

III CONGRESSO REGIONAL DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA BASEADAS EM EVIDÊNCIAS: ABORDAGEM MULTIPROFISSIONAL



1º EDIÇÃO

ORGANIZADORES

Lara Lima Araújo

Cristiano Borges Lopes

Jordana Gonçalves Vilela Sousa

Rebeca Alves Ferreira Nery Moreira



ORGANIZADORES:

LARA LIMA
CRISTIANO BORGES LOPES
JORDANA GOLÇALVES VILELA SOUSA
REBECA ALVES FERREIRA NERY MOREIRA

CRÉDITOS DE PUBLICAÇÃO

Editora – Chefe:

Rebeca Alves Ferreira Nery Moreira

Projeto Gráfico:

Marlisson Kawan Dias Oliveira

Diagramação:

Cristiano Borges Lopes

Revisão:

Os Autores

FICHA CATALOGRÁFICA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Ginecologia e obstetrícia baseadas em evidências :
abordagem multiprofissional [livro eletrônico] /
organizadores Lara Lima Araújo...[et al.]. --
1. ed. -- Baixio, CE : Editora Intellectus,
2025.
PDF

Outros organizadores: Cristiano Borges Lopes,
Jordana Gonçalves Vilela Sousa, Rebeca Alves Ferreira
Nery Moreira.

Bibliografia.
ISBN 978-65-986775-5-8

1. Ginecologia 2. Medicina baseada em evidências
3. Obstetrícia I. Araújo, Lara Lima. II. Lopes,
Cristiano Borges. III. Sousa, Jordana Gonçalves
Vilela. IV. Moreira, Rebeca Alves Ferreira Nery.

25-324303.2 CDD-618
NLM-WQ 018

Índices para catálogo sistemático:

1. Ginecologia e obstetrícia 618

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427





CONSELHO EDITORIAL

Inaldo Kley do Nascimento Moraes
*Universidade Estadual do Sudoeste da
Bahia (UESB)*

Francisco Ronner Andrade da Silva
Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM)

Rodrigues Martins de Jesus
*Faculdade Maurício de Nassau
(UNINASSAU)*

Érika Roberta Soares Lopes
*Centro Universitário Maurício de Nassau
(UNINASSAU)*

Pedro Jonathan Sousa Araujo
*Universidade Federal do Delta do
Parnaíba (UFDPAr)*

Xênia Maria Fideles Leite de Oliveira
Centro Universitário Santa Maria (UNIFSM)

COMISSÃO ORGANIZADORA

Jordana Gonçalves Vilela Sousa
Silvia Maria Muniz de Barros
Tallyta Veras Rodrigues
Lara Lima Araújo

Edilene dos Santos Celestino
Rebeca Alves Ferreira Nery Moreira
Cristiano Borges Lopes

MONITORES

Ana Clara Queiroz da Cruz
Beatriz Neves Guedes
Camila de Cintra Reis
Êmily Estéfane Gomes da Silva
Giovanna Abe Rodrigues de Melo
Jamilly Ferreira da Silva
Marcelo de Araújo Lopes Júnior
Maria Clara Saraiva Luz
Maria Mileny Alves de Lima
Maria Mileny Alves dos Santos

Maryana Viana dos Santos
Nathália Almeida de Araújo
Pedro Henrique da Costa Lima
Regiane Maria Gomes Sousa
Talita Kele Rodrigues Mendes
Valcilene Pires Xavier
Vanessa Tavares Leonardo de Barros
Vitor Menezes dos Santos
Vitória de Souza Moretto
Vitória Wagner Yi

AVALIADORES

Francisco Ronner Andrade da Silva
Rebeca Alves Ferreira Nery Moreira
Pedro Jonathan Sousa Araujo
Laíza Helena Viana
José Gerefson Alves

APRESENTAÇÃO

O III Congresso Regional de Ginecologia e Obstetrícia consolida-se como um relevante espaço de produção científica, atualização profissional e compartilhamento de saberes voltados à saúde da mulher, em suas múltiplas dimensões. Este e-book, intitulado ***GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA BASEADAS EM EVIDÊNCIAS: ABORDAGEM MULTIPROFISSIONAL***, expressa o compromisso dos organizadores e colaboradores com a difusão do conhecimento científico qualificado, ético e alinhado às melhores evidências disponíveis.

A obra reúne capítulos que abordam temáticas atuais e essenciais da Ginecologia e da Obstetrícia, contemplando desde aspectos clínicos e assistenciais relacionados ao ciclo gravídico-puerperal, saúde reprodutiva e ginecológica, até discussões ampliadas sobre humanização do cuidado, segurança do paciente, tecnologias em saúde e desafios contemporâneos da prática profissional. Os estudos apresentados refletem o esforço coletivo de pesquisadores, docentes e profissionais da saúde em fortalecer práticas fundamentadas em evidências científicas, sensibilidade humana e responsabilidade social.

Destaca-se, ao longo da obra, a importância da atuação multiprofissional como eixo estruturante da qualidade assistencial, evidenciando a integração entre enfermagem, medicina, psicologia, fisioterapia e demais áreas da saúde. Essa diversidade de olhares e saberes amplia a compreensão do cuidado integral à mulher, reconhecendo seus aspectos biológicos, emocionais, sociais e culturais.

Esta publicação reafirma o compromisso da Editora Intellectus e da Comissão Organizadora do III Congresso Regional de Ginecologia e Obstetrícia com a promoção da ciência acessível e socialmente comprometida, valorizando cada autor que contribuiu para a construção desta edição. Espera-se que este e-book estimule reflexões críticas, fortaleça práticas baseadas em evidências e impulse avanços na assistência ginecológica e obstétrica.

Que esta obra seja não apenas uma fonte de consulta acadêmica, mas também um instrumento de aprimoramento profissional, capaz de inspirar um cuidado mais qualificado, humanizado e comprometido com a saúde e a dignidade da mulher.

SIGA AS REDES DA EDITORA:

Instagram: @editoraintelectus

Site: www.editoraintelectus.com.br

Youtube: <https://www.youtube.com/@editoraIntellectus>

DIREITOS AUTORAIS

A Editora Intellectus declara que a presente publicação do E-book representa uma cessão temporária e não exclusiva dos direitos autorais, limitada à divulgação científica do trabalho apresentado durante o congresso. A organização do evento e os responsáveis pela publicação dos Anais não assumem responsabilidade solidária pela autoria, originalidade ou conteúdo dos materiais publicados, conforme previsto na Lei de Direitos Autorais (Lei nº 9.610/1998), no artigo 184 do Código Penal e no artigo 927 do Código Civil.

Os autores permanecem detentores dos direitos morais sobre suas obras, sendo incentivados a divulgar seus trabalhos em repositórios institucionais e bases de dados científicas, desde que respeitados os critérios de atribuição de autoria e citação da edição original no E-book: **“GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA BASEADAS EM EVIDÊNCIAS: ABORDAGEM MULTIPROFISSIONAL”**. Ressalta-se que essa divulgação deve ser realizada sem fins lucrativos ou comerciais.

O e-book é de acesso aberto (open access) e, por isso, não é comercializado em nenhum meio, seja físico ou digital. Dessa forma, não há repasse financeiro de direitos autorais aos autores, uma vez que a publicação possui finalidade exclusivamente científica e educativa. Essa política visa ampliar o acesso ao conhecimento, favorecer a democratização da ciência e estimular a disseminação de evidências científicas entre profissionais, estudantes e pesquisadores da área da saúde. Além disso, reforça o compromisso ético da obra com a formação contínua e a qualificação das práticas assistenciais.

O conteúdo dos artigos publicados, bem como a forma, a correção e a confiabilidade das informações, são de inteira responsabilidade dos autores, não refletindo necessariamente a posição oficial da Editora Intellectus. É permitido o download e o compartilhamento desta obra, desde que sejam atribuídos os devidos créditos aos autores e à Editora, sendo vedadas quaisquer alterações no conteúdo ou sua utilização para fins comerciais.

Todos os manuscritos incluídos nesta publicação foram previamente submetidos a um processo de avaliação cega por pares, conduzido por membros do Conselho Editorial da Editora Intellectus. A aprovação para publicação foi baseada em critérios rigorosos de neutralidade e imparcialidade acadêmica, garantindo a qualidade e a integridade científica das contribuições apresentadas.

SUMÁRIO

IMPACTOS PSICOSSOCIAIS DA INFERTILIDADE FEMININA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	7
CÂNULA NASAL DE ALTO FLUXO COMO ESTRATÉGIA PREVENTIVA À INTUBAÇÃO OROTRAQUEAL EM LACTENTES	16
CÂNCER GINECOLÓGICO E RASTREAMENTO PRECOCE: PERSPECTIVAS PARA A SAÚDE PÚBLICA	24
O IMPACTO DO EXERCÍCIO FÍSICO AERÓBICO NA GESTAÇÃO	34
ABORDAGEM MULTIPROFISSIONAL A PORTADORAS DA SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO (SOP)	39
SILÊNCIOS GINECOLÓGICOS: ENTRE O DIREITO E A AUSÊNCIA DE CUIDADO	54
DESAFIOS E PERSPECTIVAS EM SAÚDE PÚBLICA NA INFERTILIDADE E REPRODUÇÃO ASSISTIDA	61
IMPACTO DA PORNOGRAFIA NO PRAZER FEMININO	67
DESAFIOS DO CUIDADO DE ENFERMAGEM À MULHER VIVENDO COM HIV: UMA REVISÃO INTEGRATIVA SOBRE VULNERABILIDADE, MATERNIDADE E ESTIGMA.....	73
ESTRATÉGIAS MULTIPROFISSIONAIS NA PREVENÇÃO DE INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (IST) EM ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	81
FATORES QUE INFLUENCIAM NA PREVENÇÃO E CONTROLE DE INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (IST) EM IDOSOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	87
HESITAÇÃO FEMININA NA REALIZAÇÃO DO EXAME CITOPATOLÓGICO: REVISÃO INTEGRATIVA	93
O FENÔMENO DAS INDICAÇÕES “FAKES” DE CESARIANA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA.....	99
O IMPACTO PSICOSSOCIAL DA VIOLÊNCIA OBSTÉTRICA NA MULHER E A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DO PARTO HUMANIZADO BASEADO EM EVIDÊNCIAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA	106
SAÚDE DA MULHER NEGRA E SEUS DETERMINANTES SOCIAIS PARA A OCORRÊNCIA DE CÂNCER DE COLO DO ÚTERO: UMA REVISÃO LITERÁRIA	113

CAPÍTULO 4

O IMPACTO DO EXERCÍCIO FÍSICO AERÓBICO NA GESTAÇÃO

THE IMPACT OF AEROBIC PHYSICAL EXERCISE DURING PREGNANCY

Giovanna Notarnicola Micheluci Simonetti

Médica pelo Centro Universitário São Camilo – CUSC, São Paulo, SP.

Vittoria Notarnicola Micheluci

Médica pelo Centro Universitário São Camilo – CUSC, São Paulo, SP.

Carolina Antunes Saviano

Médica pelo Centro Universitário São Camilo – CUSC, São Paulo, SP.

Maria Mônica Pereira

Médica especialista em Ginecologia e Obstetrícia formada pela Faculdade de Ciências médicas de Santos, especializada pelo Hospital Guilherme Álvaro, pós graduada em ultrassonografia ginecológica e obstétrica pelo CETRUS, Membro da European Society of Contraception and Reproductive Health, Docente do curso de medicina do Centro Universitário São Camilo – CUSC, São Paulo SP.

DOI: 10.36599/intele-978-65-986775-5-8_004

RESUMO:

Objetivo: Analisar as evidências científicas sobre os efeitos do exercício aeróbico supervisionado durante a gestação nos desfechos maternos e fetais. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa de artigos publicados entre 2019 e 2023, selecionados nas bases PubMed, SciELO e ScienceDirect, utilizando os descritores “Gestação”, “Exercício aeróbico” e “Saúde materna”. Foram incluídos estudos originais e revisões sistemáticas que abordassem a prática de atividade física durante a gestação. **Resultados e Discussão:** A análise revelou que o exercício aeróbico supervisionado proporciona benefícios relevantes para a saúde materna e fetal, principalmente em intensidade moderada a alta. Entre os efeitos positivos observados destacam-se a melhora da qualidade do sono, a redução do comportamento sedentário, o estímulo a hábitos saudáveis e a prevenção do diabetes mellitus gestacional. Além disso, o exercício aeróbico contribui para adaptações hemodinâmicas sem prejuízos materno-fetais, reforçando sua segurança quando supervisionado. Ademais, a restrição de atividades físicas não reduziu as taxas de parto prematuro, contrariando a prática tradicional do repouso absoluto. Não foram encontradas evidências de prejuízos maternos ou fetais relacionados ao exercício supervisionado, corroborando sua recomendação clínica. **Considerações Finais:** O exercício aeróbico supervisionado durante a gestação é uma estratégia segura e eficaz, que promove o bem-estar materno e favorece desfechos gestacionais positivos. Profissionais de saúde devem incentivar sua prática, visando reduzir os riscos associados à inatividade física e promover gestações mais saudáveis.

PALAVRAS-CHAVE: Exercício; Gestação; Aeróbico.

ABSTRACT:

Objective: To analyze the scientific evidence on the effects of supervised aerobic exercise during pregnancy on maternal and fetal outcomes. **Methodology:** This study is a narrative review of articles published between 2019 and 2023, selected from PubMed, SciELO, and ScienceDirect databases, using the descriptors “Pregnancy,” “Aerobic Exercise,” and “Maternal Health.” Inclusion criteria comprised original studies and systematic reviews addressing physical activity during pregnancy. **Results and Discussion:** The analysis revealed that supervised aerobic exercise provides significant maternal and fetal health benefits, mainly at moderate to high intensity. Positive effects included improved sleep quality, reduction in sedentary behavior,

encouragement of healthy lifestyle habits, and prevention of gestational diabetes mellitus. In addition, aerobic exercise contributes to hemodynamic adaptations without maternal-fetal harm, reinforcing its safety when properly supervised. Furthermore, restricting physical activity did not reduce preterm birth rates, contradicting the traditional practice of absolute rest (Saccone et al., 2023). No evidence of maternal or fetal harm related to supervised exercise was found, corroborating its clinical recommendation. **Final Considerations:** Supervised aerobic exercise during pregnancy is a safe and effective strategy that promotes maternal well-being and favorable fetal outcomes. Health professionals should encourage its practice to reduce risks associated with physical inactivity and to promote healthier pregnancies.

KEYWORDS: Exercise; Pregnancy; Aerobic.

INTRODUÇÃO

A gestação é marcada por intensas mudanças fisiológicas, metabólicas e emocionais, que podem favorecer o aparecimento de condições como ganho de peso excessivo, alterações do sono, distúrbios metabólicos e maior tempo de inatividade. Essas alterações refletem não apenas o processo natural de adaptação do corpo materno às demandas do feto, mas também fatores comportamentais e ambientais que podem influenciar diretamente a saúde da gestante ao longo da gravidez.

Durante muito tempo, acreditava-se que a prática de exercícios nesse período poderia trazer riscos ao binômio mãe-feto, sendo comum a indicação de repouso em situações de ameaça de parto prematuro ou em gestações consideradas de risco. Essa recomendação baseava-se em preocupações com possíveis complicações, incluindo descolamento prematuro da placenta, parto prematuro espontâneo ou alterações na circulação uteroplacentária. Como resultado, muitas gestantes eram desencorajadas a se manter fisicamente ativas, o que poderia, paradoxalmente, aumentar o risco de complicações metabólicas e cardiovasculares devido à inatividade prolongada.

Entretanto, evidências recentes demonstram que a atividade física, quando bem orientada e supervisionada, pode trazer benefícios importantes para a saúde materna e fetal, promovendo adaptações fisiológicas positivas, melhora do bem-estar psicológico e manutenção de um estilo de vida mais ativo. Segundo Oliver-Roig *et al.* (2023), o exercício aeróbico durante a gestação contribui para adaptações hemodinâmicas sem prejuízos materno-fetais, reforçando sua segurança quando realizado com supervisão adequada. Além disso, esses autores destacam que a prática regular de atividades físicas estruturadas pode auxiliar na prevenção de complicações metabólicas, otimizar o condicionamento físico e estimular hábitos de vida saudáveis, o que evidencia a relevância do incentivo à atividade física como parte integrante do cuidado gestacional.

METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão bibliográfica utilizando como fonte de pesquisa a base de dados PubMed, onde foram aplicados os termos de pesquisa "Exercise"; 'Pregnancy' e 'Aerobic', aplicadas à busca avançada com o operador booleano *AND*. As palavras-chave foram obtidas pelo site de Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) e estruturadas com o operador booleano pelo Medical Subject Headings (MeSH). Assim, foram obti-

dos 10.598 artigos que foram submetidos aos critérios de inclusão e exclusão, resultando em 23 artigos. Os critérios de inclusão foram: artigos publicados no último ano, que fossem ensaios clínicos randomizados e fossem disponibilizados na íntegra gratuitamente. Os critérios de exclusão foram: artigos que fugiam do tema proposto. Após uma análise a partir do objetivo, 15 não foram pertinentes para a temática escolhida, restando 8 para o desenvolvimento deste artigo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a gestação, diversas mulheres passam a apresentar inseguranças ao realizar atividades físicas, frequentemente motivadas pelo receio de causar algum malefício ao feto ou ao curso fisiológico da gravidez. A análise dos artigos selecionados demonstra que a prática de exercício físico aeróbico supervisionado durante a gestação traz benefícios relevantes para a saúde materna e fetal, principalmente quando realizado em intensidade moderada a alta, sendo que a orientação adequada e a supervisão profissional são fatores essenciais para a segurança da gestante, garantindo que os exercícios sejam realizados de forma cuidadosa e eficaz, sem comprometer o bem-estar materno ou fetal.

As evidências mostram que mulheres grávidas apresentam tendência à piora da qualidade do sono e aumento do tempo sedentário conforme a gestação avança, possivelmente devido a alterações hormonais, desconfortos físicos e mudanças nos hábitos de rotina que naturalmente ocorrem ao longo da gravidez. Entretanto, programas estruturados de exercício físico foram capazes de melhorar de forma significativa a qualidade do sono e reduzir o sedentarismo (Alomairah *et al.*, 2023), contribuindo não apenas para a melhora do bem-estar físico, mas também para a saúde mental da gestante. Tais resultados são de grande relevância, já que a má qualidade do sono e a inatividade estão diretamente associadas a complicações no período gestacional, incluindo fadiga, alterações metabólicas e risco aumentado de doenças associadas ao estilo de vida sedentário, o que evidencia a importância de estratégias que incentivem a manutenção de uma rotina ativa.

Outro ponto importante identificado refere-se à relação entre atividade física e trabalho de parto prematuro. Em gestações únicas com trabalho de parto prematuro interrompido, a restrição de atividades físicas não demonstrou redução significativa na taxa de partos antes de 37 semanas (Saccone *et al.*, 2023). Esses achados sugerem que o repouso absoluto, prática tradicionalmente utilizada como medida preventiva, não traz benefícios comprovados e, além disso, pode ser desencorajado, visto que a imobilidade prolongada pode acarretar efeitos adversos para a saúde materna, como perda de massa muscular, maior risco de trombose e diminuição da capacidade funcional, reforçando a necessidade de revisar orientações antigas e incentivar movimentos seguros durante a gestação.

Nos aspectos psicossociais, gestantes que receberam treinamento físico supervisionado ou aconselhamento motivacional apresentaram maior motivação e autoeficácia para a prática de atividade física durante a gravidez (Gluppe *et al.*, 2023). Embora não tenha sido observado impacto expressivo sobre ganho de peso gestacional, índice de massa corporal ou peso ao nascer, a adesão a programas de exercício estruturado parece contribuir para a manutenção de hábitos saudáveis, aumento do bem-estar geral e promoção de atitudes

positivas em relação à própria saúde, o que é particularmente relevante durante um período de tantas mudanças fisiológicas e emocionais, auxiliando na construção de uma rotina mais equilibrada e na prevenção de comportamentos sedentários.

No que se refere à segurança materno-fetal, os estudos que avaliaram padrões doppler fluxométricos não identificaram alterações negativas relacionadas à prática de exercícios aeróbicos durante a gestação (Oliver-Roig *et al.*, 2023). Esses resultados reforçam que, quando orientada e realizada de forma adequada, a atividade física não compromete a circulação uteroplacentária nem os parâmetros fetais, sendo considerada segura para gestantes de baixo e médio risco. Essa constatação evidencia que a supervisão profissional e o acompanhamento adequado são determinantes para que os exercícios tragam benefícios sem apresentar riscos.

A prevenção de diabetes mellitus gestacional representa outro benefício importante associado à prática de exercício aeróbico de moderada a alta intensidade. Em gestantes com maior risco para a doença, a atividade física estruturada reduziu significativamente a incidência de DMG, resultado atribuído à melhora da sensibilidade à insulina e à regulação glicêmica (Brislane *et al.*, 2023). Por outro lado, intervenções mais leves, como caminhadas curtas após as refeições, não demonstraram efeito significativo no controle glicêmico, sugerindo que a intensidade do exercício é um fator determinante para que os benefícios metabólicos sejam alcançados de forma efetiva, reforçando a necessidade de programas estruturados e supervisionados.

Em relação ao ganho de peso gestacional, peso ao nascer e índice de massa corporal, os resultados foram variados e não apontaram diferenças marcantes entre as gestantes que realizaram atividade física e aquelas que seguiram acompanhamento padrão (Roland *et al.*, 2023). Dessa forma, pode-se inferir que os principais impactos da atividade aeróbica estão relacionados à melhora de parâmetros metabólicos, psicossociais e funcionais, mais do que ao controle direto do peso materno ou fetal, reforçando a importância de olhar para os benefícios de forma integral e considerando o conjunto de efeitos positivos proporcionados pela atividade física durante a gestação.

De forma geral, os achados desta revisão reforçam que a atividade física aeróbica de intensidade moderada a alta é segura durante a gestação e apresenta efeitos positivos na qualidade do sono, na redução do sedentarismo, na motivação para manter hábitos saudáveis e na prevenção de diabetes mellitus gestacional. Não foram observados prejuízos relevantes ao feto ou à mãe, mesmo em gestações de risco, o que evidencia a importância da prescrição de exercícios supervisionados nesse período, ressaltando a relevância do acompanhamento profissional, da educação em saúde e da implementação de estratégias que incentivem a prática regular de exercícios para garantir segurança, eficácia e bem-estar integral das gestantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática de atividade física aeróbica durante a gestação impacta positivamente na qualidade do sono, reduz o tempo sedentário e contribui de maneira significativa para a prevenção de diabetes mellitus gestacional, especialmente em mulheres que apresentam maior risco para a doença. Em casos de ameaça de parto prematu-

ro, a restrição de atividades físicas não apresentou efeito relevante na prevenção desse desfecho, o que reforça a necessidade de revisão de condutas tradicionais de repouso absoluto.

Não foram encontradas evidências de prejuízos para a mãe ou para o feto relacionados ao exercício supervisionado, reforçando a segurança da atividade física quando realizada de forma adequada e orientada por profissionais capacitados. Conclui-se, portanto, que a prática de exercícios aeróbicos de moderada a alta intensidade na gestação deve ser incentivada, desde que respeitadas as contraindicações obstétricas específicas e garantida a supervisão adequada.

Embora alguns desfechos, como ganho de peso gestacional, índice de massa corporal e peso ao nascer, não tenham apresentado alterações significativas, os benefícios psicossociais e metabólicos observados, incluindo melhora do bem-estar geral e estímulo à manutenção de hábitos saudáveis, justificam a recomendação da prática de atividade física. Pesquisas futuras são necessárias para uma compreensão mais detalhada da relação entre intensidade, frequência e duração do exercício e seus impactos sobre os resultados maternos e neonatais a longo prazo.

REFERÊNCIAS

ALOMAIRAH, S. A. *et al.* Effects of two physical activity interventions on sleep and sedentary time in pregnant women. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 20, n. 7, p. 5359, 2023.

BRISLANE, Á. *et al.* Optimizing blood glucose control through the timing of exercise in pregnant individuals with gestational diabetes mellitus. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 20, n. 8, p. 5500, 2023.

GLUPPE, S. B.; ENGH, M. E.; BØ, K. The effect of exercise training and motivational counselling on physical activity behaviour in pregnant women. **BMC Public Health**, v. 23, p. 17525, 2023.

OLIVER-ROIG, A. *et al.* Fetal and maternal Doppler adaptation to maternal exercise during pregnancy: a randomized controlled trial. **American Journal of Obstetrics and Gynecology**, v. 228, n. 4, p. 475.e1–475.e14, 2023.

ROLAND, C. B. *et al.* Effects of prenatal exercise on gestational weight gain, obstetric and neonatal outcomes: FitMum randomized controlled trial. **BMC Pregnancy and Childbirth**, v. 23, n. 1, p. 214, 2023.

SACCONE, G. *et al.* Activity restriction for women with arrested preterm labor: a randomized controlled trial. **American Journal of Obstetrics & Gynecology MFM**, v. 5, n. 8, p. 100954, 2023.