

ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NAS COMPLICAÇÕES MATERNAS E FETAIS DO DIABETES GESTACIONAL

Carlos Alberto Braga de Moraes

Francini Bononi Garcia

Orientação: Fisioterapeuta Adriane Pires Batiston

Orientação Metodológica: Prof. Ms. Heitor Romero Marques

Durante uma gestação normal, ocorrem várias mudanças na mulher: altera-se toda sua fisiologia interna, novos hormônios surgem, além de toda uma alteração postural que o novo ser que está sendo gerado exige. É interessante observar que essas alterações. Dentre todas essas mudanças, uma nos chama a atenção em particular, que é o aumento na produção de novas substâncias, destinadas a servir como reguladores para uma boa gestação. Entre essas substâncias, destacam-se a glicose. Espécie de açúcar da família dos carboidratos, tem como função fornecer energia para o funcionamento das células, e assim de nosso próprio organismo. Para que a glicose seja acertadamente utilizada, é necessária uma enzima produzida no pâncreas, a insulina, que faz o papel de carreadora da glicose para dentro da célula. Ocorre que, devido a uma deficiência absoluta ou relativa na produção de insulina, não existe mais esse carreamento para dentro da célula, inicia-se um excesso de açúcar circulante no sangue. Na gestante, essa condição recebe o nome de Diabetes Gestacional. Embora não seja dada a devida importância a esta patologia, ela causa muitas complicações à futura mãe, bem como ao feto que ela carrega.

Dentro das complicações fetais, destacam-se a hipertensão arterial, a pré-eclâmpsia, edema, o trabalho de parto prematuro, entre outros. Essas condições por si só garantem ao feto uma gestação intranquila, com riscos inclusive em sua sobrevivência pré ou pós-parto. O feto, por sua vez, corre o severo risco de sofrer óbito fetal ou neonatal, e, quando sobrevivente, pode vir a nascer com anomalias congênitas, hiperbilirrubinemia, hipoglicemia, macrosomia, Síndrome da Angústia Respiratória (SAR), ou mesmo no desenvolvimento de obesidade e diabetes mellitus quando adulto.

Como essas complicações muitas vezes respondem com a vida do bebê, e em alguns casos com a vida da mãe também, questionou-se a necessidade de se encontrar uma prevenção eficaz para essas complicações. Ora, sabe-se que o principal problema do Diabetes é justamente o excesso de glicose associado à falta de insulina suficiente. Mesmo com o advento da insulina sintética, verificou-se que o número de gestantes diabéticas que apresentavam complicações continuava alto, concluindo, então, que não bastava só administrar insulina às gestantes, mas também orientá-las a como reduzir seus altos níveis de glicemia. Foram pesquisados vários autores da área, e estes combatiam o excesso de glicose com a prática de exercícios físicos diários. Mas qual tipo de exercícios? Daí, descobriu-se a melhor conduta para atendimento físico à grávida, associado a uma dieta alimentar e a insulino terapia, quando necessário. O tipo de exercício físico utilizado é aquele cujo princípio é o exercício aeróbico, ou seja, exercícios brandos, continuados, prolongados, que utilizam glicose como combustível. O fato da glicose ser utilizada aqui é o grande trunfo para as gestantes diabéticas, pois a prática desses exercícios, realizados com moderação, monitoração e, principalmente, respeitando a capacidade física da gestante, faz com que a glicose em excesso, existente em seu organismo, seja “gasta”, isto é, melhor utilizada, reduzindo os riscos das complicações maternas e fetais. Ressalta-se também que esses exercícios, quando feitos com continuidade e em vários dias da semana, melhora também o condicionamento musculoesquelético, cardiovascular e respiratório, diminuindo também as complicações que

poderão surgir no decorrer da gestação. Assim, a prática de exercícios físicos têm-se mostrado útil no combate às complicações materno-fetais do diabetes gestacional, não só por diminuir drasticamente a ocorrência desses problemas, mas também por garantir à mãe uma gestação mais saudável, em que é possível realizar atividades físicas, melhorando, inclusive, seu convívio familiar e social, integrando-a a esse contato, com a segurança de que o bebê necessita para um desenvolvimento completo e eficaz. A atividade física melhora também as reações psicológicas da mãe frente à sua condição, deixando-a mais apta a reagir às mudanças que ocorrem constantemente, não só em reação à parte física, como também aos fatores psíquicos. Tudo isso contribui em muito para a gestação de um bebê mais sadio e feliz. E um bebê mais sadio e feliz, provavelmente se tornará um adulto saudável, sem muitos vícios nem patologias que indiquem um novo diabético, como também com menor risco de transmitir esta e outras patologias à sua descendência. É preciso, então, uma maior atenção das equipes de saúde que atendem esta gestante diabética, pois seu problema, nem sempre fácil de ser atendido, ou mesmo ignorado em suas complicações, é fácil de ser prevenido ou mesmo tratado, desde que haja uma conscientização da equipe e da própria gestante quanto à importância do tratamento adequado na diabetes gestacional.