fisioterapeuta Saúde da Mulher</p>	
<p>Nome: Janine de Sousa Lins Costa SIAPE: 3075821 Função: Fisioterapeuta Geral</p> <p>Nome: Dalma Roberta Dantas SIAPE: 23372324 Função: Fisioterapeuta Geral</p>	<p>Data:</p> <p>Assinatura: <i>Eletrônica via SEI</i></p>
<p>Revisão</p> <p>Nome: Nadja Vanessa de Almeida Ferraz SIAPE: 2371008 Função: Fisioterapeuta Saúde da Mulher</p>	

<p>Nome: Dalma Roberta Dantas</p> <p>SIAPE:23372324</p> <p>Função: Fisioterapeuta Geral</p> <p>Nome: Janine de Sousa Lins Costa</p> <p>SIAPE:3075821</p> <p>Função: Fisioterapeuta Geral</p>	<p>Data:</p> <p>Assinatura: <i>Eletrônica via SEI</i></p>
<p>Validação</p> <p>Nome:</p> <p>SIAPE:</p> <p>Função: Membro SGQVS</p>	<p>Data:</p> <p>Assinatura: <i>Eletrônica via SEI</i></p>
<p>Aprovação</p> <p>Nome: Rita Berenice da Silva Costa</p> <p>Função: Chefe da Unidade de Pronto Atendimento</p>	<p>Data:</p> <p>Assinatura: <i>Eletrônica via SEI</i></p>



Documento assinado eletronicamente por **Janine de Sousa Lins Costa, Fisioterapeuta**, em 28/01/2022, às 16:13, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Rita Berenice da Silva Costa, Chefe de Unidade, Substituto(a)**, em 28/01/2022, às 16:47, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **João Maria Rêgo Mendes, Enfermeiro(a)**, em 31/01/2022, às 08:02, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Nadja Vanessa de Almeida Ferraz, Fisioterapeuta**, em 21/02/2022, às 14:34, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Dalma Roberta de Araújo Dantas, Fisioterapeuta**, em 22/02/2022, às 08:53, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ebserh.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **19270616** e o código CRC **CC613B10**.

Referência: Processo nº 23527.001060/2022-20

SEI nº 19270616