



FACULDADE DA REGIÃO SISALEIRA – FARESI
BACHARELADO EM ENFERMAGEM

ANA GLEIDE VIANA DA SILVA

ALTERAÇÕES ENDÓCRINAS EM GESTANTES

Conceição do Coité – BA
2022

ANA GLEIDE VIANA DA SILVA

ALTERAÇÕES ENDÓCRINAS EM GESTANTES

Artigo científico apresentado ao curso de Enfermagem da Faculdade da Região Sisaleira – FARESI, como requisito de avaliação da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso.

Orientadora: Prof^ª. Thayssa Carvalho Souza.

**Conceição do Coité – BA
2022**

Ficha Catalográfica elaborada por:
Carmen Lúcia Santiago de Queiroz – Bibliotecária
CRB: 5/1222

S381 Silva, Ana Gleide Viana da
Alterações endócrinas em gestantes/Ana
Gleide Viana da Silva. – Conceição do Coité –
FARESI, 2022.
15f.

Orientador: Profª. Thayssa Carvalho Souza.
Artigo científico (bacharel) em Enfermagem
- Faculdade da Região Sisaleira (FARESI).
Conceição do Coité, 2022.

1 Enfermagem 2 Gestação 2 Alterações
Hormonais 3 Alterações orgânicas. I Faculdade
da Região Sisaleira – FARESI. II Souza,
Thayssa Carvalho, III Título.

CDD: 612.405

ALTERAÇÕES ENDÓCRINAS EM GESTANTES

Ana Gleide Viana da Silva¹

Thayssa Carvalho Souza²

RESUMO

O período gestacional constitui um processo natural que representa a geração de um novo ser e reflete alterações na vida da mulher. Todo o corpo feminino sofre mudanças para gerar o feto e criar um ambiente propício para o seu desenvolvimento até o fim do período. O objetivo do presente trabalho é descrever as alterações existentes durante a gestação, sejam fisiológicas, hormonais, psicológicas ou orgânicas. Trata-se de uma revisão integrativa e a pesquisa foi realizada entre o período de outubro de 2020 e maio de 2022. Foram selecionados 21 materiais de base para a realização do presente trabalho, incluindo artigos e revistas relacionados com a área de enfermagem, educação e psicologia. Logo após a confirmação da gravidez, surgem os primeiros sintomas que são mais comuns durante esse período, tais como: enjoos, fraqueza, desmaios, cefaleia, náuseas e seios fartos. Essas mudanças que ocorrem no corpo feminino durante esse processo são intensas para qualquer mulher, porém podem ser bastante complicadas para aquelas que possuem uma preocupação excessiva pelo próprio corpo. A grande maioria dos artigos selecionados relataram que as alterações hormonais comuns durante a gestação são, em grande parte, responsáveis pelas mudanças psicológicas que atingem grande parte da população feminina, principalmente quando se trata da percepção corporal.

PALAVRAS-CHAVE: Gestação. Alterações hormonais. Alterações orgânicas.

ABSTRACT

The gestational period is a natural process that represents the generation of a new being and reflects changes in a woman's life. The entire female body undergoes changes to generate the fetus and create an environment conducive to its development until the end of the period. The objective of the present work is to describe the alterations that exist during pregnancy, whether physiological, hormonal, psychological or organic. This is an integrative review and the research was carried out between October 2020 and May 2022. 21 base materials were selected for the present work, including articles and journals related to the area of nursing, education and psychology. Soon after confirmation of pregnancy, the first symptoms appear that are more common during this period, such as: nausea, weakness, fainting, headache, nausea and full breasts. These changes that occur in the female body during this process are intense for any woman, but can be quite complicated for those who have an excessive concern for their own body. The vast majority of selected articles reported that hormonal changes common during pregnancy are largely responsible for the psychological changes that affect a large part of the female population, especially when it comes to body perception.

KEYWORDS: Gestation. Hormonal changes. Organic changes.

1 INTRODUÇÃO

A gestação é um processo natural do organismo feminino e que traz tanto alterações fisiológicas, orgânicas e hormonais quanto psicológicas. Após o aviso do início da geração de uma nova vida, todo o organismo se modifica para receber o feto e criar um ambiente seguro até o fim do período gestacional (MEIRELLES *et al.* 2015).

Essa fase, na verdade, é uma condição para a sobrevivência da vida humana e é indispensável à renovação geracional, representando um período de formação de um novo ser. Esse período dura cerca de 40 semanas, em que ocorrem diversas alterações profundas no estilo de vida da mulher e de toda família, além de ser uma fase de preparação física e psicológica (COUTINHO *et al.* 2014).

O início e o desenvolvimento de uma gestação são percebidos como fenômenos complexos, embora não sejam caracterizados como um estado patológico. Durante esse estágio, ocorrem profundas alterações psicológicas, orgânicas e fisiológicas, repercutindo psíquica e socialmente na vida da mulher e de seus familiares podendo, inclusive, ser considerado um episódio de crise no ciclo evolutivo de muitas mulheres (ALVES E BEZERRA, 2020 APUD COSTA E COL. 2010).

O enfermeiro, profissional responsável pelo pré-natal, para atuar como educador em saúde, deve estar por dentro de todas as modificações que surgem durante o período gestacional. Como já dito, essas modificações acontecem para criar adaptações à nova vida que está sendo gerada. Grande parte dessas mudanças ocorre devido à ação de hormônios (principalmente progesterona e estrogênio), que são produzidos pela placenta que, além da troca de produtos metabólicos e gasosos, também possui função endócrina, para auxiliar na manutenção da gravidez (OLIVEIRA *et al.* 2020).

Acredita-se que distúrbios psicológicos como depressão pós-parto, a psicose puerperal e síndrome do pânico são condições bastante comuns na vida de muitas gestantes, nesse sentido, esse grupo populacional necessita de uma atenção qualificada por parte dos profissionais de saúde para enfrentar essas alterações provenientes do período gravídico. A assistência de pré-natal de alta qualidade é indispensável durante esse processo, com um acompanhamento de uma equipe multidisciplinar com o intuito de melhorar a qualidade de vida nas gestantes e evitar possíveis futuras complicações maternas e neonatais (GANDOLF *et al.* 2019).

Esse trabalho justifica-se pela necessidade de esclarecimento de todas as alterações que ocorrem no período gestacional, evidenciando que esse período não se trata apenas de mudanças físicas, mas também psicológicas e orgânicas, tendo visto a ocorrência de não aceitação por parte das mulheres, como consequência dessas alterações, principalmente físicas, que acabam fragilizando o psicológico e a auto estima de grande maioria das mulheres, além de enfatizar a importância do enfermeiro nessas situações, visto que se trata do primeiro profissional que tem contato com esse público, em que proporciona suporte até o final desse período. Ademais, a apropriação do conhecimento a respeito desse assunto valoriza a enfermagem como profissão e ciência.

O objetivo do presente trabalho é descrever as alterações existentes durante a gestação, sejam fisiológicas, psicológicas ou orgânicas, bem como exemplificar os problemas que poderão surgir durante a gestação, demonstrar o motivo das alterações que ocorrem no corpo da mulher no período gestacional e a influência dessas mudanças na vida da mesma, além da importância da atuação do profissional de enfermagem no período gravídico.

2 METODOLOGIA

O presente artigo se caracteriza como uma revisão integrativa da literatura, que segundo Soares *et al.* (2014), consiste em método de reunião e síntese de resultados de investigações, construído também a partir de outras áreas de educação e psicologia. Esse método viabiliza a capacidade de sistematização do conhecimento científico, de uma maneira que o pesquisador esteja mais próximo do que deseja avaliar. Ele deve ser escolhido quando o objetivo é realizar a síntese e a análise das informações científicas já produzidas sobre o tema em investigação (CUNHA *et al.* 2014).

A busca dos artigos foi realizada entre outubro de 2020 e maio de 2022, na qual foram utilizados artigos provenientes da plataforma SciELO, pubmed, biblioteca virtual de saúde e science direct. A pesquisa foi realizada utilizando os seguintes descritores: “gestação”, “alterações hormonais” e “alterações orgânicas”.

Foram selecionados 21 materiais de base para a realização do presente trabalho, incluindo artigos e revistas relacionados com a área de enfermagem, educação e psicologia. Para a escolha de artigos mais proveitosos possíveis para esta produção, foram levados em consideração os seguintes critérios de favorecimento: a

data da publicação, dentro da temporalidade dos últimos anos, artigos encontrados na íntegra e na língua portuguesa.

Além disso, como critério de inclusão dos artigos encontrados na pesquisa, foram selecionados aqueles com maior número de informações possíveis e com maior complexidade no estudo, principalmente os que detalhavam os nomes e funções dos principais hormônios envolvidos no período gestacional.

Dentre as dificuldades encontradas durante a realização do trabalho, destaca-se a limitação de artigos recentes sobre o tema, bem como a ausência de informações completas, que envolvam todos os quesitos abordados na pesquisa.

Ademais, foram selecionados artigos que discutiam a respeito da percepção corporal das gestantes no período gestacional, provenientes das alterações biológicas e fisiológicas comuns nessa fase, o que acabava influenciando psicologicamente a qualidade de vida dessas mulheres.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 A GESTAÇÃO E AS PRINCIPAIS MUDANÇAS FISIOLÓGICAS

A concepção é algo fisiológico e acontece quando o óvulo se une ao espermatozoide, na tuba uterina, e ocorre logo após a ovulação, cerca de 14 dias após o período menstrual, quando o muco cervical se torna menos viscoso, facilitando o movimento rápido dos espermatozoides até o óvulo. Quando o ovo é fertilizado ele passa a se chamar zigoto e divide-se repetidamente, se deslocando para o local de implantação no endométrio (ARTAL-MITTELMARK, 2019).

Durante a gestação, surgem diversas alterações no corpo feminino e todas essas mudanças fisiológicas, tanto anatômicas como bioquímicas, acontecem com o intuito de adaptar o corpo para geração de uma nova vida. Alterações na função cardiovascular, gastrointestinal, renal e pulmonar, sistema respiratório, tegumentar, musculoesquelético, nervoso, endócrino e genital são comuns e, por vezes, trazem incômodos e preocupações para esse público (OLIVEIRA *et al.* 2020).

Logo após a confirmação da gravidez, surgem os primeiros sintomas que são mais comuns durante esse período, tais como: enjoos, fraqueza, desmaios, cefaleia, náuseas e seios fartos (CAMACHO *et al.* 2010). As queixas de náuseas e vômitos no primeiro trimestre de gestação têm sido associadas aos altos níveis de gonadotrofina

coriônica humana (HCG) nesse período. Outros relatos acerca do sistema gastrointestinal são relacionados à constipação, causada pela diminuição dos movimentos peristálticos em resposta à presença do hormônio progesterona (JUNIOR, sem data).

Se a gestante não estiver preparada ou até mesmo bem informada sobre as mudanças pelas quais seu organismo passará, a gravidez pode não ser conduzida de maneira prazerosa, tornando-se algo diferente do idealizado no subjetivo mais íntimo da mulher, ainda reitera, afirma Camacho *et al.* (2010).

3.2. ALTERAÇÕES ORGÂNICAS NA GESTAÇÃO

Durante a gestação é normal a ocorrência de diversas alterações orgânicas que, muitas vezes, não são conhecidas pelas gestantes e que acabam despertando medo e insegurança. A informação a respeito dessas mudanças é de extrema importância para que esse período seja vivido da melhor maneira possível. Dentre essas alterações, pode-se mencionar o aumento do débito cardíaco (de 30% a 50%), assim como a frequência cardíaca. Sendo assim, durante a gestação, o coração da mulher trabalha mais porque, à medida que o feto cresce, ele precisa bombear mais sangue para o útero. Além disso, a pressão arterial costuma reduzir durante o segundo trimestre, podendo, no entanto, voltar ao nível normal de pré-gravidez no terceiro trimestre. (ARTAL-MITTELMARK, 2021).

Ainda segundo Artal-Mittelmark (2021), o crescimento do útero, uma das principais alterações que ocorre durante a gestação, afeta o retorno do sangue da região pélvica e das pernas. Dessa forma, é comum a ocorrência de edema, principalmente nos membros inferiores. Além disso, podem surgir também varizes nessa região, bem como na zona que circunda a vulva, podendo causar desconforto às vezes.

Com relação ao sistema respiratório, há um aumento na necessidade de oxigênio que é suprimido pela hiperventilação causada por alterações hormonais, como o aumento do estrogênio e progesterona, aumentando a sensibilidade e a vascularização dos centros respiratórios, podendo causar desconforto nasal. Além disso, o crescimento do útero dificulta a respiração, visto que esse órgão aumentado empurra o diafragma para cima. Com isso, é comum a ocorrência de dispneia e, por compensação, o corpo sofre alterações anatômicas para facilitar as trocas gasosas nos pulmões (TEIXEIRA, sem data).

Ainda segundo Teixeira, podem haver diversas alterações no sistema digestivo durante o período gestacional, provenientes de hormônios como estrogênio, progesterona e hCG, tais como: gengivas edemaciadas e hiperêmicas, ptialismo, náuseas, enjôos e vômitos matinais, maior tempo de esvaziamento gástrico, pirose, refluxo gastroesofágico e obstipação, causados principalmente pela pressão do útero sobre os órgãos digestivos.

Desde o início da gravidez, observa-se o aumento no suprimento de sangue renal. Os rins aumentam de peso e tamanho, há aumento da filtração glomerular e aumento da função dos túbulos, principalmente no primeiro trimestre, ocasionando retenção gradual de sódio e água. Além disso, em gestantes saudáveis, há casos de excreção de glicose durante a gestação, porém não se deve descartar a hipótese de diabetes. Devido maior armazenamento e estagnação de urina, há uma maior predisposição para ocorrência de infecções urinárias durante a gravidez (BURTI *et al.* 2006).

3.3. GESTAÇÃO E ALTERAÇÕES HORMONAIIS

O período gestacional é marcado por alterações nas funções da maioria das glândulas endócrinas, justificadas pela ação da placenta que produz hormônios e, muitos deles, circulam sob a forma de proteínas ligadoras que também estão aumentadas nesse período (ARTAL-MITTELMARK, 2019).

Ainda segundo Artal-Mittelmark (2019), a placenta produz a subunidade da gonadotropina coriônica humana, o beta-hCG, que mantém o corpo lúteo e previne a ovulação. Os principais hormônios que mais sofrem alterações são o estrogênio e a progesterona que aumentam logo cedo, através do beta-hCG que estimula os ovários a produzi-los continuamente. Após algumas semanas de gestação, cerca de 9 a 10 semanas, a própria placenta produz esses hormônios em grandes quantidades para manter a gestação.

A placenta também produz um hormônio, que possui ação similar ao TSH, estimulando a tireoide e provocando alterações como hiperplasia, aumento da vascularização e conseqüente aumento do seu tamanho. O estrogênio estimula os hepatócitos, levando aumento dos níveis de globulina ligadora dos hormônios tireóideos. Esse aumento da função tireoidiana pode se assemelhar ao quadro de hipertireoidismo, com sintomas como taquicardia, palpitação, transpiração excessiva e instabilidade emocional (ARTAL-MITTELMARK, 2019).

A somatotropina placentária possui propriedades lactogênicas. Juntamente com o HCG, auxilia na manutenção da integridade do corpo lúteo. Ele promove o crescimento fetal e age sobre o metabolismo de glicose e gordura da mãe. Com isso, há a diminuição da utilização da glicose pela mãe, para desviar para o feto, aumentando também a mobilização de ácidos graxos maternos, para que a mãe possa utilizá-los como forma de energia ao invés de glicose (BURTI *et al.* 2006).

No período gravídico há também um aumento na formação de glicose, em que o pâncreas é estimulado a produzir mais insulina para manter o metabolismo dos carboidratos normal. Apesar desse aumento da insulina, não há aumento de receptores, levando a uma resistência periférica e diminuindo seu aproveitamento. De acordo com alguns estudos, cerca de 25% das mulheres gestantes apresentam sobrepeso ou obesidade, associadas com maior risco de desenvolver diabetes gestacional, aumentando a probabilidade de desenvolver complicações e incidência de mortalidade perinatal (BURTI *et al.* 2006).

No período gestacional, os níveis dos hormônios estrógeno e progesterona são elevados, quando comparados àqueles encontrados em mulheres não gestantes, podendo levar a alterações de humor que são comuns nessa fase. Além disso, a queda brusca desses hormônios no pós parto, pode estar envolvida na etiologia da depressão puerperal (JUNIOR, sem data).

O hormônio progesterona inibe a musculatura uterina, para impedir que haja a expulsão do feto, inibe respostas de linfócitos T, impedindo a rejeição tissular, além de contribuir na formação do leite. Devido essa redução do tônus muscular, pode haver diminuição dos movimentos peristálticos, náuseas, constipação, dilatação dos vasos sanguíneos, estase de urina, diminuição da pressão diastólica e redução da tensão na pressão intra-alveolar e arterial (QUEROZ, 2012).

3.4. ALTERAÇÕES PSICOLÓGICAS NA GESTAÇÃO

O aumento de alguns hormônios, comum durante a gravidez, principalmente da progesterona, tem um efeito depressivo no sistema nervoso central e influencia no comportamento introspectivo e regressivo da mulher (TEIXEIRA, sem data). Essas alterações emocionais, provenientes de alterações hormonais, influenciam diretamente no comportamento da gestante e na aquisição de segurança no seu papel de mãe. Essas alterações podem desenvolver quadros de ansiedade, podendo trazer complicações tanto para a mãe quanto para o bebê (MARQUES E SOUZA, 2019).

Para muitas mulheres, o período gestacional é considerado um momento especial, porém, nem todas possuem esse mesmo pensamento. Para algumas gestantes, esse período da vida pode ocasionar sentimentos não positivos e, para isso, é necessário considerar que existem inter-relações entre as transformações gestacionais, a autoimagem e a autoestima feminina (GANDOLF *et al.* 2019).

Essas mudanças que ocorrem no corpo feminino durante esse processo são intensas para qualquer mulher, porém podem ser bastante complicadas para aquelas que possuem uma preocupação excessiva pelo próprio corpo, diante do papel que o mesmo ocupa na atualidade. Devido a isso, o período gestacional deixa de ser um processo integrativo e acaba se tornando um problema na imagem corporal feminina (GANDOLF *et al.* 2019).

Além disso, atualmente, o padrão feminino tende a ser direcionado ao corpo magro e, no período gestacional, o corpo gravídico foge desse conceito. Essas mudanças físicas acabam sendo algo de difícil aceitação pelas mulheres, visto que, durante esse período, há um grande ganho de peso e modificação do formato corporal. Consequentemente, devido essas rápidas mudanças adicionadas à idealização do corpo magro feminino, podem surgir situações de descontentamento profundo com seu estado atual, alterando suas atitudes corporais (MEIRELLES *et al.* 2015). Por ser um fator gerador de ansiedade, a gestação pode tornar a mulher mais vulnerável ao desenvolvimento de perturbações emocionais (VIEIRA E PARIZOTTO, 2013).

Segundo Meirelles *et al.* (2015), em seu estudo realizado com gestantes voluntárias de todos os períodos gestacionais, as atitudes corporais avaliadas nas participantes foram similares entre todos os trimestres. Além disso, também foi identificado que as gestantes em alto risco e com IMC elevado apresentaram imagem corporal negativa, concluindo que a avaliação da imagem corporal nesse público é recomendada a fim de que um maior conhecimento acerca disso possa beneficiar essas mulheres, considerando a sua saúde e o seu bem-estar psicológico.

Um outro estudo realizado por Silva (2009), identificou que as intensas mudanças na vida durante o período gestacional estão relacionadas às alterações nos planos, no cotidiano e nos próprios relacionamentos com a família. Já as mudanças corporais se inscrevem tanto no corpo físico como no afetivo e todos esses fatores estão conectados, influenciando em maior ou menor grau, mediante a própria percepção ou significado que cada pessoa atribui. Esses significados estão

diretamente ligados à afetividade que definem suas ações e comportamentos em relação à gravidez.

3.5. IMPORTÂNCIA DO ENFERMEIRO NO MANEJO DAS ALTERAÇÕES DO PERÍODO GRAVÍDICO

Durante o período gravítico é essencial que haja um acompanhamento pré-natal para que a mulher se prepare para ser mãe. Através das consultas e ações realizadas pela equipe, a gestante é acompanhada, sendo analisada a evolução da sua gestação e as condições do bebê. Diante disso, a assistência proveniente da equipe multidisciplinar de saúde é considerada uma ferramenta na prevenção de diversas complicações clínicas e obstétricas que podem acometer a saúde da mulher no período gestacional (DIAS *et al.* 2018).

De acordo com a lei nº 7.498/86, de 25 de junho de 1986 disposta pelo Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), em seu artigo 11, cabe ao enfermeiro a assistência de enfermagem à gestante, parturiente e puérpera (BRASIL, 1986). Dessa forma, é importante que o profissional da área de enfermagem, além de utilizar os procedimentos essenciais no âmbito assistencial, também seja capaz de acolher a gestante e orientá-la sobre as diversas alterações físicas, psicológicas e sociais na gravidez (OLIVEIRA *et al.* 2016).

Segundo Oliveira *et al.* (2016), em seus estudos avaliados, o profissional enfermeiro é de grande importância nas Unidades de Saúde, na prestação da assistência pré-natal, principalmente por seu cuidado humanizado, escuta qualificada, levando a uma maior confiança e segurança por parte da gestante durante essa fase da vida.

Ainda segundo Dias *et al.* (2018), para o melhor desenvolvimento gestacional, as gestantes consideram fundamental os conselhos, esclarecimento de dúvidas e a tranquilidade transmitida pelos profissionais de enfermagem durante o acompanhamento pré-natal, sendo necessário ressaltar que é de responsabilidade do enfermeiro desempenhar sua função de maneira eficaz, para que as gestantes possam reconhecer ainda mais as suas ações.

Durante as reuniões com grupos de gestantes, é dever também do enfermeiro incentivar a participação dos companheiros e demais familiares, com o intuito de proporcionar mais segurança à gestante, além de serem possíveis aliados na

assistência à mãe e bebê, fazendo com que a mesma se sinta mais amparada e preparada para possíveis eventuais intercorrências (OLIVEIRA *et al.* 2016).

O momento que precede a descoberta da gestação é marcado pela novidade da maternidade, preocupação em assumir o papel materno, ambivalência nos sentimentos, medos, mudanças de humor, proveniente do aumento dos níveis hormonais, alterações corporais e sintomas comuns da gravidez. Nesse sentido, o pré-natal psicológico se faz importante na prevenção dos problemas gestacionais e psicológicos (ROMERO E CASSINO, 2018).

Ademais, cabe ao enfermeiro estar atento ao limite entre fisiologia e patologia relacionada à gravidez, além de estar capacitado em orientar e intervir em práticas que auxiliem na diminuição dos efeitos provenientes das alterações do período gravídico, bem como auxiliar no alívio dos sintomas provocados pela ansiedade gerada por essas alterações (OLIVEIRA *et al.* 2020).

4 CONCLUSÃO

É sabido que o período gestacional é marcado por inúmeras alterações, sejam elas fisiológicas, endócrinas, orgânicas ou psicológicas. A grande maioria dos artigos selecionados relataram que as alterações hormonais comuns durante a gestação são, em grande parte, responsáveis pelas mudanças psicológicas que atingem grande parte da população feminina, principalmente quando se trata da percepção corporal.

Além disso, foi possível determinar também, que a atuação e o acompanhamento do profissional de enfermagem, além de toda equipe multidisciplinar, durante as consultas pré-natal, são de extrema importância na promoção de maior segurança e confiança à gestante, prevenindo possíveis intercorrências comuns no período gravídico. Vale ressaltar também a importância da realização de salas de espera, na abordagem de temas importantes na gestação e esclarecimento de dúvidas, visto que a educação constitui um dos principais meios de promoção da saúde, através de um conjunto de saberes e práticas orientados para a prevenção de doenças.

Diante disso, é de grande valia a continuidade e o fortalecimento dos grupos de apoio à gestante, bem como o esclarecimento da importância da presença e manutenção desse grupo populacional nas consultas pré-natal. Destarte, dentre todos os cenários em saúde, a Atenção Básica, constitui um contexto privilegiado para o desenvolvimento de práticas educativas em saúde, visto que se trata de um conjunto

de serviços caracterizados pela maior proximidade com a população, enfatizando as ações de proteção e promoção da saúde.

Ademais, visto que o enfermeiro tem garantido o seu direito, frente à lei 7.498/86, de planejar, organizar, coordenar e executar os serviços de enfermagem, incluindo a realização das consultas de pré-natal, torna-se evidente que este profissional é de extrema importância no cuidado à gestante, responsável pelas orientações pertinentes às principais alterações decorrentes do período gravídico, dentre outras atribuições.

REFERÊNCIAS

ALVES, T.; BEZERRA, M. Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o período gestacional. **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, v. 14, n. 49, p. 114-126, 2020.

ARTAL-MITTELMARK, R. Alterações físicas durante a gestação. **Manual MSD**, 2021.

ARTAL-MITTELMARK, R. Fisiologia da gestação. **Manual MSD**, 2019.

BRASIL. **LEI Nº 7.498/86, DE 26 DE JUNHO DE 1986**. Dispõe sobre a regulamentação do exercício da Enfermagem e dá outras providências. Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/lei-n-749886-de-25-de-junho-de-1986_4161.html>, Acesso em: abril, 2022).

BURTI, J.; ANDRADE, L.; CAROMANO, F.; IDE, M. Adaptações fisiológicas do período gestacional. **Fisioterapia Brasil**, v. 7, n. 5, 2006.

COUTINHO, E.; SILVA, C.; CHAVES, C.; NELAS, P.; PARREIRA, V.; AMARAL, M.; DUARTE, J. Gravidez e parto: o que muda no estilo de vida das mulheres que se tornam mães? **Revista da Escola de Enfermagem**, v. 48, p. 17-24, 2014.

CUNHA, P.; CUNHA, C.; ALVES, P. Manual Revisão Bibliográfica Sistemática Integrativa: a pesquisa baseada em evidências. **Grupa Anima Educação**, Belo Horizonte, 2014.

DIAS, E.; ANJOS, G.; ALVES, L.; PEREIRA, S.; CAMPOS, L. Ações do enfermeiro no pré-natal e a importância atribuída pelas gestantes. **Revista Sustinere**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 52-62, 2018.

GANDOLF, F.; GOMES, M.; RETICENA, K.; SANTOS, M.; DAMINI, M. MUDANÇAS NA VIDA E NO CORPO DA MULHER DURANTE A GRAVIDEZ. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research**, v. 27, n. 1, p. 126-131, 2019.

GONÇALVES CAMACHO, K. Vivenciando Repercussões e Transformações de uma Gestação: Perspectivas de Gestantes. **Ciência y Enfermería**, 2 ago. 2010.

JUNIOR, H.; VISCONTI, M. Gestação, Parto e Lactação: Reprodução, sistema genital, ontogênese. **USP/Univesp**, cap. 5, p. 89-104,

MARQUES, A.; SOUZA, L. **Gestação e seus fatores emocionais**. 2019. 41 f. Trabalho de Conclusão de Curso – Centro Universitário de Anápolis, 09 de junho de 2019.

MEIRELLES, J.; NEVES, C.; CARVALHO, P.; FERREIRA, M. Imagem corporal de gestantes: associação com variáveis sociodemográficas, antropométricas e obstétricas. **Faculdade de Educação Física e Desportos**, Campus Universitário, São Paulo, 2015.

OLIVEIRA, E.; BARBOSA, S.; MELO, S. A importância do acompanhamento pré-natal realizado por enfermeiros. **Revista Científica FacMais**, v. 7, n. 3, 2016.

OLIVEIRA, T.; ALMEIDA, J.; SILVA, T.; ARAÚJO, H.; JUVINO, E.; Desvelando as alterações fisiológicas da gravidez: Estudo Integrativo com foco na consulta de enfermagem. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 12, 2020.

QUEROZ, A. **Conhecendo as alterações da gestação para um melhor cuidar no pré-natal**. 2012. 34 f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal de Minas Gerais, 26 de junho de 2012.

ROMERO, S.; CASSINO, L. Saúde mental no cuidado à gestante durante o pré-natal. **Revista Brasileira de Ciências de Vida**, v. 6, n. 2, 2018.

SILVA, L.; SILVA, L. Mudanças na vida e no corpo: vivências diante da gravidez na perspectiva afetiva dos pais. **Revista Enfermagem**, v. 13, n. 2, p. 393-401, 2009.

SOARES, C.; HOGA, L.; PEDUZZI, M.; SANGALETI, C.; YONEKURA, T.; SILVA, D. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 48, n. 2, p. 335-345, 2014.

TEIXEIRA, M. Ajustes fisiológicos da gravidez. **NUTMED**, p. 1-10,

VIEIRA, B.; PARIZOTTO, A. Alterações psicológicas decorrentes do período gravídico. **Unoesc & Ciência - ACBS**, Joaçaba, v. 4, n. 1, p. 79-90, jan./jun. 2013.