

**DEBORA DA SILVA OLIVEIRA
KATRINE FAIOLI AZEVEDO**

**ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NA PREPARAÇÃO PARA O PARTO:
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

**DEBORA DA SILVA OLIVEIRA
KATRINE FAIOLI AZEVEDO**

**ASSISTÊNCIA FISIOTERAPÊUTICA NA PREPARAÇÃO PARA O PARTO:
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Artigo científico apresentado ao Centro
Universitário São Lucas Ji-Paraná - JPR,
como parte dos requisitos para obtenção de
nota da disciplina Trabalho de Conclusão
de Curso em Fisioterapia II no curso de
Fisioterapia, sob orientação da Professora
Leandra Cristina de Souza

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação - CIP

O48t Oliveira, Debora da Silva.

Assistência fisioterapêutica na preparação para o parto: revisão bibliográfica. / Debora da Silva Oliveira; Katrine Faioli Azevedo. – Ji-Paraná, 2023.

18 p; il.

Artigo Científico (Curso de Fisioterapia) – Centro Universitário São Lucas, Ji-Paraná, 2023.

Orientadora: Prof.^a Leandra Cristina de Souza.

1. Fisioterapia na gestação. 2. Fisiologia. 3. Gestação. 4. Fisioterapia. 5. Parto. I. Azevedo, Katrine Faioli. II. Souza, Leandra Cristina de. III. Título.

CDU 615.8:618.4

**DEBORA DA SILVA OLIVEIRA
KATRINE FAIOLI AZEVEDO**

**ASSISTENCIA FISIOTERAPEUTICA NA PREPARAÇÃO PARA O PARTO:
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Artigo científico apresentado ao Centro
Universitário São Lucas Ji-Paraná - JPR,
como parte dos requisitos para obtenção de
nota da disciplina Trabalho de Conclusão
de Curso em Fisioterapia II no curso de
Fisioterapia, sob orientação da Professora
Leandra Cristina de Souza

Ji-Paraná-RO, 20 de novembro de 2023.

Avaliação/Nota:

BANCA EXAMINADORA

Resultado: _____

Centro Universitário São Lucas, Professor (a) XXXXXXXXXXXX

Centro Universitário São Lucas, Professor (a) XXXXXXXXXXXX

Centro Universitário São Lucas, Professor (a) XXXXXXXXXXXX

SUMÁRIO

	PÁGINA DE TÍTULOS DO ARTIGO.....	06
	RESUMO.....	07
	ABSTRACT.....	08
1	INTRODUÇÃO.....	09
2	METODOLOGIA.....	11
3	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	13
4	CONCLUSÃO.....	16
5	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	17

Artigo científico a ser submetido à Revista NATIVA

Assistência fisioterapêutica na preparação para o parto – revisão bibliográfica

Débora da Silva Oliveira¹, Katrine Faioli Azevedo², Leandra Cristina de Souza³

¹ Débora da Silva Oliveira, Graduanda em Fisioterapia, Centro Universitário São Lucas - Afya Ji-Paraná, RO, Brasil. Av. Engenheiro Manoel Barata Almeida da Fonseca 542 Ji-Paraná/RO - Brazil - E-mail: d3bora108@gmail.com

² Katrine Faioli Azevedo, Graduanda em Fisioterapia, Centro Universitário São Lucas - Afya Ji-Paraná, RO, Brasil. Av. Engenheiro Manoel Barata Almeida da Fonseca 542 Ji-Paraná/RO - Brazil - E-mail: katrinefaioli@gmail.com

³ Leandra Cristina de Souza, Professora em Fisioterapia, Centro Universitário São Lucas - Afya Ji-Paraná, RO, Brasil. Av. Engenheiro Manoel Barata Almeida da Fonseca 542 Ji-Paraná/RO - Brazil - E-Mail: leandradesouza490@gmail.com

Resumo

A preparação do corpo para a gestação é crescente no cenário atual, a mulher procura cada vez mais aproveitamento, saúde e bem-estar durante toda a gestação. O fisioterapeuta especialista em saúde da mulher é o profissional que integra a equipe multiprofissional de assistência à mulher, em todas as fases da gestação, parto e pós-parto, orientando quanto às alterações fisiológicas, sobre a adoção de hábitos e preparação física visando à promoção da saúde e bem-estar da gestante. Diante disso, o estudo teve como objetivo identificar na literatura os benefícios da fisioterapia na atenção à mulher durante o período gestacional e preparação para o parto. O estudo trata-se de uma pesquisa de revisão de literatura realizada em bases de dados indexados: PubMed, SciELO, LILACS, Cochrane Library, através da delimitação do tema e levantamento bibliográfico. Os estudos sobre o treinamento do assoalho pélvico mostram que as intervenções fisioterapêuticas com: alongamentos, fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico levam a prevenção ou minimização dos sintomas da gestação, diminui as taxas de episiotomia e menor tempo de trabalho de parto. Quanto à massagem perineal os estudos trazem a redução de episiotomia, dor perineal e laceração. Já o método pilates proporciona o aumento da qualidade de vida, diminuindo o comprometimento funcional das gestantes. Sendo assim é possível concluir que a fisioterapia desempenha um papel indispensável durante o período gestacional e parto, o fisioterapeuta atua no alívio das dores e desconfortos gestacionais prepara o corpo para o parto e também para as alterações musculoesqueléticas decorrente da gestação, parto e pós-parto.

Palavras-chave: Fisioterapia na gestação, fisiologia, gestação, fisioterapia e parto.

Abstract

The preparation of the body for pregnancy is growing in the current scenario, the woman is seeking more and more enjoyment, health and well-being during the entire gestation. The physiotherapist specialist in women's health is the professional who integrates the multi-professional team of assistance to women, in all stages of gestation, childbirth and post-partum, guiding as to the physiological changes, on the adoption of habits and physical preparation aimed at the promotion of the health and well-being of the pregnant woman. In view of this, the study aimed to identify in the literature the benefits of physiotherapy in the attention to women during the gestational period and preparation for childbirth. The study is a literature review research conducted in indexed databases: PubMed, SciELO, LILACS, Cochrane Library, through the delimitation of the topic and bibliographic survey. Studies on pelvic floor training show that physiotherapeutic interventions with: stretching, strengthening of pelvic ground muscles lead to the prevention or minimization of gestation symptoms, decreases the rates of episiotomy and shorter labor time. As for perineal massage, the studies bring the reduction of episiotomy, pain in the perineum and laceration. The Pilates method provides an increase in the quality of life, decreasing the functional impairment of pregnant women. Thus it is possible to conclude that physiotherapy plays an indispensable role during the gestational period and delivery, the physiotherapist acts in relief of gestational pain and discomfort prepares the body for delivery and also for the musculoskeletal changes resulting from gestation, delivery and postpartum.

Key words: Physical Therapy in Pregnancy. Physiology. Gestation. Physiotherapy. Parturition.

1. Introdução

O desenvolvimento do corpo feminino passa por várias transformações ao longo da vida, dentre eles um dos períodos de grande transformação é o período gestacional, tendo em vista isto, nos dias atuais, é crescente a procura das gestantes pela preparação durante a gestação, para melhor aproveitamento da fisiologia e preservação emocional, assim a mulher também consegue mais autonomia sobre seu corpo, preservando a saúde e bem estar durante toda a gestação e parto (MARINHO & ANDRADE, 2022).

A saúde da mulher, incluindo obstetrícia e ginecologia foram durante muito tempo exclusivas da medicina, com o tempo foram se difundindo e tendo atuação de outros profissionais de saúde, inclusive o fisioterapeuta (MATIELLO et al. 2021).

A especialidade fisioterapia na saúde da mulher foi reconhecida pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO) em 2009, e regulamentado em 2011 pela Resolução N° 401 de 18 de Agosto de 2011, que dentre as áreas de atuação está incluída em seu artigo 5º e inciso III, a Assistência fisioterapêutica em obstetrícia. (COFFITO, 2014).

No que se diz a respeito de acompanhamento gestacional e preparação para o parto a fisioterapia pélvica irá auxiliar a mulher a se adaptar às mudanças físicas, que ocorrem durante a gravidez (MARINHO; ANDRADE, 2022).

A pelve é formada pelos ossos direito e esquerdo do quadril, formados pela fusão de três ossos: o ílio, localizado superiormente no osso do quadril; o ísquio, localizado posteriormente no osso do quadril e o púbis localizado anteriormente que se articulam através da sínfise púbica anteriormente, e pelo osso sacro que se articula posteriormente. A musculatura do assoalho pélvico (MAP) é composta pelos músculos pubovisceral, puborretal, e iliococcígeo, conhecidos também como levantadores do ânus, possui também o coccígeo, músculo transverso do períneo, bulbocavernoso e isquiocavernoso, toda essa musculatura é responsável por sustentar e elevar o assoalho pélvico, suportar a pressão intra-abdominal que aumenta na evacuação, micção e menstruação (BARACHO, 2018).

No decorrer do período gestacional, a musculatura do assoalho pélvico (MAP) sofre uma sobrecarga, pois, promove a sustentação dos órgãos e anexos embrionários além do peso do bebê, e com essa sobrecarga vem a diminuição da força muscular, relacionada às alterações biomecânicas e hormonais normais da gestação (NAGAMINE et al., 2021).

O primeiro trimestre da gestação é caracterizado por enjoos frequentes, urgência urinária e sensibilidade das mamas aumentadas. No segundo trimestre, ocorrem adaptações fisiológicas como: aumento do volume da circulação sanguínea, aumento de apetite e o

aparecimento da linha nigra, pequenos movimentos fetais já são perceptíveis a mulher. Já no terceiro trimestre, são notadas as mudanças posturais, resultado do crescimento abdominal e mamário, o centro da gravidade se desloca para frente, ocorre uma protusão associada a uma rotação interna dos ombros, lordose cervical e lombar também sofrem um aumento, anteversão pélvica, sobrecarga nos pés e hiperextensão dos joelhos (ANDRADE, 2021).

A grande maioria das mulheres experimentam algum desconforto músculo esquelético durante a gestação, e cerca de 25% delas têm sintomas temporariamente incapacitantes, muitas tendo que recorrer a tratamento medicamentoso (FREITAS; MATIAS, 2019).

Para o trabalho de parto, os ossos da pelve devem se movimentar por meio das articulações sacro-ilíacas, gradativamente aumentando o diâmetro que irá permitir a passagem do bebê pelo estreito inferior, e assim, o assoalho pélvico ganha mais extensibilidade para a passagem do bebê no final do período expulsivo, buscando evitar lesões ou minimizar as mesmas (STRUTZ et al., 2019).

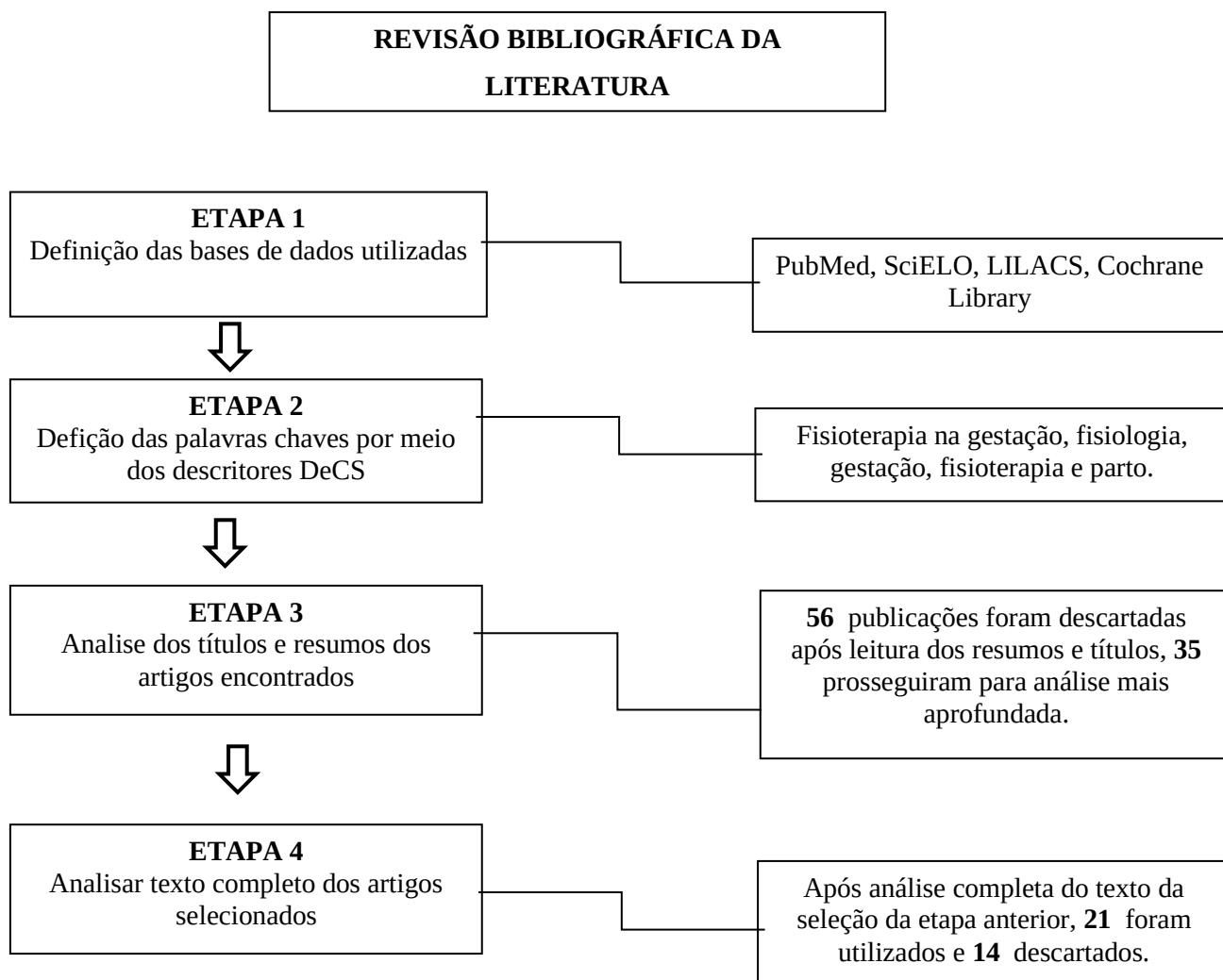
O fisioterapeuta especialista em saúde da mulher é um profissional capacitado para a integração da equipe multiprofissional para a assistência à mulher, em todas as fases da gestação, parto e pós parto, orientando quanto às alterações fisiológicas, sobre a adoção de hábitos e preparação física visando à promoção da saúde e bem estar da gestante (LEITE *et al.*, 2021).

Além de suportar o peso de todo o conteúdo gestacional e o feto, o MAP também se alonga em grande proporção durante o trabalho de parto, a fim de que se consiga uma boa abertura para o momento da expulsão. A fisioterapia vai atuar com exercícios respiratórios e aeróbicos para aumento da ventilação pulmonar, utiliza também técnicas de cinesioterapia para melhorar o desempenho do MAP, a massagem perineal para aumento de flexibilidade e relaxamento, e exercícios de percepção corporal, incluindo palpação, mobilizações pélvicas e o pilates (MATIELLO, 2021).

Diante do exposto, o objetivo deste estudo é identificar na literatura os benefícios da fisioterapia na atenção à mulher durante o período gestacional e preparação para o parto, por meio de uma revisão bibliográfica.

2. Materiais e métodos

Para este estudo, foi realizada uma pesquisa de revisão da literatura em bases de dados indexadas. As fases desta revisão consistiram em: definição do tema e critérios para a seleção dos estudos, bem como pesquisa e produção da revisão. O levantamento de artigos foi realizado nos periódicos indexados nas bases de dados: PubMed, SciELO, LILACS, Cochrane Library utilizando-se os descritores provenientes da plataforma DeCS: Physical Therapy in Pregnancy. Physiology. Gestation. Physiotherapy. Parturition, correspondentes ao idioma do banco de dados consultado; além disso, empregaram-se os operadores booleanos (and/or/not). Os critérios de inclusão para a seleção do estudo foram artigos científicos, incluindo ensaios originais e revisões, disponíveis eletronicamente, divulgados nas línguas portuguesa, inglesa ou espanhola, em periódicos nacionais e internacionais, entre os anos de 2013 a 2023. Os critérios de exclusão foram artigos em duplicidade, dissertações, tese, resumos, e artigos que não respondiam à problemática desta pesquisa.



Fluxograma 1: Etapas de seleção de artigos
Fonte: Autoria própria (2023)

3. Resultados Discussão

De acordo com a revisão bibliográfica realizada para este estudo, foram analisados os seguintes resultados significantes a assistência fisioterapêutica na gestação.

Autor/ Ano	Título	Tipo de estudo	Objetivo	Principais Resultados
BORBA et al. / 2021	Assistência fisioterapêutica no trabalho de parto.	Pesquisa qualitativa, descritiva e exploratória.	Verificar a percepção da puérpera frente à assistência fisioterapêutica recebida durante o trabalho de parto	Na percepção das puérperas a intervenção fisioterapêutica ajuda na redução do quadro algico, ansiedade, além de suporte emocional, confiança e segurança o que leva a uma experiência positiva e humanizada.
LEITE et al. / 2021	Atuação da fisioterapia na gestação.	Pesquisa qualitativa exploratória.	Investigar a influência na atuação da fisioterapia no período gestacional.	O trabalho do fisioterapeuta durante a gestação reflete de modo positivo na adaptação do corpo da gestante ao crescimento do feto.
MARINHO; ANDRADE/ 2022	Importância da fisioterapia pélvica na preparação para o parto natural: uma revisão integrativa.	Revisão integrativa.	Mostrar a importância da fisioterapia pélvica na preparação para o parto natural.	A atuação do fisioterapeuta na preparação para o parto natural tem impacto positivo na saúde e bem-estar da mulher, melhorando os desconfortos adquiridos durante o período gestacional.
SOUZA; NICIDA / 2019	A atuação da fisioterapia obstétrica: revisão de literatura.	Revisão Bibliográfica.	Informar sobre os benefícios do trabalho da Fisioterapia na área de obstetrícia, apontando a importância da atuação fisioterapêutica no pré-parto, parto e puerpério.	A Fisioterapia obstétrica por meio de exercícios, massagens, TENS e demais recursos, atua na prevenção de complicações e no alívio da dor e demais desconfortos vivenciados durante a gestação

Quadro 1: Síntese dos artigos dos autores que compuseram esta pesquisa após os critérios de exclusão e inclusão.

Em seu livro BARACHO, 2018 relata que normalmente as gestantes são encaminhadas ou buscam o acompanhamento fisioterapêutico para a prevenção de doenças, alívio de dores e desconfortos, e as disfunções do assoalho pélvico. A atuação do fisioterapeuta engloba a preparação da gestante para o parto, a prevenção das disfunções do assoalho pélvico, bem como a prescrição de exercícios para a prevenção e tratamento de disfunções músculo esquelética, dentre eles estão: exercícios de fortalecimento e alongamento específicos, correções e treinamento de padrões de movimentos, termoterapia, massoterapia, uso de órteses, correções ergonômicas e hidroterapia.

A fisioterapia pélvica na gestação ainda é pouco conhecida, principalmente em regiões mais pobres, por fatores socioeconômicos e até mesmo culturais, dito isso, Duarte *et al*, 2022., traz um estudo descritivo e transversal, sob abordagem qualiquantitativa, sobre o conhecimento acerca do tema abordado, utilizando 27 mulheres usuárias da Unidade básica de saúde (UBS), de seu município, os autores demonstram que de 27 entrevistadas, apenas 7 tinham conhecimento sobre a atuação do fisioterapeuta durante a gestação, 14 delas não sabiam que o fisioterapeuta atua durante o parto, e que 77% delas não sabiam que o fisioterapeuta atua também no pós parto.

Em um ensaio randomizado dirigido por Gallo *et al*. (2013) onde o objetivo do estudo foi a verificação da eficácia da massagem no alívio da dor na fase ativa do trabalho de parto, utilizando a escala visual analógica de 100mm, contou com 46 participantes, sendo 26 do grupo experimental e 26 do grupo controle. As participantes do grupo experimental receberam massagem lombar de 30 min por um fisioterapeuta durante a fase ativa do trabalho de parto, o grupo controle recebeu a visita de outro fisioterapeuta no mesmo período, mas respondeu apenas às perguntas. Ao final da intervenção, a intensidade da dor no grupo controle foi de 52 mm no grupo experimental e 72 mm no grupo controle. Os grupos não tiveram diferenças significativas nos demais desfechos relacionados à dor. As pacientes de ambos os grupos mostraram-se satisfeitas com o atendimento prestado pelo fisioterapeuta.

Lima *et al* (2021) descreve que as intervenções fisioterapêuticas durante a gravidez levam a prevenção ou a minimização de sintomas durante o período gestacional, parto e pós-parto o que proporciona a melhora da qualidade de vida das gestantes. Dentre as técnicas descritas estão o treinamento muscular do assoalho pélvico (TMAP) que visa fortalecer a musculatura do assoalho pélvico, aumenta o controle das alterações músculo esqueléticas ocorridas durante a gestação e pode prevenir e ou tratar a incontinência urinária, e a massagem

perineal que ao ser realizada visa aumentar a flexibilidade dos músculos perineais e reduzir a resistência possibilitando que o períneo se alongue durante o expulsivo evitando lacerações.

Um estudo experimental dirigido por Sarkar *et al.* (2023) aponta o impacto do antes e depois da intervenção fisioterapêutica no alívio da lombalgia em gestantes. O estudo contou com 45 pacientes, destes, 30 pacientes relataram estar com dor na lombar. Após a intervenção fisioterapêutica com um protocolo onde estão incluídos alongamentos, exercícios isométricos e massagem terapêutica, houve a diminuição da intensidade da dor. Após 4 semanas de intervenção, 11 pacientes permaneceram inalteradas, 15 melhoraram e 4 pacientes foram curadas.

Monguilhott *et al.* (2022) apresenta em um estudo piloto de ensaio clínico randomizado a utilização da massagem perineal durante o pré-natal para prevenção de trauma. As amostras do estudo foram divididas em grupo de intervenção (GI), onde foi aplicado a técnica de massagem perineal, e grupo de controle (GC), que seguiram com o protocolo convencional de pré-natal. As mulheres do GI mostraram uma maior tendência a integridade perineal após o parto, entretanto não houve diferença significativa estatisticamente em relação ao trauma com relação aos dois grupos, mas a necessidade de sutura após o parto foi predominante nas mulheres do GC.

Um ensaio clínico randomizado e controlado com 108 gestantes primíparas realizado por Ugwu *et al.* (2018), no Hospital Universitário da Universidade da Nigéria, Enugu, demonstra a efetividade da massagem perineal pré-natal na redução do trauma perineal. O grupo de intervenção recebeu a massagem perineal, enquanto o grupo controle não recebeu. As gestantes que receberam a massagem perineal demonstraram mais chances de manter o períneo íntegro após o parto natural, bem como a diminuição da incidência de episiotomia, e diminuiu a chance de desenvolvimento de incontinência de flatos após o parto sem o aumento de complicações maternas e neonatais.

Ferreira (2017), em um estudo clínico randomizado relata sobre os efeitos do pilates durante a gestação, para isso foram selecionadas 50 gestantes primíparas, essas foram separadas em Grupo Pilates, onde foi aplicado o método pilates, e grupo de controle, no qual foi aplicado técnicas tradicionais de fisioterapia. Ambos os grupos foram avaliados antes da intervenção, por volta da 12^o a 14^o semana, e também depois, entre a 34^o e a 36^o semana. Como resultado desse estudo, não se notou grande diferença entre os métodos em relação a intensidade da dor, e ambas proporcionaram aumento na qualidade de vida, porém as gestantes que foram submetidas ao método pilates apresentaram menor comprometimento funcional quando comparado ao grupo controle.

4. Considerações Finais

Com base nas informações obtidas mediante a revisão dos autores selecionados, concluímos que a fisioterapia desempenha um papel indispensável durante todo o período gestacional e parto. O fisioterapeuta especialista em saúde da mulher atua no alívio das dores e desconfortos gestacionais, prepara o corpo feminino para o parto e também para as alterações musculoesqueléticas advindas da gestação, parto e pós-parto.

No entanto, é importante destacar que há uma defasagem no conhecimento sobre a atuação do fisioterapeuta, especialmente em regiões mais pobres. Devido a fatores socioeconômicos e culturais, muitas mulheres nessas regiões acabam sendo privadas de informações importantes sobre os benefícios da fisioterapia durante a gestação e o parto. Isso pode resultar em uma menor adesão a esses serviços e, conseqüentemente, em uma menor qualidade de vida para essas mulheres.

É fundamental, portanto, que sejam realizados esforços para ampliar o acesso à fisioterapia obstétrica em todas as regiões, especialmente aquelas com maior vulnerabilidade socioeconômica. Isso pode ser feito através da criação de programas de saúde específicos, da capacitação de profissionais de saúde e do incentivo à educação e conscientização da população sobre os benefícios da fisioterapia durante a gestação e o parto.

Almeja-se que as informações discutidas nessa revisão possam trazer benefícios para os profissionais de fisioterapia ou para outras partes que se mostrem interessadas, para que os benefícios das técnicas expostas nesse trabalho sejam cada vez mais disseminadas, assim será possível garantir que todas as mulheres tenham acesso a um atendimento de qualidade durante esse período tão importante de suas vidas, promovendo não apenas a saúde física, mas também a qualidade de vida e o bem-estar emocional das gestantes e das mães no pós-parto.

5. Referências

ALVES, Tuanne Vieira *et al.* Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o Período Gestacional / Main Physiological and Psychological changes during the management period. **Id On Line Revista de Psicologia**, [S.L.], v. 14, n. 49, p. 114-126, 28 fev. 2020. Lepidus Tecnologia. <http://dx.doi.org/10.14295/online.v14i49.2324>.

BARACHO, Elza. Fisioterapia Aplicada à Saúde da Mulher. Rio de Janeiro. Grupo GEN, 2018. E-book. ISBN 9788527733281. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527733281/>. Acesso em: 16 set. 2023.

BAVARESCO, Gabriela Zanella *et al.* O fisioterapeuta como profissional de suporte à parturiente. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 16, n. 7, p. 3259-3266, jul. 2011. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-81232011000800025>

BORBA, Eliza Orsolin de *et al.* Assistência fisioterapêutica no trabalho de parto. **Fisioterapia e Pesquisa**, [S.L.], v. 28, n. 3, p. 324-330, 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1809-2950/21000628032021>

CONSELHO FEDERAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL . **RESOLUÇÃO Nº 401 de 18 de AGOSTO DE 2011**. Disciplina a Especialidade Profissional de Fisioterapia na Saúde da Mulher e dá outras providências. Brasília – DF, 16 de maio de 2014. Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3164>. Acesso em: 16 set. 2023.

DUARTE, Camilla de Paula *et al.* Percepção das gestantes atendidas na atenção básica à saúde sobre a atuação fisioterapêutica obstétrica. **Revista Baiana de Saúde Pública**, [S.L.], v. 46, n. 3, p. 134-149, 30 set. 2022. Secretaria da Saúde do Estado da Bahia. <http://dx.doi.org/10.22278/2318-2660.2022.v46.n3.a3776>

FERREIRA, Letícia Rodrigues. Efeitos da intervenção fisioterapêutica por meio do método pilates na dor lombar em gestantes: ensaio clínico randomizado. 2017. 58 f. **Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Universidade Federal de Uberlândia**, Uberlândia, 2017. DOI <http://doi.org/10.14393/ufu.di.2017.189>

FREITAS, Ingrid Pereira de; MATIAS, Renata Helena de Oliveira. **Abordagem do fisioterapeuta no preparo do assoalho pélvico para o parto natural**. 2019. 27 f. TCC (Graduação) - Curso de Fisioterapia, Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos, Brasília, 2019.

GALLO, Rubneide Barreto Silva *et al.* Massage reduced severity of pain during labour: a randomised trial. **Journal Of Physiotherapy**, [S.L.], v. 59, n. 2, p. 109-116, jun. 2013. Elsevier BV. [http://dx.doi.org/10.1016/s1836-9553\(13\)70163-2](http://dx.doi.org/10.1016/s1836-9553(13)70163-2)

KEIL, Marina Joice *et al.* Fisioterapia em obstetrícia pelos olhos das gestantes: um estudo qualitativo. **Fisioterapia em Movimento**, [S.L.], v. 35, n., p. 2-7, ago. 2022. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/fm.2022.356017.0>.

LEITE, Radfan Naumann Oliveira *et al.* Atuação da Fisioterapia na Gestação / Performance of Physical Therapy in Pregnancy. **Brazilian Journal Of Development**, [S.L.], v. 7, n. 12, p.

119004-119011, 29 dez. 2021. South Florida Publishing LLC.
<http://dx.doi.org/10.34117/bjdv7n12-591>.

LEMOS, Andrea. **Fisioterapia Obstétrica Baseada em Evidências**. Rio de Janeiro: MedBook Editora, 2014. E-book. ISBN 9786557830239. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786557830239/>. Acesso em: 16 set. 2023.

LIMA, Eunice Grazielle *et al.* Intervenções fisioterapêuticas para os músculos do assoalho pélvico no preparo para o parto: revisão da literatura e proposta de manual de orientação. **Fisioterapia Brasil**, [S.L.], v. 22, n. 2, p. 216-232, 21 maio de 2021. Convergences Editorial. <http://dx.doi.org/10.33233/fb.v22i2.2882>.

MARINHO, Mariana Macedo Ribeiro; ANDRADE, Gabriela Melo de. IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA PÉLVICA NA PREPARAÇÃO PARA O PARTO NATURAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. **Revista Diálogos em Saúde**, S/L, v. 5, n. 1, p. 253-271, jan. 2022.

MATIELLO, Aline A.; MADEIRA, Flávia F. de S.VASCONCELOS, Gabriela S. de; et al. Fisioterapia Urológica e Ginecológica. Porto Alegre: Grupo A, 2021. E-book. ISBN 9786556902623. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786556902623/>. Acesso em: 16 set. 2023.

MONGUILHOTT, Juliana Jacques da Costa *et al.* Massagem perineal pré-natal para prevenção do trauma: piloto de ensaio clínico randomizado. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 35, p. 1-9, mar. 2022. A20cta Paulista de Enfermagem. <http://dx.doi.org/10.37689/actape/2022ao0381345>.

NAGAMINE, B. P.; DANTAS, R. da S.; SILVA, K. C. C. da. A importância do fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico na saúde da mulher. **Ressarce, Society and. and.**, [S. l.], v. 10, n. 2, p. e56710212894, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i2.12894. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/12894>. Acesso em: 11 abr. 2023.

NOLASCO, Juliana *et al.* Atuação da cinesioterapia no fortalecimento muscular do assoalho pélvico feminino: revisão bibliográfica. **E desportos**, Buenos Aires, v. 117, n. 12, p. 04-12, fev. 2008.

SARKAR, Pradip Kumar *et al.* A single group trial (before – after) on impact of physiotherapeutic intervention package on relief from low back pain of pregnant women. **Journal Of Family Medicine And Primary Care**, [S.L.], v. 12, n. 6, p. 1078-1082, Jun. 2023. Medknow. http://dx.doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1566_22.

STRUTZ, Kátia Regina *et al.* Conhecimento de gestantes sobre a fisioterapia pélvica. **Revista Interdisciplinar de Promoção da Saúde**, v. 2, n. 4, p. 179-184, 2019.

UGWU, Emmanuel Onyebuchi *et al.* Effectiveness of antenatal perineal massage in reducing perineal trauma and post-partum morbidities: a randomized controlled trial. **Journal Of Obstetrics And Gynaecology Research**, [S.L.], v. 44, n. 7, p. 1252-1258, 2 abr. 2018. Wiley. <http://dx.doi.org/10.1111/jog.13640>.

ZIZZI, P.T. *et al.* Força muscular perineal e incontinência urinária e anal em mulheres após o parto: estudo transversal. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, n. 51, 3214, p. 1-8, 2017.