

AValiação DA MELHORA NA QUALIDADE DE VIDA DE GESTANTES COM A UTILIZAÇÃO DE PEDRAS QUENTES

Ana Carolina de Carvalho¹; Ana Eryka Almeida¹; Jaiane Jesus de Braga¹; Dyély de Carvalho Oliveira Campo²; Maria do Socorro Moura de Araujo Guimarães²

1. Discente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá.
2. Fisioterapeuta. Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá.

RESUMO

A Gestação é o momento da vida de uma mulher em que ocorrem inúmeras mudanças fisiológicas e psicológicas, como também o aparecimento de sintomatologias dolorosas, como edemas, contraturas musculares e aumento do peso corporal ocasionando dor na coluna vertebral. O edema costuma ser uma das principais queixas dolorosas entre as gestantes, pois devido a alterações hormonais e principalmente a dificuldade de retorno venoso, as mesmas tendem a reter mais líquido corporal, principalmente nos membros inferiores. Diante disso, podemos utilizar de vários métodos da fisioterapia para a amenização desses sintomas, proporcionando a melhoria na qualidade de vida dessas gestantes. Dentre as técnicas, a massagem com pedras quentes se mostra eficaz, pois tem o poder de absorver energia e realizar a troca da mesma para o corpo, utilizando da termoterapia associada a massoterapia intensificando a resposta fisiológica do corpo, relaxando e liberando músculos. O presente projeto tem por objetivo avaliar a melhora na qualidade de vida de gestantes com a utilização de pedras quentes. Primeiramente realizaremos educação em saúde com foco na gravidez, em seguida verificaremos a eficácia da técnica através da perimetria e em seguida avaliaremos a qualidade de vida antes de realizar a técnica, como também após a técnica. Com isso poderemos verificar o quanto essa terapia irá ajudar a diminuir o edema decorrente da gravidez e também no relaxamento e diminuição de dores, tendo uma melhora significativa na qualidade de vida da gestante. A escala *ferrans and powers quality of life* irá nos auxiliar a medir a qualidade de vida dessas gestantes antes e após a terapia com as pedras quentes, além de nos dar o resultado da pesquisa, juntamente com a verificação das medidas da gestante, onde poderemos notar ou não, a diminuição do edema. Espera-se alcançar com esse projeto a melhora da qualidade de vida das gestantes através da utilização de pedras quentes e terapia manual que resultará na diminuição do edema corporal, de dores articulares, e tensão muscular.

Palavras-chave: Gestação. Massoterapia. Pedras quentes.