



AS INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS UTILIZADAS NA AUSÊNCIA DELIBIDO NO PUERPÉRIO.

THE PHYSIOTHERAPEUTIC INTERVENTIONS USED IN THE ABSENCE OF LIBIDO IN THE PUERPERIUM

Bruna Maiara Borges¹
Glauco Cesar da Conceição Canella²

RESUMO

Disfunção sexual feminina é um déficit onde a mulher não consegue sentir prazer durante o ato sexual impedindo de ter um desempenho sexual satisfatório. O objetivo do estudo é trazer evidências científicas que verificam o benefício das intervenções fisioterapêuticas para o tratamento da libido no período pós-parto. Trata-se de uma revisão bibliográfica, utilizando como base de dados BVS, MEDLINE, LILACS, PUBMED e SCIELO, que incluiu 4 artigos selecionados na íntegra. O presente estudo apresenta intervenções fisioterapêuticas como a cinesioterapia, exercício de kegel, massagem perineal, eletroestimulação, biofeedback e cones vaginais na disfunção sexual. Conclui-se que a fisioterapia vem adquirindo um importante espaço junto a equipe multidisciplinar no que diz respeito ao tratamento à saúde da mulher, porém necessita de mais estudos aprofundados nesta área.

Palavras-Chaves: Fisioterapia; Disfunção sexual; Libido; Saúde da Mulher.

ABSTRACT

Female sexual dysfunction is a deficit where the woman cannot feel pleasure during the sexual act, preventing her from having a satisfactory sexual performance. The objective of the study is to bring scientific evidence that verifies the benefit of physiotherapeutic interventions for the treatment of libido in the postpartum period. This is a literature review, using as a database BVS, MEDLINE, LILACS, PUBMED and SCIELO, which included 4 articles selected in full. The present study presents physical therapy interventions such as kinesiotherapy, kegel exercise, perineal massage, electrical stimulation, biofeedback and vaginal cones in sexual dysfunction. It is concluded that physiotherapy has been acquiring an important space with the multidisciplinary team regarding the treatment of women's health, but it needs more in-depth studies in this area.

¹ Acadêmica do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES, Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: Bruna.borges.acad@ajes.edu.br.

² Fisioterapeuta, Coordenador e Professor Mestre do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Norte de Mato Grosso – AJES Juara, Mato Grosso. E-mail: coord.fisio.arinos@ajes.edu.br



INTRODUÇÃO

A gestação é um período onde o corpo da mulher passa por diversas mudanças anatômica e fisiológica. No entanto, no momento da descoberta, a mulher inicia mudanças com alimentação passando a ter mais cuidado com o corpo e o feto. Deixando em segundo plano sua autoestima, imagem corporal e a sexualidade. (TALASAZ, SADEGHI, KHADIVZADEH, 2019).

Nesse período onde a mulher está gerando uma outra vida, o seu corpo passa por várias mudanças, além da mudança anatômica, também as metabólicas, onde o organismo é obrigado a se ajustar a esse processo, e assim, por consequência também à adaptação na musculatura do assoalho pélvico (MAP) (PERUZZI; BATISTA, 2021).

O MAP é uma camada muscular que tem função de sustentação dos órgãos pélvicos, controle da continência Fecal e Urinária com um papel de suma importância na função sexual feminina, sendo responsável por contrações involuntárias durante o orgasmo. Desta maneira, músculos fracos podem causar anorgasmia, que é dificuldade de atingir o orgasmo, porém os músculos com boa força podem ampliar a satisfação sexual feminina e estimular orgasmos e excitação (AMARAL, MENDONÇA, 2011).

Para que a mulher tenha o orgasmo durante o intercuro sexual, é necessário que as musculaturas do MAP sejam fortalecidas para que haja contração involuntária. Quando essas musculaturas estão enfraquecidas não fornecem fluxo sanguíneo adequado para o clitóris, decorrente disso começa a ter episódios de anorgasmia, uma disfunção orgásmica conhecida pela ausência ou atraso de orgasmo devido a fraqueza dos músculos do assoalho pélvico (SOUZA, *et al.*, 2020).

A função sexual feminina diminui pouco durante o primeiro trimestre da gravidez, depois exibe padrões variáveis no segundo trimestre e, finalmente, diminui significativamente no terceiro trimestre, ou seja, leva a uma diminuição sexual durante e após a gestação, afetando a vida sexual do casal. (SOBHGOL *et al.*, 2018). Os principais fatores relacionados à falta de desejo sexual estão relacionados com a amamentação, laceração vaginal, episiotomia, desejo sexual hipotivo, dispareunia e vaginismo.

É de extrema importância o cuidado e tratamento da saúde sexual feminina, pois, entre 20 a 73% das mulheres sofrem com a disfunção sexual, os fatores que levam a esse problema podem ser psicológicos, biológicos e até mesmo sociais, o que tem como consequência o mal desempenho sexual, a falta de desejo e excitação, gerando um problema de saúde pública, detendo de preocupação de vários profissionais (HOLANDA, 2021).



A pelve é um osso anatomicamente complicado e funcionalmente informativo que contribui diretamente para a locomoção humana, bem como para a obstetrícia devido ao papel vital da pelve no parto, desempenha funções cruciais em locomoção, pois o peso do corpo é transmitido para os membros inferiores através da cintura pélvica e nascimento, sustentação dos órgãos abdominais, que dão suporte tanto pela musculatura do pélvico como pela pelve (SILVA, ROSENBERG *et al.*, 2017).

A Fisioterapia trata e previne limitações, restaura funções e alívio de dor, realizando a conscientização do MAP, com exercícios de fortalecimento que realizam o aumento da vascularização local, força e tonicidade muscular, utilizando estratégias de intervenção preventiva proporcionando benefícios à sexualidade feminina, como aumento da excitação sexual, desejo e força. (LACAVA *et al.*, 2019).

O tratamento fisioterapêutico consiste na inclusão de técnicas profissionais de exercícios, abordagens comportamentais, eletroterapia para diminuição de dor e modalidades de calor, bem como, também os exercícios com dilatadores, todos esses tratamentos servem para fortalecimento do assoalho pélvico, promovendo uma melhora no desejo sexual (ALMEIDA, MARSAL 2015).

Dessa forma, o objetivo do estudo é trazer evidências científicas que verificam o benefício da fisioterapia pélvica durante as modificações que o corpo sofre durante o processo gestacional aplicando técnicas fisioterapêuticas para o tratamento da libido no período pós-parto.

METODOLOGIA

O presente estudo foi construído através de uma revisão bibliográfica, estabelecendo alguns critérios de inclusão e exclusão das obras estudadas, bem como análise e interpretação dos resultados, apresentando ao final uma conclusão sobre o desenvolvimento total.

A pesquisa se baseou na busca de artigos científicos, utilizando os seguintes descritores: “LIBIDO”, “DISFUNÇÃO SEXUAL”, FISIOTERAPIA, “SAÚDE DA MULHER”, “REABILITAÇÃO” e suas combinações entre eles. Sendo assim foram

seguintes bases de dados: Scientific electronic library online (SCIELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (PUBMED), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS), Medical Literature

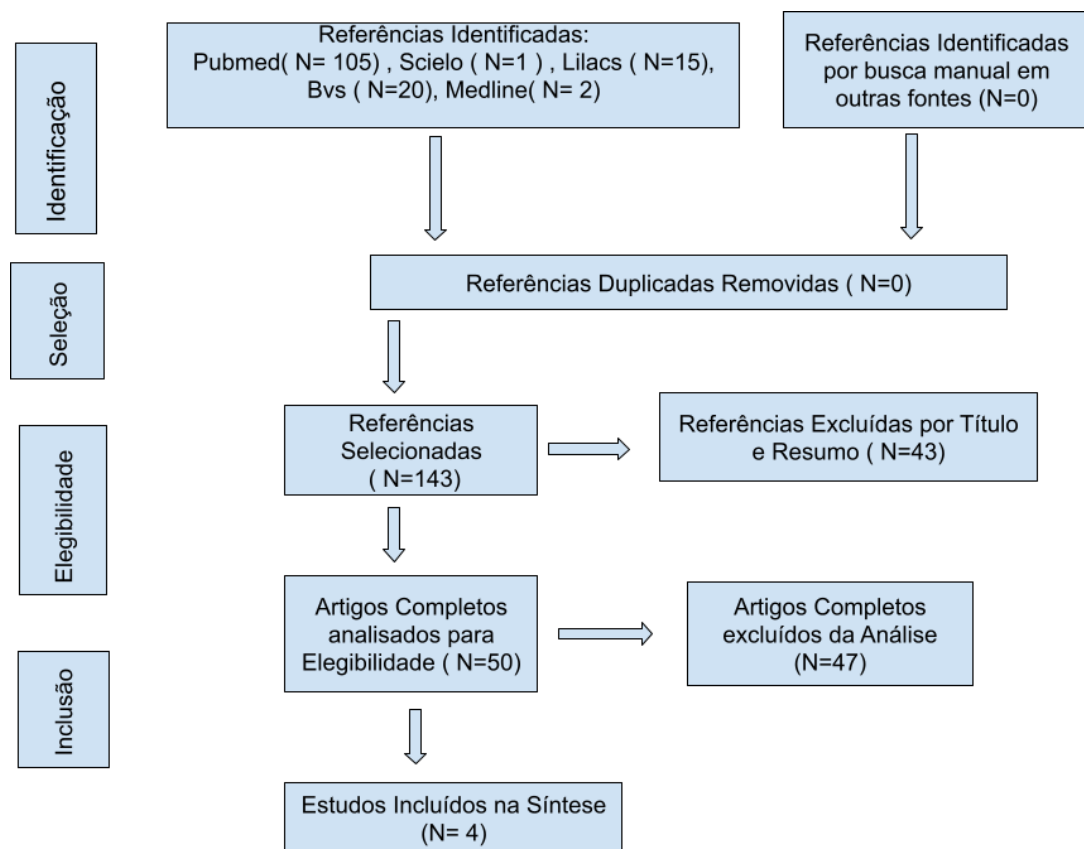


Analysis and Retrieval (MEDLINE)

Os critérios de exclusão foram artigos de revisão de literatura (narrativa e integrativa), teses, tcc, dissertações, artigos que não se relacionam com o tema proposto.

FLUXOGRAMA DA PESQUISA.

Figura 01- Fluxograma da Pesquisa Da Literatura.



Fonte: Autoria própria, 2022.

RESULTADOS.

Foram feitos a triagem de 143 artigos , destes artigos triados foram selecionados 4 conforme apresentado no fluxograma acima . O presente estudo realizou uma revisão bibliográfica com abordagem em técnica de exercícios de kegel, exercícios de fortalecimento do assoalho pélvico , massagem perineal, as quais são técnicas da Fisioterapia que podem trazer benefícios à vida sexual da mulher.

Tabela 01- Artigos Selecionados

ARTIGO	TÍTULO	AUTOR/ANO	OBJETIVO	MÉTODO	RESULTADOS	CONSIDERAÇÕES FINAIS
1	Efeito do treinamento muscular do assoalho pélvico na função sexual pós parto e qualidade de vida: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos	TALASAZ, SADEGHI, KHA DIVZAD, ET AL ,2019	Revisar o efeito do exercício do assoalho pélvico na função sexual feminina e na qualidade de vida no período pós-parto.	Revisão Sistemática e metanálise de ensaios clínicos.	Evidências mostraram que o treinamento da musculatura do assoalho pélvico em mulheres primíparas ou múltíparas pode melhorar a função sexual e a qualidade de vida no pós-parto. Embora a maioria dos estudos e o resultado da metanálise tenham relatado resultados positivos, mais ECRs de alta qualidade são necessários nessa área. Uma limitação do nosso estudo é a heterogeneidade significativa devido ao método de intervenção diferente	Os estudos de meta análise tem se mostrado positivo, ainda falta estudo de ensaios clínicos controlados randomizados



2	O efeito do exercício muscular do assoalho pélvico na função sexual feminina Durante a Gravidez e Pós-Parto: Uma Revisão Sistemática	SOBHGOLet al., 2018.	Avaliar o efeito do Treinamento muscular do assoalho pélvico na função sexual	Revisão Sistemática.	Foram selecionados 10 estudos com 3607 participantes. Sendo 4 estudo clínico controlado randomizado, 1 estudo quase experimental; estudo de coorte de intervenção; 2 estudo de coorte de acompanhamento a longo prazo; nenhum estudo avaliou o treinamento muscular do assoalho pélvico durante a gestação. 7 estudo encontrados que relatam o treinamento muscular do assoalho pélvico melhorou o desejo sexual, e excitação e o orgasmo	A maioria dos estudos relatou que o efeito muscular do assoalho pélvico pós natal foi eficaz na melhora da função sexual. No entanto, faltam estudos que comprovem a eficácia do treinamento muscular do assoalho pélvico durante a gestação, e poucos estudos relacionados ao puerpério
---	---	------------------------------------	---	----------------------	---	--



3	Programa de exercício pos-parto dos músculos do assoalho pélvico assistido por dispositivos para o manejo da disfunção do assoalho pélvico após o parto.	ARTYMUUK, N. V, KHAPACHEVA, S. Y. 2020	Avaliar a eficácia de dois treinamentos de assoalho pélvico na prevenção de disfunção sexual em mulheres puérperas	Estudo Prospectivo e randomizado	O estudo concluiu que após 4 semanas do programa de exercício, houve uma diminuição nos sintomas de disfunção do assoalho pélvico.	O programa de exercícios de 4 semanas utilizando o exercício de kegel aumentou a força muscular do assoalho pélvico e diminuiu os sintomas relacionados à disfunção sexual.
---	--	--	--	----------------------------------	--	---



4	Fisioterapia nas disfunção sexual da mulher	SOUZA, L. C. <i>et al.</i> , 2020.	O objetivo do estudo foi abordar sobre a atuação do fisioterapeuta no tratamento da disfunção sexual das mulheres.	Revisão Sistemática	Todos os artigos selecionados foram submetidos a uma avaliação de qualidade pelo método JADAD, onde apenas 13 artigos do estudo foi selecionados	O estudo concluiu que os artigos encontrados apresentaram bons resultados na atuação da fisioterapia, assim possui papel importante no tratamento das disfunções sexuais, embora ainda esta atuação esteja carente.
---	---	------------------------------------	--	---------------------	--	---



DISCUSSÃO

Os autores evidenciaram a utilização de fortalecimento dos Músculos do Assoalho Pélvico como método de tratamento para refinar a função sexual e qualidade de vida no período puerpério. De acordo Menezes (2021) a cinesioterapia é um excelente exercício perineal projetado especificamente para aumentar a resistência uretral melhorando a função dos músculos do assoalho pélvico, resultando na consciência corporal e suporte aos órgãos pélvicos.

Segundo Assis (2015), o estudo relata que, os exercícios utilizados para o MAP têm se mostrado efeito positivo no controle sobre os músculos do assoalho pélvico aumentando o tônus muscular, melhorando a região perineal, restabelecendo assim a satisfação sexual e o aumento do desejo. De acordo com o mesmo autor, a função sexual restaurou, pois os exercícios utilizados aumentaram a força muscular do assoalho pélvico causando contração involuntária durante o orgasmo e o potencial orgásmico se deu pela contração voluntária do MAP.

No estudo de Cruz, Nina, Figueiredo (2017), o fisioterapeuta está apto para trabalhar com técnicas que irão beneficiar o fortalecimento dos Músculos do Assoalho pélvico, declínio da dispareunia, melhora da libido e mentalização do MAP, utilizando métodos como, biofeedback, cones vaginais, exercícios de kegel e eletroestimulação.

De acordo com Souza (2020), a eletroestimulação tem como objetivo fortalecer as musculaturas do AP, evoluindo a consciência de contração, utilizando com efeito positivo para a dor vulvar e relaxamento muscular esquelético. O mesmo autor retrata no estudo que o biofeedback realiza a reeducação da musculatura do assoalho pélvico, mostrando para as pacientes o feedback visual onde a mesma consegue observar sua evolução durante as contrações no tratamento.

Delgado, Ferreira e Souza (2015) evidenciaram-se os cones vaginais têm -se mostrado eficiente para ganhar resistência muscular aumentando a força das musculaturas pubiococccígena, uma vez que, essa técnica quando utilizada oferece mais resultado do que a comunicação verbal.

Dantas, *et al.* (2020) aborda que os Exercícios de Kegel tem sua eficácia no tratamento das disfunções sexuais femininas equivalente ao agrupamento muscular local com um significativo acréscimo da vascularização pélvica e sensibilidade clitoriana, melhorando a excitação e lubrificação, levando ao aumento da disposição para a relação sexual e o deleite com a execução.



Segundo Trindade, Luzes (2017) A terapia manual é um técnica da fisioterapia onde é aplicado um contato manual sobre os tecidos musculares, onde ocorre alívio de tensão e dos pontos gatilhos. Os autores ainda dizem que devido a mobilização dos tecidos moles pode ocorrer uma quebra das ligações de colágeno e aderências que proporcionam disfunção e dor , dessa maneira ocorre a melhora do recrutamento muscular e acréscimo da vascularização local , melhorando assim o orgasmo , desejo e excitação

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Fisioterapia vem adquirindo um importante espaço junto a equipe multidisciplinar no que diz respeito ao tratamento à saúde da mulher, apesar de ser uma área ainda pouco conhecida por pacientes e até por alguns profissionais , aos poucos tem mostrado o quanto seus tratamentos são eficazes. O profissional tem como objetivo avaliar, prevenir e tratar as disfunções sexuais, aplicando técnicas como Biofeedback, cones vaginais, eletroestimulação, massagem perineal e cinesioterapia. Os exercícios para o fortalecimento do MAP, é a técnica mais utilizada pela fisioterapia para tratamento das disfunções sexuais femininas.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. L.R. MARSAL, A. S. A influência da fisioterapia aplicada no tratamento da incontinência urinária de esforço de mulheres: um estudo da eficácia da cinesioterapia.

Revista visão universitária, v. 3, p. 109-128. 2015.

AMARAL, V. N. MENDONÇA, K. R. Tratamento fisioterapêutico das disfunções sexuais femininas – Revisão de Literatura.**Revista femina**. v.39, n.3, p. 140-142. 2011.

ASSIS, T.R; REZENDE, F. R. Percepção de puérperas sobre mudanças sexuais após exercícios para o assoalho pélvico: uma abordagem qualitativa. **Revista aFisioterapia** Fortaleza, 2015.

ARTYMUK, N. V. KHAPACHEVA, S. Y. Programa de exercícios pós-parto dos músculos do assoalho pélvico assistido por dispositivo para o manejo da disfunção do assoalho pélvico após o parto. **The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine**.2020.

CRUZ.M. F, NINA, V. J. S. FIGUEIREDO, E.D. Climacteric Symptoms and SexualDysfunction: Association between the Blatt-Kupperman Index and the Female Sexual Function Index. **Revista Bras ginecol obsteti**, v.29, 2017.



DANTAS, D. A *et al.* A IMPORTÂNCIA DOS EXERCÍCIOS DE KEGEL NO

TRATAMENTO DA DISPAREUNIA. **Revista Liberum accessum**. 20120.

HOLANDA, J. B. *et al.* Disfunção sexual e fatores associados relatados no período pós-parto. *Revista acta paul enferm*, p. 553. 2014.

LACAVO, M.D. B. CUIDANDO DO PRAZER NO PRÉ-NATAL: DISFUNÇÃO SEXUAL

NA GRAVIDEZ. *Revista bahiana de saúde pública*, v, 43, n.4 p. 135-134. 2019.

MENEZES, C, N DOS SANTOS v. OS BENEFÍCIOS DA FISIOTERAPIA PÉLVICA

NAMELHORA DA LIBIDO NO PERÍODO PÓS-PARTO. **Revista Catedral**, v. 3, 2021.

PERUZZI, J; BATISTA, P.A. Fisioterapia nas disfunções do assoalho pélvico e na sexualidade durante o período gestacional. **Ver Fisioter Bras** 2018;

SOBHGL, S. S. *et al.* The Effect of Pelvic Floor Muscle Exercise on Female Sexual Function During Pregnancy and Postpartum: A Systematic Review. *Revista sexy med*, **2018**.

SOUZA, L. C. *et al.* Fisioterapia na disfunção sexual da mulher : revisão sistemática. *Science Saúde*. 2020.

SOUZA, C. B *et al.*, *DISFUNÇÕES SEXUAIS FEMININAS: RECURSOS FISIOTERAPÊUTICOS NA ANORGASMIA FEMININA PELA FRAQUEZA DO ASSOALHO PÉLVICO*. **Revista Multidebates**, v. 4, 2020.

TALASAZ, Z. H. *et al.* Efeito do treinamento muscular do assoalho pélvico na função sexual pós-parto e qualidade de vida: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos. **Journal taiwanês de obstetricia e ginecologia**. 2019.

TRINDADE, S. B. LUZES, R. ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NAS DISFUNÇÕES SEXUAIS FEMININAS. **Revista discente da uniabeu**. 2017.