



## AÇÃO DA FISIOTERAPIA DERMATOFUNCIONAL PARA MULHERES TRABALHADORAS DA REDE PÚBLICA

**Laynna de Carvalho Schweich-Adami**  
Universidade Federal do Mato Grosso do Sul  
laynnaschweich@gmail.com

**Brenda Lee Silva Rocha**  
Universidade Federal do Mato Grosso do Sul  
leerocha467@gmail.com

**Vanessa de Souza Ferraz**  
Universidade Federal do Mato Grosso do Sul  
ferrazpilates@gmail.com

**Dayane Aparecida Moises Caetano Bottini**  
Universidade Federal do Mato Grosso do Sul  
daay-caetano@hotmail.com

**Glenda Roberta Silva do Nascimento**  
Universidade Federal do Mato Grosso do Sul  
glendaroberta@hotmail.com

**Ana Beatriz Gomes de Souza Pegorare**  
Universidade Federal do Mato Grosso do Sul  
ana.pegorare@ufms.br

### Resumo

**Objetivos:** Atender a comunidade local de mulheres que trabalham em um Centro de Educação Infantil da Prefeitura Municipal e na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, a fim de promover a saúde e o cuidado por meio da atuação fisioterapêutica. **Resultados:** Foram realizados 205 atendimentos com a participação de 60 mulheres. Os distúrbios corporais mais frequentes foram as queixas algícas provindas de lombalgias e encurtamentos musculares, sendo estes tratados com método Pilates e terapia manual. E os distúrbios estéticos mais frequentes foram a acne adulta, hiperchromias inflamatórias pós-acne e melasma facial, que foram tratados com peelings químico e/ou ultrassônico. **Conclusões:** Todas as mulheres atendidas relataram melhora de sua qualidade de vida perante o alívio dos quadros algícos e recuperação da autoestima por conta da melhor qualidade atual da pele das mesmas.

**Palavras-chave:** Fisioterapia; Prevenção; Saúde da Mulher; Dermatofuncional.

## ACTION OF DERMATOFUNCTIONAL PHYSIOTHERAPY FOR WOMEN WORKING IN THE PUBLIC NETWORK

### Abstract

**Objectives:** To serve the local community of women who work in a Child Education Center of the City Hall and at the Federal University of Mato Grosso do Sul, in order to promote health and care through physical therapy. **Results:** 205 consultations were carried out with the participation of 60 women. The most frequent body disorders were pain complaints from low back pain and muscle shortening, which were treated with the Pilates method and manual therapy. And the most frequent aesthetic disorders were adult acne, post-acne inflammatory hyperchromias and facial melasma, which were treated with chemical and/or ultrasonic peels. **Conclusions:** All the women attended reported an improvement in their quality of life in view of the relief of pain and recovery of self-esteem due to the current better quality of their skin.

**Keyword:** Physiotherapy; Prevention; Women's Health; Dermatofuncional.

## ACCIÓN DE FISIOTERAPIA DERMATOFUNCIONAL PARA MUJERES QUE TRABAJAN EN LA RED PÚBLICA

### Resumen

**Objetivos:** Ayudar a la comunidad local de mujeres que laboran en un Centro de Educación Infantil del Ayuntamiento y en la Universidad Federal de Mato Grosso do Sul, con el fin de promover la salud y el cuidado a través de la fisioterapia. **Resultados:** se realizaron 205 consultas con la participación de 60 mujeres. Los trastornos corporales más frecuentes fueron las quejas por dolor lumbar y acortamiento muscular, que se trataron con el método Pilates y la terapia manual. Y los trastornos estéticos más frecuentes fueron el acné del adulto, las hiperchromias inflamatorias post-acné y el melasma facial, que fueron tratados con peelings químicos y / o ultrasónicos. **Conclusiones:** Todas las mujeres atendidas reportaron una mejoría en su calidad de vida por el alivio del dolor y la recuperación de la autoestima por la mejor calidad de su piel actual.

**Palabra clave:** Fisioterapia; Prevención; Salud de la Mujer; Dermatofuncional.



## INTRODUÇÃO

A mulher é considerada frágil pela composição de sua estrutura corporal, pelas submissões impostas a ela desde os primórdios da sociedade e pelas suas instabilidades emocionais devido a suas alterações hormonais mensais. Porém, todas essas características não a tornam inferior quanto à qualidade de serviço quando comparadas aos homens. Desta forma, com o passar do tempo e após vários movimentos feministas em prol da inserção deste gênero no mercado de trabalho, mais e mais mulheres ingressaram no mercado de trabalho e isso tornou possível o compartilhamento de responsabilidade em prover o sustento de sua família (PEREIRA; ASSIS, 2017). Porém, a soma desta multifunção faz com que muitas vezes haja uma sobrecarga física, mental ou emocional a esta mulher. (GITAHY; MATOS, 2007).

Conforme houve maior entrada no mercado de trabalho, as mulheres também ficaram expostas a doenças osteomioarticulares provindas do esforço repetitivo de suas funções. Os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) assumiram um caráter epidêmico, pela expansão dos casos, gerando incapacidade para a vida de quem a possui, não se resumindo apenas na interferência da qualidade da vida da pessoa no ambiente de trabalho (MORAES; BASTOS, 2013), mas também em sua vida de forma integral, isso, por conseguinte, acarreta fortes impactos no sistema de previdência pública e na distribuição do ônus para o conjunto da sociedade, já que muitas destas pessoas são afastadas de seus serviços pela impossibilidade de realização das tarefas (BRASIL; SAÚDE; SAÚDE; TRABALHADOR, 2012).

Além desta exposição à DORT, todo mês a mulher é fisiologicamente programada para sofrer alterações hormonais durante o período menstrual, que a tornam susceptível a quadros algícos também. Dentre os sintomas mais frequentes, citamos a acne, o inchaço, a lombalgia, aumento e dor nas mamas, letargia e dor de cabeça. Estes sintomas interagem com o nível de autoestima da mulher e interferem em sua qualidade de vida como um todo, pois nestes dias a mesma se sente vulnerável. Da mesma forma essa vulnerabilidade pode aparecer durante a gravidez e o período da menopausa (DA SILVA; KREBS, 2021; DE LIMA; MOREIRA; DA COSTA MAYNARD; DE AMORIM CRUZ, 2021; MANGAS, 2017).

Considerando-se que “o bem-estar físico relaciona-se com ausência ou a mínimos graus de doença, incapacidade ou desconforto” (DE VITTA, 2001), é essencial um serviço interdisciplinar que aborde tanto os aspectos psicológicos quanto físicos para oferecer um atendimento global a estas mulheres. A atuação da fisioterapia na saúde da mulher permite intervir desta forma na biologia feminina, que sofre mudanças e alterações desde a adolescência

até a fase adulta, passando inclusive sobre o período gestacional (DE CONTI; CALDERON; CONSONNI; PREVEDEL *et al.*, 2003). Outra área da fisioterapia que contempla os cuidados, principalmente do público feminino, é a dermatofuncional que foca sua atenção nos cuidados e reabilitação da pele. Dentre os maiores incômodos femininos que podem ser cuidados por essa especialidade podemos citar a acne, o melasma, os edemas gravitacionais, as estrias, o fibroedema gelóide e a flacidez tissular (MILANI; JOÃO; FARAH, 2006). Todas as disfunções inestéticas citadas geram prejuízo para a saúde no contexto ampliado e na autoestima da mulher, e, por muitas vezes, afeta a qualidade de vida e convívio social também (DOS SANTOS, 2010).

O amplo conhecimento da Fisioterapia sobre essa população em específico torna possível proporcionar o bem-estar destas mulheres amenizando suas queixas e melhorando não só a sua qualidade de vida no trabalho, mas também uma melhora da saúde com seus familiares e perante a sociedade. Diante desta realidade, a intenção deste trabalho foi promover a vivência dos universitários de fisioterapia frente a realidade destas mulheres. Sabe-se que a extensão universitária é constituída por uma junção da metodologia científica, educativa e cultural que tem a intenção de articular os três fundamentos: ensino-serviço-comunidade (FREITAS; DE PAULA; ZANON; MEIRELLES *et al.*, 2016).

Portanto, a fim de promover o bem estar da mulher, melhoria da sua autoestima e qualidade de vida, assim como ressaltar a importância de diferentes áreas da fisioterapia na promoção da saúde da mulher. O objetivo proposto do nosso projeto de extensão foi atender, por meio de recursos fisioterápicos, as mulheres trabalhadoras do Centro de Educação Infantil da Prefeitura Municipal (CEINF Ipiranga – SESAU) e na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campo Grande- MS.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

### **Casuística**

Trata-se de um estudo descritivo, no formato de relato de experiência, das vivências pregressas do Projeto de extensão intitulado “Atenção Fisioterapêutica na Saúde da Mulher e Dermatofuncional”, que foi realizado na Clínica Escola Integrada da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul (UFMS), na cidade de Campo Grande, MS. Para realização deste projeto, o mesmo foi aprovado na plataforma do MEC SIGProj N° 88338.240931.1133.159477.19032018.

Participaram 10 alunos(as) do 3° ao 8° semestre matriculados nas matérias de Métodos e Técnicas de Avaliação em Fisioterapia (3°Semestre), Saúde da Mulher (6° Semestre) e Fisioterapia Dermatofuncional (8°Semestre). Foram atendidas pelo projeto mulheres adultas que trabalham

## Ação da fisioterapia dermatofuncional para mulheres trabalhadoras da rede pública

no Centro de Educação Infantil da Prefeitura Municipal (CEINF Ipiranga – SESAU) e na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campo Grande- MS. Sendo os atendimentos realizados de uma a duas vezes por semana (de março de 2016 a dezembro de 2017).

### **Atividades realizadas**

As atividades teóricas compreenderam a discussão de textos previamente estabelecidos por decisão do grupo e a apresentação de seminários sobre temas específicos, de modo a possibilitar uma fundamentação para a prática, e possível reorientação da mesma. Os temas abordados foram: ciclo menstrual, climatério, histologia de derme e epiderme, fisiopatologia da acne, melasma e hiperpigmentações, lipodistrofia, linfedema e lipedema, modalidades de exercício físico: método Pilates e alongamentos globais, terapia manual, ginástica laboral, massagem terapêutica, *peeling* ultrassônico, *peeling* químico, radiofrequência e carboxiterapia. Todas as mulheres também participaram de rodas de conversas sobre temas relacionados.

As atividades práticas foram distribuídas da seguinte maneira: anamnese e avaliação físico-funcional com detecção da queixa principal trazida pela participante e agendamento para atendimento individual ou em grupos. O atendimento fisioterapêutico individual foi agendado para as participantes que tiveram indicação clínica e optaram pela realização das drenagens linfáticas manuais, pompagens, terapia manual (massagem reflexa do tecido conjuntivo, liberação de fáscia e massoterapia clássica), eletroterapia (TENS e Aussie) para alívio de dor (lombossacra, torácica ou cervical), *peeling* químico e ultrassônico para revitalização da face e pescoço, bem como clareamento de hiperpigmentações ou melasma. A satisfação das pacientes com os atendimentos foi avaliada por meio da escala de GAIS (CHITA; DE OLIVEIRA; SOLOAGA; RESSTEL *et al.*, 2019) e interpretação também das evoluções condidas nos prontuários. Os atendimentos em grupos foram agendados para as participantes que tiveram indicação clínica e/ou optaram pela realização das sessões de Mat pilates e Pilates nos equipamentos de Reformer, sessões de alongamentos globais e ginástica laboral.

## **RESULTADOS E ANÁLISES**

Foram atendidas 60 mulheres, sendo 25 mulheres trabalhadoras do CEINF IPIRANGA e 20 mulheres encaminhadas para fisioterapia dermatofuncional usuárias do SUS e 15 técnicas da UFMS. Dentre os distúrbios faciais mais frequentes foram as hiperpigmentações pós-acne (50%), a acne na mulher adulta (35%), o melasma (35%). Em relação às queixas corporais encontradas foram queixas algícas, como lombalgias (65%), cervicalgias (25%), edema gravitacional de

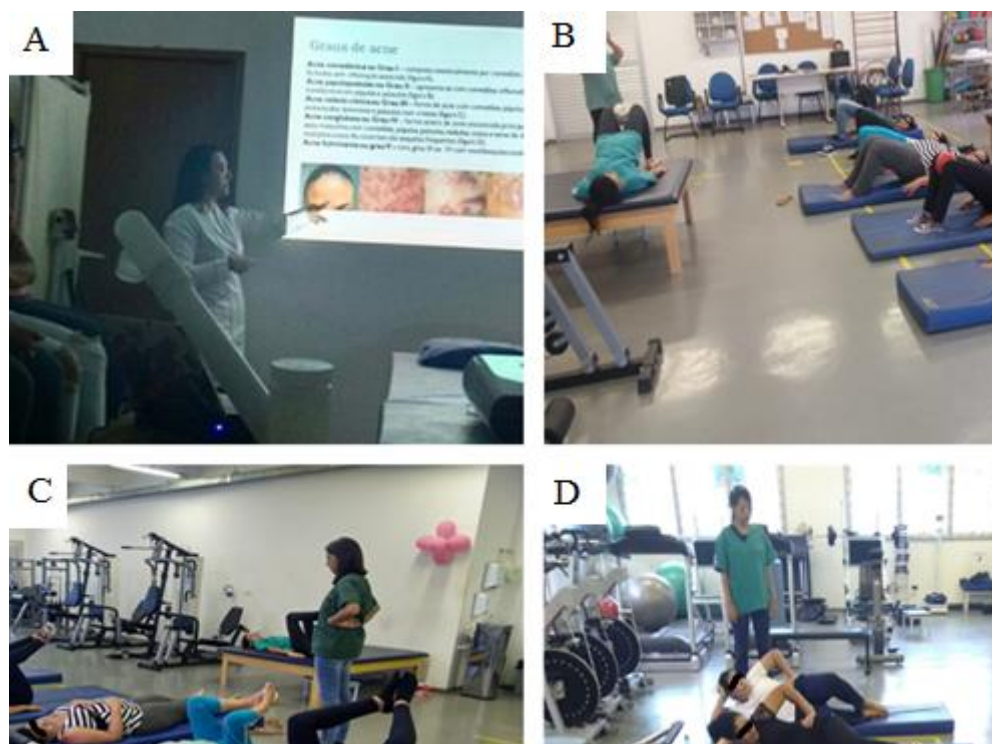
## Ação da fisioterapia dermatofuncional para mulheres trabalhadoras da rede pública

membros inferiores (50%), fibroedema ginóide (50%) e tendinopatias (25%) relacionadas ao trabalho. Considerando-se que a mesma participante poderia ter mais de uma queixa facial ou corporal.

Dentre as técnicas utilizadas destacam-se: o *peeling* químico e ultrassônico, sendo oferecidas 4 sessões quinzenais para cada participante como protocolo descrito (CHITA, 2019) com uso de ácido mandélico em consultório a 30% em gel, aplicação durante o tempo de 30 minutos (CHITA; DE OLIVEIRA; SOLOAGA; RESSTEL *et al.*, 2019).

A terapia manual foi oferecida em consultório individual durante 50 minutos, com uso de óleo vegetal para facilitar as manobras de deslizamento, amassamento e rolamento. Foram atendidas 45 mulheres sendo que 25 realizaram drenagem linfática manual, 10 massagem clássica e 10 massagem reflexa do tecido conjuntivo e liberação fáscia e de pontos gatilhos. Os grupos de Pilates e Alongamentos eram compostos por 5 a 8 mulheres simultaneamente, duas vezes por semana durante 50 minutos (Figura 1). Foram realizadas 160 sessões durante o projeto e a participante não poderia exceder duas faltas sem justificativa ou três consecutivas. Também foram realizados 37 encaminhamentos para médicos e outros profissionais da clínica escola integrada, sendo 25 encaminhamentos, agendamentos e atendimentos com nutricionista; 05 atendimentos para ginecologistas, 05 para endocrinologista e 2 para psiquiatra.

Todas as participantes do projeto também foram envolvidas em rodas de conversa para discussão de temas relativos ao autocuidado e à promoção da saúde da mulher (Figura 1). Os temas abordados foram: autoexame para prevenção e detecção precoce do câncer de mama; sexualidade feminina na menopausa; cuidados com a postura para prevenção das lombalgias; cuidados com a pele para prevenção do câncer de pele e fotoenvelhecimento. A aceitação e satisfação com as atividades realizadas no projeto e os resultados que foram proporcionados por ele foi unânime dentre as mulheres ali presentes. Muitas apresentaram falas de melhora em suas atividades de serviço e a maioria relatou melhora em seus relacionamentos em casa. Em relação à satisfação avaliada pela escala de GAIS, 25% (melhora excepcional) foram de resultados corretivos excelentes e 75% (muita melhora) melhora da condição inicial, mas não completamente ótimo.



**Figura 1** – A: Palestra sobre cuidados com a pele e B,C e D: Aulas coletivas de pilates

Durante a vivência os acadêmicos tiveram a oportunidade de vivenciar na prática toda teoria trabalhada no curso de fisioterapia, desenvolvendo novas ações em contato direto com a comunidade e com outros trabalhadores da saúde. É essencial capacitar as pessoas no seu viver cotidiano para lidar com sua saúde preventiva, a fim de melhorar a funcionalidade do indivíduo e prevenir as disfunções relacionadas à má postura ou ao esforço repetitivo. Com a mesma importância citamos os cuidados estéticos que foram ensinados a estas mulheres, conhecimentos básicos e simples podem auxiliar muito no bem-estar e autoestima delas, interferindo diretamente no seu dia a dia.

O projeto visou promover a experiência prática do estudante de fisioterapia, na vivência das áreas que englobam o trabalho com a saúde de mulheres especificamente, sendo todas as intervenções traçadas de forma individual e específica para cada uma delas. Desta forma, a ação integrou práticas de assistência preventiva e clínica à comunidade.

A vivência proporcionou aos acadêmicos um processo pedagógico de aprendizagem através da metodologia ativa, valendo-se de rodas de conversas, dinâmicas e trabalhando a perspectiva da interação entre ensino/serviço/comunidade. Essa articulação do conhecimento científico, advindo do ensino e da pesquisa, com as necessidades da comunidade transformam o fazer da fisioterapia. O projeto possibilitou também o ensino do trabalho multidisciplinar, visto que toda a triagem foi realizada pela equipe de enfermagem local da Clínica Escola Integrada da

## Ação da fisioterapia dermatofuncional para mulheres trabalhadoras da rede pública

UFMS, alguns diagnósticos realizados por médicos, e após anamnese dos alunos várias voluntárias foram tratadas em conjunto com o encaminhamento para a nutricionista.

Devido à repercussão do projeto, algumas voluntárias foram encaminhadas e atendidas nos Ambulatórios de Dermatologia, Ginecologia e Endocrinologia do Hospital Universitário Maria Aparecida Pedrossian (HUMAP/EBSERH), para a realização de consultas e procedimentos necessários e disponibilizados. Sendo este um impacto importante para a comunidade, visto que a execução deste projeto possibilitou ampliação do acesso aos serviços de saúde, que a maioria das mulheres trabalhadoras da Educação Infantil nunca tinham sido atendidas pela Clínica Escola e tampouco pelo HUMAP, apesar da proximidade destes serviços de saúde do seu ambiente laboral. O projeto tornou mais acessível os cuidados estéticos faciais e corporais para as mulheres trabalhadoras da comunidade. Bem como cuidados fisioterapêuticos, que visam melhora da funcionalidade corporal. Como *feedback* da direção do CEINF IPIRANGA obtivemos resultados satisfatórios em relação à adesão ao projeto e diminuição das faltas e do número de atestados médicos por agravos de saúde no período de realização do projeto.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Extensão Universitária tornou-se o instrumento por excelência de inter-relação da Universidade com a sociedade, de oxigenação da própria Universidade, de democratização do conhecimento acadêmico, assim como de (re)produção desse conhecimento por meio da troca de saberes com as comunidades. Uma via de mão dupla, e uma forma de “interação dialógica” que traz múltiplas possibilidades de transformação da sociedade e da própria Universidade Pública. Apesar do marcante aumento da participação das mulheres no mercado de trabalho, no Brasil, persiste um desconhecimento generalizado sobre os efeitos do trabalho sobre sua saúde em específico. O presente estudo focou sua atenção nesta população e trouxe resultados satisfatórios para elas, devido ao acompanhamento fisioterapêutico. Desta forma, além de possibilitar a vivência do acadêmico de graduação dentro de um serviço de saúde na área de Fisioterapia Dermatofuncional junto às mulheres da comunidade, o projeto proporcionou melhora da autoestima, do nível de autocuidados e de qualidade de vida das mulheres trabalhadoras da comunidade.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL; SAÚDE, M. d.; SAÚDE, S. d. V. e.; TRABALHADOR, D. d. V. e. S. A. e. S. d. Dor relacionada ao trabalho: lesões por esforços repetitivos (LER): distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho (Dort). : Editora do Ministério da Saúde Brasília 2012.
- CHITA, A. D. S.; DE OLIVEIRA, J. A. R.; SOLOAGA, A. O.; RESSTEL, A. P. S. F. *et al.* Comparison of the chemical peeling of retinoic acid and mandelic acid on oiliness and hyperchromia after acne in adult women: a randomized clinical trial. **International Journal of Medical Reviews and Case Reports**, 3, n. 9, p. 565-571, 2019.
- DA SILVA, M. R.; KREBS, V. A. Uma análise sobre a saúde da mulher no período puerperal. **Brazilian Journal of Health Review**, 4, n. 1, p. 611-620, 2021.
- DE CONTI, M. H. S.; CALDERON, I. d. M. P.; CONSONNI, E. B.; PREVEDEL, T. T. S. *et al.* Efeito de técnicas fisioterápicas sobre os desconfortos músculo-esqueléticos da gestação. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, p. 647-654, 2003.
- DE LIMA, M. P.; MOREIRA, M. A.; DA COSTA MAYNARD, D.; DE AMORIM CRUZ, M. F. Alterações fisiológicas e comportamentais da mulher no ciclo menstrual eo impacto da suplementação nutricional. **Research, Society and Development**, 10, n. 16, p. e428101623925-e428101623925, 2021.
- DE VITTA, A. Bem-estar físico e saúde percebida: um estudo comparativo entre homens e mulheres adultos e idosos, sedentários e ativos. 2001.
- DOS SANTOS, F. B. Modalidades Terapêuticas nas Disfunções Estéticas. **Dermato-Funcional. 2ª edição**, 2010.
- FREITAS, T. d. P. P.; DE PAULA, C. C.; ZANON, B. P.; MEIRELLES, F. S. C. *et al.* Contribuições da extensão universitária na formação de acadêmicos de enfermagem. **Revista de Enfermagem da UFSM**, 6, n. 3, p. 307-316, 2016.
- GITAHY, R. R. C.; MATOS, M. L., 2007, **A evolução dos direitos da mulher**. 74-90.
- MANGAS, M. D. TRATAMENTO DA PERTURBAÇÃO DISFÓRICA PRÉ-MENSTRUAL, UMA REVISÃO. **Revista de Psiquiatria Consiliar e de Ligação**, 25, n. 1 e 2, 2017.
- MILANI, G. B.; JOÃO, S. M. A.; FARAH, E. A. Fundamentos da Fisioterapia dermatofuncional: revisão de literatura. **Fisioterapia e pesquisa**, 13, n. 1, p. 37-43, 2006.
- MORAES, P. W. T.; BASTOS, A. V. B. As LER/DORT e os fatores psicossociais. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, 65, n. 1, p. 2-20, 2013.
- PEREIRA, I. T.; ASSIS, L. M., 2017, **Mulher e trabalho: divisão sexual do trabalho**.

Recebido em: 07/08/2020

Aceito em: 08/08/2022