



## **BENEFÍCIOS DA REEDUCAÇÃO POSTURAL GLOBAL (RPG) NA LOMBALGIA GESTACIONAL**

Reapresentação do I Congresso Internacional De Fisioterapia Da Faculdade Dinâmica, 1ª edição, de 12/10/2020 a 17/10/2020  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-18-1

**FERNANDES; Laura MonytcHELL da Silva <sup>1</sup>, SCARPIM; Ana Cláudia <sup>2</sup>, COSTA; Fabyerllen Aparecida Santos de Sousa <sup>3</sup>, SILVA; Francisco Kayo Lima da <sup>4</sup>**

### **RESUMO**

**Introdução:** No período gestacional, as alterações posturais mais avaliadas são a anteroversão pélvica, lordose lombar, aumento da cifose torácica, escoliose e a marcha devido ao deslocamento anterior do centro de gravidade pelo aumento do abdômen e peso no útero. O tratamento fisioterapêutico auxilia muito com os exercícios e técnicas para o alívio da dor lombar, com atividades corporais que promovam o relaxamento, alongamento e fortalecimento da região acometida. **Objetivo do estudo:** Este estudo teve como objetivo geral descrever os benefícios da Reeducação Postural Global (RPG) na Lombalgia Gestacional. A RPG durante a gravidez deve ser utilizada a partir do segundo trimestre, trazendo benefícios para melhorar a qualidade de vida, auxiliando nas orientações posturais, prevenindo dor, melhorando a qualidade de vida e a biomecânica do corpo. **Procedimentos metodológicos:** A presente pesquisa trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo narrativa a partir de estudos nacionais sobre o tema, tendo como fontes base de dados. Foram utilizados estudos publicados na língua portuguesa. De forma ordenada, no período Junho a julho de 2020, o levantamento bibliográfico foi realizado por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A coleta de dados consistiu na busca avançada na base de dado, por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS); com detalhamento do quantitativo dos artigos: 52. Após o processo de seleção e identificação dos artigos que obedeceram aos critérios de inclusão estabelecidos, previa leitura de todos os títulos, resumos ou abstract, selecionaram-se 3 estudos de total relevância de acordo com as palavras-chaves. Nos quais os estudos foram publicados entre os anos de 2016 a 2019. **Resultados e discussão:** Através da análise dos estudos evidenciou-se que a RPG é eficaz no tratamento da dor lombar durante a gestação, na medida que são utilizadas promovem o alongamento e fortalecimento de vários músculos simultaneamente, contribuindo na qualidade de vida, melhorando o quadro algico, respiratório e o alinhamento das vertebrae, com isso as grávidas podem realizar suas atividades laborais cotidianas. **Considerações finais:** Verificou-se que foi possível identificar os benefícios que a RPG traz como tratamento para gestantes com lombalgia. Identificou-se ainda a escassez de estudos científicos mais aprofundados que permitam avaliar com maior precisão benefícios da Reeducação Postural Global (RPG) na Lombalgia Gestacional individualmente.

**PALAVRAS-CHAVE:** RPG, Lombalgia, Gestacional

<sup>1</sup> Centro Universitário de Ciência e Tecnologia do Maranhão - UniFacema, lauramonytcHELL1506@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário de Ciências e Tecnologia, acscarpim@vidrih.com.br

<sup>3</sup> Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UniFacema, Fabyerllensantos@gmail.com

<sup>4</sup> Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UniFacema do Maranhão - UniFacema, francisco.kayo.97@gmail.com

<sup>1</sup> Centro Universitário de Ciência e Tecnologia do Maranhão - UniFacema, lauramonytchell1506@gmail.com  
<sup>2</sup> Centro Universitário de Ciências e Tecnologia, acscarpim@vidrih.com.br  
<sup>3</sup> Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UniFacema, Fabyerlensanths@gmail.com  
<sup>4</sup> Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UniFacema do Maranhão - UniFacema, francisco.kayo.97@gmail.com