

O CONHECIMENTO DE PUÉRPERAS SOBRE A ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA SAÚDE DA MULHER PRÉ E PÓS-NATAL

THE KNOWLEDGE OF POSTPARTUM WOMEN ABOUT THE ROLE OF PHYSIOTHERAPY IN PRE- AND POSTNATAL WOMEN'S HEALTH

Bruna Godinho Corrêa (ORCID: 0000-0002-3946-0632)¹
Laura Freitas Meyer (ORCID: 0009-0003-9880-441X)²
Juliana Krusser da Rosa (ORCID: 0009-0008-2367-5189)²
Estefânia Silveira de Moraes (ORCID: 0000-0002-6175-8830)³

¹ Programa de Pós-Graduação em Saúde e Comportamento, Universidade Católica de Pelotas.
² Fisioterapeuta, Universidade Católica de Pelotas.
³ Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Católica de Pelotas.

Autora correspondente:
Nome: Bruna Godinho Corrêa
E-mail: bruna.godinho@sou.ucpel.edu.br

Fonte de financiamento:
Não houve financiamento ou suporte financeiro.

Crédito de Autoria:
Todos os autores participaram da elaboração do manuscrito, assumindo publicamente a responsabilidade pelo seu conteúdo.

Informações sobre o trabalho:
Este manuscrito é oriundo de um trabalho de conclusão de curso em Fisioterapia.

RESUMO

Introdução: A gestação traz consigo mudanças anatômicas e fisiológicas a fim de adaptar o corpo da mulher às necessidades do feto. Essas alterações afetam a postura, o equilíbrio e a aparência da parede abdominal, resultando em queixas, como dores na região lombar e alterações de força ou de estética no abdômen. A partir disso, o profissional fisioterapeuta pode atuar durante todo o período pré-natal, desde a promoção de um programa de exercícios físicos para a gestante, seguindo as recomendações da Organização Mundial da Saúde, até o período pós-parto, em que atua na reabilitação e minimização de agravos oriundos da gestação. **Objetivo:** Avaliar o conhecimento de puérperas atendidas na rede do Sistema Único de Saúde (SUS) sobre a atuação da fisioterapia no período pré-natal e pós-parto. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo, cuja coleta de dados foi realizada em um hospital universitário na rede SUS, e os resultados foram demonstrados em frequência simples e relativa, média e desvio-padrão. **Resultados:** A amostra do estudo foi composta por 48 mulheres, das quais 81,3% relataram não ter conhecimento sobre o trabalho da fisioterapia no período gestacional e 93,8% informaram não ter buscado por fisioterapia durante ou após a gestação; todavia, a maioria da amostra relatou aumento de dor nas costas no período pós-parto (54,2%) e insatisfação com a aparência do abdômen (44%). **Conclusão:** Dessa forma, evidencia-se que, apesar da importância da fisioterapia durante todo o período gestacional, ela ainda é pouco conhecida entre as gestantes e possui baixa adesão.

Palavras-chave: saúde da mulher, fisioterapeutas, período pós-parto.

ABSTRACT

Introduction: Pregnancy brings anatomical and physiological changes to adapt the woman's body to the fetus's needs. These changes affect posture, balance, and the appearance of the abdominal wall, resulting in complaints such as lower back pain and alterations in abdominal strength or aesthetics. In this context, physiotherapists can play a role throughout the prenatal period, from promoting exercise programs for pregnant women following World Health Organization recommendations to the postpartum period, focusing on rehabilitation and minimizing pregnancy-related conditions. **Objective:** To assess the knowledge of postpartum women attended by the Unified Health System (SUS) about the role of physiotherapy during prenatal and postpartum periods. **Methods:** This was a cross-sectional, descriptive, and quantitative study conducted in a university hospital within the SUS network. Data were presented as simple and relative frequencies, means, and standard deviations. **Results:** The sample consisted of 48 women, of whom 81.3% reported not being aware of the role of physiotherapy during pregnancy, and 93.8% reported not seeking physiotherapy during or after pregnancy. However, most participants reported increased back pain during the postpartum period (54.2%) and dissatisfaction with abdominal appearance (44%). **Conclusion:** Despite the importance of physiotherapy throughout the gestational period, it remains underrecognized and poorly adhered to by pregnant women.

Keywords: Women's health, physical therapists, postpartum period.

INTRODUÇÃO

O período pré-natal diz respeito ao momento da concepção até o parto do recém-nascido e é caracterizado por mudanças na vida da mulher em diferentes aspectos, tais como anatômicos, fisiológicos e psicossociais¹. Entre as alterações, têm-se as ligadas ao sistema musculoesquelético, como a diástase abdominal, com prevalência de 30,3% 12 meses após o parto², o enfraquecimento da musculatura do assoalho pélvico, em que 31,3% das mulheres que apresentam essa disfunção possuem sintomas leves de incontinência urinária³, além de alterações posturais, como lombalgias e cervicalgias, e problemas respiratórios decorrentes da pressão exercida sobre o diafragma⁴.

Ao analisar as alterações decorrentes da gestação, é evidente a importância do acompanhamento pré-natal. Todavia, a equipe básica responsável pelo acompanhamento da gestante é composta por profissionais da medicina e enfermagem, não contando com um fisioterapeuta no nível de atenção básica à saúde⁵. Acrescenta-se a isso que a atividade física durante a gestação é recomendada pelas Diretrizes da Organização Mundial da Saúde de 2020, sendo considerada segura e eficaz na redução do risco de diabetes gestacional, diástase do músculo reto abdominal e gravidade da dor pélvica. Além disso, melhora a resistência cardiorrespiratória, controla

o ganho de peso, aumenta a flexibilidade, promove a melhora do sono e da sensação de bem-estar⁶. Dito isso, a atuação do fisioterapeuta no período pré-natal inicia-se com a promoção de um programa de exercícios adequados à individualidade de cada gestante, de forma a incentivar a atividade física durante a gestação, a preparação para o parto natural, se for do desejo da gestante, e a prevenção de possíveis alterações deletérias no corpo da mulher⁷.

Ademais, no período pós-parto, a fisioterapia desempenha um papel essencial na reabilitação, na prevenção e no manejo de alterações associadas ao período gestacional. Além disso, orienta sobre posições adequadas para amamentação, contribui para a reeducação da função respiratória, promove o alinhamento postural, estimula os sistemas circulatório e intestinal, alivia os desconfortos decorrentes do parto, auxilia na reeducação da musculatura do assoalho pélvico, favorece a deambulação precoce e trata condições como diástase abdominal e outras disfunções musculoesqueléticas comuns entre as mulheres nesse contexto⁸.

A partir desse cenário, o objetivo do estudo foi avaliar o conhecimento de puérperas atendidas na rede do Sistema Único de Saúde (SUS) sobre a atuação da fisioterapia no período pré-natal e pós-parto a partir de suas experiências.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e quantitativo. Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário padrão, criado pelas próprias pesquisadoras, que, antes da aplicação, foi avaliado por especialista na área de Saúde da Mulher quanto à clareza, relevância e adequação do conteúdo, sendo posteriormente testado para verificar sua aplicabilidade ao público-alvo em estudo-piloto com cinco puérperas.

Durante a coleta de dados, o questionário foi aplicado no formato de entrevista, envolvendo questões abertas e fechadas a respeito de características socio-demográficas, englobando idade, escolaridade e estado civil. Sobre as variáveis relacionadas à gestação e ao conhecimento da fisioterapia, as mães foram questionadas com perguntas sobre realização de pré-natal, planejamento da gestação, preocupação com a aparência abdominal durante e pós-gestação e questionamentos gerais a respeito da fisioterapia.

Como população-alvo, o estudo teve puérperas internadas na maternidade de um hospital universitário na cidade de Pelotas-RS, no período de 4 de agosto a 25 de outubro de 2023. As pacientes selecionadas tinham idade igual ou superior a 18 anos e estavam no período pós-parto (do 1º dia pós-parto ao dia da alta hospitalar, por volta do 8º dia pós-parto).

Para análise e processamento dos dados, foi utilizado o *software* Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 26.0, com análise de dados descritos em frequência simples e relativa, média e desvio-padrão. A coleta de dados só foi iniciada após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Católica de Pelotas, sob parecer nº 6.174.140, e após as participantes aceitarem integrar a pesquisa mediante o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Todos os aspectos éticos e legais pertinentes foram devidamente observados e respeitados, seguindo os dispostos na Declaração de Helsinque nas Resoluções nº 196/96 e nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS

A amostra final foi composta por 48 mulheres, sendo a maioria com idades entre 24 e 30 anos (média $27,25 \pm 5,51$ anos), 81,3% autodeclaradas brancas, 77,1% solteiras e com escolaridade, em sua maioria, ao nível de ensino médio (50%). Nas questões relacionadas ao período gestacional, 57,4% relataram a gravidez como não planejada e, quando questionadas sobre o tipo de parto, 60,4% realizaram parto natural e 93,8% compareceram às consultas de pré-natal (Tabela 1).

Tabela 1. Descrição das variáveis sociodemográficas e do período gestacional das puérperas de um hospital da cidade de Pelotas-RS (2023, n = 48)

Variáveis	n	%
Idade		
Entre 18 e 23 anos	16	33,3
24 e 30 anos	18	37,5
Entre 31 e 39 anos	14	29,2
Cor da pele		
Branca	39	81,3
Negra	09	16,7
Parda	01	2,1
Estado Civil		
Solteira	37	77,1
Casada/União Estável	11	22,9
Escolaridade		
Ensino Fundamental	13	27,1
Ensino Médio	24	50,0
Graduação	10	20,9
Pós-Graduação	01	2,1
Gestação Planejada		
Não	27	57,4
Sim	20	42,6
Tipo de Parto		
Parto Natural	29	60,4
Parto Cesárea	19	39,6
Realizaram Consultas Pré-Natal		
Não	03	6,3
Sim	45	93,8
Total	48	100,0

Quando questionadas se conheciam o trabalho da fisioterapia durante o período gestacional, 81,3% relataram não ter conhecimento; assim como em relação ao envolvimento da fisioterapia no parto humanizado, em que 68,8% demonstraram não ter conhecimento e 83,3% não conhecem o envolvimento da fisioterapia no pré-parto. Em consequência do desconhecimento da atuação do profissional, 93,8% relataram não ter buscado por fisioterapia durante ou após a gestação; todavia, mais da metade da amostra (54,2%) relatou aumento de dor nas costas no período pós-parto, assim como preocupação com a aparência do seu abdômen, que passou de 31,9% no período gestacional para 44% no pós-parto, identificando-se como muito preocupadas. Sendo assim, entende-se que a maioria das puérperas não possui conhecimento sobre a atuação da fisioterapia no período pré e pós-natal, assim como não procura por profissionais da área (Tabela 2).

Tabela 2. Descrição das variáveis acerca do conhecimento sobre a fisioterapia entre as puérperas de um hospital da cidade de Pelotas-RS (2023, n = 48)

Variável	n	%
Conhece o trabalho da fisioterapia durante período gestacional		
Não	39	81,3
Sim	9	18,8
Conhece envolvimento da fisioterapia no parto humanizado		
Não	33	68,8
Sim	15	31,3
Conhece envolvimento da fisioterapia no pré-parto		
Não	40	83,3
Sim	8	16,7
Buscou por fisioterapia durante a gestação ou pretende buscar após o parto		
Não	45	93,8
Sim	3	6,2
Apresentou aumento de dor nas costas no período pós-parto		
Não	22	45,8
Sim	26	54,2
Durante a gestação, preocupou-se com a aparência do abdômen após o parto		
Não	32	68,1
Sim	15	31,9
Preocupa-se com a aparência do seu abdômen no pós-parto		
Pouco preocupada	17	38,0
Moderadamente preocupada	8	18,0
Muito preocupada	20	44,0
Total	48	100,0

DISCUSSÃO

Os principais achados do presente estudo refletem sobre a falta de conhecimento das puérperas da rede pública de saúde sobre a atuação do fisioterapeuta em nível pré e pós-natal, mesmo diante do relato das mães sobre aumento de dores nas costas e da preocupação com a estética abdominal, ambas tratadas pelo profissional fisioterapeuta. A partir disso, vale refletir que o acompanhamento pré-natal é fundamental para a segurança materna e neonatal; portanto, é um direito do cidadão disponibilizado pelo Estado e executado por meio do SUS⁹. No entanto, o acompanhamento estabelecido pela lei é realizado em Unidades Básicas de Saúde, envolvendo consultas com médicos, enfermeiros e agentes comunitários de saúde para os cuidados básicos. Haja vista o papel diferencial do fisioterapeuta no período gestacional, destaca-se o Projeto de Lei nº 4.631/2024, que propõe a obrigatoriedade da presença desse profissional nas equipes multiprofissionais dos serviços de saúde que realizam partos. Embora o projeto ainda se encontre em tramitação, sua proposição evidencia o reconhecimento crescente da fisioterapia na assistência à gestante. Além disso, dados sociodemográficos trazem uma variação na busca por acompanhamento pré-natal conforme a região do Brasil, onde as regiões Norte e Nordeste possuem as maiores taxas de inadequação às consultas pré-natais (42,7% e 32,3% respectivamente), e a região Sul (região do presente estudo) possui 22,2% de inadequação¹¹.

Diante das queixas relatadas pelas puérperas da presente amostra, observaram-se a dor nas costas e a queixa estética com o abdômen. Dentre os tratamentos fisioterapêuticos mais aderidos no puerpério, pode-se citar o método Pilates, no qual os estudos evidenciam que o uso de exercícios de Pilates durante a gestação pode reduzir a duração do trabalho de parto, melhorar o controle da dor do parto e fortalecer os músculos do assoalho pélvico, devido à respiração diafragmática que o método propõe¹². Ademais, o profissional fisioterapeuta também pode auxiliar com diversas técnicas para outros problemas recorrentes da gestação, tais como a incontinência urinária, caracterizada como perda involuntária de urina, e a incontinência urinária de esforço, que é mais comumente observada e é definida como perda involuntária de urina durante esforço físico, decorrente de um aumento súbito da pressão intra-abdominal por ausência de contração do detrusor ou hipoatividade. Esse vazamento involuntário de urina pode ser controlado mediante uma intervenção fisioterapêutica que consiste no treinamento da musculatura do assoalho pélvico, executando contrações voluntárias repetidas dessa musculatura.

Vale ressaltar que esse treinamento se encontra divulgado em mídias sociais de maneira deliberada; entretanto, é necessário acompanhamento, bem como orientação profissional para a realização dos exercícios, visto que a execução incorreta ou em casos em que a patologia já está instalada de forma acentuada pode prejudicar e agravar o problema¹³.

A respeito das mídias sociais, tem-se também seu impacto na estética e na cobrança para que as puérperas retornem ao corpo pré-gestação o mais

rápido possível, o que causa uma expectativa irreal, tornando o período pós-parto extremamente estressante devido às pressões sociais. No estudo de Gluppe², mais de dois terços das participantes concordaram que há um enfoque excessivo da mídia para recuperação de um abdômen plano; no mesmo estudo, 51,9% das participantes que relataram protusão abdominal alegaram realizar exercícios obtidos principalmente por meio das mídias sociais⁴, reforçando os achados do nosso estudo sobre a baixa adesão a tratamento fisioterapêutico por parte das puérperas, visto que grande parte delas busca por instrução nas mídias sociais.

Ademais, em relação à percepção das mulheres sobre a aparência abdominal, é importante ressaltar que alterações visuais podem ser a preocupação inicial que as leva a buscar um profissional de fisioterapia, como nos casos de diástase abdominal, em que ocorre uma deformidade visual associada a alterações anatômicas da musculatura abdominal⁴.

Por fim, quanto ao desconhecimento das puérperas a respeito do trabalho da fisioterapia pré e pós-natal, um estudo realizado no Paraná, em 2022, com proximidade geográfica ao local de realização da presente pesquisa, tendo como enfoque a interpretação das gestantes sobre a fisioterapia, relatou que as mulheres acreditavam que os fisioterapeutas podem auxiliar a reduzir a dor do parto normal, porém, elas não tinham conhecimento sobre como os profissionais atuam pré e pós-parto, e comumente respondiam voltadas sempre a questões do parto natural. De fato, as mídias sociais e alguns influenciadores digitais divulgam a atuação da fisioterapia no parto natural; entretanto, é importante que essa divulgação abranja o ramo amplo

da atuação do profissional, de forma a evitar a preconceção de que gestantes que não desejam parto natural não procuram o profissional, por acreditarem que apenas aquela é sua atuação.

É importante ressaltar que, independentemente do tipo de parto, a fisioterapia desempenha papel importante durante o pré-natal, por meio da realização de exercícios específicos para cada período gestacional, auxiliando no relaxamento e no treinamento da musculatura pélvica, orientando sobre postura para prevenir ou tratar dores e disfunções causadas pela alteração fisiológica da gestação, entre outras⁸. Também é válido destacar a importância da fisioterapia no período pós-parto, em que poucos estudos exploram esse ramo de atuação. Contudo, em uma revisão sistemática conduzida em 2023 com o objetivo de avaliar o efeito de intervenções de fisioterapia sobre a dor pélvica em mulheres no pós-parto, concluiu-se que as técnicas de fisioterapia foram capazes de afetar positivamente uma ampla gama de dores e disfunções associadas dos músculos do assoalho pélvico e do tronco das mães¹⁴.

Outrossim, embora uma revisão sistemática realizada em 2015 já tenha retratado que a maioria dos estudos disponíveis até o período da revisão indicaram um efeito preventivo para dor lombar, dor na cintura pélvica, ganho de peso, incontinência e massagem perineal a partir dos exercícios propostos pelos fisioterapeutas, ainda no presente momento não há divulgação da atuação desse profissional, fato reforçado por este estudo e por outros que também abordaram o conhecimento das gestantes sobre a fisioterapia¹⁵.

Mesmo diante dos achados relevantes, o estudo apresenta limitações. Dentre elas, destaca-se a ausência de informações de dados socioeconômicos, o que impossibilita avaliar a influência dessas condições no conhecimento das puérperas. Embora a amostra tenha sido composta exclusivamente por usuárias do SUS, essa característica não substitui a mensuração direta da condição econômica. Ademais, o baixo tamanho amostral impossibilita a realização de análises estatísticas mais robustas, mantendo o estudo apenas como descritivo. Sendo assim, recomenda-se que estudos futuros colem variáveis socioeconômicas e captem um maior tamanho amostral para a realização de análises associativas entre as variáveis.

CONCLUSÃO

Conclui-se que o presente estudo, assim como outros^{8,16} que abordaram o conhecimento das gestantes sobre a fisioterapia, traz gestantes com escolaridade mais baixa relatando um desconhecimento sobre a atuação do fisioterapeuta. Em contrapartida, gestantes de escolaridade mais acentuada conhecem o papel da fisioterapia¹⁷, demonstrando, dessa forma, a relevância de investimento em campanhas públicas voltadas à divulgação dessa profissão e de seu ramo de atuação, enfocando a relevância do profissional fisioterapeuta para uma gestação saudável, com menos dores e menores riscos.

REFERÊNCIAS

1. Fiat F, Merghes PE, Scurtu AD, Almajan Guta B, Dehelean CA, Varan N, et al. As principais mudanças na abordagem terapêutica da gravidez para dor musculoesquelética. *Medicina (Kaunas)*. 2022 Aug [acessado 2025 Jan 10] 17;58(8):1115. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9414568/>
2. Fitzpatrick SE, Crittenden T, Watson DI, Dean NR. Prevalence of symptomatic established rectus diastasis of parity in primiparous women: a prospective cohort study from early pregnancy to 1-year postpartum. *World J Surg*. 2026 Feb [acessado 2026 Apr 7];50(2):344-352. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41506782/>
3. Hagovska M, Dudic R, Dudicova V, Svihra J, Urdzik P. Prevalence of diastasis m. rectus abdominis and pelvic floor muscle dysfunction in postpartum women. *Bratisl Med J*. 2024 Jan [acessado 2026 Apr 7];125(1):12-16. Disponível em: https://doi.org/10.4149/BLL_2024_003
4. Gluppe S, Ellström Engh M, Bø K. Primiparous women's knowledge of diastasis recti abdominis, concerns about abdominal appearance, treatments, and perceived abdominal muscle strength 6-8 months postpartum. A cross sectional comparison study. *BMC Womens Health*. 2022 Nov 2;22(1):428. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9632123/>
5. Schirmer J, et al. Assistência pré-natal: manual técnico. 3ª ed. Brasília: Secretaria de Políticas de Saúde, SPS/Ministério da Saúde; 2000 [acessado 2025 Jan 10]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04_11.pdf
6. Bull FC, Al-Ansari SS, Biddle S, Borodulin K, Buman MP, Cardon G, et al. World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *Br J Sports Med*. 2020 Dec; 54(24):1451-1462. Disponível em: <https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955>
7. Lin KY, Tsai YJ, Yang JF, Wu MH. Physical therapists' experiences and perceptions of antepartum and postpartum care. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2022 Mar 3;22(1):176. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8896273/#Sec1>
8. Keil MJ, Delgado AM, Xavier MA de O, Nascimento CM. Physiotherapy in obstetrics through the eyes of pregnant women: a qualitative study. *Fisioter mov* [Internet]. 2022;35(spe):e356017. [acessado 2025 Jan 10]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fm/a/F5tvzzNfPc9rsnvB5QD96gm/?lang=en>
9. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada – manual técnico/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas, 2005 [acessado 2025 Jan 10]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_pre_natal_puerperio_3ed.pdf
10. Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO). Comissão de Saúde aprova PL que garante fisioterapeutas durante o parto. Brasília: COFFITO; [2025] [acessado 2026 Apr 7]. Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=35593>

11. Nascer no Brasil. A atenção pré-natal no Brasil. [Internet]. [Acessado 2025 Jan 10]. Disponível em: <https://nascernobrasil.ensp.fiocruz.br/#:~:text=A%20aten%C3%A7%C3%A3o%20pr%C3%A9%20natal%20no%20Brasil&text=O%20estudo%20Nascer%20no%20Brasil,para%20interna%C3%A7%C3%A3o%20para%20o%20parto>
12. Ghandali NY, Iravani M, Habibi A, Cheraghian B. The effectiveness of a Pilates exercise program during pregnancy on childbirth outcomes: a randomised controlled clinical trial. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2021 Jul [acessado 2025 Jan 10] 21(1):480. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8253242/#CR16>
13. Woodley SJ, Lawrenson P, Boyle R, Cody JD, Mørkved S, Kernohan A, et al. Pelvic floor muscle training for preventing and treating urinary and faecal incontinence in antenatal and postnatal women. *Cochrane Database Syst Rev*. 2020 May [acessado 2025 Jan 10] 6;5(5):CD007471. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7203602/#CD007471-sec-0009>
14. Hroncová M. Pelvic pain in women after childbirth and physiotherapy. *Bolesti v oblasti panvy u žien po pôrode a fyzioterapia. Ceska Gynekol*. 2023; [acessado 2025 Jan 10] 88(3):214-220. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37344188/>
15. Van Kampen M, Devoogdt N, De Groef A, Gielen A, Geraerts I. The efficacy of physiotherapy for the prevention and treatment of prenatal symptoms: a systematic review. *Int Urogynecol J*. 2015 [acessado 2025 Jan 10];26(11):1575-1586. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25822028/>
16. Sheth R, Gala S, Sheth M. Knowledge, attitude, and perception about antenatal physiotherapy among pregnant women in Ahmedabad. *International Journal of Medical Science and Public Health*, 2019 [acessado 2025 Jan 10]. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/sea-205521>
17. Imran Z, Kiran Q, Aslam J, Shahid A, Shahzad A, Shafiq M. Knowledge and Experiences of Pregnant Females Towards Physiotherapy in Lahore. *The Superior Journal of Physical Therapy and Rehabilitation* 2023 [acessado 2025 Jan 10]. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/bd5b/771b-11cbc2353a9bb129d53c0f97105ee734.pdf>

Recebido: 14/11/2025
Aprovado: 20/01/2026