

UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA

LAYSA RODRIGUES CALISTO

O uso de instrumentos de alongamento vaginal para preparação perineal para o parto auxilia
na redução do medo das gestantes?

Uberlândia

2024

LAYSA RODRIGUES CALISTO

O uso de instrumentos de alongamento vaginal para preparação perineal para o parto auxilia na redução do medo das gestantes?

Trabalho de Conclusão de Curso ou à Faculdade de Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia como requisito parcial para obtenção do título de bacharel.

Área de concentração: Fisioterapia

Orientador: Vanessa Santos Pereira Baldon

Coorientador: Sissi Sisconeto de Freitas

Uberlândia

2024

Ficha Catalográfica Online do Sistema de Bibliotecas da UFU
com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).

C154 2024	<p>Calisto, Laysa Rodrigues, 1998- O uso de instrumentos de alongamento vaginal para preparação perineal para o parto auxilia na redução do medo das gestantes? [recurso eletrônico] / Laysa Rodrigues Calisto. - 2024.</p> <p>Orientador: Vanessa Santos Pereira Baldon. Coorientador: Sissi Siskoneto de Freitas. Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) - Universidade Federal de Uberlândia, Graduação em Fisioterapia. Modo de acesso: Internet. Inclui bibliografia.</p> <p>1. Fisioterapia. I. Baldon, Vanessa Santos Pereira, 1987-, (Orient.). II. Freitas, Sissi Siskoneto de, 1990-, (Coorient.). III. Universidade Federal de Uberlândia. Graduação em Fisioterapia. IV. Título.</p> <p style="text-align: right;">CDU: 615.8</p>
--------------	---

Bibliotecários responsáveis pela estrutura de acordo com o AACR2:

Gizele Cristine Nunes do Couto - CRB6/2091
Nelson Marcos Ferreira - CRB6/3074

LAYSA RODRIGUES CALISTO

O uso de instrumentos de alongamento vaginal para preparação perineal para o parto auxilia na redução do medo das gestantes?

Trabalho de Conclusão de Curso à Faculdade de
Fisioterapia da Universidade Federal de
Uberlândia como requisito parcial
para obtenção do título de bacharel.

Área de concentração: Fisioterapia

Uberlândia, 2024

Banca Examinadora:

Lyana Marinho – Mestranda em Fisioterapia (UFU)

Bruna Miranda – Mestranda em Fisioterapia (UFU)

Dedico este trabalho ao meu sobrinho Miguel, por ter me mostrado esse lindo caminho a seguir e a minha avó Valda que sempre vibrou pela minha vida, ambos não estão mais aqui, mas sinto vivos em meu coração.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por cada benção concedida que me permitiu chegar até ao final.

Aos meus pais Walter e Sandra por terem me mostrado a importância dos estudos e por me apoiarem durante toda a graduação e por tornarem meu sonho possível.

Agradeço aos meus padrinhos Carlos e Marcell por serem meus incentivadores e por sempre acreditarem na minha capacidade.

Aos meus sobrinhos e afilhados Miguel, Lívia, Benjamin, Théo, Débora, Lara, Davi e Yago que enchem o meu coração de amor e de energia para passar por todos os processos.

A minha avó Valda que nos deixou, mas sua alegria vive em mim.

A minha tia Marilda pelo grande apoio, por me abraçar nos momentos mais difíceis.

As minhas amigas Jéssica, Fernanda, Cíntia e Maria Júlia pelos anos de amizade, de apoio e de escuta.

Ao Diego por me ouvir, pelo seu companheirismo e cuidado.

As minhas companheiras de estágio Vithória, Claudiene e Letícia por fazer os dias serem mais leves.

A minha orientadora Prof^a Vanessa, por me incentivar e auxiliar em todo o processo.

E a todos os professores do curso de Fisioterapia que com seus ensinamentos e experiências me ajudaram a me apaixonar ainda mais pela minha profissão.

RESUMO

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 e nove mulheres ($33,8 \pm 4,9$ 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. Assolho Pélvico. Parto.

ABSTRACT

It is possible that intervention using perineal stretching equipment such as the EpiNo Birth Trainer® can help control women's fear of labor, especially during the expulsion period. Therefore, the objective of this study was to evaluate women's perception regarding the use of vaginal stretching instruments to reduce fear during labor. A cross-sectional study was developed using an online questionnaire (CAAE: 64346122.9.0000.5152). Women who used the vaginal stretching device in physiotherapeutic care during pregnancy were included. The women answered questions about their fear of labor and how the use of equipment helped or did not help control their fear. One hundred and thirty-nine women (33.8±4.9 years) responded to the questionnaire. When asked about the feeling of fear during the expulsive period of labor, 114 participants (82%) declared that they felt afraid of this phase of labor before the intervention. Of these, 104 (91%) indicated that the experience with the vaginal exerciser reduced their fear of this phase. 126 participants (91%) agreed or completely agreed with the statement that the use of the equipment helped in the expulsive period of labor. The majority of participants (n=83, 60%) declared themselves completely satisfied with the intervention. It is concluded that the use of vaginal stretching instruments helps to reduce the fear of the expulsive phase of labor.

Keywords: Physiotherapy. Women's Health. Gestation. Pelvic Floor. Childbirth.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	17
2. MATERIAIS E MÉTODOS	19
3. RESULTADOS	21
4. DISCUSSÃO	24
5. CONCLUSÃO	26
6. REFERÊNCIAS	27

1. INTRODUÇÃO

O parto normal é um processo natural e fisiológico, que foi preparado pelo corpo da mulher durante toda a gestação, em que o nascimento geralmente ocorre entre 37 e 42 semanas gestacionais, iniciado de forma espontânea sem a necessidade de intervenções cirúrgicas. Segundo documentos distribuídos pela Organização Mundial da Saúde, a mãe e o bebê são beneficiados pela via natural de parto devido a menor risco de morbimortalidade, menor necessidade de intervenções profissionais, menor risco de infecções, recuperação mais rápida que geram menor tempo de internação, facilidade da criação do vínculo mãe-filho e possibilita a iniciação imediata da amamentação. (Ministério; Saúde, 2017)

Mesmo que ocorrendo inúmeras implementações de campanhas, nacionais e mundiais, a respeito dos benefícios do parto normal, muitas mulheres ainda optam pelo parto cesárea, em que estudo demonstram que a escolha desta via de parto está altamente relacionada ao medo da dor e do trauma perineal. Trauma esse que é estabelecido como qualquer dano nos órgãos genitais durante o parto, que popularmente é denominado por laceração. (Gomes, 2022)

Diante disso, a fisioterapia tem como objetivo preparar as gestantes para o parto e assim diminuir as incidências do trauma perineal, utilizando seus conhecimentos algumas de suas técnicas, como massagem perineal e o uso do dispositivo *Epi-No Delphine Plus*®. A massagem perineal tem como objetivo melhorar a flexibilidade dos músculos do assoalho pélvico e dos tecidos moles perineais, facilitar a passagem do bebê reduzindo a resistência e assim reduzindo o número de lacerações perineais (Marcelino e Lanuez, 2009). Já o *Epi-No*® é um balão inflável de silicone que auxilia no alongamento gradual da vagina e da região perineal, com a finalidade de reduzir as lesões do assoalho pélvico e os índices de episiotomia e também para auxiliar o trânsito do bebê durante o parto (Kovacs et al. 2004).

A experiência clínica dos fisioterapeutas indica que a preparação do parto não somente prepara o físico da gestante, mas também prepara de forma psicológica, fazendo-a sentir ainda mais confiante e confortável para passar por todo o processo. Assim, tornase importante estudos que avaliem a percepção das mulheres a respeito das intervenções fisioterapêuticas para preparação para o parto. Diante disso, o objetivo do estudo é avaliar

a percepção das mulheres a respeito do uso de instrumentos de alongamento vaginal para preparação perineal para o parto.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Planejamento do estudo

Foi realizado um estudo observacional transversal com aplicação de um questionário *online* às mulheres que receberam intervenção com o equipamento de alongamento perineal durante a gestação para a preparação para o parto.

Recrutamento

As integrantes do estudo foram convidadas por divulgação da pesquisa por meio de sites como COFFITO (Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional), ABRAFISM (Associação Brasileira de Fisioterapia em Saúde da Mulher), CREFITO (Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional) e outros, e por meio das redes sociais. Também sendo realizada a divulgação do trabalho através de panfletos online, emails e publicações com ingresso ao questionário por meio de link e QR Code.

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

As mulheres as quais demonstraram interesse em participar do estudo receberam um link de acesso a enquete, mas somente obtiveram o acesso ao questionário após a leitura do TCLE e do consentimento. As que não consentiram com o termo, foram redirecionadas a uma página de agradecimento.

Critérios de inclusão

Foram incluídas mulheres acima de 18 anos, com acesso à internet, com uma ou mais gestações completas, com acompanhamento fisioterapêutico pré-natal em pelo menos uma gestação e que utilizaram o dispositivo vaginal durante os atendimentos de fisioterapia.

Critérios de exclusão

Algumas amostras foram excluídas com os seguintes critérios, não ter utilizado o equipamento com supervisão de um fisioterapeuta e questionários incompletos e respostas insuficientes.

Instrumento de coleta de dados

O questionário direcionado às mulheres foi composto de 52 questões discriminada em 11 seções respondidas em média de 25 minutos.

Na Seção 1, o TCLE foi atribuído para leitura com todas as informações sobre o estudo. Ao final da leitura, a pessoa dispôs de duas escolhas de resposta: aceito participar da pesquisa e não aceito participar da pesquisa. Nos casos da decisão da primeira opção, o questionário foi direcionado para a próxima seção. Já nos casos da escolha da segunda opção, o questionário foi direcionado para a seção final. A Seção 2 é composta de dados pessoais, profissionais e sociodemográficos enquanto a Seção 3 retrata dados obstétricos da participante. A Seção 4 é composta por 8 questões, que busca entender como a participante teve acesso ao dispositivo e como ela usufruiu o equipamento. Na Seção 5, a participante classificou a satisfação, a dor e o desconforto ao longo da preparação com o aparelho, na Seção 6 a participante classificou a eficácia do dispositivo em alguns critérios. A Seção 7 se refere as intercorrências durante a utilização e na Seção 8 ocorre a avaliação da sensação da vivência como um todo. Nos casos das respostas da ocorrência do parto normal, houve o direcionamento para a Seção 9 onde trata decorrências do parto normal; nos casos da cesárea foi realizado um encaminhamento para a Seção 10. A última Seção oferece meios de contato como e-mail do pesquisador, como e-mail e telefone, e agradece a participação das mulheres no estudo.

Cálculo amostral

O tamanho amostral foi calculado baseado na fórmula de Freeman. Segundo um alfa de 0,05 e considerando o caso de variância máxima ($p=0,50 = 50\%$). Dessa forma, o tamanho amostral mínimo calculado foi de 100 respostas do grupo investigado para a estimativa de uma proporção dentro do intervalo de +/- 5 pontos percentuais.

Análise de dados

As respostas do questionário online foram transferidas automaticamente para uma planilha do programa Microsoft Excel®. Os dados foram analisados pelo cálculo de médias, desvios padrões e porcentagens.

3. RESULTADOS

Cento e trinta e nove mulheres responderam ao questionário de forma completa e foram incluídas no estudo. As características das participantes podem ser observadas na tabela 1.

Tabela 1. Características das participantes (n=139)

Variável		
Idade (anos)		33,8 4,9
Escolaridade	Ensino médio completo	14 (10,1%)
	Ensino superior completo	125 (89,9%)
Número de partos	1	120 (86,3%)
	2	18 (12,9%)
	3	1 (0,007%)
Via de nascimento	Vaginal	98 (70,5%)
	Cesárea	41(29,5%)

Foi observada uma grande variação entre as participantes quanto ao período de início das intervenções fisioterapêuticas com uso do exercitador vaginal, com variação entre 15 e 38 semanas gestacionais (Figura 1). Cinquenta e duas participantes (37,4%) relataram início com 34 semanas gestacionais e 29 (20,9%) participantes relataram com 36 semanas gestacionais. Quanto a frequência semanal, 97 participantes (69,8%) relataram a realização com frequência semanal de 2 vezes, 39 (28,0%) uma vez e 3 (2,2%) realizaram três vezes por semana. A maioria das participantes relatou ter realizado o treino de expulsão do equipamento durante a intervenção (n=138, 99,3%).

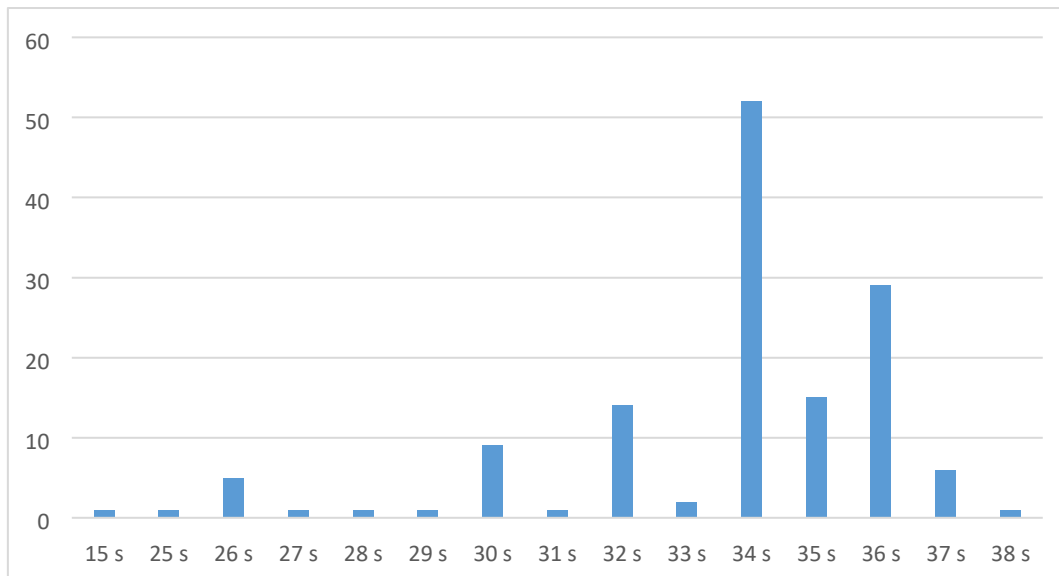


Figura 1. Semanas gestacionais de início da intervenção fisioterapêutica por meio do equipamento de alongamento vaginal.

Quando questionadas a respeito da sensação de medo durante o período expulsivo do trabalho de parto, 114 participantes (82%) declararam que sentiam medo desta fase do parto, enquanto 25 (18%) participantes declaram não sentir. Dentre aquelas que sentiam medo dessa fase, 104 (91,2%) assinalaram que a experiência com o exercitador vaginal diminuiu o medo desta fase. Já quando questionadas sobre a concordância da afirmação de que a intervenção com uso do exercitador auxiliou no período expulsivo, 126 participantes (90,6%) concordaram ou concordaram totalmente com a afirmação (Figura 2).

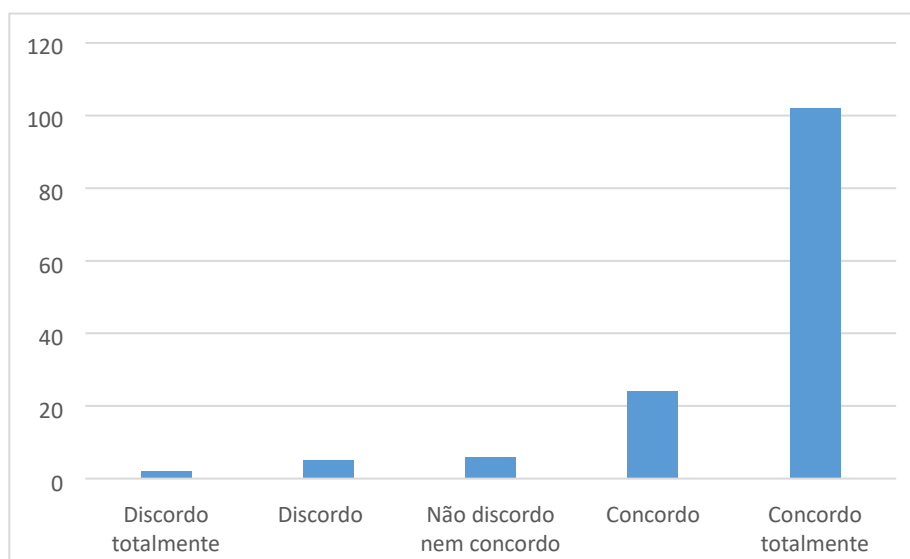


Figura 3. Resultado da questão a respeito do nível de concordância da afirmação “O exercitador vaginal é eficaz para auxiliar na fase expulsiva do trabalho de parto”.

Quando questionadas sobre o nível de satisfação com o uso do exercitador vaginal em uma escala de 0 a 10, a maioria das participantes (n=83, 59,7%) declarou-se completamente satisfeita com a intervenção, enquanto apenas 2 (1,4%) participantes declararam-se completamente insatisfeitas (Figura 3).

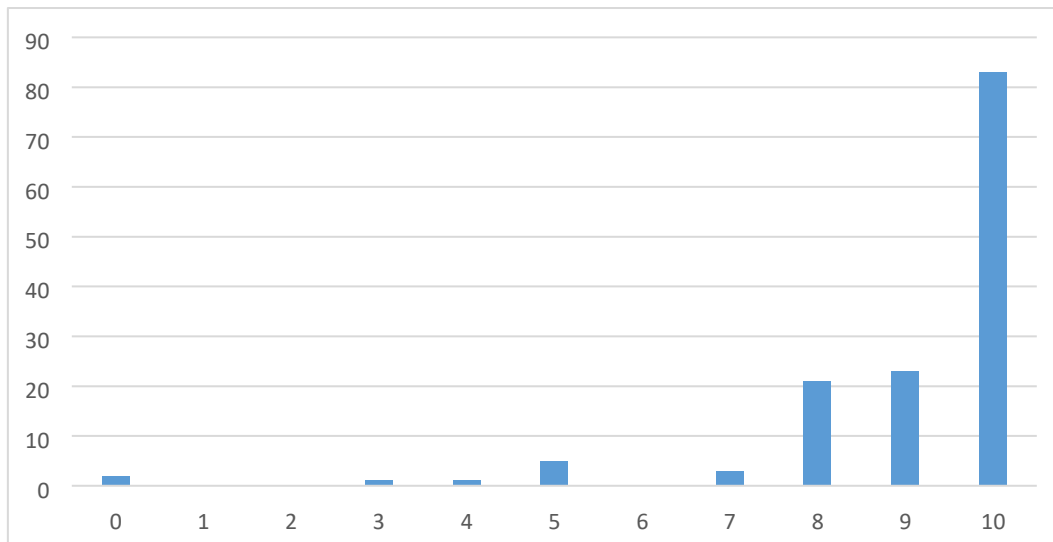


Figura 3. Satisfação com a intervenção por meio do exercitador vaginal em uma escala de 0 a 10.

4. DISCUSSÃO

O anseio pelo parto é um sentimento comum das gestantes, que se intensifica no último trimestre da gestação, englobando o medo da dor, da falta de suporte, das intervenções como a episiotomia e da perda de controle durante o trabalho de parto, sem considerar os outros receios já existentes após o nascimento. Este medo excessivo pode afetar o parto, devido as alterações fisiológicas promovidas pelas questões psicológicas, como aumento da pressão arterial, aumento do tempo da fase ativa da dilatação cervical, cesariana de emergência, parto vaginal operatório e dentre outros (Ferreira de Mello, R et al. 2020). Fica clara, portanto, a tamanha importância de métodos que auxiliam na redução do medo das gestantes, como a preparação para o parto durante a gestação.

Não foram encontrados estudos que avaliassem os efeitos da intervenção por meio de instrumentos de alongamento vaginal, como o *Epi-No Birth Trainer*®, na redução do medo do parto. Os resultados deste estudo demonstram que 91,2% das mulheres que sentiam medo na fase expulsiva, relataram que a experiência com o exercitador vaginal diminuiu o medo desta fase. A redução desse sentimento pode estar ligada com o aumento do empoderamento da mulher, por adquirirem mais confiança em seu próprio corpo devido a preparação no período pré-parto, com o preparo da musculatura, conhecimento de posicionamentos favoráveis e a importância da respiração no momento do expulsivo. Cohain (2003) e Ruckharbele et al (2009) que sugerem o aumento da confiança em sua capacidade de expulsão devido ao uso do dilatador.

Foi observada uma grande heterogeneidade entre as respostas das participantes quanto ao início das intervenções com uso dos equipamentos de alongamento vaginal. Na literatura também é observada uma heterogeneidade entre os estudos. Kok et al. (2004), Kovacs et al. (2004) e Shek et al. (2011) iniciaram o uso do dilatador a partir da 37ª semana. Já Cabral et al (2022) e Freitas et al (2019) iniciaram o uso a partir da 34ª semana. No presente estudo houve participantes que relataram início do uso com 15 semanas gestacionais. Não foram encontrados estudos que comprovam contraindicação ou restrição do uso em nenhuma idade gestacional.

Também não há um consenso em relação a frequência e ao tempo de uso do dispositivo, os estudos indicam a utilização diária durante 10 a 15 minutos, porém é necessário ressaltar a importância da presença de um profissional de fisioterapia durante a realização, para auxiliar nas instruções de expulsão e por existir a forma correta de

introdução no canal vaginal, pois caso ocorra inserção incorreta pode gerar desconforto e até mesmo lesões na área. Neste estudo foi analisado mulheres que fizeram o uso do dilatador de 2 a 3 vezes por semana, o que já gerou bons resultados. A satisfação se fez presente em 59,7% das mulheres participantes do estudo, que se declararam completamente satisfeitas com o uso do dilatador, mesmo com a frequência menor do que a apontada nos estudos.

Mesmo esse estudo possuindo bons resultados em relação a redução do medo e da satisfação das gestantes que utilizaram os equipamentos de alongamento vaginal, ainda faltam estudos atuais que comprovem a eficácia do seu objetivo principal que é atuar na redução dos índices de laceração perineal e da taxa de episiotomia (Brito et al, 2015). Assim, novos estudos devem ser realizados para afirmar seu uso na prática clínica.

5. CONCLUSÃO

Conclui-se que a utilização dos instrumentos de alongamento vaginal durante a gestação auxilia na redução do medo da fase expulsiva do trabalho de parto.

6. REFERÊNCIAS

- BRITO LG, FERREIRA CH, DUARTE G, NOGUEIRA AA, MARCOLIN AC. Antepartum use of Epi-No birth trainer for preventing perineal trauma: systematic review. *Int Urogynecol J*. 2015 Oct;26(10):1429-36. doi: 10.1007/s00192-015-2687-8. **Epub** 2015 Apr 8. PMID: 25851585.
- CABRAL AL, DE FREITAS SS, PINTO RMC, RESENDE APM, PEREIRA-BALDON VS. Are Perineal Massage and Instrument-Assisted Perineal Stretching With Short Protocol Effective for Increasing Pelvic Floor Muscle Extensibility? **A Randomized Controlled Trial. Phys Ther**. 2022 Mar 1;102(3):pzab305. doi: 10.1093/ptj/pzab305.
- DE FREITAS SS, CABRAL AL, DE MELO COSTA PINTO R, RESENDE APM, PEREIRA BALDON VS. Effects of perineal preparation techniques on tissue extensibility and muscle strength: a pilot study. *Int Urogynecol J*. 2019 Jun;30(6):951957. doi: 10.1007/s00192-018-3793-1.
- FERREIRA DE MELLO, R. et al. **ARTIGO DE REVISÃO Medo do parto em gestantes Fear of childbirth among pregnant women.** [s.l: s.n.]..
- KOK, J. et al. Antenatal use of a novel vaginal birth training device by term primiparous women in Singapore. *Singapore Med J*, v. 45, n. 7, p. 318, 2004
- KOVACS, G. T.; HEATH, P.; HEATHER, C. First Australian trial of the birth-training device Epi-No: A highly significantly increased chance of an intact perineum. **The Australian and New Zealand Journal of Obstetrics and Gynaecology**, v. 44, n. 4, p. 347–348, ago. 2004.
- MARCELINO, T. C.; LANUEZ, F. V. Abordagem fisioterapêutica na massagem perineal no pré-parto. *ConScientiae Saúde*, v. 8, n. 2, p. 339–344, 30 jul. 2009.
- MINISTÉRIO, D.; SAÚDE. **versão resumida DIRETRIZES NACIONAIS DE ASSISTÊNCIA AO.** [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_nacionais_assistencia_parto_normal.pdf>.
- PEREIRA, A. G. et al. Eficácia do Epi-No® na diminuição da episiotomia e risco de lesão perineal pós-parto: revisão sistemática. *Femina*, p. 251–256, 2015.

RUCKHÄBERLE, E. et al. Prospective randomised multicentre trial with the birth trainer EPI-NO® for the prevention of perineal trauma. **Australian and New Zealand Journal of Obstetrics and Gynaecology**, v. 49, n. 5, p. 478–483, out. 2009.

SHEK, K. L. et al. Does the Epi-No® Birth Trainer reduce levator trauma? A randomised controlled trial. **International Urogynecology Journal**, v. 22, n. 12, p. 1521–1528, 2 ago. 2011.