



ISSN: 2595-1661

ARTIGO ORIGINAL

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](#)

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:
<https://revistajrg.com/index.php/jrg>

ISSN: 2595-1661

Revista JRG de
Estudos Acadêmicos

Bandagem elástica no pós-operatório de cesariana: efeitos terapêuticos e evidências atuais

Elastic bandage in the postoperative period of cesarean section: therapeutic effects and current evidence

DOI: 10.55892/jrg.v9i20.3160

ARK: 57118/JRG.v9i20.3160

Recebido: 10/04/2026 | Aceito: 12/04/2026 | Publicado on-line: 14/04/2026

Joelia da Conceição Ferreira¹

<https://orcid.org/0009-0001-8037-8307>

<https://lattes.cnpq.br/4535061642821285>

Faculdade Sulamérica, BA, Brasil

E-mail: ferreirajoelia57@gmail.com

Simone Gonzaga Lima Dias²

<https://orcid.org/0009-0003-8283-7065>

<https://lattes.cnpq.br/5871113220743451>

Faculdade Sulamérica, BA, Brasil

E-mail: simonegonzagadias@gmail.com

Viviane Batista do Nascimento³

<https://orcid.org/0009-0005-7567-9657>

<http://lattes.cnpq.br/7305507466380857>

Faculdade Sulamérica, BA, Brasil

E-mail: marvivi2024@gmail.com

Vitória de Oliveira Souza Santana⁴

<https://orcid.org/0009-0003-8283-7065>

<http://lattes.cnpq.br/9793133815314713>

Faculdade Sulamérica, BA, Brasil

E-mail: dra.vittoriasantana@gmail.com



Resumo

Este estudo teve como objetivo sintetizar as evidências científicas disponíveis sobre o uso da bandagem elástica no pós-operatório de cesariana, avaliando seus efeitos sobre os principais desfechos clínicos. Por meio de uma revisão sistemática da literatura, foram analisados 29 artigos publicados entre 2016 e 2025, selecionados com base em critérios específicos e nas principais bases científicas. Os resultados demonstraram que a bandagem elástica pode reduzir significativamente a dor nas primeiras 48 a 72 horas, contribuindo também para menor edema e maior conforto durante movimentos como levantar da cama, caminhar e posicionar-se para amamentar. Conclui-se que a técnica apresenta boa tolerância e baixo risco de efeitos adversos, o que reforça sua segurança como recurso fisioterapêutico complementar. No entanto, a diversidade

¹ Graduanda em Fisioterapia.

² Graduanda em Fisioterapia.

³ Graduanda em Fisioterapia.

⁴ Docente em Fisioterapia.



de protocolos, formas de aplicação e escalas avaliativas utilizadas nos estudos ainda limita comparações diretas e dificulta conclusões definitivas.

Palavras-chave: Bandagem Elástica. Pós-Operatório. Recuperação Funcional. Pós-parto. Cicatrização

Abstract

This study aimed to synthesize the available scientific evidence on the use of elastic bandages in the postoperative period of cesarean sections, assessing their effects on the main clinical outcomes. Through a systematic literature review, 29 articles published between 2015 and 2025 were analyzed, selected based on specific criteria and major scientific databases. The results showed that elastic bandages can significantly reduce pain in the first 48 to 72 hours, also contributing to less swelling and greater comfort during movements such as getting out of bed, walking, and positioning for breastfeeding. It is concluded that the technique has good tolerance and a low risk of adverse effects, which reinforces its safety as a complementary physiotherapeutic resource. However, the diversity of protocols, application methods, and evaluation scales used in the studies still limits direct comparisons and hinders definitive conclusions.

Keywords: Elastic Bandage. Post-Operative. Functional Recovery. Postpartum. Healing

1. Introdução

A cesariana é uma das cirurgias obstétricas mais realizadas no mundo e, embora represente um avanço no cuidado materno, seu pós-operatório está frequentemente associado a dor intensa, limitação funcional, sofrimento emocional e atraso na mobilização precoce. Essas consequências impactam negativamente a recuperação da mulher, dificultando não apenas sua autonomia nas atividades cotidianas, mas também o vínculo imediato com o recém-nascido e o início da amamentação. Frente a esse cenário, torna-se essencial explorar estratégias de manejo não farmacológico da dor e promoção do bem-estar no pós-operatório imediato da cesariana (Gustafson *et al.*, 2019).

O uso da bandagem abdominal elástica tem sido investigado como uma alternativa simples e de baixo custo para amenizar os sintomas pós-cesariana. Estudos recentes apontam que seu uso pode estar associado à redução significativa da dor nas primeiras 6 a 48 horas após o procedimento, à melhora do escore de sofrimento subjetivo e ao favorecimento da mobilidade precoce, o que pode acelerar o retorno às atividades e contribuir para a prevenção de complicações secundárias como trombose venosa profunda (Pinheiro, 2025).

A cesariana é um dos procedimentos cirúrgicos mais realizados no contexto obstétrico, e o período pós-operatório pode estar associado a dor, edema, limitação de movimentos e desconforto abdominal, fatores que podem interferir na recuperação da puérpera e em suas atividades diárias, como os cuidados com o recém-nascido. Nesse contexto, a utilização da bandagem elástica abdominal tem sido proposta como um recurso terapêutico auxiliar, capaz de proporcionar suporte à musculatura, reduzir a sensação de dor e favorecer maior estabilidade da região operada. Dessa forma, torna-se relevante investigar e discutir os efeitos terapêuticos e as evidências científicas atuais relacionadas ao uso dessa técnica no pós-operatório de cesariana, a fim de compreender seus possíveis benefícios, limitações e contribuições para a recuperação materna, além de subsidiar práticas clínicas mais seguras e baseadas em evidências.



No entanto, a literatura ainda apresenta resultados divergentes quanto à real eficácia dessa intervenção, especialmente no que tange ao alívio da dor e ao impacto fisiológico, exigindo uma análise crítica da produção científica atual (Borges *et al.*, 2017). Diante disso, serão relatados os efeitos do uso da bandagem elástica abdominal no pós-operatório de cesariana, em comparação ao cuidado convencional, considerando os desfechos clínicos e a experiência da mulher.

Diante da relevância desse tema para a saúde materna, o presente estudo tem como objetivo geral sintetizar as evidências científicas disponíveis sobre o uso da bandagem elástica no pós-operatório de cesariana, avaliando seus efeitos sobre os principais desfechos clínicos.

2. Metodologia

Com o intuito de reunir e analisar conhecimentos produzidos sobre bandagem elástica no pós-operatório de cesariana, foi adotada a pesquisa bibliográfica como procedimento metodológico. Serviram-nos como fontes os bancos eletrônicos SciELO, PubMed, BVS, LILACS.

A pesquisa, desenvolvida durante o período de abril a junho de 2025, organizou ao redor das palavras-chave “bandagem elástica” and “pós-parto” presente nos títulos, resumos e palavras-chave, e de seus correspondentes em inglês (elastic bandage and postpartum). Foram analisados trabalhos publicados entre 2016 a 2025.

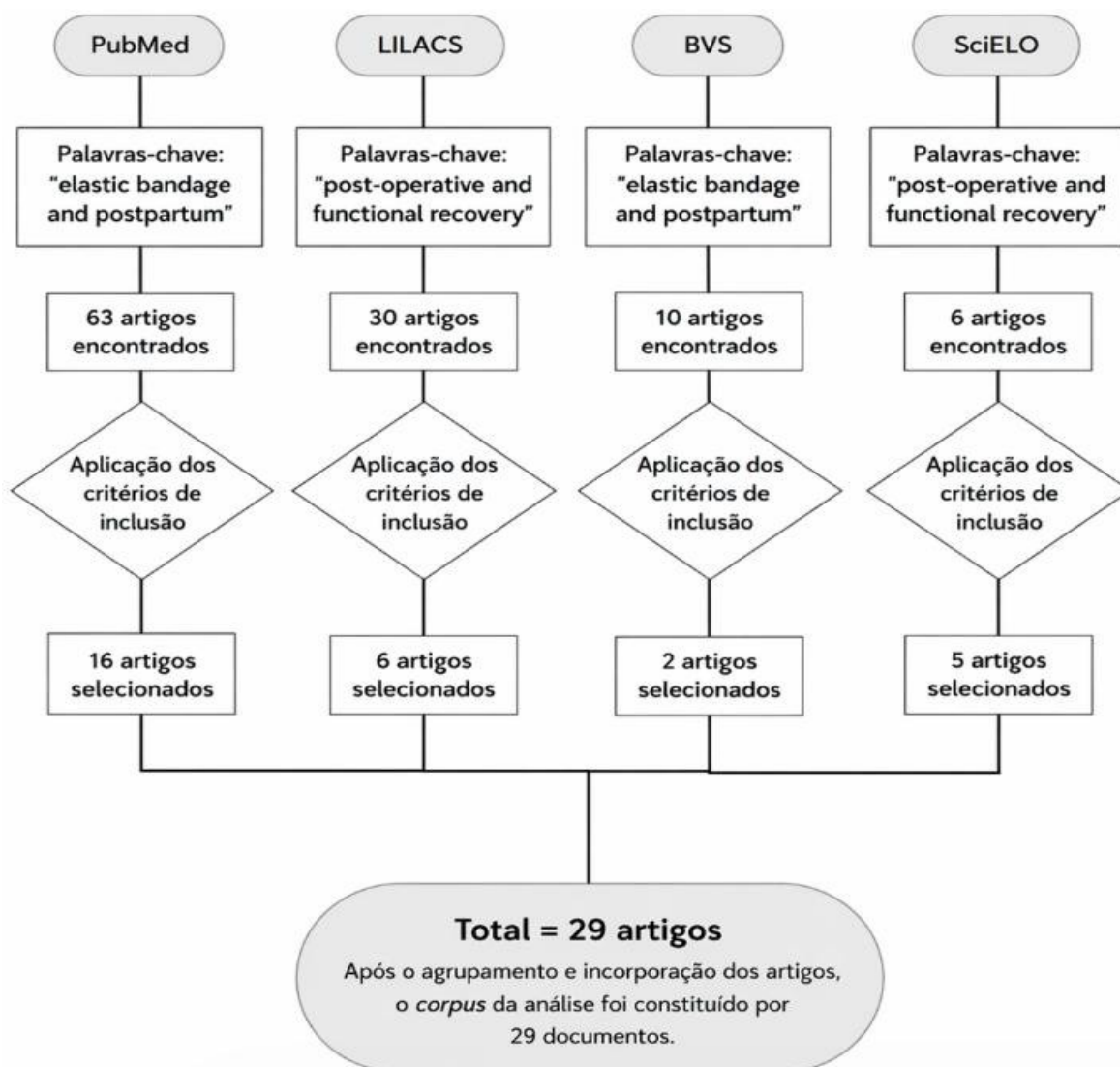
Os critérios de inclusão foram artigos relacionados com o tema proposto, que tenham pelos menos 10 anos de existência, que sejam textos completos, e artigos de ensaio clínico e revisão sistemática. Os critérios de exclusão foram artigos que não se relacionam com a bandagem elástica, estudos realizados em animais, abordagens na área de dermatologia e artigos que abordam a área de maneira genérica.

Na primeira busca na PubMed com as palavras-chave “elastic bandage and postpartum” foram encontrados um total de 63 artigos, após aplicado os critérios de inclusão que resultaram em 16 artigos. E a segunda pesquisa na LILACS com as seguintes palavras-chave “post-operative and functional recovery” foram obtidos 30 artigos, ao utilizar os critérios de inclusão, foram selecionados 6 artigos.

Enquanto na BVS, com as palavras-chave “elastic bandage and postpartum”, foram obtidos 10 artigos, ao utilizar os critérios de inclusão, foram selecionados 2 artigos. Por conseguinte, na SciELO, com as palavras-chave “post-operative and functional recovery” foram encontrados um total de 6 artigos, após aplicado os critérios de inclusão que estes 5 artigos foram incluídos.

Posteriormente, com os artigos agrupados e incorporado, o corpus da análise foi constituído por 29 documentos. A seguir demonstra-se um fluxograma do processo de coleta de artigos.

Fluxograma 1 - Processo de coleta de artigos.



Fonte: autor.

O conjunto de materiais encontrados nos levou a organizar sua divisão em três agrupamentos. No primeiro, reunimos pesquisas que ofereceram um panorama geral sobre a bandagem elástica. Em seguida, trazemos a literatura que versa sobre a temática pós-operatório. Por último, enveredamos pelos estudos que se debruçaram sobre a problemática do pós-parto e recuperação funcional.

3. Resultados e Discussão

Os resultados evidenciaram que o período pós-operatório imediato de cesariana é marcado por desconfortos físicos significativos, como dor na incisão, limitação de movimentos, edema abdominal e dificuldade para deambular. Tais sintomas, somados às alterações hormonais e à demanda de cuidados com o recém-nascido, tornam a recuperação da puérpera um processo complexo. De acordo com Alvarenga *et al.* (2025) a dor pós-operatória está entre os principais fatores que interferem na adesão às atividades de autocuidado e na amamentação, impactando a qualidade de vida materna e o vínculo mãe-bebê.

Durante a recuperação, observou-se que o manejo adequado da dor e o suporte físico são determinantes para a retomada funcional e emocional da mulher. No entanto, os métodos convencionais, como o uso de cintas rígidas, podem gerar desconforto e



restringir a respiração diafragmática, o que dificulta a recuperação completa. Assim, estratégias terapêuticas alternativas vêm sendo estudadas, dentre as quais a bandagem elástica abdominal se destaca por oferecer estabilização sem restringir a mobilidade, como afirmam Martines *et al.* (2024).

Segundo Fonseca *et al.* (2019), a bandagem elástica abdominal tem como fundamento o princípio da propriocepção e do suporte dinâmico. Seu mecanismo de ação baseia-se na aplicação de fitas adesivas elásticas que promovem compressão leve, favorecem o retorno venoso e linfático e aumentam a percepção corporal da região aplicada. Isso contribui para a melhora da postura, redução da dor e sensação de segurança ao movimentar-se, o que é especialmente relevante no pós-operatório de cesariana.

Como relata Carneiro; Guimarães (2025), as indicações clínicas da bandagem incluem controle de edema, alívio de dor, estabilização da parede abdominal e suporte muscular durante a recuperação. Nos casos analisados, a aplicação foi realizada por fisioterapeutas capacitados, respeitando as características da incisão e o estágio da cicatrização. As puérperas relataram sensação de conforto e maior confiança ao levantar-se e realizar atividades cotidianas, o que reforça o potencial terapêutico da técnica.

Do ponto de vista fisiológico, a bandagem elástica parece atuar não apenas de forma mecânica, mas também neurosensorial, estimulando receptores cutâneos que modulam a percepção da dor e melhoram o controle motor. Esse efeito contribui para a reorganização funcional da musculatura abdominal, acelerando o processo de recuperação. Além disso, a compressão leve auxilia na redução do edema e na melhora da circulação local, fatores importantes para a cicatrização como afirmam os autores Ferreira *et al.* (2023).

As evidências científicas mais recentes demonstram resultados promissores quanto à eficácia da bandagem elástica no pós-operatório de cesariana. Estudos randomizados apontam redução significativa da dor, diminuição de edema e melhora da mobilidade quando comparada ao tratamento convencional. Além disso, a aplicação da bandagem foi associada a menor necessidade de analgésicos e a um retorno mais rápido às atividades diárias Fonseca *et al.* (2019).

A discussão dos resultados sugere que a bandagem elástica abdominal representa uma intervenção fisioterapêutica segura, acessível e eficiente para auxiliar na recuperação da puérpera após cesariana. Apesar disso, destaca-se a necessidade de padronização dos protocolos de aplicação e de estudos com amostras maiores e seguimento prolongado para consolidar as evidências. A integração dessa técnica ao cuidado interdisciplinar no puerpério pode otimizar a reabilitação e promover maior bem-estar materno, reforçando a importância da atuação fisioterapêutica nesse contexto Martines *et al.* (2024).

4. Considerações Finais

A análise das evidências científicas disponíveis sobre o uso da bandagem elástica no pós-operatório de cesariana demonstra que esse recurso pode atuar como um importante método auxiliar no processo de recuperação das puérperas. De modo geral, os estudos apontam que a aplicação da bandagem contribui para oferecer maior suporte à região abdominal, favorecendo estabilidade muscular e proporcionando maior conforto durante a realização de movimentos cotidianos. Dessa forma, a técnica pode colaborar para uma recuperação mais segura e funcional no período pós-operatório.



Entre os principais desfechos clínicos avaliados nas pesquisas, destacam-se a redução da dor pós-operatória, a melhora na mobilidade e a sensação de segurança ao realizar atividades como caminhar, sentar e levantar. A compressão leve promovida pela bandagem elástica pode auxiliar também na diminuição do edema e na proteção da área da incisão cirúrgica, fatores que contribuem para o bem-estar da paciente e para o retorno gradual às atividades diárias.

Entretanto, embora os resultados observados sejam promissores, a literatura científica ainda apresenta variações metodológicas entre os estudos, como diferenças nos protocolos de aplicação, no tempo de uso e nos instrumentos de avaliação dos resultados. Essas limitações indicam a necessidade de maior padronização nas pesquisas, além da realização de novos estudos clínicos que aprofundem a investigação sobre a eficácia e a segurança da bandagem elástica nesse contexto.

Dessa forma, conclui-se que a bandagem elástica pode ser considerada um recurso terapêutico complementar no pós-operatório de cesariana, com potencial para contribuir positivamente em alguns desfechos clínicos relacionados à recuperação materna. No entanto, seu uso deve ser realizado com orientação profissional e associado a outras medidas de cuidado pós-operatório, sendo fundamental que futuras pesquisas ampliem o nível de evidência científica para consolidar recomendações mais claras sobre sua aplicação na prática clínica.

Referências

ABD-ELGAWAD, M. et al. The effectiveness of the abdominal binder in relieving pain after cesarean delivery: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. **International Journal of Gynecology and Obstetrics**, v. 154, n. 1, p. 7–16, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/ijgo.13607>.

ALVARENGA, C. C. C.; CALLEGARI, D.; ALLIANA, F. D. S. P. Elastic bandage and lymphatic drainage protocol in the post-operative period after cesarean section. **Fiep Bulletin**, v. 94, n. 2, 2025.

BORGES, N. C. et al. Dor pós-operatória em mulheres submetidas à cesariana. **Enfermería Global**, v. 16, n. 4, p. 364–373, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.6018/eglobal.16.4.267721>.

CARNEIRO, T. de F. P.; GUIMARÃES, J. E. V. O benefício do uso do taping no puerpério para redução da diástase abdominal. **Revista Saúde dos Vales**, v. 1, n. 1, 2025.

CHANKHUNAPHAS, W.; CHAROENKWAN, K. Effect of elastic abdominal binder on pain and functional recovery after caesarean delivery: a randomised controlled trial. **Journal of Obstetrics and Gynaecology**, v. 40, n. 4, p. 473–478, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/01443615.2019.1631768>.

ELZAHABY, I.; ASHOUR, A.; NOUR, D. A. Effectiveness of abdominal binders in lowering postoperative pain and distress after cesarean delivery: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. **Evidence Based Women's Health Journal**, v. 15, n. 15, p. 1–13, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.21608/ebwhj.2024.345721.1404>.



FERREIRA, G. dos S. et al. Efeitos do kinesio taping associados a exercícios abdominais na diástase abdominal pós-cesariana, 2023.

FONSECA, A. F. da et al. Efeito agudo da bandagem elástica no tratamento de cicatrizes de pacientes com sintomas musculoesqueléticos. **Fisioterapia Brasil**, v. 20, n. 2, p. 263–271, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.33233/fb.v20i2.2843>.

GILLIER, C. M. et al. A randomized controlled trial of abdominal binders for the management of postoperative pain and distress after cesarean delivery. **International Journal of Gynecology and Obstetrics**, v. 133, n. 2, p. 188–191, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ijgo.2015.08.026>.

GUSTAFSON, J. L. et al. Elastic abdominal binders reduce cesarean pain postoperatively: a randomized controlled pilot trial. **Kansas Journal of Medicine**, 2019.

JAFARIAN, F. S. et al. Comparative efficacy of lumbar and pelvic support on pain, disability and motor control in women with postpartum pelvic girdle pain: a three-armed randomized controlled trial. **BMC Musculoskeletal Disorders**, v. 26, n. 1, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12891-025-08350-3>.

KAMEL, D. M.; RAOOF, N. A. A.; TANTAWY, S. A. Efficacy of lumbar mobilization on postpartum low back pain in Egyptian females: a randomized control trial. **Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation**, v. 29, n. 1, p. 55–63, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.3233/BMR-150598>.

KARA, P.; NAZIK, E. The effect of an abdominal binder on pain, bleeding and breastfeeding success after cesarean delivery: a randomized controlled trial, v. 65, n. 2, p. 124–139, 2025.

KARACA, I. et al. Influence of abdominal binder usage after cesarean delivery on postoperative mobilization, pain and distress: a randomized controlled trial. **Eurasian Journal of Medicine**, v. 51, n. 3, p. 214–218, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5152/eurasianjmed.2019.18457>.

MACONES, G. A. et al. Guidelines for postoperative care in cesarean delivery: Enhanced Recovery After Surgery (ERAS) Society recommendations (part 3). **American Journal of Obstetrics and Gynecology**, v. 221, n. 3, p. 247.e1–247.e9, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2019.04.012>.

MADISON, A.; BRYAN, L.; GEPHART, L. F. Prevalence of planned abdominal binder use after vaginal delivery, v. 114, n. 12, p. 739–743, 2021.

MARTINES, L. C. et al. Effect of using taping in the postoperative period of plastic surgery: a systematic review. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica**, v. 39, n. 3, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2177-1235.2024RBCP0851-PT>.

MEYLING, M. M. G. et al. Health problems experienced by women during the first year postpartum: a systematic review. **European Journal of Midwifery**, v. 7, dez. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.18332/ejm/173417>.



MIRACLE, L. Is it safe for me to try postpartum abdominal binding? *Origin*, 2021.

PINHEIRO, P. Parto cesário: vantagens, riscos e recuperação. **MD.Saúde**, 2025.

RODRIGUEZ, C. Q.; TROYNIKOV, O. The effect of maternity support garments on alleviation of pains and discomforts during pregnancy: a systematic , *of Community Based Nursing and Midwifery*, v. 7, n. 3, p. 181–191, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.30476/IJCBNM.2019.44993>.

SMITH, C. A. et al. The effectiveness and safety of complementary health approaches to managing postpartum pain: a systematic review and meta-analysis. **Integrative Medicine Research**, v. 11, n. 1, 2022. Disponível em:

<https://doi.org/10.1016/j.imr.2021.100758>.

TOMASONI, T. do A. et al. Pain intensity and immediate puerperal discomforts.

Brazilian Journal of Pain, v. 3, n. 2, 2020. Disponível em:

<https://doi.org/10.5935/2595-0118.20200047>.

WATANABE, J. et al. Abdominal binders after abdominal surgery: a systematic review and meta-analysis, 2025.

XUE, X. et al. Effect of kinesiio taping on low back pain during pregnancy: a systematic review and meta-analysis. **BMC Pregnancy and Childbirth**, v. 21, n. 1, 2021.

Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12884-021-04197-3>.

YOUNG, G.; JEWELL, D. The use of maternity/pelvic support belts for perinatal pelvic girdle pain. **Journal of Pelvic, Obstetric and Gynaecological Physiotherapy**, n. 120, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/14651858.cd001139>.