

Avaliação do nível de conhecimento de gestantes sobre a função do assoalho pélvico e sexualidade

Assessment of the level of knowledge of pregnant women about pelvic floor function and sexuality

Evaluación del nivel de conocimiento de las mujeres embarazadas sobre la función del piso pélvico y la sexualidad.

Recebido: 01/08/2020 | Revisado: 04/08/2020 | Aceito: 07/08/2020 | Publicado: 14/08/2020

Larissa Sousa da Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9444-4862>

Centro Universitário UniFacema, Brasil

E-mail: larissa_sousacx@hotmail.com

Monyka Brito Lima dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6866-9435>

Serviço Social da Indústria, Brasil

E-mail: monyka.brito@outlook.com.br

Rosalba Maria Costa Pessoa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1614-030X>

Centro Universitário UniFacema, Brasil

E-mail: enfermeirarosalba@hotmail.com

Rodrigo Amorim Oliveira Nunes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7441-2284>

Centro Universitário UniFacema, Brasil

E-mail: rodrigo_aon@hotmail.com

Irene Pereira de Araújo Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5137-1464>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: irenepaluis@hotmail.com

Milka Borges da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3704-255X>

Universidade Estadual do Maranhão, Brasil

E-mail: mylkaborges@hotmail.com

Jesica Cristina Lira dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1902-585X>

Universidade Estadual do Maranhão, Brasil

E-mail: jecristinalira@gmail.com

Amanda Karoliny Meneses Resende

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7414-999X>

Universidade Estadual do Piauí, Brasil

E-mail: amandakaroliny.10@gmail.com

Ravena de Sousa Alencar Ferreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7311-2212>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: ravenaa89@gmail.com

Ana Cecília Freire Feitoza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2866-3191>

Fundação Municipal de Saúde, Brasil

E-mail: anaceciliafreire@hotmail.com

Ellen Thallita Hill Araújo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5303-5571>

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: ellen_hill@hotmail.com

Waldênia Francisca de Oliveira Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3866-9848>

Hospital Regional Leônidas Melo, Brasil

E-mail: waldenia.oliveira19@hotmail.com

Fernanda Blenda Cavalcanti Granja

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6491-1610>

Secretaria Municipal de Saúde, Brasil

E-mail: fernandablenda@hotmail.com

Suzy Araújo de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7595-8665>

Hospital Municipal Dr. Zerbini, Brasil

E-mail: suzienfermagem1@gmail.com

Danielle Barbosa Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9654-9847>

Resumo

Esta pesquisa objetivou verificar o nível de conhecimento de gestantes sobre a função do assoalho pélvico e importância da sexualidade durante a gestação. Estudo exploratório descritivo do tipo transversal, com abordagem quantitativa. A amostra contou com 27 gestantes em uma Unidade Básica de Saúde do município de Caxias, Maranhão. Os dados foram coletados em março de 2018, destas, 48% tem entre 21-30 anos, 33% 18-20 anos, 63% trabalha no domicílio, 48% tem o ensino médio completo, 37% apenas o ensino fundamental e 52% são casadas, 41% estavam no 3º trimestre da gravidez, 37% 2º trimestre e 22% no 1º trimestre, 93% sequer ouviu falar sobre o assoalho pélvico ou sabia da importância do períneo para saúde da mulher, 89% referiram não saber o que é o períneo e 85% desconheciam a localização do períneo, 70% referiram mantêm uma vida sexual ativa durante a gravidez, 59% sabem da importância do ato durante a gestação e 78% afirmaram que manter relações sexuais na gravidez auxiliam no trabalho de parto, 85% reconhecem que as relações sexuais no período gestacional não prejudicam o bebê. Há considerável ausência de informação a respeito do conhecimento, função e importância do assoalho pélvico e períneo para a gravidez. É essencial que sejam tomadas iniciativas que busquem informar a mulher sobre tais pontos, conscientização corporal nessa fase pode levar qualidade de vidas às gestantes.

Palavras-chave: Sexualidade; Gestação; Distúrbios do assoalho pélvico; Períneo.

Abstract

This research aimed to verify the level of knowledge of pregnant women about the function of the pelvic floor and the importance of sexuality during pregnancy. Descriptive exploratory cross-sectional study with a quantitative approach. The sample included 27 pregnant women in a Basic Health Unit in the city of Caxias, Maranhão. Data were collected in March 2018, of these, 48% are between 21-30 years old, 33% 18-20 years old, 63% work at home, 48% have completed high school, 37% only elementary school and 52% are married, 41% were in the 3rd trimester of pregnancy, 37% in the 2nd trimester and 22% in the 1st trimester, 93% never even heard about the pelvic floor or knew about the importance of the perineum for women's health, 89% reported not knowing what is the perineum and 85% were unaware of the location of the perineum, 70% reported having an active sexual life during pregnancy, 59% know the importance of the act during pregnancy and 78% stated that having sex during

pregnancy helps in labor, 85% recognize that sexual intercourse during pregnancy does not harm the baby. There is a considerable lack of information regarding the knowledge, function and importance of the pelvic and perineum floor for pregnancy. It is essential that initiatives are taken that seek to inform women about such points, body awareness at this stage can lead to quality of life for pregnant women.

Keywords: Sexuality; Gestation; Pelvic floor disorders; Perineum.

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo verificar el nivel de conocimiento de las mujeres embarazadas sobre la función del piso pélvico y la importancia de la sexualidad durante el embarazo. Estudio descriptivo exploratorio de corte transversal con enfoque cuantitativo. La muestra incluyó a 27 mujeres embarazadas en una Unidad Básica de Salud en la ciudad de Caxias, Maranhão. Los datos se recopilieron en marzo de 2018, de estos, 48% tienen entre 21-30 años, 33% 18-20 años, 63% trabajan en casa, 48% han completado la escuela secundaria, 37% solo escuela primaria y 52% están casados, el 41% estaban en el tercer trimestre del embarazo, el 37% en el segundo trimestre y el 22% en el primer trimestre, el 93% ni siquiera escuchó sobre el piso pélvico o sabía sobre la importancia del perineo para la salud de las mujeres, el 89% informó no saber qué es el perineo y el 85% desconocía la ubicación del perineo, el 70% informó tener una vida sexual activa durante el embarazo, el 59% conoce la importancia del acto durante el embarazo y el 78% afirmó que tener relaciones sexuales durante el embarazo ayuda en el parto, el 85% reconoce que las relaciones sexuales durante el embarazo no dañan al bebé. Existe una considerable falta de información sobre el conocimiento, la función y la importancia del suelo pélvico y perineo para el embarazo. Es esencial que se tomen iniciativas que busquen informar a las mujeres sobre tales puntos, la conciencia corporal en esta etapa puede conducir a la calidad de vida de las mujeres embarazadas.

Palabras clave: Sexualidad; Gestación; Trastornos del piso pélvico; Perineo.

1. Introdução

A gestação é marcada por grandes mudanças na vida da mulher, onde as alterações referentes a sexualidade e função do assoalho pélvico, na maioria das vezes, são postas em segundo plano por ser dada toda atenção ao desenvolvimento fetal e aos assuntos relacionados

a este, dessa maneira, acredita-se que muitas mulheres não sabem da importância e da relação do assoalho pélvico com o período gestacional e a sua sexualidade (Ferreira *et al.*, 2012).

Durante o período gestacional, são comuns queixas como cefaleia, enjoos, dores localizadas e generalizadas, ansiedade, insônias, insegurança, tais alterações são orientadas, tratadas e acompanhadas durante o pré-natal (Baracho, 2018). No entanto, poucas gestantes, principalmente as mulheres mais jovens, conhecem quaisquer informações sobre o assoalho pélvico, a importância e os benefícios advindos do treinamento muscular do assoalho pélvico, que realizado principalmente no período gestacional, pode prevenir disfunções sexuais, incontinência urinária e fecal, beneficiar o trabalho de parto e o pós-parto (Du *et al.*, 2015, Moccellini *et al.*, 2014).

Conhecer a função do assoalho pélvico e como fortalecer essa musculatura é fundamental para toda mulher, na gestação podem ocorrer agravamentos advindos das disfunções e alterações do assoalho pélvico, que por sua vez, se não forem percebidas, podem trazer danos tanto para a mãe quanto para o bebê, portanto, os profissionais responsáveis pelo acompanhamento do pré-natal devem orientar a realização do treinamento muscular para fortalecimento do assoalho pélvico antes do surgimento dos agravamentos (Silva *et al.*, 2015, Woodley *et al.*, 2017 & Sobhgol *et al.*, 2019).

Quanto a sexualidade na gestação, ao contrário da crença popular, o sexo na gravidez não muda, embora, às vezes as gestantes fiquem confusas devido a tantas alterações no seu corpo, é importante mencionar que a gestação não provoca disfunções sexuais, no mais, a disfunção da musculatura do assoalho pélvico pode trazer disfunções sexuais, o que torna indispensável a indicação, orientação a acompanhamento de gestantes na realização do exercício de fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico, que é eficaz na manutenção das funções sexuais, vale ressaltar que apesar de disfunções na musculatura pélvica a satisfação sexual da mulher está acima de tudo, sendo possível uma vida sexual prazerosa (Sobhgol *et al.*, 2019, Darski *et al.*, 2016, Nascimento *et al.*, 2014).

Nesse âmbito, é notável a importância da consciência corporal acerca do assoalho pélvico e sexualidade por parte das gestantes, o que justifica o interesse por essa pesquisa, à necessidade de saber o quanto as gestantes conhecem as estruturas do seu próprio corpo. Partindo do pressuposto de que as gestantes não conhecem adequadamente a função do assoalho pélvico, objetivou-se verificar o nível de conhecimento das gestantes sobre a função do períneo, assoalho pélvico e a importância da sexualidade durante a gestação.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo transversal, com abordagem quantitativa de dados (Lakatos & Marconi, 2011). Realizado em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) no município de Caxias, estado do Maranhão, o estudo teve como população amostral as gestantes atendidas na UBS, inicialmente a amostra foi composta de 50 (cinquenta) gestantes cadastradas e atendidas na UBS, mais com a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, onde foram incluídas apenas gestantes acima dos 18 anos, com gravidez de baixo risco e que concordasse participar do estudo mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A amostra final contou com 27 gestante, os dados foram coletados por meio de um questionário que examinava diretamente o nível de conhecimento de cada gestante sobre a função do assoalho pélvico e a sexualidade durante o período gestacional, o questionário foi aplicado individualmente ao termino das consultas pré-natais, respeitando a autonomia das gestantes na escolha de permanecer ou não na presença do acompanhante.

Após a coleta, os resultados foram analisados e organizados em planilhas do *Microsoft Excel* 2013, onde as variáveis foram analisadas por meio da estatística descritiva (Frequências simples, percentuais e medias), posteriormente, consolidados por meio das técnicas de estatísticas descritivas foi realizado o teste estatístico como o Chi-quadrado (X^2) de Pearson, havendo significância estatística quando $p < 0,05$.

Conforme previsto na resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Faculdade de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UNIFACEMA, sob número de CAAE: 83028617.9.0000.8007, Parecer: 2.555.550, respeitando as diretrizes e normas reguladoras de pesquisa com humanos.

3. Resultados

Nos resultados iniciais constam um levantamento sociodemográfico simplificado que expõem a idade, ocupação profissional das gestantes, nível de escolaridade e estado civil, conforme Tabela 1 abaixo. Estes dados possibilitaram esclarecer que da população avaliada o maior número de gestantes 48% tem idade entre 21-30 anos e 33% entre 18-20 anos, 63% tem por ocupação o trabalho domiciliar, 48% tem o ensino médio completo e 37% apenas o ensino fundamental, sendo 52% das gestantes casadas. Estes dados são fundamentais para traçar o perfil da população de amostra, as associações entre as variáveis pesquisadas podem descrever fatos relevantes sobre a população e seu comportamento (Piassarolli *et al.*, 2010).

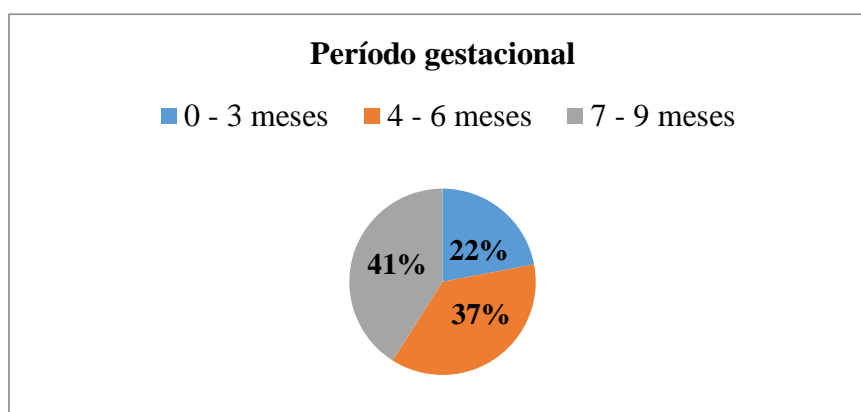
Tabela 1: Questionário sociodemográfico. (N=27).

Variáveis	Nº amostral	Percentual (%)
Idade		
18-20 anos	9	33%
21-30 anos	13	48%
31-40 anos	4	15%
41 ou mais	1	4%
Profissão		
Trabalho domiciliar	17	63%
Trabalho fora do domicílio	10	37%
Escolaridade		
Ensino superior	4	15%
Ensino médio	13	48%
Ensino fundamental	10	37%
Estado civil		
Casada	14	52%
Solteira	13	48%
Total	27	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2018).

Em relação ao período gestacional, o Gráfico 1 apresenta que 41% das entrevistadas estão no 3º trimestre da gravidez, 37% no 2º trimestre e apenas 22% ainda no 1º trimestre.

Gráfico 1: Período gestacional das entrevistadas. (N=27).

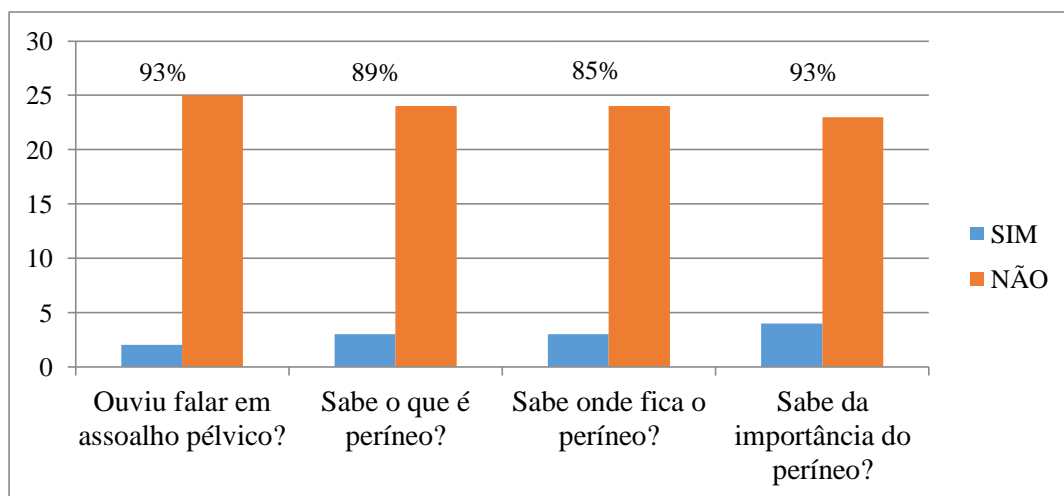


Fonte: Dados da pesquisa (2018).

No Gráfico 2 estão representados os questionamentos realizados durante a entrevista, onde as gestantes foram indagadas quanto ao conhecimento, localização e importância do assoalho pélvico e períneo. Nota-se que 93% (25) das gestantes entrevistadas sequer ouviu

falar sobre o assoalho pélvico ou sabe da importância do períneo para saúde da mulher, enquanto que 89% (24) referiram não saber o que é o períneo e 85% (23) confirmaram desconhecer a localização do períneo em seu corpo. As orientações e informações sobre assoalho pélvico e períneo não foram realizadas ou esclarecidas para as gestantes nem mesmo durante as consultas pré-natais, pois apenas 7% (2) de gestantes conheciam o assoalho pélvico e a importância do períneo, obtendo tal entendimento antes das consultas pré-natais.

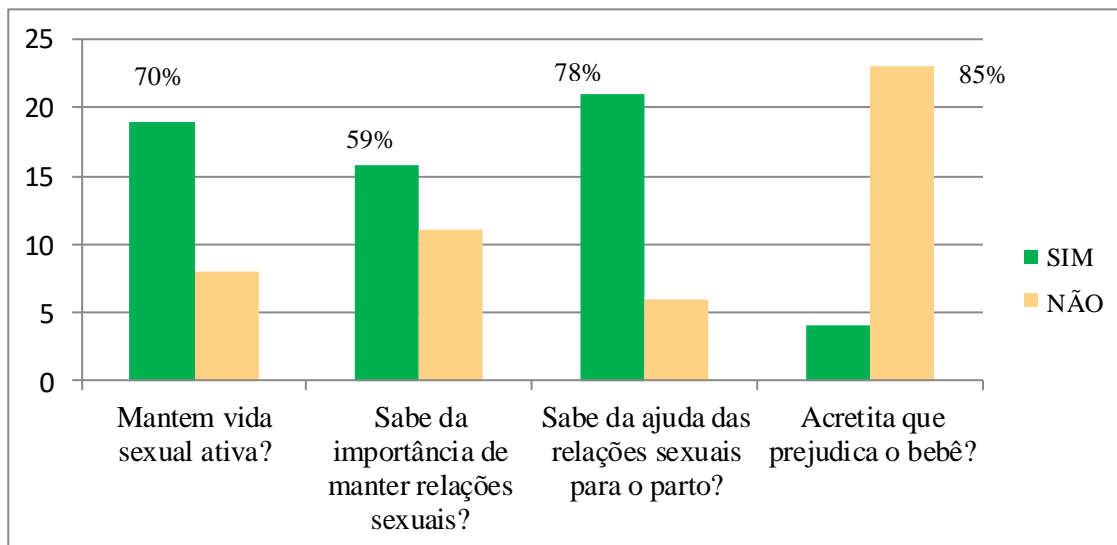
Gráfico 2: Caracterização do conhecimento sobre períneo e assoalho pélvico. (N=27).



Fonte: Dados da pesquisa (2018).

Sobre as relações sexuais com seus parceiros durante o período gestacional, 100% das gestantes informaram ter parceiros e uma vida sexual, quando questionadas sobre a manutenção do ato e a importância do mesmo para a gravidez, 70% (19) das entrevistadas referiram mantêm uma vida sexual ativa durante a gravidez, 59% (16) sabem da importância do ato durante a gestação e 78% (21) afirmaram que manter relações sexuais na gravidez auxiliam no trabalho de parto, 85% (23) reconhecem que a manutenção das relações sexuais no período gestacional não prejudicam o bebê, o que remete a presença de orientações sobre sexualidade por parte dos profissionais de saúde que acompanham o pré-natal das gestantes.

Gráfico 3: Conhecimento sobre relações sexuais durante o período gestacional. (N=27).



Fonte: Dados da pesquisa (2018).

4. Discussão

Tratando-se da análise conjunta das variáveis: idade, profissão, escolaridade e estado civil, é considerável o percentual de gestantes entrevistadas que exercem apenas as atividades de vida diária no lar, fato que encontra subsídio na análise descritiva de Piassarolli *et al.* (2010) que traçou as mesmas variáveis e identificou que as mulheres com idade em torno dos 20 a 30 anos que optam por manter uma gravidez, geralmente são aquelas que decidem dedicar-se e cuidar da família, ausentando-se, na maioria das vezes, de suas atividades profissionais, fator que também pode ser relacionado a variável escolaridade e estado civil, pois, por cuidar do lar, a maioria das mulheres que já possui uma relação estável podendo optar por largar os estudos ou até mesmo o trabalho, dedicado tempo integral a nova fase de sua vida.

Pode-se relacionar o achado do período gestacional das mulheres pesquisadas com o fato de que, no Brasil, segundo Cruz & Barros (2010), a maioria das mulheres atendidas pela rede básica de saúde procuram acompanhamento para a gravidez apenas a partir do segundo e terceiro trimestre, esse é o período em que a maioria das gestantes descobrem ou decidem manter a gravidez, dessa maneira, procurando os setores de saúde pública para o acompanhamento gestacional mais tarde.

Quanto ao conhecimento do assoalho pélvico e do períneo pela gestante, observou-se ausência de conhecimento e informação, demonstrando uma falha no acompanhamento de saúde destas gestantes, tendo em vista que é de suma importância o autoconhecimento, não só

para o momento do parto, mas no decorrer de toda a vida da mulher, mais o que torna a gravidez um período de conhecimento mais íntimo é necessidade de garantir um parto mais tranquilo e menos traumático (Fante *et al.*, 2019).

Tratando-se dos dados encontrados relacionados ao conhecimento do assoalho pélvico e a região perineal, é comum o desconhecimento da região pélvica e perineal pelas gestantes, fator que contribui para o maior número de adesão das mulheres por partos cesáreos, e pela maior crença de que o parto normal é doloroso, traumático e demorado, dessa forma, a falta de informações que deveriam ser realizadas no acompanhamento pré-natal está diretamente relacionada a baixa quantidade de informações apresentadas pelas gestantes entrevistadas durante o pré-natal (Mendes *et al.*, 2016).

A equipe da saúde que acompanha o pré-natal, dentre eles, médicos, enfermeiros e fisioterapeutas devem mostrar, a partir de contato físico direto com palpação digital vaginal, a localização do períneo e dos músculos do assoalho pélvico, orientado sobre como devem ser realizados os exercícios de contrações para fortalecer a musculatura pélvica, esclarecendo os benefícios de exercitar essa área específica, tais como, aumento da sensação de prazer e satisfação sexual das mulheres durante a gestação e após o parto, reforço muscular para sustentação de órgãos pélvicos e abdominais possibilitando prevenir e/ou tratar casos de incontinência urinária, incontinência fecal, trazendo qualidade de vida e bem-estar de modo geral (Nascimento *et al.*, 2014, Darski *et al.*, 2016, Bo, 2012 & Mendes *et al.*, 2016).

Em seus estudos, Hofstetter & Lohmann (2020) ressaltam a importância do enfermeiro obstetra na atenção básica à saúde, por ser a primeira referência para realização de cuidados primários nas unidades de saúde, o enfermeiro é o profissional mais próximo nas consultas pré-natais e sua assistência contribui positivamente na prevenção e orientação dos problemas de saúde que podem se desenvolver durante e após a gravidez.

Na assistência à gestante deve-se abordar de modo simples e direto questões íntimas como atividade sexual e atentar-se ao seu nível de conhecimento sobre a musculatura do assoalho pélvico e períneo, sempre orientando quanto a importância dos exercícios musculares pélvicos para prevenção e tratamento de disfunções sexuais, incontinência urinária e fecal, redução do tempo no trabalho de parto, além de melhoras nos quesitos desejo sexual, excitação, orgasmos e satisfação no período pós-parto (Woodley *et al.*, 2017, Du *et al.*, 2015 & Sobhgol *et al.*, 2019).

É importante mencionar que a presença do profissional fisioterapeuta no período do pré-natal nas UBS e até mesmo em Clínicas Obstétricas é de suma importância para sanar as deficiências de conhecimento das gestantes, treinando-as para o momento do parto, através de

exercícios de fortalecimento da musculatura pélvica que serão de suma importância no momento do parto, isso por que o treinamento muscular do assoalho pélvico realizado durante o pré-natal apresenta bons resultados no trabalho de parto e parto, pois reduziu consideravelmente o 1º e 2º estágio do trabalho de parto nas primíparas. (Barbieri *et al.*, 2013; Dias *et al.*, 2011 & Du *et al.*, 2015).

Em relação a atividade sexual durante a gravidez, muitas mulheres possuem a crença popular de que as relações sexuais podem prejudicar o bebê, enquanto que, as que não tem, possuem parceiros que acreditam fielmente neste fato, prejudicando não só a vida sexual do casal, como ainda, a vida afetiva e emocional dos mesmos (Reis, *et al.*, 2016). É importante mencionar que a manutenção de relações sexuais não só é liberada durante a gravidez de baixo risco, como também deve ser estimulada, é uma maneira de estimulação da região perineal e pélvica, o ato pode ainda ser considerado como um exercício de fortalecimento dessa região e musculatura (Ferreira *et al.*, 2012, Nascimento *et al.*, 2014 & Piassarolli *et al.*, 2010).

Na análise de Ferreira *et al.* (2012) do total de 51 gestantes avaliadas, 64,8% apresentaram uma função sexual regular e excelente, ressalta-se que a qualidade de vida e bem-estar é primordial para uma vida sexual ativa e prazerosa da gestante com o parceiro, quanto mais saudável a gestante maior a possibilidade de uma "boa" vida sexual e ativa. Esta resposta positiva ao sexo pode sofrer quedas devidos as mudanças decorrentes da própria gravidez que surgem a partir do 2º trimestre, sendo que a interação conjugal e bem-estar íntimo com o parceiro é essencial para uma resposta sexual excelente.

Para Santos *et al.* (2020) as mulheres, em todas as suas fases e mudanças, dependem da harmonia de vários fatores para um bom desempenho sexual, fatores como: o interesse e desejo pelo parceiro, cumplicidade do casal, amor, carinho e a habilidade do casal em promover prazer a ambos. Assim, pode-se concluir que o bem-estar sexual do casal na gestação tem bons precedentes para tornar-se excelente quando este casal já está em harmonia mesmo antes da gestação, pois a vida sexual na gravidez poderá ser um reflexo do que sempre foi antes da gestação.

5. Considerações Finais

O objetivo deste estudo foi verificar o nível de conhecimento das gestantes sobre a função do períneo, assoalho pélvico e a importância da sexualidade durante a gestação. Os resultados identificaram grande deficiência de conhecimento por parte das gestantes quanto ao

períneo e assoalho pélvico, o que demonstra carência nas orientações da equipe de saúde que realiza o acompanhamento pré-natal. No entanto, em relação a sexualidade, os dados apontaram que a maioria das gestantes dispõem de uma vida sexual ativa e reconhecem a importância da manutenção do ato sexual para a gravidez e o trabalho de parto, o que remete a presença de orientações sobre sexualidade por parte dos profissionais.

O estudo permitiu entender que as orientações sobre função do períneo e assoalho pélvico durante o pré-natal necessitam ser reforçadas, embora poucas mulheres conheçam o períneo e assoalho pélvico, o fato de conhecerem as questões sobre sexualidade podem facilitar o processo de orientação pois a função sexual vai de encontro com a função do períneo e assoalho pélvico.

Orientar as gestantes durante o pré-natal é de suma importância, assim a equipe de saúde deve atentar-se para o nível de conhecimento das gestantes que assistem. As características sociodemográficas, como nível de escolaridade, ocupação profissional e até mesmo a idade (jovens) podem refletir na ausência de conhecimento sobre o períneo e assoalho pélvico durante a gestação. As limitações deste estudo estão relacionadas aos fatores de contextos culturais ou níveis socioeconômicos, limitações essas que podem ser revertidas a partir do conhecimento e informação.

Dessa forma, espera-se que este estudo contribua para que sejam tomadas medidas para ampliar a assistência ao pré-natal nas unidades básicas de saúde e clínicas obstétricas, que as orientações e acompanhamento sejam realizados de maneira mais completa no período gestacional. No pré-natal devem ser realizadas atividades de promoção de saúde, sanando as dúvidas das mulheres em relação ao período gestacional, parto e pós-parto, preparando a mulher para este momento levando qualidade de vida através da orientação e conhecimento.

Referências

Baracho, E. (2018). *Fisioterapia Aplicada a Saúde da Mulher*. Guanabara. (6a ed.), Rio de Janeiro.

Barbieri, M., Henrique, A. J., Chors, F. M., Maia, N. L., & Gabrielloni, M. C. (2013). Banho quente de aspersão, exercícios perineais com bola suíça e dor no trabalho de parto. *Acta Paulista de Enfermagem*, 26 (5), 478-484. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002013000500012>

Bø, K. (2012). Treinamento muscular do assoalho pélvico no tratamento da incontinência urinária de esforço feminina, prolapso de órgãos pélvicos e disfunção sexual. *World J Urol*, 30 (4), 437-443. Recuperado de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21984473/>

Brasil. (2012). Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. *Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012*. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília. Recuperado de https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html

Cruz, A. P., & Barros, S. M. O. (2010). Práticas obstétricas e resultados maternos e neonatais: análise fatorial de correspondência múltipla em dois centros de parto normal. *Acta Paulista de Enfermagem*, 23 (3), 366-371. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002010000300009>

Darski, C., Barbosa, L. J. F., Paiva, L. L., & Vieira, A. (2016). Associação entre a funcionalidade dos músculos do assoalho pélvico e a satisfação sexual em mulheres jovens. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 38 (4), 164-169. <https://doi.org/10.1055/s-0036-1580708>

Dias, L. A. R., Driusso, P., Aita, D. L. C. C., Quintana, S. M., Bø, K., & Ferreira, C. H.J. (2011). Efeito do treinamento muscular do assoalho pélvico nos resultados do trabalho de parto e do recém-nascido: um estudo controlado randomizado. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, 15 (6), 487-493. <https://doi.org/10.1590/S1413-35552011005000011>

Du, Y., Xu, L., Ding, L., Wang, Y., & Wang, Z. (2015). The effect of antenatal pelvic floor muscle training on labor and delivery outcomes: a systematic review with meta-analysis. *Int Urogynecol J*, 26 (10), 1415-27. Recuperado de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25711728/>

Fante, J. F., Silva, T. D., Mateus-Vasconcelos, E. C. L., Ferreira, C. H. J., & Brito, L. G. O. (2019). As mulheres têm conhecimento adequado sobre disfunções do assoalho pélvico? Uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 41 (8), 508-519. <https://doi.org/10.1055/s-0039-1695002>

Ferreira, D. Q., Nakamura, M. U., Souza, E., Mariani Neto, C., Ribeiro, M. C., Santana, T. G. M., & Abdo, C. H. N. (2012). Função sexual e qualidade de vida em gestantes de baixo

risco. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 34 (9), 409-413. <https://dx.doi.org/10.1590/S0100-72032012000900004>

Hofstetter, C. F., & Lohmann, P. M. (2020). A importância da atuação do enfermeiro obstetra na atenção básica. *Research, Society and Development*, 9 (8), e280985340. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i8.5340>

Lakatos, E. M., & Marconi, M. A. (2011). *Metodologia Científica*. 6ª Ed. Marca: Atlas.

Mendes, E. P. B., Oliveira, S. M. J. V., Caroci, A. S., Francisco, A. A., Oliveira, S. G., & Silva, R. L. (2016). Força muscular do assoalho pélvico em mulheres primíparas de acordo com o tipo de parto: estudo transversal. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 24, e2758. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.0926.2758>

Moccellin, A. S., Rett, M. T., & Driusso, P. (2014). Incontinência urinária na gestação: implicações na qualidade de vida. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 14 (2), 147-154. <https://doi.org/10.1590/S1519-38292014000200004>

Nascimento, S. L., Godoy, A. C., Surita, F. G., & Pinto e Silva, J. L. (2014). Recomendações para a prática de exercício físico na gravidez: uma revisão crítica da literatura. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 36 (9), 423-431. <https://dx.doi.org/10.1590/SO100-720320140005030>

Piassarolli, V. P., Hardy, E., Andrade, N. F., Ferreira, N. O., & Osis, M. J. D. (2010). Treinamento dos músculos do assoalho pélvico nas disfunções sexuais femininas. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 32 (5), 234-240. <https://dx.doi.org/10.1590/S0100-72032010000500006>

Reis, C. S. C., Souza, D. O. M., Nogueira, M. F. H., Progianti, J. M., & Vargens, O. M. C. (2016). Análise de partos acompanhados por enfermeiras obstétricas na perspectiva da humanização do parto e nascimento. *Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)*, 8 (4), 4972-4979. Recuperado de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/bde-29708>

Santos, M. B. L., Morais, D. S., Pessoa, R. M. C., Pereira, M. S. B., Soares, S. B. B., Silva Filho, M. A. S., Borges, R. C., Sousa, A. M. B. S., Oliveira, G. R. C., Brito, L. F., Coutinho, A. K. M., & Simão, C. R. C. (2020). A percepção de mulheres hysterectomizadas em relação à atividade sexual. In. Atena Editora, *Ciências da saúde campo promissor em pesquisa 4*. (pp. 17-25). Ponta Grossa, PR. ISBN 978-85-7247-975-2. <https://doi:10.22533/at.ed.752200302>.

Silva, L. A., Alves, V. H., Rodrigues, D., et al.. (2015). A qualidade de uma rede integrada: acessibilidade e cobertura no pré-natal. *Rev. Pesqui. Cuid. Fundam.*, 7 (2), 2298-2309. <https://doi: 10.9789/2175-5361.2015.v7i2.2298-2309>

Sobhgol, S. S., , Holly, S. C. A., & Dahlen, H. G. (2019). The Effect of Pelvic Floor Muscle Exercise on Female Sexual Function During Pregnancy and Postpartum: A Systematic Review. *Sex Med Rev.*, 7 (1), 13-28. <https://doi: 10.1016 / j.sxmr.2018.08.002>

Woodley, S. J., Lawrenson, P., Boyle, R., Cody, J. D., Mørkved, S., Kernohan, A., & Hay-Smith, E. J. C. (2020). Treinamento muscular do assoalho pélvico para prevenção e tratamento da incontinência urinária e fecal em mulheres pré-natais e pós-natais. *Banco de Dados Cochrane de Revisões Sistemáticas, Edição 5. Art. N°: CD007471*. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD007471.pub4>

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Larissa Sousa da Costa – 100%
Monyka Brito Lima dos Santos – 80%
Rosalba Maria Costa Pessoa – 20%
Rodrigo Amorim Oliveira Nunes – 20%
Irene Pereira de Araújo Sousa – 20%
Milka Borges da Silva – 20%
Jesica Cristina Lira dos Santos – 20%
Amanda Karoliny Meneses Resende – 20%
Ravena de Sousa Alencar Ferreira – 20%
Ana Cecília Freire Feitoza – 20%
Ellen Thallita Hill Araújo – 20%
Waldênia Francisca de Oliveira Silva – 20%
Fernanda Blenda Cavalcanti Granja – 20%
Suzy Araújo de Oliveira – 20%
Danielle Barbosa Santos – 20%