



Assistência
fisioterapêutica -
Pós parto tardio

Olá!

Seja muito bem vinda (o)!

Meu nome é Julia Candiotti, sou fisioterapeuta especializada em pós parto e pós operatório.



Importância do fisioterapeuta nesta fase



Os principais objetivos são:

- **Alívio de dores e desconfortos;**
- **Redução do inchaço;**
- **Reabilitação abdominal e pélvica;**
- **Prevenção e tratamento de fibroses e aderências (em cesárea).**

Atendimento pós parto

É considerado um pós parto tardio a partir do 11º dia de puerpério, antes disso, chamamos de pós parto imediato.

No tardio, a cesariana já está em outra fase da cicatrização (depende de quantos dias/meses ou até anos você tem de pós parto), ou seja, neste momento algumas pacientes relatam dores, desconfortos, inchaço permanente, inflamações, fibrose, aderência e entre outras complicações. Mas a boa notícia é: podemos TRATAR.

Este tipo de assistência é realizada somente no consultório (o hospitalar ou domiciliar só será feito em caso de extrema urgência).

Atendimento pós parto

Mas afinal, o que será realizado neste atendimento?

- **Avaliação completa e individualizada sobre todo o seu pós;**
- **Aplicação da laserterapia na cicatriz, períneo e/ou mama;**
- **Terapia manual para o inchaço, (se já houver a fibrose ou aderência, também iremos tratar);**
- **Aplicação de taping (somente se houver necessidade - irá depender da avaliação);**
- **Reabilitação para assoalho pélvico e diástase abdominal;**
- **Indicação de calcinha e espuma (depende do caso);**
- **Orientações gerais.**

Recursos terapêuticos e suas funções:

LASERTERAPIA DE BAIXA POTÊNCIA

- **Acelera o processo de cicatrização;**
- **Efeito analgésico;**
- **Reduz inflamação;**
- **Melhora a circulação local;**
- **Nas mamas, ajuda na cicatrização de fissuras.**



Recursos terapêuticos e suas funções:

TAPING

- **Alívio de dor e desconforto;**
- **Reduzir o inchaço;**
- **Controlar as forças extrínsecas na incisão cirúrgica;**
- **Sustentação abdominal.**



Cuidados essenciais com o taping

- ✓ Pode ser molhado, mas para que dure mais, você pode usar papel film;
- ✓ Pode utilizar o secador no modo FRIO ou deixar secar naturalmente;
- ✗ NÃO corte ou puxe as pontas que forem saindo;
- ✗ NUNCA retire o taping sozinha, aguarde o próximo retorno;
- ✗ NÃO esfregue com bucha ou toalha, apenas pressione levemente.

OBS.1: Depile ou raspe a área abdominal ANTES da aplicação do taping.

OBS.2: Se houver coceira ou irritação na pele, **COMUNIQUE** imediatamente a fisioterapeuta responsável para fazer a retirada.

Recursos terapêuticos e suas funções:

TERAPIA MANUAL



- **Terapia leve realizada apenas com as mãos;**
- **Indução do fluxo intersticial para melhora do inchaço - é diferente de drenagem linfática.**
- **Técnica de cisalhamento (não dói) para fibrose e aderência;**
- **Tratamento de tecidos adjacentes;**
- **Mobilização tecidual.**

Recursos terapêuticos e suas funções:

REABILITAÇÃO ABDOMINAL E PÉLVICA

- **Exercícios respiratórios associados ao abdômen;**
- **Exercícios para o assoalho pélvico e diástase abdominal.**



INVESTIMENTO

VALOR DE 1 SESSÃO - PÓS PARTO TARDIO: 300,00

Demais sessões: 220,00 (será analisado e ajustado na primeira consulta sobre quantas sessões serão necessárias de acordo com o seu caso).

Condições de pagamento:

- **Pix**
- **Dinheiro**
- **Débito ou crédito à vista.**



Me siga nas redes sociais para acompanhar meu trabalho:



@juliacandiottifisio



(19) 9 96790404



Av. Maria Elisa, 459

Conte comigo para todo o cuidado que você merece, será um grande
prazer cuidar de você ❤️