



## VALIDAÇÃO DE UM MANUAL DE CUIDADOS FISIOTERAPÊUTICOS NO PÓS-PARTO PARA PUÉRPERAS

*Jordana Barbosa da Silva  
Maria Izabel Feltrin  
Laysse Candido da Silva  
Gabrielle Esther Doi  
Talita Gianello Gnoato Zotz  
Raciele Ivandra Guarda Korelo  
Rubneide Barreto Silva Gallo\**

DOI: <https://doi.org/10.23901/1670-4605.2020v16p209-222>

### RESUMO

Materiais educativos podem ser instrumentos de promoção e prevenção à saúde, pois auxiliam o indivíduo a ampliar seu conhecimento sobre ela e, conseqüentemente, incentivam a mudança de hábitos de vida. Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi elaborar e validar um manual educativo com recomendações relacionadas às modificações do puerpério, com exercícios fisioterapêuticos minimizadores de agravos no puerpério imediato e tardio. O estudo foi conduzido em cinco fases: 1) busca científica sobre a prática baseada em evidência (PBE) e atuação do fisioterapeuta no puerpério; 2) pesquisa de ilustração para às informações; 3) finalização do design; 4) avaliação de conteúdo por dez juízes com especialização de Fisioterapia em Saúde da Mulher; 5) adequação e impressão do material avaliado por 80 puérperas. Para aferir a validade do conteúdo, utilizou-se como ponto de corte o valor de 0,78 para conteúdo “relevante”, conforme o índice de validade do conteúdo (IVC). O material foi intitulado de “Manual Maternar: Cuide-se no pós-parto, a Fisioterapia ajuda você” e foi constituído de informações referentes à função respiratória, ao sistema musculoesquelético, ergonomia, amamentação, cuidados com as mamas e à identificação da depressão pós-parto. O IVC entre os juízes foi igual a 1,00. As puérperas consideraram o manual adequado para intervenção, com temas relevantes, textos de linguagem simples e ilustrações necessárias para entender o conteúdo. O manual de cuidados fisioterapêuticos no pós-parto produzido neste estudo foi considerado validado por juízes especialistas e pela população-alvo.

**Palavras-chave:** Fisioterapia, Puerpério, Materiais de Ensino.

### VALIDATION OF A PHYSIOTHERAPEUTIC CARE MANUAL FOR PUERPERAL WOMEN IN THE POSTPARTUM PERIOD

### ABSTRACT

---

\* Doutorado em Ciências da Saúde (USP). Departamento de Prevenção e Reabilitação em Fisioterapia, Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, PR. Contato: [rubneidegallo@gmail.com](mailto:rubneidegallo@gmail.com).

Educational materials are tools that can be used for health promotion and disease prevention, as they expand the individual's perception of his/her own health and favor the modification of life habits. Therefore, the aim of this study was to develop and validate an educational manual with recommendations related to changes in the puerperium, providing physiotherapeutic exercises that can minimize problems in the early and late puerperal periods. The study was conducted in five phases: 1) scientific search for evidence-based practice (EBP) related to treatment provided by the physiotherapist during puerperium; 2) search for illustrations of the information; 3) design finalization; 4) evaluation of the content by ten judges with specialization in Women's Health Physiotherapy; 5) compilation and printing of the material for evaluation by 80 puerperal women. To assess the validity of the content, a value of 0.78 for "relevant" content was used as the cutoff point, according to the content validity index (CVI). The material was entitled "Maternity Manual: Physiotherapy to help you in postpartum care" and included information concerning the respiratory function, the musculoskeletal system, ergonomics, breastfeeding, breast care, and the identification of postpartum depression. Among the judges, the CVI value was 1.00. The puerperal women considered the manual suitable for interventions, with relevant topics, text in simple language, and illustrations to assist in understanding the content. The postpartum physiotherapeutic care manual produced in this study was considered validated by expert judges and by the target population.

**Keywords:** Physiotherapy. Puerperal period. Teaching materials.

## **VALIDACIÓN DE UN MANUAL DE CUIDADOS FISIOTERAPÉUTICOS EN EL POSTPARTO PARA PUÉRPERAS**

### **RESUMEN**

Los materiales educativos pueden ser instrumentos de promoción y prevención de la salud, ya que ayudan a ampliar la percepción del individuo sobre su propia salud y, en consecuencia, favorecen la modificación de hábitos de vida. Por lo tanto, el objetivo de este trabajo fue elaborar y validar un manual educativo con recomendaciones relacionadas a los cambios del puerperio, con ejercicios fisioterapéuticos que minimicen los problemas en el puerperio inmediato y tardío. El estudio se desarrolló en cinco fases: 1) búsqueda científica de la práctica basada en la evidencia (PBE) y la actuación del fisioterapeuta en el puerperio; 2) investigación de ilustraciones para las informaciones; 3) finalización del diseño; 4) evaluación de contenido por diez jueces con especialización en Fisioterapia en Salud de la Mujer; 5) adecuación e impresión del material evaluado por 80 puérperas. Para evaluar la validez del contenido, se utilizó como punto de corte el valor de 0,78 para contenido "relevante", según el índice de validez de contenido (IVC). El material se tituló "Manual Materno: Cuídate en el postparto, la Fisioterapia te ayuda" y se constituyó por informaciones sobre la función respiratoria, el aparato locomotor, la ergonomía, el amamantamiento, el cuidado con los senos y la identificación de la depresión posparto. nacimiento. El IVC entre los jueces fue de 1,00. Las puérperas consideraron el manual adecuado para la intervención, con temas relevantes, textos de lenguaje sencillo e ilustraciones necesarias para comprender el contenido. El manual de cuidados fisioterapéuticos en el posparto producido en este estudio fue considerado validado por jueces expertos y por la población objetivo.

**Palabras clave:** Fisioterapia. Puerperio. Materiales de Enseñanza.

---

## INTRODUÇÃO

O puerpério é descrito como um período de modificações locais e sistêmicas que auxiliam o retorno do corpo da mulher ao estado pré-gravídico. Compreende-se como puerpério imediato o período entre o 1º ao 10º dia pós-parto. O período do puerpério pode durar de seis a oito semanas, sendo denominado de puerpério tardio do 11º ao 45º dia pós-parto e remoto após o 45º dia do pós-parto ([MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2005](#)).

A mulher que passa pela experiência do parto está suscetível a desconfortos, independente da via de parto (vaginal ou cesariana) ([LIMA et al., 2014](#)). A puérpera pode apresentar dor na incisão cirúrgica da cesárea devido ao próprio ato cirúrgico, retardo ou dificuldades de cicatrização ([TEHRANIAN et al., 2016](#); [TIERNEY et al., 2017](#)) ou lacerações superficiais e/ou profundas na musculatura do assoalho pélvico (MAP) ([SANTANA et al., 2011](#)). Alterações respiratórias, presença de edema e constipação intestinal também são queixas presentes no puerpério ([BURTI et al., 2016](#)).

Os desconfortos do puerpério podem influenciar negativamente a autoestima e autoimagem da mulher e podem dificultar as atividades diárias e cuidados com o recém-nascido. Além disso, as puérperas podem apresentar disfunções relacionadas a MAP, como incontinência urinária e/ou fecal e disfunções sexuais ([DRIUSSO et al., 2020](#)).

O Fisioterapeuta, principalmente o especialista em Saúde da Mulher, está respaldado para realizar uma prática assistencial no período pré-parto, no trabalho de parto e puerpério, atuando desde a baixa complexidade frente às atividades de educação em saúde ([COFFITO, 2011](#)); até a média e alta complexidade, com recursos terapêuticos para alívio dos desconfortos desta fase ([ODUNAIYA et al., 2013](#)). Porém, a participação deste profissional em equipes multiprofissionais em maternidades ainda é escassa.

Contudo, ações fisioterapêuticas de educação em saúde em mulheres já no pós-parto imediato são avaliadas de forma satisfatória e esclarecedora pelas próprias puérperas ([SILVA et al., 2019](#)). Sendo assim, ressalta-se a importância da elaboração e validação de materiais educativos. Os materiais educativos, como manuais e/ou cartilhas educativas, podem contribuir para melhorias em diversas áreas da saúde, em âmbito nacional e internacional ([BRANDON et al., 2012](#); [GALINDO NETO et al., 2017](#); [GONÇALVES et al., 2019](#); [MAIA et al., 2012](#); [MOURA et al., 2019](#); [OLIVEIRA; LOPES; FERNANDES, 2014](#); [SIMULA et al., 2019](#); [TELES et al., 2014](#); [VASCONCELOS et al., 2018](#); [WILD et al., 2019](#); [XIMENES et al., 2019](#)). Além disso, este tipo de material pode ser disponibilizado aos serviços de saúde, uma vez que os mesmos podem ser instrumentos que auxiliam na promoção e prevenção da saúde ([XIMENES et al., 2019](#)). Materiais de fácil interpretação auxiliam na ampliação da percepção do indivíduo em relação a própria saúde e podem favorecer a modificação de hábitos de vida ([MOURA et al., 2019](#)).

Portanto, o objetivo deste trabalho foi elaborar e validar um manual educativo com recomendações relacionadas às modificações do puerpério e exercícios fisioterapêuticos minimizadores de agravos no puerpério imediato e tardio.

## MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa de desenvolvimento metodológico, com abordagem quantitativa e qualitativa, de avaliação e aperfeiçoamento de tecnologia (manual de educação em saúde). As atividades desenvolvidas no presente estudo estão vinculadas ao projeto de Extensão da Universidade Federal do Paraná, denominado “Projeto Maternar”, aprovado pelo Comitê de Ética do Hospital de Clínicas do Paraná, conforme parecer nº 1.674.698; CAA 56163616.8.0000.0096.

Uma logística sequencial de produção foi estabelecida para construção do manual educativo, sendo elencado um objetivo para cada um dos cinco estágios de produção, conforme a seguinte sequência: 1) Angariação de saberes científicos de acordo com a prática baseada em evidência e construção do conhecimento sobre o puerpério e atuação do fisioterapeuta nesta fase; 2) Busca por figuras de ilustração para às informações que compunham o material; 3) Elaboração do design do manual; 4) Avaliação de conteúdo do manual de educação em saúde por juízes especialistas na área e adaptação de conteúdo segundo sugestões; 5) Impressão do material e distribuição para avaliação do público-alvo. Participaram dessa construção quatro acadêmicas do curso de Graduação em Fisioterapia que cursavam diferentes períodos, sob a orientação de três docentes do curso da referida instituição. Anteriormente ao início do estudo, os discentes receberam treinamento prévio relacionado à busca de estudos em bases científicas, bem como treinamento para a fase de validação do material pela população-alvo. Os treinamentos ocorreram em grupo e duraram em torno de 4 horas. Eles foram conduzidos pela pesquisadora responsável pelo projeto de pesquisa, docente especialista em Fisioterapia em Saúde da Mulher, com mais de 10 anos de experiência na área.

No início da confecção do manual (Fase 1), fez-se um levantamento bibliográfico nas bases de dados SciELO, PubMed e LILACS, a fim de eleger informações científicas a respeito dos principais desconfortos no puerpério e atuação do fisioterapeuta na atenção à Saúde da Mulher, especialmente na área obstétrica. Diante do material encontrado, foram selecionados os principais agravos no puerpério e às condutas fisioterapêuticas para o alívio das queixas recorrentes. Após a busca na literatura, foi iniciada a preparação e organização do conteúdo do manual, objetivando a facilidade de leitura e clareza de apresentação das informações à população-alvo.

Em seguida, os pesquisadores buscaram elaborar ilustrações das afecções físicas das puérperas, opções de condutas fisioterapêuticas sugeridas e orientações relacionadas à educação em saúde (Fase 2). Por fim, a Assessoria a Projetos Educacionais e Comunicação (ASPEC), órgão suplementar do Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná, ilustrou o manual de forma inédita, tendo como inspiração as imagens selecionadas pelas acadêmicas (Fase 3). O símbolo do grupo Extensão “Maternar” também elaborado pela ASPEC, ilustrou a capa do manual educativo.

Para dar sequência a Fase 4 da elaboração do material, dez fisioterapeutas especialistas em Saúde da Mulher foram convidados a avaliar o conteúdo da primeira versão do manual educativo. O material foi enviado aos juízes via e-mail e foi estipulado um tempo de avaliação de duas semanas. Os critérios de seleção dos profissionais incluíram: ter experiências em atividades de promoção, prevenção de saúde e ter concluído a especialização de Fisioterapia em Saúde da Mulher. Para avaliação do material produzido foram convidados fisioterapeutas da prática clínica, que atuavam em clínicas de diferentes estados do Brasil (Paraná, São Paulo e Paraíba). Os juízes deveriam avaliar as seis perguntas elencadas a partir do questionário modificado

([OLIVEIRA et al., 2014](#)): “1) O conteúdo abordado apresenta informações relevantes para a Educação em Saúde das puérperas? 2) Os textos parecem claros e compreensivos? 3) As ilustrações apresentam traços apropriados para puérperas? 4) As ilustrações apresentadas são necessárias para compreensão do conteúdo? 5) As ilustrações e os textos motivam a puérpera a compreender o tema proposto? 6) Aplicabilidade do manual educativo no cotidiano da prática do fisioterapeuta”. Os juízes foram orientados a avaliarem às perguntas por meio do preenchimento de uma escala dicotômica, com as opções de resposta “0: não relevante” ou “1: conteúdo relevante”. O índice de validade do conteúdo (IVC) foi calculado por meio de uma fórmula matemática básica, a qual seguiu os seguintes procedimentos: soma do número de juízes que avaliaram o conteúdo como relevante, dividido pelo número de juízes total. O ponto de corte adotado para considerar o conteúdo “relevante” foi de 0,78 ([POLIT; BECK, 2006](#)). Todas as questões continham espaço para respostas discursivas que poderiam englobar críticas e/ou sugestões. Após o recebimento das avaliações e adequações do material, o manual educativo passou pelo processo de edição e diagramação novamente.

O manual educativo foi avaliado pela população-alvo (puérperas), que se encontrava em alojamento conjunto de uma maternidade pública de Curitiba (Paraná-Brasil). A maternidade na qual este estudo foi conduzido contém 45 leitos tendo em média 300 partos mensais de assistência conveniada ao Sistema Único de Saúde (SUS). Dentre às puérperas atendidas, estão mulheres de baixa e média complexidade, incluindo adolescentes e mulheres de baixa renda.

No momento do encontro de validação, as mulheres estavam com seus acompanhantes e bebês. Os manuais impressos foram entregues a 80 puérperas que aceitaram realizar a avaliação do material. Todas as participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido após aceitarem participar da pesquisa. Após leitura conjunta (puérpera e pesquisador) do material educativo, foram destinados 30 minutos para as puérperas avaliarem o conteúdo do material, bem como os textos, imagens e aplicabilidade das informações disponíveis. Aquelas que ainda tinham questionamentos puderam sanar suas dúvidas individualmente. Posteriormente a avaliação, as puérperas responderam ao questionário de validação de conteúdo do manual.

O questionário de avaliação da validade foi adaptado de [Oliveira et al. \(2014\)](#) e continha os seguintes questionamentos: “1- O conteúdo abordado apresenta informações relevantes para mulheres no pós-parto?; 2- Os textos parecem claros e compreensivos?; 3-As ilustrações apresentam traços apropriados para mulheres no pós-parto?; 4-As ilustrações apresentadas são necessárias para compreensão do conteúdo?; 5-As ilustrações e os textos auxiliam e motivam as mulheres no pós-parto a compreender o tema exposto?; 6- O material educativo é aplicável no seu dia a dia?”. As puérperas deveriam responder as perguntas assinalando respostas referentes a uma única opção dentre as seguintes disponíveis: “sim”, “não”, “não sei responder”, “precisa melhorar”. Enquanto as puérperas respondiam ao questionário de avaliação do material, os pesquisadores aguardavam do lado de fora do quarto. Um tempo de trinta minutos foi adotado para evitar o constrangimento das mulheres. Passado o tempo estipulado, os pesquisadores retornavam aos alojamentos para realizar o recolhimento do questionário de avaliação. Caso houvesse alguma dúvida, os pesquisadores sanavam a dúvida antes do recolhimento do questionário. A avaliação do material ocorreu de forma anônima. Todas as questões continham espaço para respostas discursivas, que deviam englobar críticas e/ou sugestões. A análise dos resultados da avaliação do material pelas

puérperas ocorreu por meio da avaliação de frequências e porcentagens, utilizando o Microsoft Excel.

## RESULTADOS

Após a finalização do *layout*, o material recebeu o título de “Manual Maternar: *Cuide-se no pós-parto, a Fisioterapia ajuda você*”, com dez folhas impressas frente e verso, totalizando 20 páginas já inclusas capa e contracapa.

O manual ficou composto por informações referentes à função respiratória e exercícios de padrões respiratórios; à presença da diástase abdominal e seus fatores de risco; às funções da musculatura do assoalho pélvico (MAP); às principais disfunções musculoesqueléticas e cinesioterapia para alívio dos desconfortos; posicionamentos ergonômicos indicados para às atividades do dia a dia e no momento da amamentação; os benefícios da amamentação para a mulher e bebê; os cuidados com às mamas e posicionamento do bebê; informações referentes à depressão pós-parto, sinais e sintomas da doença; informações e curiosidades sobre a maternidade.

A análise de concordância de relevância do material está apresentada na Tabela I. A porcentagem de concordância para todas as questões foi classificada individualmente por todos os juízes em 100%. Os dez juízes avaliaram todos os critérios de julgamento do questionário como com “conteúdo relevante”. As sugestões mais comuns encontradas na análise das avaliações estavam relacionadas à adição de novas imagens ao material educativo. Houveram outros comentários relacionados a alteração de conteúdo como a inserção da prescrição para exercícios da MAP. A linguagem do material educativo foi considerada simples e de fácil compreensão por todos os juízes, entretanto, alguns termos foram substituídos com o intuito de facilitar a compreensão do material. As modificações estão apontadas no Quadro I.

**Quadro 1.** Modificações e sugestões de juízes para construção do material educativo.

Tema do manual	Modelo elaborado	Sugestões dos juízes
<b>Respiração</b>	Ilustração da posição inicial do exercício respiratório e descrição completa	Elaborar material com ilustração inicial e final do exercício respiratório, acrescido a descrição do mesmo
<b>Depressão pós-parto</b>	“Não sinta medo ou vergonha do que sente. O período do pós-parto é realmente muito delicado para às mães. Seja pela alteração de hormônios em seu corpo; <u>mudança na vida como um todo</u> ; no caso das mães de primeira viagem, a passagem de filha para ser, também, mãe; <u>e também sua situação econômica!</u> São vários fatores que levam à depressão pós-parto. Mas buscar ajuda é essencial para ter uma vida mais feliz, junto com seu bebê”.	“Não sinta medo ou vergonha do que sente. O período do pós-parto é realmente muito delicado para às mães. Seja pela alteração de hormônios em seu corpo, <b>pela grande mudança de vida ou situação econômica</b> . No caso de mães de primeira viagem, <b>ainda existe o fato da</b> passagem de ser filha para ser também, mãe. <b>Assim</b> , são vários os fatores que levam à depressão pós-parto. Mas buscar ajuda é essencial para ter uma vida mais feliz, junto com seu bebê”.

**Quadro 1.** Modificações e sugestões de juízes para construção do material educativo. (cont.)

<b>Tema do manual</b>	<b>Modelo elaborado</b>	<b>Sugestões dos juízes</b>
<b>Amamentação</b>	<p>1. “Dicas: Evite o uso de <u>cremes e pomadas</u> nas mamas, desde a gestação até o parto”</p> <p>2. Dica sobre prega da mama e pega do bebê, contendo apenas uma frase, sem ilustrações: “Realize adequadamente a prega da mama e a pega do bebê”</p>	<p>1. “Dicas: Evite o uso de hidratantes nas mamas, desde a gestação até o parto”</p> <p>2. Adicionar ilustrações de “pega da mama” e “pega do bebê”</p>
<b>Mobilidade</b>	Utilização da palavra “Edema”	Mudar de “Edema” para “Edema/ <b>Inchaço</b> ”
<b>Exercícios posturais e de alongamento</b>	Ilustrações de exercícios	Adicionar a prescrição
<b>Posturas</b>	<p>1. Ilustração de postura não ergonômica na atividade “banho no nenê”</p> <p>2. Ausência de ilustrações sobre posicionamento do bebê ao dormir</p>	<p>1. Alterar a imagem ilustrativa sobre o “banho no nenê”;</p> <p>2. Adicionar ilustração do posicionamento do bebê ao ser posto para dormir</p>

**Fonte:** Os autores (2020).

**Tabela 1.** Análise da concordância da avaliação de juízes sob o processo de elaboração do manual de cuidados fisioterapêuticos no pós-parto.

	Juiz 1	Juiz 2	Juiz 3	Juiz 4	Juiz 5	Juiz 6	Juiz 7	Juiz 8	Juiz 9	Juiz 10	Nº concordância	IVC
<b>Pergunta 1</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1
<b>Pergunta 2</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1
<b>Pergunta 3</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1
<b>Pergunta 4</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1
<b>Pergunta 5</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1
<b>Pergunta 6</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	1
<b>% de relevância</b>	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%		

%=porcentagem (soma das respostas afirmativas para os itens considerados com “1-conteúdo relevante” para avaliação individual de cada juiz.

Nº=número (soma da concordância da pontuação de todos os juízes)

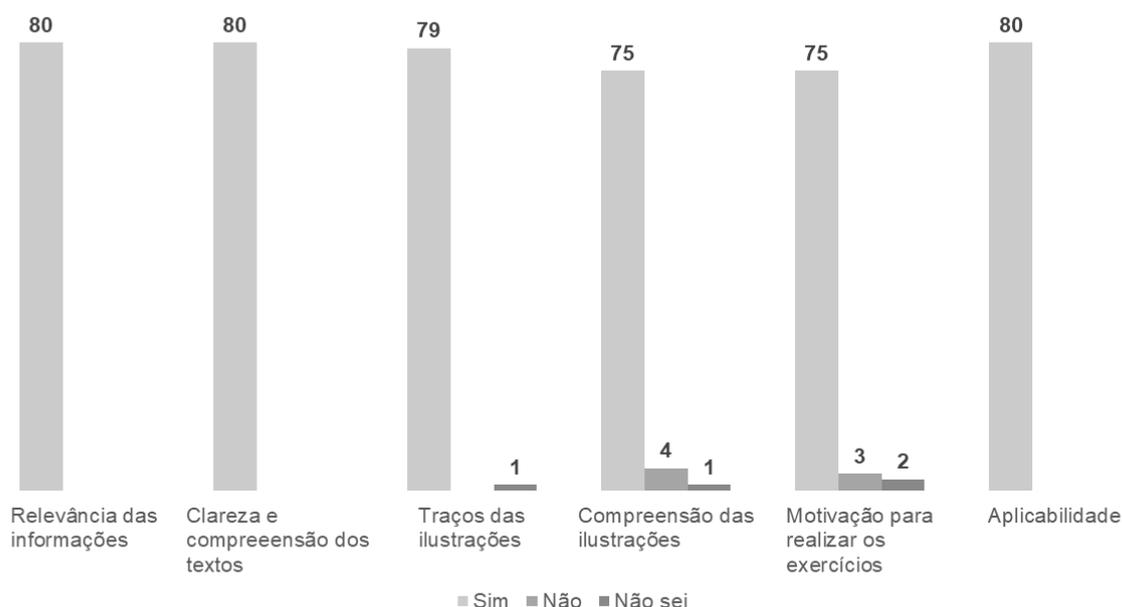
IVC= índice de validade do conteúdo

**Fonte:** Os autores (2020).

Todas as puérperas (n=80; 100%) consideraram o manual adequado. Também responderam que os temas abordados no material eram relevantes, textos claros e fáceis de serem compreendidos e às informações tinham elevado nível de aplicabilidade. No que diz respeito à apropriação dos traços das imagens ilustrativas, 100% das mulheres confirmaram que estes estavam apropriados ao puerpério.

Quanto às ilustrações, 95% (n=75) das mulheres responderam que eram necessárias para entender o conteúdo exposto, 5% (n=4) disseram que não, uma puérpera não soube responder. Por fim, 95% (n=75) responderam que às informações do material (textos e imagens) incentivaram na compreensão do tema; 3,75% (n=3) disseram que não, duas puérperas não souberam responder. As puérperas que responderam às questões de maneira negativa, não descrevem justificativas para suas respostas. Os dados descritos estão apresentados na Figura 1.

**Figura 1.** Gráfico com a avaliação das puérperas a respeito da relevância e compreensão do material do manual educativo.



Fonte: Os autores (2020).

## DISCUSSÃO

Materiais educativos de fácil compreensão elaborados de forma adequada podem contribuir para melhorias em diversas áreas da saúde ([BRANDON et al., 2012](#); [SIMULA et al., 2019](#); [TELES et al., 2014](#); [XIMENES et al., 2019](#)). Além disso, atividades com materiais educativos podem auxiliar na mudança de hábitos e melhorar a qualidade de vida de determinada população ([OLIVEIRA; LOPES; FERNANDES, 2014](#)). As cartilhas e/ou manuais são considerados uma alternativa de intervenção de baixo custo, fácil disseminação e aplicação em gestantes e puérperas durante a prevenção do tabagismo ([BRANDON et al., 2012](#)).

De acordo com os autores, este é o primeiro estudo a elaborar e validar um material educativo de promoção e prevenção da saúde de puérperas, elaborado por acadêmicos de Fisioterapia e que pode ser utilizado na prática dos fisioterapeutas durante

aplicação de condutas no pós-parto. A presente pesquisa está em concordância com os preceitos da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM), que garante à mulher a integralidade no cuidado à saúde, ressaltando a importância de cuidados de promoção de saúde com destaque para o cuidado obstétrico ([MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2004](#)). Além disso, destaca-se que o Fisioterapeuta especialista em Saúde da Mulher é um profissional que pode prestar assistência a mulher em todas as fases do ciclo gravídico-puerperal, inclusive durante a condução de atividades de educação em saúde ([COFFITO, 2011](#)).

Ações educativas no puerpério são importantes para esclarecimento de dúvidas e aprimoramento do conhecimento de mulheres a respeito das modificações presentes neste período ([MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009](#); [BREHMER, VERDI, 2010](#); [GARUZI; ROCHA, 2014](#)). A disponibilidade de materiais educativos em atividades de educação em saúde pode contribuir para a efetividade das intervenções propostas, bem como nas modificações de hábitos de vida dos indivíduos ([RYAN \*et al.\*, 2014](#)). O manual educativo deste estudo pode ser considerado um instrumento a ser aplicado em ações de promoção da saúde, uma vez que sua elaboração foi baseada em condutas fisioterapêuticas baseadas em evidência, sendo seu conteúdo avaliado por juízes especialistas e pela população-alvo. Além disso, este material é um suporte no processo de comunicação entre os profissionais da saúde e seus usuários, o que facilita o esclarecimento de dúvidas, reforça orientações previamente fornecidas e podem auxiliar na melhoria do autoconhecimento, autocuidado e satisfação dos indivíduos ([HOFFMANN; WORRALL, 2004](#)).

A fim de garantir a validade de elaboração do conteúdo e do material, o manual educativo produzido neste estudo seguiu um protocolo de construção pré-estabelecido. ([OLIVEIRA; LOPES; FERNANDES, 2014](#)). O protocolo de construção do manual já foi referenciado em demais pesquisas que buscaram elaborar e validar materiais educativos em formato de cartilha, tendo em vista a revisão e sistematização das informações, atualização e adequação do conteúdo, visando melhorar a compreensão do público-alvo ([OLIVEIRA; LOPES; FERNANDES, 2014](#); [REBERTE; HOGA; GOMES, 2012](#)).

A maioria das puérperas deste estudo avaliou como necessária a presença das ilustrações para compreender os conteúdos constituintes do manual educativo. Resultados semelhantes foram publicados em estudos anteriores ([OLIVEIRA; LOPES; FERNANDES, 2014](#); [XIMENES \*et al.\*, 2019](#)) que buscaram validar materiais educativos em diferentes populações-alvo. Além disso, é válido ressaltar que a apresentação do conteúdo do material educativo, associado a ilustrações como desenhos, imagens e símbolos, devem ser compreendidos pela população-alvo, uma vez que às ilustrações devem ressaltar às informações textuais e gerar identificação com as usuárias ([TELES \*et al.\*, 2014](#)) e auxiliar a associação do conteúdo teórico com às práticas do dia a dia ([OLIVEIRA; LOPES; FERNANDES, 2014](#)).

Todas as puérperas que participaram da avaliação do manual educativo da presente pesquisa relataram que os textos do material estavam claros e compreensíveis, bem como as ilustrações selecionadas para compor o material. Além disso, as informações incluídas no manual foram consideradas relevantes por todas as puérperas deste estudo. A avaliação favorável das puérperas (público-alvo) em relação ao manual educativo corrobora à aplicação do mesmo no contexto em que foi testado ([GALINDO NETO \*et al.\*, 2017](#)), uma vez que sua aplicação foi considerada viável e compreensível pelas puérperas que avaliaram o mesmo. Além disso, é possível inferir que o material estava compatível com a compreensão das puérperas incluídas no presente estudo,

avaliado positivamente em relação a uma linguagem clara e simples, favorecendo a troca de informações entre profissionais de saúde e puérperas. Destaca-se que a avaliação dos materiais educativos pelo público-alvo auxilia a elaboração de um material que é resolutivo às demandas dos indivíduos, sendo esta uma avaliação fundamental aos profissionais da saúde que buscam efetivar a comunicação e efetividade de suas intervenções e orientações de saúde ([GALINDO NETO et al., 2017](#)).

As puérperas deste estudo afirmaram que o manual educativo com orientações para o autocuidado da saúde tem aplicabilidade no cotidiano. Além disso, às puérperas relataram que gostaram do manual e sugeriram a ampliação de sua distribuição, além de ressaltarem a importância da divulgação das orientações referentes ao pós-parto e disponibilização do material para outras puérperas. Estes resultados vão de encontro aos achados do estudo de [Silva et al. \(2019\)](#), que reportou unanimidade na resposta favorável à satisfação de mulheres no pós-parto imediato após participarem de uma intervenção fisioterapêutica de educação em saúde. Além disso, os autores identificaram que a intervenção de educação em saúde foi benéfica ao sanar dúvidas das puérperas em relação ao pós-parto e que as mulheres participariam novamente de ações com o mesmo objetivo ([SILVA et al., 2019](#)). Assim, atividades com enfoque na puérpera são relevantes, uma vez que algumas pesquisas destacam que os cuidados e atividades educativos no puerpério tem enfoque principal ao cuidado do recém-nascido, e não na puérpera ([CORREA et al., 2014](#); [CORRÊA et al., 2017](#); [DODOU et al., 2017](#)). Entretanto, ao direcionar atenção ao processo de validação de materiais educativos, como um manual educativo, os profissionais da saúde e pesquisadores podem evitar a veiculação de um material sem cunho científico e incompatível às necessidades da população-alvo do material educativo ([MAIA et al., 2012](#)).

## CONCLUSÕES

O material educativo intitulado “Manual Maternar: *Cuide-se no pós-parto, a Fisioterapia ajuda você*” foi elaborado de acordo com a prática baseada em evidência. O conteúdo foi avaliado e modificado com base nas sugestões de juízes experientes na área de Fisioterapia em Saúde da Mulher. Além disso, o material educativo constituído por orientações fisioterapêuticas para o pós-parto pode ser considerado uma atividade relacionada à educação em saúde avaliada, de maneira positiva contextualmente e visualmente pela população-alvo (puérperas), sendo destacada como uma possível alternativa a ser praticada em encontros de educação em saúde.

## AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Assessoria a Projetos Educacionais e Comunicação (ASPEC), órgão suplementar do Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná, pela criação do design do “Manual Maternar”, conteúdo educativo de cuidados fisioterapêuticos no pós-parto direcionado à puérperas.

SUBMETIDO EM: 22 jul. 2020  
ACEITO EM: 10 mar. 2021

## REFERÊNCIAS

[BRANDON, T. et al.](#) Self-Help Booklets for Preventing Postpartum Smoking Relapse: A Randomized Trial. **American Journal of Public Health**, v. 102, n. 11, p. 2109-15, nov. 2012.

[BRASIL](#). Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Política nacional de atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília: Ministério da Saúde, 2004.

[BRASIL](#). Ministério Da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas-estratégicas. Área técnica de saúde da mulher. Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada – manual técnico. p. 162, 2005.

[BRASIL](#). Secretaria de atenção à saúde; núcleo técnico da política nacional de humanização. **Acolhimento nas práticas de produção de saúde**. Brasília, D.F.: Editora MS, 2009.

[BREHMER, L. C. DE F.; VERDI, M.](#) Acolhimento na Atenção Básica: reflexões éticas sobre a Atenção à Saúde dos usuários. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, n. suppl 3, p. 3569-78, nov. 2010.

[BURTI, J. S. et al.](#) Assistência ao puerpério imediato: o papel da fisioterapia. **Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba**, v. 18, n. 4, p. 193-8, dez. 2016.

[COFFITO - CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL](#). RESOLUÇÃO N°. 401/2011 – Disciplina a Especialidade Profissional de Fisioterapia na Saúde da Mulher e dá outras providências. Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3164>. Acesso em: 26 maio. 2020.

[CORREA, M. S. et al.](#) Women's Perception Concerning Health Care in the Post-Partum Period: A Meta-Synthesis. **Open Journal of Obstetrics and Gynecology**, v. 04, n. 07, p. 16-426, 2014.

[CORRÊA, M. S. M. et al.](#) Acolhimento no cuidado à saúde da mulher no puerpério. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, n. 3, 2017.

[DODOU, H. D. et al.](#) Educational practices of nursing in the puerperium: social representations of puerperal mothers. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 70, n. 6, p. 1250-8, dez. 2017.

[DRIUSSO, P. et al.](#) Are there differences in short-term pelvic floor muscle function after cesarean section or vaginal delivery in primiparous women? A systematic review with meta-analysis. **International Urogynecology Journal**, 15 fev. 2020.

[GALINDO NETO, N. M. et al.](#) Primeiros socorros na escola: construção e validação de cartilha educativa para professores. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 30, n. 1, p. 87-93, jan. 2017.

[GARUZI, M.; ROCHA, S. A.](#) Acolhimento na Estratégia Saúde da Família: revisão integrativa. **Rev Panam Salud Publica**, p. 6, 2014.

[GONÇALVES, M. DE S. et al.](#) Construção e validação de cartilha educativa para promoção da alimentação saudável entre pacientes diabéticos. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 32, p. 1-9, 2019.

[HOFFMANN, T.; WORRALL, L.](#) Designing effective written health education materials: Considerations for health professionals. **Disability and Rehabilitation**, v. 26, n. 19, p. 1166-73, 7 out. 2004.

[LIMA, L. E. A. et al.](#) Estimulação elétrica nervosa transcutânea de alta e baixa frequência na intensidade da dor pós-cesárea. v. 21, n. 3, p. 243-8, 2014.

[MAIA, E. R. et al.](#) Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil. **Revista de Nutrição**, v. 25, n. 1, p. 79-88, fev. 2012.

[MOURA, J. R. A. et al.](#) Construção e validação de cartilha para prevenção do excesso ponderal em adolescentes. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 32, n. 4, p. 365-73, ago. 2019.

[ODUNAIYA, N. A. et al.](#) Attitude and practices of obstetricians and gynecologists towards involvement of physiotherapists in management of obstetric and gynecologic conditions. **International Journal of Women's Health**, v. 5, p. 109-14, 8 mar. 2013.

[OLIVEIRA, S. C. DE; LOPES, M. V. DE O.; FERNANDES, A. F. C.](#) Development and validation of an educational booklet for healthy eating during pregnancy. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 22, n. 4, p. 611-20, ago. 2014.

[POLIT, D. F.; BECK, C. T.](#) The content validity index: Are you sure you know what's being reported? critique and recommendations. **Research in Nursing & Health**, v. 29, n. 5, p. 489-97, out. 2006.

[REBERTE, L. M.; HOGA, L. A. K.; GOMES, A. L. Z.](#) Process of construction of an educational booklet for health promotion of pregnant women. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 20, n. 1, p. 101-8, fev. 2012.

[RYAN, L. et al.](#) Evaluation of Printed Health Education Materials for Use by Low-Education Families: Suitability and Readability of Materials. **Journal of Nursing Scholarship**, v. 46, n. 4, p. 218-28, jul. 2014.

[SANTANA, L. S. et al.](#) Utilização dos recursos fisioterapêuticos no puerpério: revisão da literatura. v. 39, n. 5, p. 245-50, mai. 2011.

[SILVA, J. B. DA \*et al.\*](#) Satisfação de puérperas após intervenção fisioterapêutica em educação em saúde. **Saúde e Pesquisa**, v. 12, n. 1, p. 141, 4 mar. 2019.

[SIMULA, A. S. \*et al.\*](#) Transcultural adaption and preliminary evaluation of “understanding low back pain” patient education booklet. **BMC Health Services Research**, v. 19, n. 1, dez. 2019.

[TEHRANIAN, A. \*et al.\*](#) Application of Autologous Platelet-Rich Plasma (PRP) on Wound Healing After Caesarean Section in High-Risk Patients. **Iranian Red Crescent Medical Journal**, v. 18, n. 7, 17 mai. 2016.

[TELES, L. M. R. \*et al.\*](#) Development and validating an educational booklet for childbirth companions. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 48, n. 6, p. 977-84, dez. 2014.

[TIERNEY, N. \*et al.\*](#) Incidence of wound complications after cesarean delivery: is suture closure better? **The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine**, v. 30, n. 16, p. 1992-6, 18 ago. 2017.

[VASCONCELOS, S. S. \*et al.\*](#) Validação de uma cartilha sobre a detecção precoce do transtorno do espectro autista. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 31, n. 4, 21 dez. 2018.

[WILD, C. F. \*et al.\*](#) Validation of educational booklet: an educational technology in dengue prevention. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, n. 5, p. 1318-25, out. 2019.

[XIMENES, M. A. M. \*et al.\*](#) Construção e validação de conteúdo de cartilha educativa para prevenção de quedas no hospital. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 32, n. 4, p. 433-41, ago. 2019.