

6CCSDFTMT04.P**AVALIAR E FORTALECER O ASSOALHO PÉLVICO: UM ENFOQUE
CINESIOTERAPÊUTICO**

Amanda Cristina Lima do Nascimento⁽²⁾, Karla Veruska Marques Cavalcante⁽³⁾
Centro de Ciências da Saúde/Departamento de Fisioterapia/MONITORIA

O assoalho pélvico é composto por fâscias e músculos que realizam função de suporte e mecanismo de continência. Os músculos do assoalho pélvico são compostos por fibras musculares estriadas esqueléticas do tipo I (contração lenta ou tônica – 70%) e tipo II (contração rápida ou fásica – 30%) e a frequência de afecções nestas fibras musculares tem mostrado um elevado impacto bio-psico-social na vida dos pacientes. Portanto, este trabalho teve como objetivo introduzir na disciplina de Cinesioterapia I uma aula teórico-prática de avaliação e fortalecimento da musculatura do AP com o propósito de abranger e dinamizar o aprendizado cinesioterapêutico. A execução do projeto foi iniciada por uma criteriosa revisão da literatura para embasamento do novo tema, na seqüência foi elaborado material para aula teórico-prática a ser ministrada pela monitora sob orientação da professora vigente, cujo enfoque se fundamentou na tradicional forma de avaliar a função do assoalho pélvico descrita por Contreras Ortiz e colaboradores (1994), empregando a palpação digital e graduando de zero (sem função perineal objetiva) até cinco (função perineal adequada), e dentre os recursos de tratamento fisioterapêuticos o que apresentou maior relevância foi a cinesioterapia fundamentado nos exercícios de Kegel (1948) que se baseiam na contração voluntária dos músculos do assoalho pélvico, promovendo o aumento da força muscular das fibras fásicas e tônicas, bem como trabalho de auto-conhecimento e conscientização muscular. Portanto, a introdução desta aula teórico-prática na disciplina de Cinesioterapia I teve uma importância significativa tanto por proporcionar ao monitor um novo enfoque de conhecimentos, permitindo uma maior integração no mecanismo ensino-aprendizado; quanto no que concerne ao enriquecimento do aprendizado por parte dos alunos.

Palavras chave: Cinesioterapia, Assoalho pélvico, Exercícios de Kegel.

⁽²⁾Monitor(a) Voluntário(a); ⁽³⁾Prof(a) Orientador(a)/Coordenador(a).