

FISIOTERAPIA OBSTÉTRICA: importância do fisioterapeuta no período gestacional

Thayanne de Oliveira Trindade¹
Iara Vitoria de Souza Barbosa²
Juliana da Silva Grippo Dantas³

RESUMO

A fisioterapia é uma ciência que se usa de recursos terapêuticos para a prevenção e reestabelecimento de funções normais do corpo. Na fase gestacional, ocorrem diversas transformações fisiológicas. Logo, o objetivo desse estudo é apresentar a importância da atuação da fisioterapia no período gestacional. Quanto à metodologia, consiste em uma pesquisa bibliográfica de caráter exploratório. Foram encontrados 23 artigos dos quais 8 foram incluídos nos resultados, que informaram a importância da fisioterapia na gestação, destacando seus autores, objetivo do trabalho, os problemas enfrentados na gestação e as soluções encontradas. Concluindo que as maiores queixas são: as dores na lombar e incontinência urinária, trazendo como soluções o alongamento e fortalecimento muscular, pilates e hidroterapia no tratamento da lombalgia gestacional.

Palavras Chaves: Fisioterapia obstétrica. Período gestacional. Contribuições do fisioterapeuta.

1 Artigo científico apresentado à disciplina Trabalho de Conclusão de Curso, como requisito necessário para obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia, em 2023.

2 Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia da Faculdade Católica do Rio Grande do Norte. E-mail: tata_rn@hotmail.com souzaiaravitoria@gmail.com

3 Docente do Curso de Graduação em Fisioterapia da Faculdade Católica do Rio Grande do Norte. E-mail: jugrippodantas@gmail.com



OBSTETRIC PHYSIOTHERAPY: the importance of the physiotherapist during pregnancy.

ABSTRACT

Physiotherapy is a science that uses therapeutic resources for the prevention and reestablishment of normal body functions. In the gestational phase, several physiological transformations occur. Therefore, the objective of this study is to present the importance of the performance of physiotherapy in the gestational period. As for the methodology, it consists of an exploratory bibliographical research. Eight articles were selected that reported the importance of physiotherapy during pregnancy, highlighting their authors, the objective of the work, the problems faced during pregnancy and the solutions found. Concluding as bigger complaints lumbar pain and urinary incontinence, exposing solutions such as: Stretching and muscle strengthening, pilates and hydrotherapy in the treatment of gestational low back pain..

Keywords: Obstetric physiotherapy. Gestational period. Physiotherapist contributions.

1 INTRODUÇÃO

A gravidez, por ser vista como uma situação conquistada pela mulher em período fértil, que proporciona mudanças de vários tipos no corpo feminino, passou a colaborar para o crescimento, como profissão, desse novo campo de atuação da fisioterapia na saúde da mulher, a obstetrícia, dando assim ao fisioterapeuta uma relevância crescente como profissional apto para tratar os possíveis problemas musculoesqueléticos e neuromusculares da gravidez, suavizar as algias existentes pelas mudanças biomecânicas e orientar sobre a execução das atividades de vida diária bem como a vida profissional, evoluindo, assim, a qualidade de vida das gestantes (Souza, 2002).

A fisioterapia é um estudo utilizado por objeto de conhecimentos do movimento humano em todas as suas maneiras de expressão e competências, tanto nas mudanças patológicas quanto nas repercussões psíquicas e orgânicas (Crefito, 2008).

A ginecologia e obstetrícia são campos pouco utilizados pela fisioterapia, mas de grande relevância no atendimento obstétrico, proporcionando qualidade de vida gestante tanto no pré-parto como no pós-parto. A fisioterapia destinada aos cuidados obstétricos, particularmente, possui hoje uma série de recursos no intuito de tratar as mudanças comuns na gravidez ou na prevenção das várias disfunções características a ela (Mayo, 2008).

Sousa e Cunha (2014) afirmam que mesmo a Fisioterapia Obstétrica sendo um campo de atuação que se encontra em crescimento, a maioria dos hospitais e maternidades ainda não ofertam as suas gestantes um atendimento obstétrico acolhedor e humanizado, que de fato atenda suas necessidades, respeite sua individualidade e assegure satisfação para a família que acaba de crescer.

A fisioterapia tem um importante papel, adequado a um ambiente interdisciplinar, de acordo com a Portaria nº 154 de 24/01/2008, do Ministério da Saúde, experiências que ajudam às gestantes e aos seus familiares na prevenção e orientação quanto às várias mudanças gravídicas, dentro de seu núcleo de informação, existindo a perspectiva de um mesmo conteúdo ser debatido sob diferentes pontos de vistas (Strassburger; Dreher, 2006).

A fisioterapia obstetrícia é bastante importante para a gestante, por proporcionar redução do edema, melhora da circulação sanguínea, diminui as dores, através de diversos

recursos/técnicas, tais como: hidroterapia, drenagem linfática manual, método Pilates, exercício aeróbio.

Diante disso, o objetivo geral da pesquisa constitui em apresentar a importância da atuação da fisioterapia no período gestacional. Portanto, espera-se que o conhecimento obtido nesse estudo engrandeça a visibilidade das atribuições da fisioterapia na gravidez, buscando os benefícios que a prática oferece.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A gestação é o processo que aparece desde a fecundação até o parto, durando cerca de nove meses ou 40 semanas, e este período é geralmente dividido em três trimestres, onde são iniciadas mudanças fisiológicas, físicas e psicológicas. Portanto, podem ser criadas expectativas e dúvidas de como saber lidar com essas alterações, as quais podem causar inúmeros problemas de adaptação (Sola *et al.*, 2018).

O entendimento das gestantes sobre as mudanças geradas na gravidez está ligado ao aumento de peso, das mamas e do abdome, sendo que estas mudanças são destacadas de maneira diferente por cada mulher, conforme o período gestacional em que se encontra, sendo o segundo e terceiro ressaltados como períodos em que acontecem as mais significativas alterações corporais (Alves; Bezerra *et al.*, 2020).

A fisioterapia por muitos anos passou dificuldades em realizar suas funções e até mesmo ter o verdadeiro reconhecimento. Foi por meio de estudos e artigos que apresentaram a importância da participação dos fisioterapeutas durante a gestação que foi possível comprovar a importância de tais profissionais neste processo. Portanto, sua importância no período pré-parto se destaca, devido ser um momento de fragilidade, a atenção a esse estágio deve ser cautelosa, pois é nele em que a identificação e prevenção agem de melhor forma, assim como no pós-parto, onde há a promoção de vários benefícios, como a reeducação da função respiratória, alívio das dores, readaptação da percepção corporal, reeducação da musculatura abdominal, orientação sobre posturas corretas ao amamentar e nos cuidados do bebê (Ferreira; Medeiros; Lemos, 2021).

A especialidade profissional de Fisioterapia na Saúde da Mulher foi disciplinada por meio da Resolução COFFITO 401, de 18 de agosto de 2011. Dentre as especialidades do fisioterapeuta nesse âmbito, destaca-se o planejamento e a execução de programas de exercícios para gestantes, a prescrição e aplicação de técnicas e recursos fisioterapêuticos de analgesia no decorrer do trabalho de parto e a execução de orientações posturais e adaptações funcionais no pré e pós-parto (COFFITO, 2011).

É adequado ao fisioterapeuta contribuir para que a gestante adquira consciência corporal no intuito de eliminar esse processo algíco e auxiliará a aumentar a potencialidade de sua musculatura, em que o controle e coordenação serão pedidos no processo do parto. A mulher conhecedora a trabalhar a própria musculatura irá saber, de maneira consciente, aplicar técnicas de contração e relaxamento muscular que serão importantes no momento do parto (Zucco; Barreto, 2001).

Na análise de Andrade (2021), foram constatados os benefícios da fisioterapia na gestação, mostrando o fortalecimento do assoalho pélvico como uma prática que traz uma melhora da funcionalidade da musculatura pélvica, a massagem perineal e o Epi-no como maneira de prevenir episiotomias e lacerações perineais, os benefícios da hidroterapia, drenagem linfática e Pilates. Todas essas práticas e recursos ocasionam alívio do quadro algíco, melhorando a postura, ajudando para um crescimento do retorno venoso, possibilitando um parto mais rápido e confortável para a parturiente, e, também, relatou a importância do fisioterapeuta para prevenir, informando a gestante sobre as mudanças fisiológicas que acontecem na pele, ingestão de água, cuidados com a alimentação e a importância de exercício físico no período



gestacional.

O exercício físico no período da gravidez faz parte das recomendações do Colégio Americano de Obstetras e Ginecologistas (ACOG) desde os anos 90. É nomeado como uma prática segura, indicada para mulheres grávidas saudáveis, desde que a intensidade, duração e frequência do exercício sejam ajustadas às exigências de cada mulher. O exercício leve a moderado é indicado para todas as mulheres, mesmo aquelas com estilo de vida sedentário, mas que pretendem praticar algum tipo de atividade física na gravidez (Nascimento *et al.*, 2011).

Os exercícios fisioterapêuticos são positivos em toda a gestação, em especial no pré-parto, uma vez que organiza para o trabalho de parto, já que possibilita melhora na força, resistência, tolerância ao estresse físico e mental e até mesmo diminuição da dor. No momento do parto, a fisioterapia tem uma de suas maiores atribuições, a aceleração do parto através de caminhadas, pois está ligada à gravidade e andar de cócoras para dilatação do canal. Da mesma forma, a fisioterapia pode ajudar no fortalecimento e alongamento dos músculos do assoalho pélvico no pós-parto, amenizando o risco de lesões e mantendo suas funções completas (Santos; Barbosa, 2019).

Muitos métodos fisioterapêuticos podem ser feitos em gestantes de baixo risco para que diminuam as dores, proporcionando conforto e bem-estar, aumentando o relaxamento e em especial a confiança com o próprio corpo. É primordial o estímulo de algumas práticas como a deambulação, adoção de posturas verticais, exercícios respiratórios, alongamentos ativos e passivos, analgesia por meio da estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS), técnicas de relaxamento, massagens, hidroterapia e crioterapia (Sousa; Cunha, 2014).

A conscientização da gestante relacionada a sua postura deve ser obtida por meio do fisioterapeuta, assim como o desenvolvimento da potencialidade dos músculos com o intuito de propensão para o convívio com as exigências extras geradas pela gravidez e, conseqüentemente, o parto. Todo esse processo será feito por meio da anamnese e avaliação física (Souza, 2013).

O fisioterapeuta juntamente com outros profissionais da saúde pode dar auxílio à mulher grávida, pois o esclarecimento do autocuidado como a hidratação da pele, alimentação, ingestão hídrica, exercícios e recursos vistos como seguros para o período gestacional permitem à futura mãe viver este momento de intensas mudanças físicas e emocionais em harmonia com seu corpo, sem analisar risco a sua saúde e a do seu bebê (Zampronio, 2011).

3 METODOLOGIA

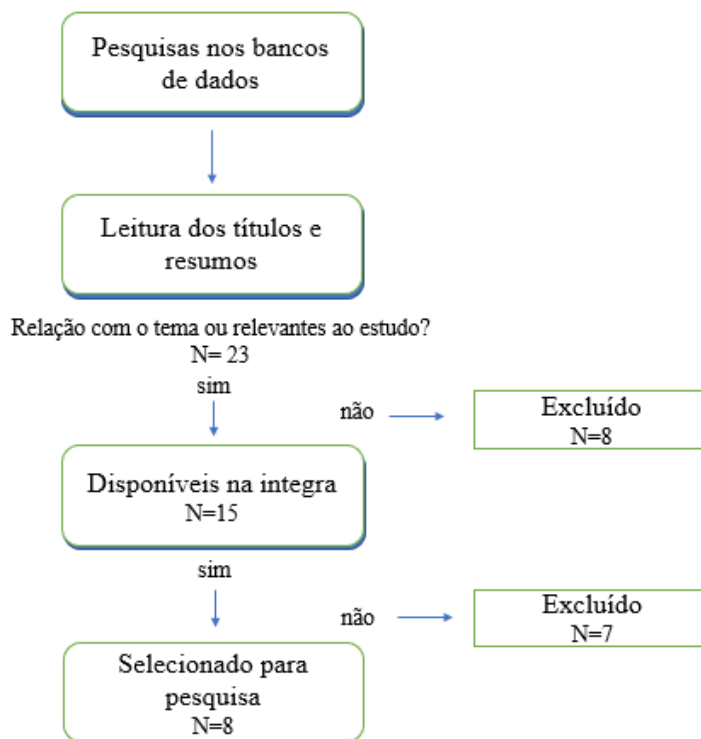
O estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica. Quanto ao objetivo, refere-se a uma pesquisa exploratória, conceituada por Gil (2007) por ser uma pesquisa que possibilita maior proximidade com o problema, com o propósito de fazê-lo mais explícito ou a criar hipóteses. A maior parte dessas pesquisas envolve: (a) levantamento bibliográfico; (b) entrevistas com pessoas que tiveram experiências práticas com o problema pesquisado; e (c) análise de exemplos que estimulem a compreensão (GIL, 2007).

O trabalho baseou-se em artigos originais, publicados na base de dados Scielo, Google acadêmico e periódicos. Os descritores da saúde usados para pesquisar os artigos foram: Fisioterapia Obstétrica, fisioterapia na gestação, contribuições do fisioterapeuta na gestação. Além dos artigos, foram consultados livros e monografias relacionadas à temática para construir o desenvolvimento. Desses materiais foram extraídas informações sobre a saúde da mulher, fisioterapia obstétrica e os tratamentos disponibilizados pela fisioterapia no período gestacional. A pesquisa foi realizada no período de abril e maio de 2023, os critérios de inclusão foram artigos com até 15 anos e os que mais se aproximavam do objetivo do atual trabalho. Os critérios de exclusão foram artigos que não apresentavam informações recentes e que tenham resultados distintos do que o autor buscava.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram pesquisados artigos com as palavras chaves descritas na metodologia (Fisioterapia Obstétrica, fisioterapia na gestação, contribuições do fisioterapeuta na gestação), encontrando assim, 23 artigos relacionados ao tema. Dos artigos pesquisados e selecionados para análise, todos foram realizados com dados colhidos no Brasil. Após aplicação dos critérios de exclusão e inclusão, obteve-se 8 artigos para estudo. Segue na Figura 1 fluxograma do processo de seleção dos artigos.

Figura 1 – Fluxograma referentes às etapas de seleção dos artigos utilizados na pesquisa



Fonte: Autoria própria (2023).

Foi realizada uma leitura aprofundada dos artigos e extraídas informações que serviram como base para as informações discutidas no presente artigo. Os dados dos arquivos foram organizados de forma breve e são apresentados na Tabela 1 a seguir.

Tabela 1 - Artigos selecionados para pesquisa

AUTOR	OBJETIVO	PROBLEMAS	RECURSOS FISIOTERAPEUTICOS
(TORRES, 2021)	Discutir o papel da fisioterapia durante o período gestacional, parto e pós-parto, compreender as mudanças fisiológicas	Presença de contrações uterinas, com intervalos regulares, e que não diminuem com o repouso, tendo como padrão contrátil a cada 3 - 5 minutos, com	Massagem, respiração lenta e profunda, termoterapia, imersão em água, aromaterapia, acupuntura, acupressão, biofeedback, musicoterapia, hipnose, reflexologia e livre

	da gestação e a importância da fisioterapia para a gestante, bem como, descrever os protocolos, técnicas e recursos utilizados no período gestacional, e conhecer as estratégias e métodos aplicados durante o parto e pós-parto.	contrações que duram de 20 a 60 segundos, bem como, o apagamento e dilatação progressiva do colo uterino.	posicionamento da parturiente.
(FERREIRA, 2022)	Relatar o papel da fisioterapia durante o período gestacional, conhecer as principais queixas relatadas pelas gestantes durante o período gestacional e descrever as principais técnicas utilizadas no tratamento das queixas.	Lombalgia e Dor Lombar	A reeducação postural global (RPG), a hidroterapia e a cinesioterapia.
(SOUZA; BRUGIOLO, 2012)	Descrever, através de revisão da literatura científica os benefícios da fisioterapia para o tratamento da dor lombar durante o período gestacional.	Desconforto músculo esquelético	Alongamento e fortalecimento muscular, RPG, pilates e hidroterapia no tratamento da lombalgia gestacional
(CASTRO, 2021)	Analisar os benefícios da atuação fisioterapêutica na gestação	Dores na lombar	Biofeedback eletromiográfico; palpção bidigital; avaliação da pressão de contração vaginal; testes, escalas e questionários de avaliação; sessões de fisioterapia domiciliar; kinesio taping; exercícios posturais, físicos, respiratórios e específicos.



(ZAMPRONIO, 2011)	Averiguar as alterações próprias da gravidez, responsáveis pelas modificações estéticas, e verificar as possibilidades de atuação da fisioterapia dermatofuncional nestas disfunções durante a gestação	Estrias, edema, celulite, varizes, ganho de peso, formação de melasma e acne.	Técnicas de drenagem linfática manual, limpeza de pele, massagem, dentre outras.
(FERREIRA; MEDEIROS; LEMOS, 2021)	Descrever as alterações sofridas pelo corpo e como a fisioterapia intervirá, apresentando sua importância no pré-parto e pós-parto normal.	Incontinência urinária	Fortalecimento do assoalho pélvico através de exercícios e estímulos para o ganho de força muscular dos membros inferiores, lombares e abdominais, assim como exercícios respiratórios, relaxamento, correção da postura, flexibilidade e alongamento.
(BARBOSA; SANCHES; SANTOS, 2022)	Discorrer sobre a atuação da fisioterapia no puerpério imediato	Flatulência, dor no local da incisão perineal ou de cesariana, cólicas abdominais, aparecimento de complicações nas mamas, proveniente da posição incorreta de amamentar, alterações nos músculos do assoalho pélvico.	Crioterapia, a cinesioterapia, a qual inclui a movimentação precoce, o treinamento dos músculos do assoalho pélvico, dos músculos abdominais e os exercícios respiratórios, estímulo à deambulação, adoção de posturas verticais, eletroterapia, com ênfase na Neuroeletroestimulação Trans Cutânea (TENS), massagens, banhos quentes.
(MARQUES; CARLOS, 2019)	Abordar a atuação e a aplicação da fisioterapia e da cinesioterapia nas diferentes disfunções da motricidade que consiste no conjunto de funções nervosas e musculares que permite os movimentos voluntários ou automáticos do corpo.	Incontinência urinária no pós-parto	Técnicas de fortalecimentos do assoalho pélvico como também é importante manter uma rotina de exercícios após o parto, visando manter a melhoria e a integridade muscular da região pélvica da paciente.

Fonte: Autoria própria (2023).

A Tabela 1 expôs sobre os autores as suas perspectivas e argumentos trazendo diferentes abordagens que enriquecem a discussão e proporcionam percepções valiosas para

compreendermos melhor o tema em análise. A seguir, examinaremos suas contribuições e pontos de vista em detalhes.

Torres (2021) afirma que no trabalho de parto e no pós-parto, a fisioterapia ajuda no controle e coordenação motora, favorecendo a gestante em posições que colaboram para o aumento da contratilidade, como também, técnicas que permitem diminuir a precisão do uso e medicamentos, tais métodos auxiliem no processo de parturição. No período puerperal ocorre analgesia, informa quanto aos cuidados com a mama e posturas ao cuidar do bebê, como, na reeducação da função respiratória e músculos do assoalho pélvico, estimulação do sistema circulatório e reconstituir a função intestinal.

Conforme Ferreira (2022), é possível confirmar a importância do papel do fisioterapeuta no período gestacional, as intervenções fisioterapêuticas estão direcionadas para trabalhar exercícios respiratórios, relaxamento, correção postural, flexibilidade, alongamento e reduzir o quadro de dor e possibilitar uma melhora na qualidade de vida das gestantes. O autor relatou que as gestantes sentem dificuldades no equilíbrio postural, dor na cintura pélvica, dor lombo pélvica e edema de membros inferiores. As técnicas de tratamento para esses problemas foram estudos relacionados ao jogo na realidade virtual, aplicação da fita elástica kisenio taping, atividade de sentar e levantar e drenagem linfática manual.

Souza e Brugiolo (2012) observaram que a maior parte de metodologias utilizadas hoje em dia são para o tratamento da lombalgia gestacional, estando incluso exercícios de alongamento e fortalecimento muscular, exercícios respiratórios e atividades na água. Os métodos mostraram eficiência na redução da dor lombar no período gestacional, além de melhorar a flexibilidade e a mobilidade do tronco, possibilitando melhora também da qualidade de vida e durante a execução das atividades de vida diária por estas mulheres.

Castro (2021) afirma que a função do fisioterapeuta é primordial no acompanhamento da gestante. O profissional pode atuar desde o assoalho pélvico à lombalgia, dores musculares, tratamento de diástase, entre outros, lançando mão de diversos recursos, como biofeedback eletromiográfico, palpação bidigital, avaliação da pressão de contração vaginal, testes, escalas e questionários de avaliação, sessões de fisioterapia domiciliar, kisenio taping, exercícios posturais, físicos, respiratórios e específicos. Destacando que a atuação do profissional é muito extensa e pode causar melhor qualidade de vida e diminuir desconfortos das pacientes no período sensível que é a gestação.

Conforme Zampronio (2011), ao organizar o tratamento para a gestante é importante não só conhecer as técnicas, como também as mudanças fisiológicas esperadas para o período gestacional, procedimento que permite ao fisioterapeuta constatar momentos de risco como a síndrome da hipotensão supina. Ao pôr em prática técnicas de drenagem linfática manual, limpeza de pele, massagem, dentre outras, a gestante pode ser situada em decúbito lateral, o que possibilitará o alívio da pressão feita pelo útero sobre as grandes veias abdominais e resulta na melhora da circulação sistêmica, cuidado simples que previne a síndrome da hipotensão supina e proporciona o bem estar e segurança da grávida.

Os autores Ferreira, Medeiros e Lemos (2021) notaram o quanto a fisioterapia na obstetrícia pode ajudar de maneira positiva na fase do pré e pós-parto normal na vida da gestante. A fisioterapia controlará para amenizar ao máximo o desconforto surgido em consequência das mudanças que ocorrem no corpo, expondo, então, a relevância do fortalecimento muscular, tornando o pré e pós-parto mais seguros e tranquilo, além de ajudar nos movimentos precisos no momento do parto. Diante disso, observou-se que no pré-parto o fisioterapeuta ajudará a gestante a ter uma melhor conscientização sobre o seu corpo, causando uma melhor postura corporal, cuidando da preparação da musculatura do assoalho pélvico, prevenção e tratamento das dores musculares e articulares, além de diminuir câimbras e edemas, solicita que a mesma execute exercícios de preparação para o parto, pois melhora a capacidade respiratória, evita que aconteça

a diástase abdominal e incontinência urinária.

Os autores Barbosa, Sanches e Santos (2022) concluíram que os problemas que acompanham o puerpério imediato são mostrados com alto índice da redução da qualidade de vida dessas mulheres, o que pode prejudicar notavelmente fatores psíquicos, físicos e sociais. Especialmente a Lombalgia. Evidencia-se um programa de exercícios de fortalecimento do Assoalho pélvico, uso da cinesioterapia para dores lombares e fortalecimento. De forma que estas práticas e recursos ajudem no retorno rápido às condições pré-gravídicas, provocando o retorno da funcionalidade.

De acordo com os autores Marques e Carlos (2019), a fisioterapia não está relacionada apenas às aplicações de técnicas específicas para o tratamento, é preciso que exista tanto uma atuação quanto a conscientização do que é o assoalho pélvico e qual a sua real funcionalidade. A incontinência urinária é apresentada por mudanças, que proporcionam resultados no campo pessoal e emocional na vida das pacientes. A paciente quando ainda gestante enfrenta problemas como sobrecarga no assoalho pélvico em que pode gerar mudanças na função da sustentação dos órgãos e do controle miccional. É perceptível que quando tratado precocemente a incontinência urinária permite que tenha melhoramento da força do assoalho pélvico, transmitindo consciência e função para a musculatura da puerpério.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados apresentados, foi possível atender o objetivo do trabalho expondo a importância da fisioterapia no período gestacional. Identificando os problemas mais frequentes nesse período e ditando soluções que auxiliem na melhoria de vida das gestantes. Esclarecendo que a intervenção fisioterapêutica pode evitar ou diminuir problemas como: disfunções do assoalho pélvico, alterações posturais, disfunções musculoesqueléticas, DMRA, fadiga, bem como complicações clínicas referentes ao sistema cardiovascular e respiratório, além de minimizar as possíveis dores e desconfortos que possam estar presentes.

Portanto, se faz relevante atualizações com frequência dos profissionais que atuam nessa área, visto que, a procura de técnicas especializadas na atuação direta às gestantes, auxiliando de maneira positiva para a saúde, proporcionando maior segurança aos assistidos por esses profissionais.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Débora. Importância do fortalecimento do assoalho pélvico em gestantes. 2021. Disponível em: <repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/1385>. Acesso em: 29 de abril de 2023.

BARBOSA, Ana Paula Prado; SANCHES, Gabriela de Oliveira Stucchi; SANTOS, Letícia Oliveira. Atuação da fisioterapia no puerpério imediato: revisão bibliográfica. 2022. 35 f. TCC (Graduação) - Curso de Fisioterapia, Universidade de Taubaté, Taubaté, 2022.

CASTRO, Heloísa Ribeiro de. Benefícios da fisioterapia na gestação. 2021. 25 f. TCC (Graduação) - Curso de Fisioterapia, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2021.

CREFITO 7. Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, 2008. Disponível em http://www.cref7.org.br/Topicos/Leis/portaria_154.pdf. Acessado em 29 de abril de 2023.

CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL. Resolução



401. Brasília, 18 de agosto de 2011.

FERREIRA, Rayane Christina Santos; MEDEIROS, Nathany Cristina Novena; LEMOS, Camila Souza. Fisioterapia na obstetrícia: atuação do fisioterapeuta no pré-parto e pós-parto normal. 2021. 28 f. **TCC (Graduação)** - Curso de Fisioterapia, Centro Universitário São José, Rio de Janeiro, 2021.

FERREIRA, Naiury Gonçalves. O papel do fisioterapeuta durante o período gestacional: uma revisão de literatura. 2022. 33 f. **Monografia (Especialização)** - Curso de Fisioterapia, Centro Universitário Vale do Salgado, Icó, 2022.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo, SP: Atlas, 2002.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

MAYO, Carline Tavares Rebel. Efeitos hemodinâmicos da fisioterapia em gestantes com doença hipertensiva específica da gravidez. **Perspectivas Online**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 8, p. 91-98, nov. 2008.

MARQUES, Keith Guimarães de Oliveira; CARLOS, Alan. O papel da Fisioterapia na conscientização do assoalho pélvico em gestantes e puérperas. In: **SIMPÓSIO INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS INTEGRADAS DA UNAERP**, não use números Romanos ou letras, use somente números Arábicos., 2019, Guarujá. Anais [...]. Guarujá: Fernando Lee, 2019. p. 1-16.

NASCIMENTO, S. L. et al. The effect of an antenatal physical exercise programme on maternal/perinatal outcomes and quality of life in overweight and obese pregnant women: A randomised clinical trial. **BJOG: An International Journal of Obstetrics and Gynaecology**, [S. l.], v. 118, n. 12, p. 1455–1463, 2011.

SANTOS, L. S.; BARBOSA, S. A. C. Intervenção fisioterapêutica na gestação e no parto de mulheres que realizam o pré-natal em unidade básica de saúde. 2019. 60 f. **Monografia (Bacharel em Fisioterapia)** – Unisalesiano, Lins, 2019.

STRASSBURGER, S. Z.; DREHER, D. Z. A Fisioterapia na atenção a gestantes e familiares: relato de um grupo de extensão universitária. **Scientia Medica (PUCRS)**, v. 16, p. 23-26, 2006.

SOLA, C. F. et al (2021). Sexualidade durante todas as fases da gravidez: experiências de gestantes. **Acta Paul Enferm.** 31(3):305-12.

SOUSA, D.P.F.; CUNHA, F.M.A.M. A Fisioterapia na preparação para o trabalho de parto: uma revisão integrativa. **EFDeportes.com**, ano 19, n. 195, 2014.

SOUZA, E. **Fisioterapia Aplicada à Obstetrícia**. 3 ed. Rio de Janeiro: Medsi, 2002.

SOUZA, Lilian Alvico de; BRUGIOLO, Alessa Sin Singer. Os benefícios da fisioterapia na lombalgia gestacional. **Estação Científica**, Juiz de Fora, v. 1, n. 1, p. 1-14, nov. 2012.

SOUZA, P. A et al. Percepção dos usuários da atenção básica acerca da consulta de enfermagem. **Rev. Min. Enferm.**, v. 17, n. 1, p. 11-17, jan./mar. 2013.

TORRES, Rayana Martins. Intervenção da Fisioterapia Pélvica e seus benefícios na gestação, parto e pós-parto. 2021. p. 67. **Trabalho de Conclusão de Curso** (Graduação em Fisioterapia) – Faculdade Pitágoras de São Luís, São Luis, 2021.

ZAMPRONIO, Franciele Pereira Castro. Atuação da fisioterapia dermatofuncional nas disfunções estéticas decorrentes da gravidez. 2011. 15 f. **Dissertação** (Mestrado) - Curso de Fisioterapia Dermato-Funcional, Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, Ijuí, 2011.

ZUCCO, F.; BARRETO, S. J. Fisioterapia na gravidez de risco. **Revista Fisio & Terapia**, Rio de Janeiro, ano 6, n.29, out./nov., 2001.

