



Faculdades de Enfermagem e
de Medicina Nova Esperança
De olho no futuro

FACULDADES DE ENFERMAGEM NOVA ESPERANÇA - FACENE
CURSO DE BACHARELADO EM FISIOTERAPIA

JOYCE ALLANA SILVA PRAXEDES

**A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA ASSISTÊNCIA À MULHER
PUÉRPERA DURANTE O PROCESSO DE AMAMENTAÇÃO: REVISÃO
INTEGRATIVA DA LITERATURA**

JOÃO PESSOA-PB

2025

JOYCE ALLANA SILVA PRAXEDES

**A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA ASSISTÊNCIA À MULHER
PUÉRPERA DURANTE O PROCESSO DE AMAMENTAÇÃO: REVISÃO
INTEGRATIVA DA LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Fisioterapia, das Faculdades de Enfermagem e de Medicina Nova Esperança – FACENE, como requisito necessário para obtenção do título de bacharel em Fisioterapia.

Orientadora: Prof^ª. Dra. Vanessa da Nóbrega Dias.

JOÃO PESSOA-PB

2025

FICHA CATALOGRÁFICA

P93i

Praxedes, Joyce Allana Silva

A importância da fisioterapia na assistência à mulher puérpera no processo de amamentação: revisão integrativa da literatura / Joyce Allana Silva Praxedes. – João Pessoa, 2025.

19f.

Orientadora: Prof.^a D.^a Vanessa da Nóbrega Dias

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) – Faculdade Nova Esperança - FACENE

3. Puerpério. 2. Aleitamento Materno. 3. Saúde da Mulher. I. Título.

CDU: 615.8:613.953


JOYCEALLANASILVAPRAXEDES

**A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA ASSISTÊNCIA À MULHER
PUÉRPERA NO PROCESSO DE AMAMENAÇÃO: REVISÃO INTEGRATIVA
DA LITERATURA**

Artigo científico como Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) defendido e aprovado para obter o título de bacharel em Fisioterapia pela Faculdade de Enfermagem Nova Esperança – FACENE.

João Pessoa - PB, 11 de novembro de 2025.

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 VANESSA DA NOBREGA DIAS
Data: 25/11/2025 13:39:20-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof.ª Dra. Vanessa da Nóbrega Dias (Orientadora)
Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE)

Laura de Sousa Gomes Veloso

Prof.ª Dra. Laura de Sousa Gomes Veloso
Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE)

Documento assinado digitalmente
 EMANUELLE MALZAC FREIRE DE SANTANA
Data: 27/11/2025 07:44:34-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof.ª Dra. Emmanuelle Malzac Freire de Santana
Faculdade de Enfermagem Nova Esperança (FACENE)?

À minha mãe, cuja ternura e força moldaram meus caminhos; ao meu filho, que ilumina meus dias e dá sentido a cada conquista; ao meu marido, que é meu porto seguro e meu incentivo constante; e ao meu irmão, que me inspira com sua presença. Dedico este trabalho com amor, carinho e profunda gratidão a cada um de vocês.

AGRADECIMENTOS

A Deus, por ser a força que me sustenta em todos os momentos. Por iluminar meus caminhos, renovar minha fé e me mostrar que nenhum sonho é grande demais quando se tem perseverança e propósito.

Ao meu marido, Flávio Matheus, meu porto seguro, pela paciência, compreensão e amor incondicional. Por estar ao meu lado em todos os momentos, apoiando-me nas noites de estudo, encorajando-me nas dificuldades e celebrando comigo cada conquista. Palavras nunca serão o suficiente para expressar o quanto você significa para mim. Obrigada por ser meu parceiro, meu refúgio e meu tudo.

Ao meu maior presente, meu filho Flávio Miguel, a luz que transformou minha vida e minha maior inspiração. Foi através da vivência do puerpério, cada troca na amamentação e de cada descoberta ao seu lado moldaram meu coração e minha jornada. Seu crescimento saudável, fruto do leite materno e pelo vínculo profundo que construímos, me fez compreender, na prática, a beleza e a força da fisioterapia no cuidado com a mulher e o bebê. Obrigada por me ensinar a ser mãe e a encontrar propósito em cada desafio.

À minha mãe, Clenilda, que sempre acreditou em mim, mesmo quando eu duvidava da minha própria capacidade. Seus ensinamentos moldaram quem sou. O amor, o apoio e os ensinamentos seus foram o alicerce que me mantiveram firme até aqui. Você foi minha base, minha fortaleza e meu exemplo de amor inabalável. Obrigada por nunca soltar minha mão e por acreditar no meu potencial quando eu mesma pensei em desistir.

Ao meu irmão Matheus, por estar sempre presente com palavras de incentivo e companheirismo, compartilhando comigo tantas etapas dessa jornada.

Agradeço à minha orientadora Prof^ª Dr^ª Vanessa da Nóbrega Dias pela paciência e orientação essencial, e às professoras da minha banca avaliadora, Prof^ª Dr^ª Laura Veloso e Prof^ª Dr^ª Emanuelle Malzac, pelas valiosas contribuições que enriqueceram este trabalho. Vocês foram fundamentais.

Por fim, agradeço a todos que, de alguma forma, contribuíram para que este sonho se tornasse realidade professores, colegas, pacientes e amigos. Cada palavra de apoio, cada gesto de carinho e cada aprendizado fizeram parte dessa conquista.

Este trabalho é mais do que uma etapa concluída. É a concretização de um sonho construído com amor, fé e gratidão.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 MÉTODO	11
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	13
4 CONCLUSÃO.....	18
REFERÊNCIAS	18

A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NA ASSISTÊNCIA À MULHER PUÉRPERA DURANTE O PROCESSO DE AMAMENTAÇÃO: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

THE IMPORTANCE OF PHYSIOTHERAPY IN ASSISTING POSTPARTUM WOMEN DURING THE BREASTFEEDING PROCESS: AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

Joyce Allana Silva Praxedes¹

Vanessa da Nobrega Dias²

RESUMO

Introdução: o puerpério é um período marcado por transformações fisiológicas, hormonais e emocionais que podem impactar diretamente o sucesso da amamentação e a vivência materna. Intercorrências como dor mamária, ingurgitamento, fissuras e dificuldades na pega do bebê são fatores frequentemente associados ao desmame precoce. **Objetivo:** analisar a importância da Fisioterapia na assistência à mulher puérpera durante o processo de amamentação. **Metodologia:** esse estudo é caracterizado como uma revisão integrativa da literatura, de abordagem descritiva e de caráter qualitativo. Para elaboração do título e da pergunta norteadora foi utilizada a estratégia PICO (Population, Intervention, Comparison, Outcome) e as diretrizes metodológicas de acordo com PRISMA. Os descritores utilizados foram: “*Postpartum Period*”, “*Breastfeeding*”, “*Physical Therapy*”, “*Laser Therapy*” e “*Ultrasound Therapy*”, combinados pelo operador booleano “AND”. Foram incluídos artigos que abordassem a amamentação no puerpério, publicados entre 2015 e 2025. Foram excluídas pesquisas com puérperas com disfunções ou patologias que interferissem na amamentação. Ao todo foram encontrados 90 artigos e, após aplicação dos critérios de elegibilidade, 10 artigos fizeram parte desta revisão. **Resultados e discussão:** os estudos analisaram intervenções fisioterapêuticas voltadas ao manejo de dor mamilar, ingurgitamento e fissuras, com o objetivo de favorecer o conforto materno e a manutenção da amamentação. Observou-se que as intervenções fisioterapêuticas mais utilizadas foram massagem mamária, drenagem linfática e acupressão, que demonstraram eficácia na redução da dor, do ingurgitamento e no aumento da produção láctea. Constatou-se haver poucos estudos sobre o uso de recursos da eletroterapia, apesar da sua ampla aplicação clínica. **Conclusão:** a Fisioterapia desempenha um papel essencial no manejo das intercorrências da lactação, contribuindo para a manutenção do aleitamento materno, o bem estar-materno e o fortalecimento do vínculo mãe-bebê. Ressalta-se, contudo, a necessidade de novas pesquisas com metodologias mais robustas para consolidar evidências científicas e padronizar protocolos de intervenção.

Palavras-chave: Puerpério. Aleitamento materno. Saúde da mulher.

¹ Graduanda de fisioterapia. E-mail: joyceallanas1997@gmail.com, Faculdade de Enfermagem Nova Esperança- FACENE, Departamento de Fisioterapia. CEP: 58043-050; João Pessoa, Paraíba. ORCID: 0009-0004-3694-4764

² Docente do curso. E-mail: vanessanobrega.d@hotmail.com, Faculdade de Enfermagem Nova Esperança- FACENE, Departamento de Fisioterapia. CEP: 58043-050; João Pessoa, Paraíba. ORCID: 0000-0003-4064-7207

ABSTRACT

Introduction: the postpartum period is marked by physiological, hormonal, and emotional transformations that can directly impact breastfeeding success and the maternal experience. Complications such as breast pain, engorgement, fissures, and difficulties with the baby's latch are factors frequently associated with early weaning. **Objective:** to analyze the importance of physiotherapy in assisting postpartum women during the breastfeeding process. **Methodology:** this study is characterized as an integrative literature review, with a descriptive approach and qualitative character. The PICO (Population, Intervention, Comparison, Outcome) strategy and the PRISMA methodological guidelines were used to develop the title and guiding question. The descriptors used were: "Postpartum Period", "Breastfeeding", "Physical Therapy", "Laser Therapy", and "Ultrasound Therapy", combined using the Boolean operator "AND". Articles addressing breastfeeding in the postpartum period, published between 2015 and 2025, were included. Studies involving postpartum women with dysfunctions or pathologies that interfered with breastfeeding were excluded. In total, 90 articles were found, and after applying the eligibility criteria, 10 articles were included in this review. **Results and discussion:** the studies analyzed physiotherapy interventions aimed at managing nipple pain, engorgement, and fissures, with the objective of promoting maternal comfort and maintaining breastfeeding. It was observed that the most frequently used physiotherapy interventions were breast massage, lymphatic drainage, and acupressure, which demonstrated effectiveness in reducing pain and engorgement and increasing milk production. Few studies were found on the use of electrotherapy resources, despite their wide clinical application. **Conclusion:** physiotherapy plays an essential role in managing lactation complications, contributing to the maintenance of breastfeeding, maternal well-being, and the strengthening of the mother-baby bond. However, the need for further research with more robust methodologies to consolidate scientific evidence and standardize intervention protocols is highlighted.

Keywords: Postpartum. Breastfeeding. Women's health.

1 INTRODUÇÃO

O puerpério é um momento marcado por intensas transformações fisiológicas, hormonais e emocionais na vida da mulher. Inicia-se com o nascimento do bebê e a dequitação placentária, estendendo-se até a completa recuperação do organismo feminino, que retorna gradualmente ao estado que se encontrava no período pré-gravídico¹.

Apesar de ser um processo natural, essa fase desencadeia mudanças significativas no corpo e na rotina da mulher, processos como involução uterina, alterações mamárias, privação de sono e sobrecarga física-emocional são fatores que podem contribuir para o surgimento de estresse, ansiedade e quadros de depressão pós-parto. Diante dessa realidade, é de grande relevância o amparo de uma equipe profissional e familiar para que a mulher

passar por esse processo da melhor forma possível e realize o aleitamento materno exclusivo com sucesso².

A Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda o aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida e complementado até dois anos ou mais, tendo em vista os inúmeros benefícios que traz para a saúde do bebê. Além disso, a amamentação se trata de um processo fisiológico fundamental para a saúde materna, pois diminui o risco de hemorragia pós-parto, auxilia na involução uterina, previne diabetes tipo 2 e câncer de mama³.

Apesar de seus benefícios comprovados e de ser amplamente recomendada, a amamentação ainda apresenta índices significativos de abandono precoce, muitas vezes relacionados a dificuldades que comprometem sua continuidade e qualidade, como dor mamária, fissuras mamilares, ingurgitamento mamário, pega incorreta do bebê e postura inadequada⁴.

Muitas puérperas não recebem suporte contínuo no período pós-parto, especialmente após o retorno ao ambiente domiciliar, onde surgem a maioria das dificuldades relacionadas à amamentação. Nesse contexto a fisioterapia surge como importante aliada, atuando diretamente na prevenção de intercorrências mamárias que interferem no aleitamento⁵.

Estudos recentes ressaltam que o acompanhamento fisioterapêutico contribui significativamente para redução de dor, aumento da produção do leite e prevenção de complicações, o que favorece a manutenção do aleitamento materno exclusivo, fortalecendo o vínculo entre mãe e filho e promovendo conforto materno^{6,7}.

Outro ponto importante abordado neste estudo é que, apesar dos benefícios observados na prática clínica, ainda há poucos estudos que abordem de forma sistematizada a atuação fisioterapêutica no puerpério no que se refere aos recursos eletro terapêuticos, sobretudo no manejo direto das complicações relacionadas à amamentação. Essa constatação reforça a necessidade de investigar as evidências disponíveis e compreender quais recursos fisioterapêuticos apresentam maior efetividade nesse contexto.

Diante do exposto, este estudo busca analisar a importância da Fisioterapia na assistência à mulher puérpera durante o processo de amamentação, para que se alcance maior clareza, identificando as melhores técnicas e recursos que possam trazer conforto e sucesso às mães nos desafios da amamentação.

2 MÉTODO

Esse estudo é uma revisão integrativa da literatura, de abordagem descritiva e de caráter qualitativo, que se dá por meio do levantamento de artigos científicos que tenham relação com o objetivo do estudo.

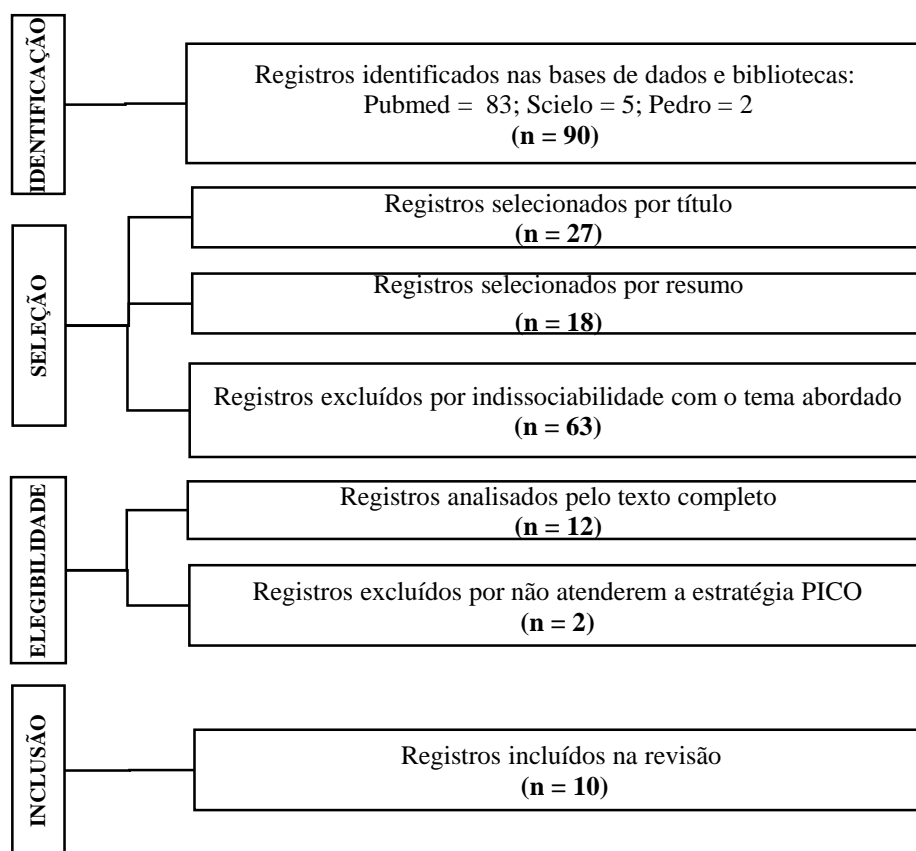
Para elaboração da pergunta norteadora foi utilizada a estratégia PICO (Population = População, Intervention = Intervenção, Comparison = Comparação, Outcome = Resultados). Definiu-se como população: mulheres puérperas. Intervenção: intervenção fisioterapêutica durante a amamentação. Comparação: ausência de intervenção fisioterapêutica. Resultados: melhora no conforto, na postura e na manutenção do aleitamento materno. A partir desses elementos, formulou-se a seguinte pergunta norteadora: “Qual a importância da fisioterapia na assistência à mulher puérpera durante a amamentação?”

Esta revisão foi realizada entre os meses de Setembro e Outubro de 2025 e para sua consolidação, foram utilizadas as diretrizes metodológicas de acordo com o PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) = (Itens de relatórios preferenciais para revisões sistemáticas e meta-análises): identificação do tema e questão da pesquisa; busca na base de dados; seleção da amostragem; categorização dos estudos selecionados; definição das informações extraídas; das publicações revisadas; avaliação dos estudos selecionados; interpretação dos resultados; e apresentação dos resultados da pesquisa.

Após os cruzamentos entre os descritores com seus respectivos operadores booleanos, foram identificados 90 artigos, dentre esses 83 foram encontrados na PUBMED, 5 na SCIELO, 2 na PEDRO e 0 no Periódicos Capes.

As buscas e pré-seleção dos estudos foram calibrados com verificação do índice de concordância, conforme figura 1.

FIGURA 1 – Diagrama PRISMA dos estudos incluídos na revisão integrativa.



Fonte: Autoras da pesquisa, 2025.

As bases de dados utilizadas foram: SCIELO, PUBMED, PEDRO e Periódicos Capes com os seguintes descritores em Ciência da Saúde (DeCS): “Pospartum Period” = “Período pós-parto” e “Breastfeeding” = “Amamentação” e “Physical Therapy” = “Fisioterapia” e “Laser Therapy” = “Laserterapia” e “Ultrasound Therapy” = “Ultrassom Terapêutico”, como também foi aplicado o operador booleano “AND” para realizar o cruzamento entre os descritores acima referidos.

Foram incluídos artigos que tivessem relação com a temática proposta e que abordassem a amamentação no puerpério, independentemente da idade materna, publicados entre os anos de 2015 e 2025, disponíveis na íntegra, nos idiomas inglês e português, do tipo ensaios clínicos e estudos observacionais. Foram excluídos aqueles estudos que investigaram mulheres puérperas com algum tipo de disfunção/patologia que dificultasse ou impedisse a amamentação.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos encontrados foram avaliados por título e resumos, e logo após a aplicação dos critérios de elegibilidade, 12 deles tiveram seu texto completo lido na íntegra. Posteriormente todos os artigos foram pré-selecionados e após preenchimento das tabelas de caracterização, 2 estudos foram excluídos da pesquisa por não atenderem aos critérios da estratégia PICO, restando 10 artigos que foram utilizados nos resultados e discussões desta revisão. Os quadros I e II representam a síntese e caracterização dos artigos selecionados.

QUADRO I - Caracterização dos estudos selecionados (n=10). Distribuição dos artigos segundo autor, objetivos, metodologia, principais resultados, conclusão 2025.

Autor(es)	Objetivos	Metodologia	Principais resultados	Conclusão
Moura; Borges; Carneiro; Silva; Araújo; Ferreira; Moraes; Matheo; Andrade; Pereira; Maggi.	Avaliar os efeitos do ultrassom terapêutico isolado e associado à drenagem linfática manual em mulheres com ingurgitamento mamário durante o período de lactação.	Ensaio clínico não randomizado. Amostra: 99 mulheres com ingurgitamento mamário. G1: UTS isolado (34); G2: UTS+DL (28); G3: Controle (37)	Todos os grupos apresentaram diminuição da dor. O grupo que recebeu ultrassom + drenagem linfática teve melhora significativamente maior na dor em comparação ao ultrassom isolado e ao controle.	O ultrassom mostrou-se seguro, sem risco de superaquecimento. Tanto o ultrassom isolado quanto associado à drenagem linfática reduziram a rigidez tecidual e o grau de ingurgitamento, sendo que quando associado à drenagem promoveu maior alívio da dor
Camargo; Coca; Amir; Corrêa; Aranha; Marcacine; Abuchaim; Abrão.	Avaliar o efeito de uma única aplicação de laser de baixa intensidade na dor mamilar e danos nos mamilos em mulheres que amamentam.	Ensaio clínico randomizado e duplo-cego. Amostra: 80 lactantes com lesão mamilar. Divididas em dois grupos: grupo laser e grupo placebo.	A dor mamilar diminuiu cerca de 1 ponto na EVA em ambos os grupos.	O protocolo de laser de aplicação única não foi eficaz na redução da dor em mulheres com danos nos mamilos.
Coca; Marcacine; Gamba; Corrêa; Aranha; Abrão.	Avaliar a eficácia da terapia a laser de baixa intensidade no alívio da dor mamilar em mulheres que amamentam.	Ensaio clínico triplo-cego, randomizado e controlado. Amostra: 59 mães com lesões nos mamilos. Foram divididas aleatoriamente em dois grupos: grupo intervenção (30); grupo controle (29).	O estudo mostrou que a terapia a laser de baixa intensidade foi eficaz na redução da dor mamilar em mulheres que amamentam.	O laser de baixa intensidade reduziu significativamente a dor durante a amamentação e pode ser um importante aliado na promoção do alívio da dor nos mamilos.

Nogueira; Curan; Cardelli; Ferrari; Tokushima; Andraus.	Avaliar o custo da terapia com laser de baixa intensidade no tratamento de trauma mamilar em mulheres que amamentam.	Estudo transversal, analítico, quantitativo com análise de microcusteio. Amostra: 54 mulheres totalizando 101 lesões mamilares. Foram divididas aleatoriamente em 3 grupos: GC: 31; GLL: 39; GILIB: 31.	Os resultados indicaram que a terapia com laser de baixa intensidade apresenta custos acessíveis, dando viabilidade econômica para sua implementação no tratamento de trauma mamilar durante a amamentação.	O ILIB apresentou um efeito maior na cicatrização de traumas mamilares quando comparado ao grupo controle. Mesmo sendo mais caro o custo-benefício na prática assistencial tem uma maior vantagem econômica.
Diepeveen; Fraser; Croft; Jacques; McArdle; Briffa; McKenna.	Investigar como fisioterapeutas australianos definem e diagnosticam condições inflamatórias da mama.	Estudo observacional retrospectivo. Amostra: Mães tratadas de mastite, foram coletados dados de 3 estados da Austrália: Austrália Ocidental (77); Victoria (76) Nova Gales do Sul (39).	A definição e diagnóstico de mastite variam entre fisioterapeutas australianos.	A falta de pesquisa prévia adequada impede a prática baseada em evidências e a formação de diretrizes clínicas padronizadas.
Çagan et al., 2025	Avaliar o efeito da massagem Oketani no sucesso da amamentação e no ingurgitamento mamário em mães que deram à luz via parto cesáreo.	Estudo randomizado controlado, experimental. Amostra: 116 mães divididas em dois grupos de comparação. Grupo de controle: 58; Grupo de massagem: 58.	A massagem Oketani reduziu o ingurgitamento mamário e apresentou efeito positivo no sucesso da amamentação.	É importante que a aplicação complementar de técnicas de massagem mamária seja incluída no plano de tratamento no contexto da amamentação. Recomenda-se que as parteiras utilizem a massagem Oketani de forma profilática após a cesariana.
Munsittikul; Tantaobharse; Siripattanapipong; Wutthigate; Ngercham; Yangthara.	Comparar a eficácia da técnica de massagem integrada nas mamas (IBM) com a massagem tradicional nas mamas (TBM) no tratamento de ductos mamários obstruídos em mulheres lactantes.	Ensaio controlado, randomizado, cego único e de centro único. As participantes elegíveis foram mulheres lactantes que estavam com obstrução nos ductos mamários.	A técnica de IBM resultou em uma resolução significativamente mais rápida da obstrução do ducto mamário em comparação com TBM.	A técnica de IBM deve ser considerada um tratamento seguro e eficaz para resolver a obstrução do ducto mamário.
Dag e Yayan, 2022	Avaliar o efeito da massagem	Estudo controlado,	Aumento na produção de leite;	A massagem circular e oscilatória nas mamas,

	nas mamas utilizando movimentos circulares e oscilantes sobre a produção de leite e a dor nas mamas em mulheres lactantes.	randomizado e experimental, utilizou modelo de pré-teste e pós-teste. Amostra: 120 mães. Grupo experimental: 60; Grupo controle: 60	redução significativa da dor e do inchaço; sem efeitos adversos.	aumenta a produção de leite materno e melhora dor e inchaço nas mamas. São necessários mais estudos para confirmar esses achados com diferentes grupos de mulheres.
Sari e Satilmis, 2023	Analisar o efeito da acupressão sobre a lactação em mães que não estavam amamentando após cesariana prematura.	Estudo controlado, randomizado. Amostra: 64 mães. Divididas em dois grupos. Grupo de acupressão: 32; Grupo controle: 32.	A acupressão após parto cesáreo prematuro, ajudou a iniciar o colostro mais cedo e aumentou significativamente a produção de leite em comparação com o grupo controle.	Devido a esses efeitos positivos, a acupressão é recomendada como um método farmacológico, rápido e barato para apoiar a lactação.
Dogan; Eroglu; Akbayrak.	Investigar o efeito da drenagem linfática manual e do Kinesio Taping sobre dor mamária, ingurgitamento e volume de leite em puérperas com ingurgitamento mamário.	Estudo randomizado e controlado. Amostra: 67 mulheres no pós-parto, que apresentassem ingurgitamento mamário. Foram divididas em 3 grupos. No 1º foi utilizado o KT; no 2º foi associado à Drenagem e o 3º grupo não fez uso de nenhuma técnica.	A drenagem reduziu significativamente a dor e o ingurgitamento; aumentou o volume de leite nas puérperas. O Kinesio não apresentou diferença significativa em relação ao grupo controle.	A drenagem pode ser recomendada para mulheres no pós-parto que apresentem ingurgitamento mamário.

Fonte: Autoras da pesquisa, 2025.

QUADRO II - Caracterização dos estudos selecionados (n=10). Distribuição dos artigos segundo autor, ano de publicação, local do estudo, base de dados encontrado, revista publicada 2025.

Autor(es) e ano de publicação	Local de estudo	Base de dados	Revista publicada
Moura et al., 2023	Brasil	Pubmed	Breastfeed Med
Camargo et al., 2020	Brasil	Pubmed	Lasers in Medical Science
Coca et al., 2016	Brasil	Pubmed	Pain Management Nursing.
Nogueira et al., 2021	Brasil	Scielo	Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil.

Diepeveen et al., 2019	Austrália	Pubmed	Journal of Human Lactation.
Çagan et al., 2025	Turquia	Pubmed	African Journal of Reproductive Health
Munsittikul et al., 2022	Tailândia	Pubmed	International Breastfeeding Journal
Dag e Yayan, 2022	Turquia	Pubmed	Breastfeeding Medicine
Sari e Satilmis, 2023	Turquia	Pubmed	Health Care for Women International
Dogan et al., 2021	Turquia	Pubmed	Breastfeeding Medicine

Fonte: Autoras da pesquisa, 2025.

A partir dessa síntese, identificou-se que seis estudos analisados se concentraram no uso de técnicas manuais aplicadas às mamas, como massagem^{8,9,10}, drenagem linfática^{11,12} e acupressão¹³, voltadas principalmente ao manejo de intercorrências como dor, ingurgitamento mamário, ductos obstruídos e baixa produção láctea.

Observou-se, também, que os estudos foram conduzidos majoritariamente em países asiáticos, com destaque para Turquia e Tailândia, o que sugere maior produção científica internacional sobre o tema quando comparado ao cenário brasileiro.

3.1 Terapias Manuais

Intervenções fisioterapêuticas que envolvem técnicas manuais têm demonstrado benefícios diretos na amamentação. Observou-se convergência entre os autores quanto à eficácia das terapias manuais no manejo das intercorrências mamárias, especialmente na redução do ingurgitamento, da dor e na melhoria do esvaziamento mamário.

A massagem integrada nas mamas⁹ aumentou a produção láctea, favorecendo a descida do leite, reduziu o desconforto materno, diminuindo de forma mais rápida a dor e a obstrução do ducto mamário. Já a acupressão, em caso de parto prematuro cesáreo, ajudou a iniciar o colostro mais cedo e demonstrou aumento na produção de leite¹³.

Em relação à drenagem linfática manual¹¹, notou-se a eficácia na diminuição da dor, do ingurgitamento mamário e do edema, aumentando a produção de leite nas puérperas. No que se refere à massagem Oketani, desenvolvida pela Sotomi Oketani, foi observada a diminuição do ingurgitamento mamário facilitando o sucesso da amamentação. Esta técnica se mostrou tão promissora que é recomendada sua utilização de forma profiláctica após a cesariana⁸.

A terapia manual nas mamas oferece benefícios significativos e comprovados para o sucesso da amamentação. Estudo clínico controlado e randomizado demonstra que a aplicação desta técnica leva à resolução dos sintomas e ao aumento do volume de leite extraído. Essa abordagem promove drenagem eficaz do leite, redução imediata da dor e da tensão nos tecidos, melhorando assim a circulação sanguínea no local¹⁴.

Esses achados corroboram a relevância de estratégias fisioterapêuticas que atuam não apenas na condição física, mas também no bem-estar geral da puérpera, pois a terapia manual fortalece a confiança materna na capacidade de amamentar, contribuindo diretamente para a maior duração da lactação exclusiva e o fortalecimento do vínculo mãe-bebê.

3.2 Recursos eletroterapêuticos

Foi observado nas pesquisas que intervenções fisioterapêuticas que utilizam recursos elétricos, como ultrassom terapêutico¹² e laser de baixa intensidade¹⁵ demonstraram efeitos positivos, promovendo a redução da dor e do edema, melhora do esvaziamento mamário e aumento do conforto materno.

A terapia a laser de baixa intensidade se destacou por sua viabilidade econômica e custos acessíveis, reforçando sua aplicabilidade como recurso clínico eficaz e de fácil implementação na prática fisioterapêutica¹⁶.

O laser atua estimulando a proliferação de fibroblastos e células epiteliais, promovendo aumento na síntese de colágeno e da angiogênese local, o que acelera a regeneração tecidual. Além disso, diminui o edema e o processo inflamatório, contribuindo para o alívio da dor. Esses mecanismos favorecem uma cicatrização mais rápida e eficaz, reduzindo o desconforto materno e prevenindo a interrupção precoce do aleitamento¹⁷.

No que se refere ao Ultrassom Terapêutico (UST), cumpre ressaltar que se trata de um recurso amplamente empregado em diversas especialidades da fisioterapia, com eficácia comprovada em diversas condições clínicas. Sua ação fundamenta-se nos efeitos térmicos e mecânicos produzidos nos tecidos, especialmente naqueles com maior teor proteico, favorecendo o reparo tecidual e a modulação do processo inflamatório¹⁸.

No contexto da amamentação, o UST mostra-se eficaz no manejo do ingurgitamento mamário e na facilitação do fluxo lácteo, uma vez que melhora a permeabilidade vascular, reduz o edema e promove o relaxamento dos tecidos. Quando aplicado no modo pulsado de baixa intensidade (0,5–1,0 W/cm²), contribui para o alívio da dor e da rigidez, aumenta a

elasticidade dos ductos e da pele, favorecendo a pega do bebê e prevenindo fissuras e mastite¹⁹.

Observou-se, ainda, uma variabilidade nas práticas clínicas, especialmente quanto à definição e diagnóstico da mastite, que apresentaram diferenças entre fisioterapeutas de distintas regiões²⁰. A efetividade das intervenções mostrou-se mista, uma vez que a aplicação única de laser não foi suficiente para reduzir a dor em casos de lesões mamilares, enquanto protocolos combinados, como a associação de ultrassom terapêutico e drenagem, apresentaram resultados, significativamente, superiores^{21,12}.

Sendo assim, está claro que os estudos analisados evidenciam que a fisioterapia tanto em relação às técnicas manuais quanto aos recursos eletro terapêuticos desempenha um papel fundamental na assistência à mulher durante a amamentação, atuando de forma preventiva e no manejo de intercorrências da lactação, contribuindo para a redução da dor, ingurgitamento mamário, aumento da produção de leite - fatores que favorecem a manutenção da amamentação exclusiva²².

A literatura científica apresenta uma limitação de estudos robustos que investiguem o uso de recursos da eletroterapia, como a laserterapia e o ultrassom terapêutico, no contexto do aleitamento. Embora esses recursos sejam amplamente empregados na prática clínica devido aos seus resultados promissores em analgesia, reparo tecidual e modulação inflamatória, ainda há uma carência de investigações que avaliem rigorosamente sua efetividade, o custo-benefício e a padronização de protocolos específicos para o puerpério^{15,16}.

4 CONCLUSÃO

Diante de todo o exposto, esta revisão integrativa reforça a importância crucial das intervenções fisioterapêuticas no manejo das dificuldades de amamentação no puerpério. Técnicas como as terapias manuais, incluindo a drenagem linfática, a massagem e a acupressão, e os recursos da eletroterapia, como a laserterapia e o ultrassom terapêutico, demonstram ser ferramentas valiosas para auxiliar no tratamento de intercorrências mamárias, tais como dor, ingurgitamento, fissuras mamilares e mastite. Assim, torna-se evidente que a fisioterapia deve ser integrada às equipes de saúde na assistência materno-infantil, oferecendo suporte essencial no cuidado puerperal, tanto em nível hospitalar quanto na atenção básica.

Para superar as limitações apresentadas em relação à eletroterapia, propõe-se a realização de pesquisas metodológicas rigorosas, diversidade de intervenções e foco na segurança dos parâmetros aplicados. Tais estudos são essenciais para consolidar evidências que sustentem a exclusividade e a padronização dessas práticas pelo fisioterapeuta especializado, profissional capacitado para ajustar dosagens, combinar modalidades e minimizar riscos.

REFERÊNCIAS

1. Muller LA, Arruda EHP, Itaborahy RMR. Características da dor no puerpério imediato de parto vaginal: estudo transversal. *Revista Brasileira de Terapias da Dor*, v. 6, n. 1, p. 52–57, jan./mar. 2023. [Acesso em 2025 ago 28]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/brjp/a/RsLw6zH7F4npSqTMfqZZTxg/?lang=pt>.
2. Campos PA, Féres-Carneiro T. Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério. *Psicologia USP*, São Paulo, v. 32, e200211, 2021. [Acesso em 2025 ago 26]. DOI: 10.1590/0103-6564e200211. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-6564e200211>.
3. Brasil. Ministério da Saúde. Conheça os benefícios da amamentação. 2023. [Acesso em 2025 ago. 31]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/campanhas-da-saude/2023/amamentacao/conheca-os-beneficios>.
4. Geronymo LS, Medeiros AM, Portela DS. Intercorrências mamárias no aleitamento materno: atuação da fisioterapia. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 13, n. 3, p. e6982, 2021.
5. Costa LF, Souza RP. Fisioterapia no contexto da amamentação: prevenção e tratamento de intercorrências. *Revista de Saúde Materno Infantil*, v. 19, n. 2, p. 45–53, 2019.
6. Sousa MF, Oliveira CR, Pereira VJ. Intervenções fisioterapêuticas e amamentação: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 43, n. 8, p. 456–463, 2021.
7. Abuchaim DA, Silva MA, Costa EF. Intervenções fisioterapêuticas no período puerperal: impacto no aleitamento materno. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, v. 27, n. 3, p. 112–120, 2023.
8. Çağan ES, Taşkin R, Solmaz E, Balci R, Eminov E. The effect of oketani massage on breastfeeding success and breast engorgement in mothers delivering by cesarean section:

- randomized controlled study. *African Journal of Reproductive Health*, v. 29, n. 3, p. 85–93, 2025. DOI: 10.29063/ajrh2025/v29i3.11.
9. Munsittikul N, Tantaobharse S, Siripattanapipong P, Wutthigate P, Ngercham S, Yangthara B. Integrated breast massage versus traditional breast massage for treatment of plugged milk duct in lactating women: a randomized controlled trial. *International Breastfeeding Journal*, v. 17, n. 1, p. 43, 2022. DOI: 10.1186/s13006-022-00485-6.
 10. Dâg YS; Yayan EH. The Effect of Circular and Oscillating Breast Massage on the Amount of Breast Milk Produced: An Innovative Method. *Breastfeeding Medicine*, v. 17, n. 7, p. 593–598, 2022. DOI: 10.1089/bfm.2021.0071.
 11. Dôğan H, Eroğlu S, Akbayrak T. Comparison of the effect of kinesio taping and manual lymphatic drainage on breast engorgement in postpartum women: a randomized controlled trial. *Breastfeeding Medicine*, v. 16, n. 1, p. 82–92, jan. 2021. DOI: 10.1089/bfm.2020.0115.
 12. Moura SO, Borges LC de C, Carneiro TM de A, Silva APS, Araújo RM, Ferreira GLC, Morais S da C, Matheo LL, Andrade PR, Pereira WC de A, Maggi LE. Therapeutic ultrasound alone and associated with lymphatic drainage in women with breast engorgement: a clinical trial. *Breastfeeding Medicine*, v. 18, n. 11, p. 881–887, Nov. 2023. DOI: 10.1089/bfm.2022.0269.
 13. Sari E, Satılmış IG. The effect of acupressure on lactation in non-breastfeeding mothers after preterm cesarean delivery. *Health Care for Women International*, v. 44, n. 3, p. 361–373, Mar. 2023. DOI: 10.1080/07399332.2022.2132253.
 14. Witt AM, Bolman M, Kredit S, Vanic A. Therapeutic breast massage in lactation for the management of engorgement, plugged ducts, and mastitis. *Journal of Human Lactation*, v. 32, n. 1, p. 123–131, 2016.
 15. Coca KP, Marcacine KO, Gamba MA, Corrêa L, Aranha ACC, Abrão ACF de V. Efficacy of Low-Level Laser Therapy in Relieving Nipple Pain in Breastfeeding Women: A Triple-Blind, Randomized, Controlled Trial. *Pain Management Nursing*, v. 17, n. 4, p. 281–289, ago. 2016. DOI: 10.1016/j.pmn.2016.05.003. PMID: 27363734.
 16. Nogueira DNG et al. Low-level laser: cost of therapy for nipple trauma. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, v. 21, n. 1, p. 161–170, 2021. DOI disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/MZXxBqkwPRhZk3G46QLsL8c/?lang=en>.

17. Pontes BKS. et al. A aplicação da laserterapia no tratamento de traumas mamilares: revisão de literatura. *Online Brazilian Journal of Nursing*, v. 20, e20216508, 2021. [Acesso em 2025 out 30]. Disponível em: <https://objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/6508>.
18. Dos Santos FO, Fernandes JM, Dos Santos JLR, Alves MR, Vieira MM, Rodrigues VD. Efeitos do ultrassom terapêutico no ingurgitamento mamário: estudo piloto. *Rev. Pesq. Fisio* [Internet]. 2019 May 22 [cited 2025 Nov 03];9(2):166-73. [Acesso em 2025 out 30]. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/fisioterapia/article/view/2274>
19. Bueno AA et al. Ultrassom terapêutico no ingurgitamento mamário: efeitos fisiológicos e clínicos. *Fisioterapia em Movimento*, Curitiba, v. 28, n. 3, p. 519–527, jul./set. 2015. [Acesso em 2025 out 31] DOI: 10.1590/0103-5150.028.003.AO09. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-5150.028.003.AO09>.
20. Diepeveen LC, Fraser E, Croft AJE, Jacques A, Mcardle AM, Briffa K, Mckenna L. Regional and facility differences in interventions for mastitis by Australian physiotherapists. *Journal of Human Lactation*, v. 35, n. 4, p. 695–705, Nov. 2019. DOI: 10.1177/0890334418812041. PMID: 30481473.
21. Câmargo BTS, Coca KP, Amir LH, Corrêa L, Aranha ACC, Marcacine KO, Abuchaim ÉSV, Abrão ACF de V. The effect of a single irradiation of low-level laser on nipple pain in breastfeeding women: a randomized controlled trial. *Lasers in Medical Science*, v. 35, n. 1, p. 63–69, 2020. DOI: 10.1007/s10103-019-02786-5.
22. Coutinho JP, Pereira GC, Sousa, GR da P, Martins AF, Silva, ACA, Mutou FML. Atuação da fisioterapia no puerpério: uma revisão de literatura. *RECIMA21 – Revista Científica Multidisciplinar*, v. 4, n. 10, 2023. DOI: 10.47820/recima21.v4i10.4148.