



Atuação Fisioterapêutica Dermatofuncional nas Disfunções Estéticas adquiridas na Gestação

Jamille Volbh Pereira Souza¹; Juliana Braga Facchinetti Moura²

Resumo: As alterações fisiológicas são responsáveis pelo aparecimento das disfunções estéticas no corpo materno, entre elas destacam-se: o aparecimento de estrias, fibroedema gelóide, retenção de líquido, varizes, acne e melasma. A pele é a principal afetada devido às instabilidades hormonais, acarretando no desenvolvimento de alterações que são características do período gestacional. O objetivo dessa pesquisa foi revisar as principais atuações fisioterapêuticas dermatofuncionais utilizadas nas disfunções estéticas adquiridas durante a gestação. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. As bases eletrônicas de dados utilizados para a realização do trabalho: PubMed e Google Acadêmico entre os anos de 2018 a 2023. Nos resultados foram selecionados 28 artigos devido a relevância sobre quais disfunções estéticas ocorrem com maior prevalência durante a gravidez e quais os tratamentos que poderiam ser utilizados no atendimento fisioterapêutico. Pode-se concluir com o estudo realizado que a prevenção é o principal objetivo para as disfunções estéticas adquiridas na gestação.

Palavras-chave: Gravidez. Estética. Dermatologia. Fisioterapia. Fisiologia.

Dermatofunctional Physiotherapeutic Performance in Aesthetic Disorders acquired during Pregnancy

Abstract: Physiological changes are responsible for the appearance of aesthetic dysfunctions in the maternal body, among which the following stand out: the appearance of stretch marks, geloid fibroedema, fluid retention, varicose veins, acne and melasma. The skin is mainly affected due to hormonal instability, resulting in the development of changes that are characteristic of the gestational period. The objective of this research was to review the main dermatofunctional physiotherapeutic interventions used in aesthetic dysfunctions acquired during pregnancy. This is an integrative review of the literature. The electronic databases used to carry out the work: PubMed and Google Scholar between the years 2018 and 2023. In the results, 28 articles were selected due to the relevance of which aesthetic dysfunctions occur with greater prevalence during pregnancy and which treatments could be used in

¹ Discente do curso de Fisioterapia da Faculdade Independente do Nordeste – FAINOR, Vitória da Conquista/BA. E-mail: millevolbh@gmail.com. <https://orcid.org/0009-0006-4322-3919>.

² Fisioterapeuta, Mestre em Ensino, Docente da Faculdade Independente do Nordeste – FAINOR, Vitória da Conquista/BA. E-mail: julianafacchinetti@fainor.com.br. <https://orcid.org/0000-0001-9621-801X>.

physiotherapeutic care. It can be concluded from the study carried out that prevention is the main objective for aesthetic dysfunctions acquired during pregnancy.

Keywords: Pregnancy. Esthetics. Dermatology. Physical Therapy. Physiology.

Introdução

Durante o período gestacional ocorrem intensas mudanças fisiológicas, emocionais e psicológicas que alteram a relação da mulher com seu próprio corpo. A gestação faz com que o corpo da mulher sofra adaptações do início ao final da gravidez, pois envolve transformações no aspecto anatômico, fisiológico, com mudanças hormonais e no funcionamento do corpo. As alterações hormonais caracterizam-se por elevação dos hormônios: estrogênio, progesterona, prolactina e outros. (Meireles *et al.* 2015; Gandolfi *et al.* 2019).

As alterações fisiológicas são responsáveis pelo aparecimento das disfunções estéticas no corpo materno, entre elas destacam-se: o aparecimento de estrias, fibroedema gelóide, retenção de líquido, varizes, acne e melasma. A pele é a principal afetada devido às instabilidades hormonais, acarretando no desenvolvimento de alterações que são características do período gestacional (Garcia *et al.* 2020).

As terapêuticas realizadas durante o período gestacional, quando bem aplicados contribuem de forma positiva na prevenção e melhora das disfunções estéticas adquiridas durante a gestação. O planejamento do tratamento para a gestante deve ser cauteloso, sendo de extrema importância o conhecimento das alterações fisiológicas esperadas para cada fase gravídica. Também se faz necessário a compreensão de procedimentos e recursos para que seja realizada com segurança e eficiência. O período gestacional exige cuidados na aplicação desses tratamentos, para assegurar a sua efetividade, e garantir a segurança da gestante e do feto (Garcia *et al.* 2020).

A fisioterapia dermatofuncional possui recursos eficazes para prevenir e tratar essas alterações estéticas. Porém, na literatura científica ainda são escassas as produções sobre os recursos da fisioterapia dermatofuncional para a gestante. Dessa forma, se faz importante uma melhor compreensão acerca das principais atuações fisioterapêuticas dermatofuncionais utilizadas nas disfunções estéticas adquiridas durante a gestação.

Por meio do presente estudo, os fisioterapeutas poderão compreender e eleger as abordagens terapêuticas mais adequadas para tratar cada disfunção estética adquirida durante o período gestacional. Sendo assim, este estudo tem como objetivo revisar as principais atuações fisioterapêuticas dermatofuncionais utilizadas nas disfunções estéticas adquiridas durante a gestação.

Procedimentos metodológicos

Estratégia de busca

As bases eletrônicas de dados utilizadas para a realização do trabalho: PubMed e Google Acadêmico entre os anos de 2018 a 2022. Os descritores selecionados foram com base nos Descritores em Ciências da Saúde (DECS), contendo as seguintes palavras: “gravidez”, “estética”, “dermatologia”, “fisioterapia”, “fisiologia”. Em operadores booleanos foram utilizadas as palavras: “AND” e “OR”.

Crítérios de Elegibilidade

Os critérios de inclusão para a realização do estudo foram artigos disponíveis em formato eletrônico, publicados em inglês ou português, entre os anos de 2018 a 2023. Os artigos escolhidos tiveram os títulos e resumos lidos criteriosamente. As publicações com fragilidade metodológica e assuntos que não se correlacionavam ao presente estudo foram excluídos.

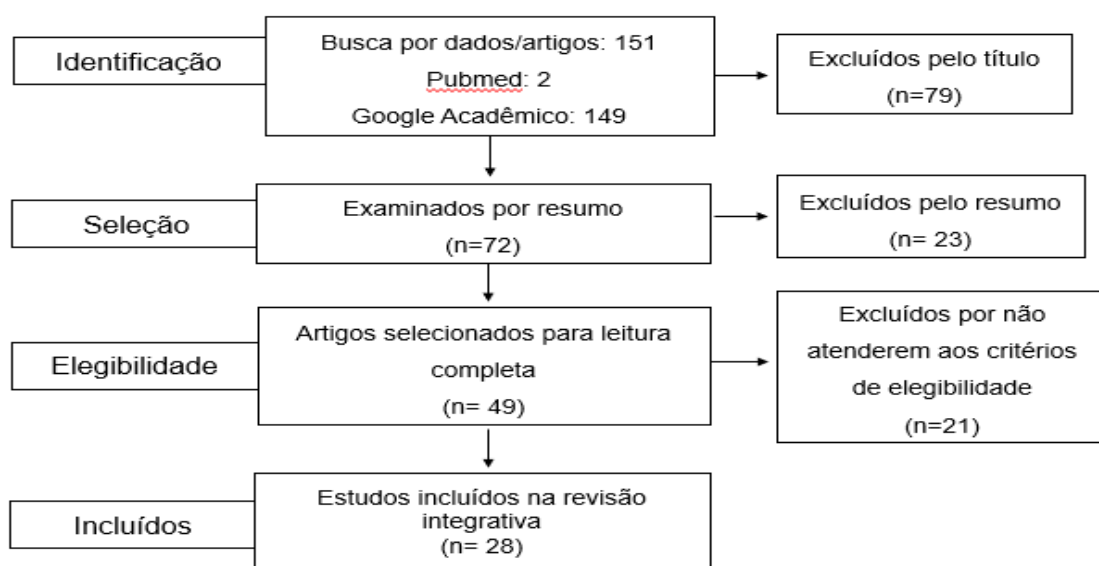
Seleção dos artigos

Nas bases de dados do PubMed e Google Acadêmico foram identificados 151 artigos ao total. Submetidos à leitura devido a relevância: 49. Foram excluídos 21 artigos em que não foi possível identificar relação com a temática por meio da leitura de título, resumo, texto completo e que não respondem as perguntas do presente estudo. Foram selecionados 28 artigos devido aos critérios de inclusão para a revisão de literatura. Sendo eles: 2 artigos do PubMed e 26 artigos do Google Acadêmico.

Extração dos dados

Depois da realização de todas as etapas pré-estabelecidas realizou-se a extração dos dados por meio da visualização das informações em um fluxograma, contendo as seguintes colunas de sintetização: título, autores, ano de publicação, metodologia e resultados principais.

Figura 1. Fluxograma com os resultados da seleção dos artigos.



Fonte: Dados da pesquisa.

Resultados

Após a extração dos dados, foi elaborado um quadro para a visualização dos dados devido a relevância para a pesquisa, contendo as seguintes colunas de sintetização: título, autores, ano, metodologia e resultados principais conforme apresentado no quadro 1. Foram selecionados 28 artigos devido a relevância sobre quais disfunções estéticas ocorrem com maior prevalência durante a gravidez e quais os tratamentos que poderiam ser utilizados no atendimento fisioterapêutico.

Quadro 1. Visualização dos dados selecionados devido a relevância.

| Título | Autores | Ano | Metodologia | Resultados Principais |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Uso do ácido azelaico no tratamento da acne vulgar | PENA; SANTOS; CAETITÉ. | 2022 | Trata-se de uma revisão integrativa de literatura. | Pode-se concluir que o ácido azelaico tem um efeito positivo no tratamento da acne vulgar, quando aplicado da forma correta, quantidade ideal e de forma pontual. |
| Treatment of Acne Vulgaris During Pregnancy and Lactation | KONG; TEY. | 2013 | In this narrative review, current data on their safety is summarized. We recommend the use of topical medications as first-line treatment for acne vulgaris in pregnant and lactating women. | The former consists of oral macrolides (erythromycin and azithromycin), cephalexin or zinc compounds. Blue-violet or red light phototherapy may be used as monotherapy or in addition to topical and/or oral therapies. |
| Profile of dermatological consultations in Brazil | MIOT; PENNA; RAMOS; PENNA; SCHMIDT; LUZ; SOUSA; PALMA; JÚNIOR. | 2018 | The Brazilian Society of Dermatology invited all of its members to complete an online form on patients who sought consultations from March 21–26, 2018. | Data from 9629 visits were recorded. The most frequent causes for consultation were acne (8.0%), photoaging (7.7%), nonmelanoma skin cancer (5.4%), and actinic keratosis (4.7%). |
| Mudanças na vida e no corpo da mulher durante a gravidez | GANDOLFI; GOMES; RETICENA; SANTOS; DAMINI. | 2019 | Realizou-se uma revisão, em estudos no período de 1987 a 2017. | Durante a gestação, o corpo da mulher afasta-se do ideal de corpo cultuado pela mídia, podendo trazer insatisfações com sua imagem corporal e sexualidade. |
| Imagem corporal de gestantes: associação com variáveis sociodemográficas, antropométricas e obstétricas | MEIRELES; NEVES; CARVALHO; FERREIRA. | 2015 | Foram realizadas análises estatísticas descritivas, comparativas e correlacionais. | As atitudes corporais das gestantes foram similares entre todos os trimestres gestacionais (F=0,39; p=0,9). Já aquelas negativas aumentaram gradativamente. |
| Imagem corporal e gravidez | PETTRIBÚ, MATEOS. | 2017 | Revisão bibliográfica. | As mudanças corporais e a intensidade da vivência de estar gerando dentro de si uma nova vida são inerentes ao processo de gestação. Por consequência, sentir certo estranhamento em relação à imagem corporal nessa fase é perfeitamente natural. |
| Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento de estrias | MARQUES. | 2020 | Trata-se de uma revisão de literatura. | Os recursos apresentados apresentam benefícios nas estrias, como melhoria na espessura, largura, aspecto e coloração. |
| Prevenção da acne: sugestões de cuidados básicos com a pele | BACK; GUIMARÃES; COUSSEEAU; DEZAN. | 2019 | Revisão de literatura sobre a acne. | Com base na revisão de literatura deste artigo conclui-se que são múltiplas as causas da patologia, desde as mais simples (higienização inadequada) às mais complexas (distúrbios hormonais). |

| | | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Posicionamento sobre Exercícios Físicos na Gestação e no Pós-Parto | CAMPOS; BUGLIA; COLOMBO; BUCHLER; BRITO; MIZZACI; FEITOSA; LEITE; HOSSRI; ALBUQUERQUE; FREITAS; GROSSMAN; MASTROCOLA. | 2021 | Revisão bibliográfica. | Os exercícios físicos apresentam benefícios comprovados na promoção de saúde materno-fetal, porém as mulheres, principalmente as que têm comorbidades, acabam reduzindo as atividades físicas ou permanecem sedentárias na gestação, com receio das complicações clínicas e obstétricas. |
| Os benefícios da limpeza de pele no tratamento coadjuvante da acne vulgar | SILVA; NASCENTE; SOUZA; CARDOSO; FERREIRA; SOBRINHO. | 2020 | Trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa. | Estudos demonstraram que a limpeza de pele é capaz de reduzir a sujidade e oleosidade cutânea, eliminar células mortas, equilibrar o pH da pele e diminuir a contaminação por microrganismos capazes de provocar infecção nos folículos pilosos. |
| O tratamento da acne associado à limpeza de pele | OLIVEIRA, TORQUETTI, NASCIMENTO. | 2020 | O estudo desenvolveu-se a partir de uma pesquisa bibliográfica. | Os benefícios da limpeza de pele no combate à acne, técnica essa que é fundamental para a remoção de comedões, acnes, impurezas, eliminação de células mortas, microrganismos e outros agentes externos que causam obstrução dos poros da derme. |
| O princípio da hereditariedade de estrias: influência genética e fatores associados | BRITO, COLAÇO. | 2020 | Trata-se de um estudo de caráter descritivo e de abordagem quantitativa. | A respeito dos heredogramas gerados é possível observar a prevalência de indivíduos acometidos por estrias em maioria dos casos na primeira e segunda geração. |
| Melasma na gestação e suas medidas terapêuticas | MORAES; COELHO; FLORES; VIOL; COSTA; MARTINS; VOLPATO; COSTA; SALES; PAULA. | 2021 | Revisão bibliográfica. | O tratamento desacelera a proliferação dos melanócitos e promove a degradação dos melanossomos, no entanto, tem indicação limitada na gravidez visto que essas manchas podem desaparecer até um ano após o parto. |
| Fisiopatologia do melasma | MIOT; SILVA; MIOT; MARQUES. | 2009 | Revisão bibliográfica. | Grande parte de sua fisiopatogenia permanece desconhecida, havendo relação com fatores genéticos, hormonais, uso de medicamentos, cosméticos, endocrinopatias e fotoexposição. |
| Gestação e predisposição ao aparecimento de estrias cutâneas | SOUZA, PAULA, SOBRINHO. | 2016 | Realizou-se uma revisão bibliográfica nas bases de dados eletrônicas: PubMed (MEDLINE) e SciELO | Observou-se que inúmeros tratamentos para essa afecção têm sido propostos, alguns não apresentando resultados satisfatórios e que a combinação de terapias pode fornecer melhor eficácia. |

| | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Estrias de distensão na gravidez: fatores de risco em primíparas | MAIA; RODRIGUES; MARÇON; AOKI. | 2009 | Estudo observacional transversal, descritivo, não controlado sobre fatores de risco para desenvolvimento de estrias de distensão na gravidez de primíparas. | Das 164 mulheres em estudo, 59,8% desenvolveram estrias durante a gestação. Foi estatisticamente significativa a associação entre a faixa etária materna ($p < 0,01$), o peso materno adquirido durante a gestação ($p < 0,01$) e o peso de recém-nascido ($p = 0,01$) com o aparecimento de estrias na gestação. |
| Ensaio clínico randomizado para avaliação da eficácia do uso de meia de compressão na prevenção de varizes e refluxo venoso em membros inferiores de gestantes | JÚNIOR. | 2017 | Trata-se de um ensaio clínico controlado, randomizado, cego. | Os valores do refluxo na VSM proximal, no início e no final da pesquisa, foram respectivamente 0,13s e 0,04s ($p < 0,0001$) na perna direita e 0,17s e 0,03s ($p < 0,0001$) na perna esquerda do grupo 1. No grupo 2, essa mesma variável apresentou 0,02s e 0,34s ($p < 0,0001$) na perna direita e 0,03s e 0,29s ($p < 0,0001$) na perna esquerda. |
| Efetividade da drenagem linfática manual associada a bandagem funcional na melhora clínica do fibro edema gelóide em gestantes: ensaio clínico, controlado e randomizado | DELGADO; ARAÚJO; MATA; COSTA; SILVA; RATTES; GUERINO. | 2021 | Trata-se de um ensaio clínico randomizado. | Observou-se uma melhora clínica significativa no grupo drenagem e na associação com a bandagem quando comparado ao grupo controle pelos 10 especialistas. |
| Efeitos da drenagem linfática manual aplicada em gestantes | CARDOSO, SOUSA, SOUZA. | 2017 | O delineamento do estudo foi do tipo revisão sistemática de caráter descritivo, sobre os efeitos da drenagem linfática manual no período gestacional. | A análise dos estudos selecionados permitiu observar que gestantes acometidas de edema no terceiro trimestre da gravidez, submetidas à realização da Drenagem Linfática Manual (DLM), beneficiam-se do tratamento. |
| Desvelando as alterações fisiológicas da gravidez: Estudo Integrativo com foco na consulta de enfermagem | OLIVEIRA; ALMEIDA; SILVA; ARAÚJO; JUVINO. | 2020 | Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL). | Alterações dos sistemas cardiovascular, hematológico, respiratório, trato gastro-intestinal, sistema tegumentar, urinário, musculoesquelético, sistema nervoso, endócrino e genital. |
| Desconfortos da gravidez e bem estar da mulher grávida: revisão integrativa | GUALHANAS, FRIAS. | 2022 | A metodologia utilizada para a realização deste trabalho foi a revisão integrativa da Literatura. | Foram selecionados 6 artigos que revelam a ocorrência de diversas alterações no sistema cardiovascular, respiratório e gastrointestinal em resposta às necessidades próprias da gravidez. |
| Celulite: artigo de revisão | AFONSO; TUCUNDUVA; PINHEIRO; VALÉRIA; BAGATIN. | 2010 | Este artigo apresenta uma revisão. | Até o momento não há tecnologia disponível que possa corrigir as alterações estruturais do tecido adiposo feminino e da derme profunda. |

| | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Benefícios do exercício físico para gestantes nos aspectos fisiológicos e funcionais | NOGUEIRA, SANTOS. | 2012 | Este trabalho se dá por um levantamento de material bibliográfico composto por livros e artigos científicos. | Este estudo conclui que o exercício físico traz benefícios para a vida da gestante, desde a melhora postural da gestante até a facilitação para o parto. |
| Benefícios da argila em procedimentos estéticos | GUISONI, RIBEIRO. | 2018 | O artigo foi desenvolvido a partir de uma pesquisa do tipo exploratória bibliográfica, caracterizada como revisão. | De acordo com a pesquisa a argila pode ser utilizada como um complemento em procedimentos estéticos, pois potencializa benefícios, tanto para a estética facial, como corporal, sendo que cada tipo de argila age de uma determinada forma. |
| Análise das Principais Disfunções Estéticas Corporais Decorrentes da Gravidez | NOBRE; MORAES; NEPOMUCENO; BRITO; SOBRAL; SANTOS. | 2021 | Trata-se de um estudo de caráter transversal do tipo observacional, onde participaram da pesquisa 27 mulheres. | Foram avaliadas 27 primíparas com idade média de (31,9±4,3) anos, onde 85,2% apresentavam gordura localizada e celulite, 66,7% apresentavam estrias e flacidez tissular. |
| Análise das principais alterações estéticas provenientes da gravidez: uma revisão integrativa | GARCIA, NETO, VIDAL. | 2020 | Caracterizada como revisão integrativa da literatura por meio de uma abordagem exploratória, quantitativa e qualitativa. | Dentre as principais alterações constatadas durante a gestação, podemos mencionar: o aumento das mamas, aumento de peso, desenvolvimento de estrias, varizes e melasma. |
| Alterações dermatológicas na gravidez: revisão da literatura | FERNANDES, MEDONÇA, AMARAL. | 2014 | Foi realizada uma revisão da literatura de artigos publicados entre 1982 e 2013, indexados no PubMed e SciELO. | Em relação a pele, os achados indicam que as alterações gestacionais são divididas em: alterações fisiológicas gestacionais, dermatoses específicas e dermatoses alteradas na gestação. |
| A utilização de recursos estéticos durante a gravidez | SILVA, MEJIA. | 2012 | O trabalho foi realizado com base de revisão bibliográfica de caráter descritivo. | Com este trabalho pode-se observar que ao planejar o tratamento para a gestante é fundamental não somente conhecer as técnicas, mas também as alterações fisiológicas esperadas para o período gestacional, pois nem todos os recursos podem ser adotados e outros devem ser adaptados para a gestante. |
| A aplicação de acupuntura durante a gravidez: pontos contra-indicados e pontos indicados no tratamento da náusea gestacional | PINA. | 2018 | Estudo de revisão. Foi feita a revisão de vários artigos e estudos do Journal Of Chinese Medicine. | Não há relato de complicações durante ou após o parto associadas ao uso de acupuntura, no entanto é transversal a todos os autores estudados a recomendação de utilizar a acupuntura com cuidado. |

Fonte: Dados da pesquisa.

Discussão

As disfunções estéticas que mais destacam-se no corpo materno são: o aparecimento de estrias, fibroedema gelóide, retenção de líquido, varizes, acne e melasma. A pele é a principal afetada devido às instabilidades hormonais, acarretando no desenvolvimento de alterações que são características do período gestacional (Garcia, 2010). Sendo assim, o fisioterapeuta dermatofuncional deve buscar estratégias para reduzir/tratar essas disfunções estéticas.

A acne é um dos principais acometimentos durante o período gestacional, e o principal objetivo da prevenção da acne é controlar a proliferação bacteriana, corrigir a queratinização folicular, controlar a secreção sebácea e evitar o processo inflamatório. Com essa proposta, a argila verde se mostra benéfica pois é utilizada para tratamento de acne do tipo não inflamatória, que ameniza o aspecto de oleosidade, revigora a pele, agindo como agente de limpeza da pele (Fernandes; Ferrari, 2012). Outra medida que pode ser realizada é a higienização da pele acneica, que deve ser realizada uma vez ao dia, de maneira suave com sabões ou antissépticos adequados. Esponjas e toalhas devem ser evitadas, pois aumentam a irritação no local. A lavagem exagerada e o uso contínuo de esfoliantes devem ser evitados, pois podem causar a ruptura dos folículos e aumentar a inflamação (Silva *et al.* 2020).

Segundo Oliveira (2020), a limpeza de pele é eficaz para evitar o desenvolvimento da acne vulgar, que é responsável por atingir as unidades pilossebáceas de determinadas áreas do corpo, resultante da obstrução do orifício de saída da unidade pilossebácea. O uso da trietanolamina e alta frequência são contraindicados. O estudo também traz que o creme de ácido azelaico, quando utilizado a 20%, pode reduzir as lesões não inflamatórias e inflamatórias. (Fluhr, Degitz, 2010; Leccia *et al.* 2015; Fox *et al.* 2016; Liu *et al.* 2020).

Além da acne, também podemos citar o melasma. Algumas das medidas terapêuticas utilizadas durante o tratamento incluem agentes despigmentantes tópicos como o ácido azelaico. Sendo considerado categoria B pela Food and Drug Administration (FDA), demonstrando ser relativamente seguro em relação a gestante e o feto quando aplicado topicamente. Sendo assim, representa uma boa estratégia terapêutica devido à possibilidade de atuar no mecanismo de ação de receptores ativados por proliferadores de peroxissoma tipo gama (PPAR γ), que estão envolvidos na modulação da resposta melanocítica na

regulação da pigmentação (Pires, Pancote, 2017; Coutinho *et al.* 2012; Passeron, Picardo, 2018; Maresca *et al.* 2015).

O uso de filtros solares de amplo espectro para radiação ultravioleta A e B associado com a não exposição solar excessiva podem prevenir o surgimento do melasma. Sendo assim, o filtro solar deve ser aplicado meia hora antes da exposição solar e o reforço da proteção deve ser feito sempre que necessário. Além disso, deve ser evitada a exposição solar entre os horários de 10 e 16 horas para que haja um menor risco de surgimento de hiperpigmentação (Purim, Avelar, 2012; Pires, Pancote, 2017; Gaedtke, 2011).

Também podem ser utilizados os fotoprotetores físicos, os bloqueadores solares. Estes não são absorvidos pela pele, formando um filtro que reflete e dispersa a radiação ultravioleta (UV), resultando no impedindo a absorção. Apresentam grau de segurança e proteção adequados, sendo indicado para pessoas com baixo fototipo, portadores de doenças genéticas com maior risco de desenvolver algum câncer de pele, e gestantes (Pires, Pancote, 2017). Além dos protetores físicos, também existem os protetores de barreira. As roupas, chapéus, bonés, óculos de sol e guarda-sol contribuem para refletir os raios solares. (Purim, Avelar, 2012; Pires, Pancote, 2017; Gaedtke, 2011; Sehgal *et al.* 2011).

Outra disfunção estética que também é observada durante o período gestacional é o edema. Deve ser realizado a drenagem linfática manual pois tem como objetivo mobilizar a linfa removendo o acúmulo de líquido de um determinado segmento corporal. (Silva *et al.* 2015; Schwuchow, 2008). É aplicada em gestantes principalmente nos membros inferiores, sendo movimentos superficiais, de forma contínua e lenta para que a linfa seja conduzida de forma rítmica e progressiva (Souza *et al.* 2015; Guirro, 2002). Segundo Zharkin (1990), deve ser evitada a estimulação dos pontos: IG4, E36, BP2, BP3, BP6, pois podem estimular o parto e podem causar aborto. Também não é aconselhável estimular pontos abaixo da linha do umbigo ou abaixo da linha da segunda vértebra lombar.

Segundo Modesto *et al.* (2019), a utilização de óleos e hidratantes corporais contribuem para a prevenção de estrias, protegendo a pele contra a perda excessiva de água. Sendo assim, devolve para a pele ativos que foram perdidos, como o colágeno, elastina, vitaminas, ureia, entre outros. Durante a gravidez a utilização de hidratantes é indispensável, visto que, parte da elasticidade da pele ocorre devido a quantidade de água no estrato córneo, essas substâncias podem atuar na prevenção da formação de estrias de distensão (Kede; Sabatovich, 2009; Maia *et al.* 2010; Addor *et al.* 2012). Outra estratégia

para prevenir a formação de estrias é controlando o aumento de peso durante a gestação, ou seja, não aumentando mais do que o necessário. Visto que, o ganho de peso em excesso pode provocar uma maior distensão dos tecidos (Addor *et al.* 2010).

No fibroedema gelóide, algumas das formas de prevenção é a realização da prática de exercícios físicos. Proporcionando assim, a redução do percentual de massa gorda, aumento da transferência de oxigênio e redução da difusão de dióxido de carbono por meio da placenta, favorecendo o desenvolvimento fetal. Deve ser levado em consideração que o exercício físico para a gestante necessita ser realizado de forma orientada e planejada conforme o período gestacional, por um fisioterapeuta especializado e com acompanhamento médico (Campos *et al.* 2021; Nogueira, Santos, 2018).

Segundo Delgado (2021), para o tratamento do fibroedema gelóide (FEG) destaca-se a drenagem linfática manual. A técnica é eficaz porque tem como finalidade mobilizar fluidos acumulados entre os espaços intersticiais, principalmente na derme, contribuindo assim para o equilíbrio de fluidos teciduais por meio de diferenciais de pressão que irão promover o deslocamento da linfa e do líquido intersticial em direção à corrente sanguínea.

Nas varizes, a realização de exercícios físicos pode prevenir ou reduzir. Com o exercício físico ocorre uma melhora na circulação sanguínea, pois o coração se torna mais eficiente e forte, sendo assim, tem a capacidade de bombear mais sangue e oxigênio para atender demandas não só do feto, mas também dos músculos. Contribuindo assim, para uma melhor irrigação das regiões periféricas do corpo (Nogueira, Santos, 2018).

Sendo assim, observa-se o quanto é de suma importância o planejamento fisioterapêutico durante o acompanhamento para poder traçar estratégias de prevenção ou redução de disfunções estéticas provenientes da gestação. É necessário que os profissionais de saúde não conheçam somente as técnicas, mas também as alterações fisiológicas esperadas durante o período gestacional, pois nem todos os recursos podem ser utilizados e alguns devem ser adaptados para segurança da gestante.

Considerações finais

Pode-se concluir com o estudo realizado que a prevenção é o principal objetivo para as disfunções estéticas adquiridas na gestação. Através da prevenção, podemos atuar de forma eficaz, evitando assim que a gestante vivencie experiências negativas decorrentes de alterações

fisiológicas na gravidez. Sugere-se que mais estudos sejam realizados com a finalidade de especificar os cuidados que cada uma das abordagens dermatofuncionais devem ter quando se é realizada em gestantes. A fisioterapia dermatofuncional não se limita apenas em promover a reabilitação física, mas em proporcionar melhora da qualidade de vida e autoestima dos pacientes. Sendo assim, exercendo um papel importante no acompanhamento fisioterapêutico para as gestantes, resultando em uma melhor qualidade de vida.

Referências

AFONSO, Junqueira; TUCUNDUCA, João; PINHEIRO, Thaís; VALÉRIA, Maria; BAGATIN, Ediléia. Celulite: artigo de revisão. **Surgical e Cosmetic Dermatology**, v.2, n.3, p.214-219, 2010.

BACK, Leila; GUIMARÃES, Rosa; COUSSEEAU, Stephany; DEZAN, Rosana. Prevenção da acne: sugestões de cuidados básicos com a pele. **17º Encontro Científico Cultural Interinstitucional**, 2019.

BRITO, João; COLAÇO, Eliete. O princípio da hereditariedade de estrias: influência genética e fatores associados. **Society and Development**, v. 9, n. 10, 2020.

CAMPOS, Milena; BUGLIA, Susimeire; COLOMBO, Cléa; BUCHLER, Rica; BRITO, Adriana; MIZZACI, Carolina; FEITOSA, Roberta; LEITE, Danielle; HOSSRI, Carlos; ALBUQUERQUE, Lorena; FREITAS, Odilon; GROSSMAN, Gabriel; MASTROCOLA, Luiz. Posicionamento sobre exercícios físicos na gestação e no pós-parto - 2021. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 117, n. 1, p. 160-180, 2021.

CARDOSO, Maria; SOUSA, Iara; SOUZA, Narjara. Efeitos da drenagem linfática manual aplicada em gestantes. **Revista Ciências da Saúde**, v.18, n.1, p. 54-61, 2017.

DELGADO, Alexandre; ARAÚJO, Diego; MATA, Maria; COSTA, Helen; SILVA, Gabriella; RATTES, Catarina; GUERINO, Marcelo. Efetividade da drenagem linfática manual associada a bandagem funcional na melhora clínica do fibro edema gelóide em gestantes: ensaio clínico, controlado e randomizado. **Revista Mundo da Saúde**, v. 45, p. 10-23, 2021.

FERNANDES, Lana; MENDONÇA, Carolina; AMARAL, Waldemar. Alterações dermatológicas na gravidez: revisão da literatura. **Revista Femina**, v. 42, n.2, 2014.

GALHANAS, Ana; FRIAS, Ana. Desconfortos da gravidez e bem estar da mulher grávida: revisão integrativa. **Editora Científica Digital**, v.1, 2022.

GANDOLFI, Fabiana; GOMES, Maria; RETICENA, Kesley; SANTOS, Mariana; DAMINI, Nivea. Mudanças na vida e no corpo da mulher durante a gravidez. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research**, v. 27, n.1, p. 126-131, 2019.

GARCIA, Andriely; NETO, Fernando; VIDAL, Giovanna. Análise das principais alterações estéticas provenientes da gravidez: uma revisão integrativa. **Society and Development**, v.9, n.9, 2020.

GUISONI, Taise; RIBEIRO, Ivete. Benefícios da argila em procedimentos estéticos. Bacharelado em Estética. **Universidade do Sul de Santa Catarina**. Santa Catarina. 2018.

JÚNIOR, Orlando. Ensaio clínico randomizado para avaliação da eficácia do uso de meia de compressão na prevenção de varizes e refluxo venoso em membros inferiores de gestantes. Doutorado em bases gerais da Cirurgia. **Faculdade de Medicina de Botucatu**. Botucatu. 2017.

KONG, Y., TEY, H. Treatment of Acne Vulgaris During Pregnancy and Lactation. **National Skin Centre**, v. 73, n. 8, p. 779-87, 2013.

MAIA, Marcus; RODRIGUES, Sarita; MARÇON, Carolina; AOKI, Tsutomu. Estrias de distensão na gravidez: fatores de risco em primíparas. **Anais Brasileiros de Dermatologia**, v. 84, n. 6, p. 599-605, 2009.

MARQUES, Thalita. Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento de estrias. Bacharelado em fisioterapia. **Faculdade de educação e Meio Ambiente**. Ariquemes. 2020.

MEIRELES, Juliana; NEVES, Clara; CARVALHO, Pedro; FERREIRA, Maria. Imagem corporal de gestantes: associação com variáveis sociodemográficas, antropométricas e obstétricas. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 37, n. 3, p. 19-24, 2015.

MIOT, Hélio; PENNA, Gerson; RAMOS, Andréa; PENNA, Maria; SCHMIDT, Sílvia; LUZ, Flávio; SOUSA, Maria; PALMA, Sérgio; JÚNIOR, José. Profile of dermatological consultations in Brazil. **Brazilian Society of Dermatology (SBD)**, v. 93, n. 6, p. 916-28, 2018.

MIOT, Luciane; SILVA, Márcia; MIOT, Hélio; MARQUES, Mariângela. Fisiopatologia do melasma. **Anais Brasileiros de Dermatologia**, v. 84, n. 6. p. 623-35, 2009.

MORAES, Amanda; COELHO, Amanda; FLORES, Daniela; VIOL, Giovanna; COSTA, Giovanna; MARTINS, Luiza; VOLPATO, Maria; COSTA, Maria; SALES, Vinicíus; PAULA, Carmen. Melasma na gestação e suas medidas terapêuticas. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 3, 2021.

NOBRE, Kleyton; MORAES, Lana; NEPOMUCENO, Paulo; BRITO, Aymee; SOBRAL, Luciane; SANTOS, Márcio. Análise das principais disfunções estéticas corporais decorrentes da gravidez. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 25, n. 2, p. 373-382, 2021.

NOGUEIRA, Luise; SANTOS, Fernando. Benefícios do exercício físico para gestantes nos aspectos fisiológicos e funcionais. **Revista Terra e Cultura**, n.54, 2018.

OLIVEIRA, Aline; TORQUETTI, Camila; NASCIMENTO, Laís. O tratamento da acne associado à limpeza de pele. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, v. 2, n. 3, p. 60-6, 2020.

OLIVEIRA, Tcharlyzs; ALMEIDA, Jank; SILVA, Tayse; ARAÚJO, Heloísa; JUVINO, Ellen. Desvelando as alterações fisiológicas da gravidez: Estudo Integrativo com foco na consulta de enfermagem. **Society and Development**, v. 9, n. 12, 2020.

PENNA, Lorena; SANTOS, Jeane; CAETITÉ, Ana. Uso do Ácido Azelaico no tratamento da acne vulgar. **Society and Development**, v. 11, n. 7, 2022.

PETRIBÚ, Bárbara; MATEOS, Martin. Imagem Corporal e gravidez. **Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica**, v. 35-1, p. 33-39, 2017.

PINA, Daniela. A aplicação de acupuntura durante a gravidez: pontos contra-indicados e pontos indicados no tratamento da náusea gestacional. **Escola de Medicina Tradicional Chinesa**. 2018.

SILVA, Maria; NASCENTE, Flávia; SOUZA, Cláudia; CARDOSO, Alessandra; FERREIRA, Luciana; SOBRINHO, Hermínio. Os benefícios da limpeza de pele no tratamento coadjuvante da acne vulgar. **Revista Brasileira Militar de Ciências**, v. 6, n.16, 2020.

SILVA, Nelyanna; MEJIA, Dayana. A utilização de recursos estéticos durante a gravidez. **Revista Portal Biocursos**, 2012.

SOUZA, Aline; PAULA, Mariene; SOBRINHO, Hermínio. Gestação e predisposição ao aparecimento de estrias cutâneas. **Revista Ciências da Saúde**, v. 14, n. 1, p. 41- 52, 2016.

SOUZA, Marcela; SILVA, Michelly; CARVALHO, Rachel. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein**, v. 8, n. 1, p. 102-6, 2010.

Como citar este artigo (Formato ABNT):

SOUZA, Jamille Volbh Pereira; MOURA, Juliana Braga Facchinetti. Atuação Fisioterapêutica Dermatofuncional nas Disfunções Estéticas adquiridas na Gestação. **Id on Line Rev. Psic.**, Outubro/2023, vol.17, n.68, p. 398-411, ISSN: 1981-1179.

Recebido: 27/09/2023; Aceito 13/10/2023; Publicado em: 31/10/2023.