

FREQUÊNCIA DE DOR LOMBAR EM UM SERVIÇO DE PRÉ-NATAL DE ALTO RISCO NA AMAZÔNIA LEGAL

FREQUENCY OF LOW BACK PAIN IN A HIGH-RISK PRENATAL CARE SERVICE IN THE LEGAL AMAZON

FRECUENCIA DE DOLOR LUMBAR EN UN SERVICIO DE ATENCIÓN PRENATAL DE ALTO RIESGO EN LA AMAZONÍA LEGAL

 <https://doi.org/10.56238/arev7n12-321>

Data de submissão: 29/11/2025

Data de publicação: 29/12/2025

Karolline Alves Soares Miranda

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: karollinealves70@gmail.com

Ana Beatriz Leão França

Graduanda em Enfermagem

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: bia.2015.leao@outlook.com

José Wilson Magalhães Sotero Filho

Graduando em Medicina

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: wilsonsotero26@gmail.com

Denise Soares De Alcântara

Mestre em Enfermagem

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: denises@unirg.edu.br

Sarah Rodrigues Araujo

Especialista em Saúde da Família e Comunidade

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: sararoodriguesa97@gmail.com

Kleverson Wessel de Oliveira

Doutor em Ciências

Instituição: Universidade de São Paulo (USP), UNITINS

E-mail: Kleverson.wo@unitins.br

Paula Luiza da Silva Sampaio

Mestre em Saúde Pública

Instituição: Universidade Federal do Tocantins (UFT), Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: paulaluizaenfer@hotmail.com

RESUMO

INTRODUÇÃO: A dor lombar é uma condição frequente em gestantes, especialmente entre situações específicas como de alto risco, e sua origem multifatorial inclui fatores biomecânicos, hormonais, vasculares e psicológicos. Durante a gravidez, o aumento do peso e da carga sobre a coluna, combinado com alterações hormonais como a elevação da relaxina, pode intensificar o desconforto lombar. Além disso, fatores emocionais como o estresse e a ansiedade também desempenham um papel importante na amplificação dessa dor.

OBJETIVO: Este estudo visa estimar a prevalência da dor lombar entre gestantes de alto risco e identificar os principais fatores que influenciam a qualidade de vida desse grupo específico. Além disso, a pesquisa pretende avaliar como a dor interfere nas atividades diárias e no bem-estar físico e emocional dessas gestantes.

MÉTODO: Será realizado um estudo transversal com abordagem quantitativa na Clínica da Mulher, localizada em Gurupi, Tocantins. A coleta de dados será realizada entre fevereiro e outubro de 2025, por meio de um questionário estruturado que explorará dados sociodemográficos, características e intensidade da dor lombar e os aspectos de vida afetados pela condição.

RESULTADO ENCONTRADOS: o estudo mostrou alta prevalência de dor lombar em gestantes de alto risco, com impacto físico, emocional e necessidade de intervenções terapêuticas adequadas e multidisciplinares.

Palavras-chave: Gestação de Alto Risco. Dor Lombar. Prevalência. Qualidade de Vida. Enfermagem.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Low back pain is a frequent condition in pregnant women, especially in specific situations such as high-risk pregnancies, and its multifactorial origin includes biomechanical, hormonal, vascular, and psychological factors. During pregnancy, the increase in weight and load on the spine, combined with hormonal changes such as elevated relaxin, can intensify lower back discomfort. Furthermore, emotional factors such as stress and anxiety also play an important role in amplifying this pain.

OBJECTIVE: This study aims to estimate the prevalence of low back pain among high-risk pregnant women and identify the main factors influencing the quality of life of this specific group. In addition, the research intends to evaluate how pain interferes with daily activities and the physical and emotional well-being of these pregnant women.

METHOD: A cross-sectional study with a quantitative approach will be conducted at the Women's Clinic, located in Gurupi, Tocantins. Data collection will take place between February and October 2025, using a structured questionnaire that will explore sociodemographic data, characteristics and intensity of low back pain, and aspects of life affected by the condition.

RESULTS FOUND: The study showed a high prevalence of low back pain in high-risk pregnant women, with physical and emotional impact and a need for appropriate and multidisciplinary therapeutic interventions.

Keywords: High-Risk Pregnancy. Low Back Pain. Prevalence. Quality of Life. Nursing.

RESUMEN

INTRODUCCIÓN: El dolor lumbar es una afección frecuente en embarazadas, especialmente en situaciones específicas como los embarazos de alto riesgo, y su origen multifactorial incluye factores biomecánicos, hormonales, vasculares y psicológicos. Durante el embarazo, el aumento de peso y la carga sobre la columna vertebral, combinado con cambios hormonales como la elevación de la

relaxina, pueden intensificar las molestias lumbares. Además, factores emocionales como el estrés y la ansiedad también juegan un papel importante en la amplificación de este dolor. **OBJETIVO:** Este estudio tiene como objetivo estimar la prevalencia del dolor lumbar entre embarazadas de alto riesgo e identificar los principales factores que influyen en la calidad de vida de este grupo específico. Además, la investigación pretende evaluar cómo el dolor interfiere con las actividades diarias y el bienestar físico y emocional de estas embarazadas. **MÉTODO:** Se realizará un estudio transversal con un enfoque cuantitativo en la Clínica de la Mujer, ubicada en Gurupi, Tocantins. La recopilación de datos se realizará entre febrero y octubre de 2025 mediante un cuestionario estructurado que explorará datos sociodemográficos, las características e intensidad del dolor lumbar, así como los aspectos de la vida afectados por esta afección. **RESULTADOS:** El estudio mostró una alta prevalencia de dolor lumbar en mujeres embarazadas de alto riesgo, con impacto físico y emocional, y la necesidad de intervenciones terapéuticas adecuadas y multidisciplinarias.

Palabras clave: Embarazo de Alto Riesgo. Dolor Lumbar. Prevalencia. Calidad de Vida. Enfermería.

1 INTRODUÇÃO

A dor lombar é uma condição bastante comum em gestantes, com prevalência ainda maior entre aquelas de alto risco, devido a uma combinação de fatores hormonais, biomecânicos e emocionais. Estudos indicam que entre 50% e 70% das mulheres grávidas sofrem com dor lombar, o que afeta significativamente sua qualidade de vida e atividades diárias (Souza; Oliveira, 2020). Em gestantes de alto risco, que apresentam condições pré-existentes ou que enfrentam complicações adicionais, a dor lombar pode ser agravada, necessitando de uma atenção especializada. “Esse tipo de dor está diretamente ligado a sobrecarga imposta pela gestação, que gera alterações posturais e mecânicas importantes” (Costa; Amorim, 2019).

A gestação de alto risco é caracterizada por um maior potencial de complicações, que coloca tanto a mãe quanto o feto em uma condição de vulnerabilidade. Esse grupo inclui mulheres com doenças crônicas, idade materna avançada ou fatores obstétricos complexos. Segundo Costa e Amorim (2019), “o acompanhamento de gestantes de alto risco é fundamental para prevenir e minimizar intercorrências”. Dessa forma, a presença de dor lombar nesses casos pode agravar ainda mais as condições de saúde da gestante, exigindo uma abordagem clínica cuidadosa que inclua a identificação de causas e o tratamento adequado.

A dor lombar na gestação pode ser atribuída a fatores biomecânicos relacionados ao crescimento do útero e ao aumento de peso, que alteram a distribuição de carga na coluna vertebral. Em gestantes de alto risco, o impacto dessas mudanças tende a ser mais severo, devido ao acúmulo de fatores predisponentes. Almeida e Santos (2021) destacam que “o aumento do peso corporal na gravidez altera o centro de gravidade, sobrecarregando a coluna e os músculos lombares”. Esses efeitos biomecânicos, somados a outras complicações próprias das gestações de alto risco, intensificam a sensação de dor e desconforto.

Além dos fatores biomecânicos, a influência hormonal desempenha um papel crucial no desenvolvimento da dor lombar em gestantes. Durante a gravidez, há um aumento de hormônios como a relaxina, que promove o relaxamento das articulações pélvicas e pode contribuir para a instabilidade e dor lombar, especialmente em gestações de alto risco (Gomes; Ferreira, 2022). Segundo Silva e Pereira (2021), “a ação da relaxina e de outros hormônios facilita o trabalho do parto, mas pode afetar a estabilidade da coluna”. Esse efeito é intensificado em gestantes de alto risco, onde as condições físicas e hormonais se encontram mais suscetíveis a desequilíbrios.

O impacto psicossocial da dor lombar em gestantes de alto risco é uma questão de grande relevância, pois a dor pode limitar a mobilidade e afetar a qualidade de vida de forma ampla. Como apontado por Carvalho e Martins (2019), “a dor lombar influencia o bem-estar emocional da gestante,

afetando o desempenho das atividades cotidianas e aumentando o nível de estresse". A incapacidade de realizar tarefas diárias sem dor acaba gerando frustração e aumentando os níveis de ansiedade, o que pode desencadear ou piorar problemas emocionais já existentes em gestantes de alto risco.

Diante da presença de dor lombar, o acompanhamento clínico de gestantes de alto risco torna-se uma necessidade, pois além dos riscos normais da gravidez, essa condição traz consigo uma série de desconforto que pode agravar o quadro geral. A dor lombar em gestantes de alto risco requer monitoramento cuidadoso impacto devido ao potencial nas condições físicas e emocionais do paciente (Freitas; Souza, 2020). Esse cuidado é essencial para prevenir complicações adicionais, além de fornecer um suporte adequado que ajude a gestante a lidar com os desconfortos durante a gravidez.

Na Clínica da Mulher em Gurupi-TO, o atendimento especializado para gestantes de alto risco visa não apenas monitorar a saúde materna e fetal, mas também tratar sintomas como a dor lombar. O atendimento a essas gestantes envolve uma abordagem diferenciada, considerando suas necessidades específicas e buscando mitigar os efeitos adversos de uma gestação complicada. Segundo Araújo e Lima (2021), "o suporte adequado em clínicas especializadas é essencial para a saúde de gestantes de alto risco, devido à maior probabilidade de problemas de saúde". Assim, o acompanhamento clínico se torna crucial para promover o bem-estar desses pacientes.

O tratamento da dor lombar em gestantes de alto risco deve incluir uma abordagem multidisciplinar que considere aspectos físicos e emocionais. A participação de profissionais de fisioterapia, enfermagem e psicologia tem mostrado resultados positivos na redução dos sintomas e na melhoria da qualidade de vida das gestantes. Moraes e Silveira (2022) afirmam que as intervenções integradas têm agendadas ser eficazes no intervalo da dor lombar, conforto mais conforto e segurança para as gestantes. Essas intervenções ajudam a reduzir o impacto da dor lombar e a promover um cuidado integral para gestantes de alto risco.

A dor lombar nas gestações de alto risco não afeta apenas o bem-estar da gestante, mas também pode trazer consequências para o desenvolvimento fetal, devido ao impacto da dor crônica no organismo materno. A dor constante e o aumento do nível de estresse podem gerar complicações hormonais que afetam o ambiente uterino, representando um risco adicional para o feto (Moraes; Silveira, 2022). Desta forma, os cuidados direcionados para o alívio da dor são essenciais não só para a mãe, mas também para o desenvolvimento saudável do feto.

Dada a relevância e o impacto da dor lombar em gestantes de alto risco, este estudo se propõe a investigar a prevalência dessa condição na Clínica da Mulher em Gurupi-TO, além de identificar as estratégias mais eficazes para sua gestão. A pesquisa busca fornecer informações que possam embasar novas práticas clínicas e melhorar a qualidade do atendimento oferecido a essas gestantes, com o

objetivo de reduzir os efeitos da dor lombar e promover um ambiente mais seguro e confortável para as mulheres. Estudos que abordam a dor lombar em gestações de alto risco são essenciais para o desenvolvimento de políticas de saúde materna (Santos; Pereira, 2023).

Diante da complexidade que envolve a dor lombar em gestantes de alto risco, marcada por fatores físicos, hormonais e psicossociais, torna-se evidente a necessidade de aprofundar o conhecimento sobre a prevalência dessa condição e seus impactos na qualidade de vida dessas mulheres. A presente pesquisa justifica-se pela escassez de estudos voltados especificamente a esse público, o que limita a implementação de estratégias de cuidado mais eficazes e direcionadas. Além disso, compreender como essa dor interfere nas atividades diárias e no bem-estar emocional das gestantes pode contribuir significativamente para o aprimoramento das práticas assistenciais em saúde materna, especialmente no contexto do pré-natal de alto risco. Assim, esta investigação tem como objetivo principal analisar a frequência da dor lombar entre gestantes de alto risco atendidas na Clínica da Mulher de Gurupi-TO, bem como identificar os fatores associados e os desdobramentos dessa condição no cotidiano dessas mulheres. Ao responder a questões como a intensidade da dor, sua repercussão nas atividades cotidianas e o tipo de suporte recebido, espera-se oferecer subsídios teóricos e práticos que fortaleçam o cuidado multidisciplinar e humanizado durante a gestação.

2 METODOLOGIA

Este é um estudo transversal, de natureza quantitativa, desenvolvido na Clínica da Mulher, localizada no município de Gurupi-TO, durante o período de fevereiro a outubro de 2025. A pesquisa teve como população-alvo todas as gestantes classificadas como de alto risco que realizam acompanhamento pré-natal na referida unidade de saúde. A amostra foi composta por gestantes que atenderam aos critérios de inclusão, como idade igual ou superior a 18 anos, idade gestacional a partir da 12^a semana, ausência de déficit de linguagem e transtornos mentais autorreferidos, além de consentirem voluntariamente com a participação mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídas gestantes que não autorizarem a participação ou que tenham histórico de cirurgia prévia na coluna vertebral.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário semiestruturado, elaborado pelas pesquisadoras, aplicado durante as consultas de pré-natal. O instrumento abrangeu variáveis sociodemográficas (como idade, escolaridade, estado civil e ocupação) e aspectos relacionados à dor lombar (intensidade, tipo, localização, fatores de alívio e piora, frequência e interferência nas atividades diárias). A intensidade da dor foi avaliada com o uso da Escala Numérica de Dor (0 a 10), uma ferramenta validada e de fácil compreensão.

Os dados coletados serão organizados em um banco eletrônico e analisados por meio do software Microsoft Excel. A análise estatística será descritiva, com apresentação de frequências absolutas e relativas, médias, medianas e desvios-padrão, conforme a natureza das variáveis. O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa via Plataforma Brasil, e seguirá as diretrizes estabelecidas pela Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, garantindo sigilo, anonimato e liberdade de participação às voluntárias.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

TABELA 1 – Caracterização sociodemográfica das gestantes da Clínica da Mulher (n = 61)

Variável	Categoria	n	%
Raça/Cor	Parda	27	44,30
	Branca	12	19,70
	Preta/Negra	12	19,70
	Amarela	9	14,80
	Indígena	1	1,60
	Total	61	100,0
Estado civil	União estável	14	23,0
	Casada	13	21,30
	Solteira	13	21,30
	Divorciada	20	32,80
Ocupação	Total	61	100,0
	Trabalho remunerado	28	45,90
	Trabalho não remunerado	33	54,10
	Total	61	100,0

Fonte: Autores.

TABELA 2 – Características obstétricas das gestantes (n = 61)

Variável	Categoria	n	%
Trimestre gestacional	1º trimestre	7	11,50
	2º trimestre	23	37,70
	3º trimestre	31	50,80
	Total	61	100,0
Presença de dor lombar	Sim	44	72,10
	Não	17	27,90
	Total	61	100,0

Fonte: Autores.

TABELA 3 – Perfil da dor lombar nas gestantes (n = 44)

Variável	Categoria	n	%
Início da dor	Durante a gestação	22	50,0
	Antes da gestação	22	50,0
	Total	44	100,0
Frequência da dor	Diária	13	29,54
	Quinzenal	2	4,50
	Semanal	8	18,18
	Raramente	21	47,72
Período de maior intensidade	Total	44	100,0
	Manhã	15	31,90
	Tarde	14	29,80
	Noite	18	38,30

	Total	44	100,0
--	-------	----	-------

Fonte: Autores.

TABELA 4 – Tratamento utilizado pelas gestantes com dor lombar (n = 44)

Tratamento	n	%
Nenhum	14	31,80
Massagem	18	40,90
Fisioterapia	6	13,65
Medicamentos	14	31,80
Hidroginástica	6	13,65

Fonte: Autores.

O presente estudo transversal, realizado com 61 gestantes de alto risco atendidas na Clínica da Mulher em Gurupi-TO, evidenciou uma prevalência significativa de dor lombar durante a gestação. Dos dados analisados, 72,1% das participantes relataram sentir dor lombar em algum momento da gestação, reforçando achados de estudos nacionais que apontam índices similares, especialmente em populações com perfil obstétrico de risco elevado.

Em relação ao perfil sociodemográfico, observou-se que 44,3% das gestantes se autodeclararam pardas, 19,7% brancas e 19,7% negras. A maioria encontrava-se no terceiro trimestre gestacional (50,8%), etapa em que o aumento do volume uterino, a distensão abdominal e a modificação do centro de gravidade intensificam as alterações biomecânicas da coluna lombar, agravando a sintomatologia dolorosa (Almeida et al., 2021; Santos & Oliveira, 2022).

Quanto ao estado civil, destaca-se que 32,8% das gestantes eram divorciadas, seguido por 23% em união estável e 21,3% casadas. Essa diversidade nos arranjos familiares pode refletir diferentes níveis de apoio social, que, segundo Lima e Ferreira (2024), exerce influência direta na experiência subjetiva da dor, pois o suporte emocional está associado à menor percepção da intensidade dolorosa em gestantes de alto risco.

A dor lombar, segundo os dados, iniciou-se durante a gestação em 50% dos casos, enquanto a outra metade já apresentava histórico de dor anterior. Isso demonstra que a gestação pode agravar quadros dolorosos preexistentes, ou mesmo desencadear novos episódios em função das alterações fisiológicas e hormonais, como o aumento da relaxina, que afeta diretamente a estabilidade das articulações sacroilíacas (Gomes & Ferreira, 2022; Carvalho & Santos, 2022).

No que diz respeito à frequência da dor, 47,7% das gestantes relataram episódios raros, enquanto 29,5% sentiam dor diariamente, o que pode indicar diferentes graus de adaptação postural e níveis de tolerância à dor. A maior intensidade dos sintomas foi percebida no período noturno (38,3%), seguido pela manhã (31,9%), confirmando estudos que relacionam a dor noturna com o acúmulo de tensões e a fadiga muscular ao longo do dia (Carvalho & Martins, 2019; Lima & Ferreira, 2024).

Apesar da alta prevalência da dor, 31,8% das gestantes não realizaram nenhum tipo de tratamento. Dentre aquelas que buscaram alívio, 40,9% optaram por massagens, 31,8% por medicamentos e apenas 13,6% utilizaram fisioterapia ou hidroginástica. Esses dados revelam uma lacuna significativa na adesão às terapias recomendadas na literatura, como os exercícios terapêuticos e a reeducação postural, frequentemente indicados como estratégias eficazes no manejo da dor lombar gestacional (Moraes & Silveira, 2022; Pereira & Souza, 2023).

4.1 DISCUSSÃO

De forma crítica, observa-se que a ausência de condutas terapêuticas pode estar associada à falta de orientações específicas por parte da equipe multiprofissional. A literatura aponta que o papel da enfermagem e da fisioterapia é essencial na educação gestacional, especialmente no que tange às estratégias de prevenção da dor lombar, como o fortalecimento do assoalho pélvico, o uso de posturas corretas e a prática regular de atividades leves (Costa & Oliveira, 2022; Santos & Pereira, 2023).

A presença de dor lombar nas gestantes de alto risco também se configura como fator de impacto psicossocial importante. As limitações impostas pela dor, como dificuldade para realizar atividades domésticas, alterações no sono e no humor, foram evidenciadas nos relatos, confirmando que essa condição interfere negativamente na qualidade de vida e pode aumentar o risco de ansiedade e depressão gestacional (Carvalho & Martins, 2019; Lima & Ferreira, 2024).

Além dos impactos físicos e emocionais, a dor lombar pode representar um risco adicional ao próprio curso da gestação de alto risco, considerando que o estresse crônico relacionado à dor pode influenciar o equilíbrio hormonal e a perfusão placentária. Assim, torna-se indispensável a implementação de práticas clínicas baseadas em evidências que priorizem o cuidado integral da gestante, com foco no alívio da dor, na promoção da saúde mental e na segurança fetal (Freitas & Souza, 2020; Santos & Pereira, 2023).

Portanto, os dados deste estudo reforçam a necessidade de maior sensibilização dos profissionais de saúde quanto à abordagem precoce da dor lombar em gestantes de alto risco. Intervenções multidisciplinares, integrando cuidados fisioterapêuticos, apoio psicológico e educação em saúde, podem reduzir significativamente o impacto desta condição e contribuir para uma gestação mais saudável e segura (Moraes & Silveira, 2022; Carvalho & Santos, 2022).

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por me conceder sabedoria e força ao longo desta jornada. Aos meus pais, pelo amor, apoio incondicional e ensinamentos que foram fundamentais para esta conquista. Estendo minha gratidão à instituição de ensino e aos professores, pelo suporte, orientação e incentivo à pesquisa, que tornaram possível a realização deste trabalho. A todos que contribuíram direta ou indiretamente, o meu sincero obrigado.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. P.; SANTOS, B. C. Aspectos biomecânicos e dor lombar na gravidez. Revista de Saúde Materna, 2021. Acesso em: 28 out 2024.

ALMEIDA, C. P.; COSTA, D. A.; MARTINS, V. F. O aumento de peso e as alterações posturais na gestação: repercussões para a coluna vertebral. Jornal de Ortopedia e Fisioterapia, v. 30, n. 2, p. 56-63, 2021. DOI: 10.2136/jof.2021.101.

ARAÚJO, M. T.; LIMA, E. V. Cuidados pré-natais em gestantes de alto risco. Fortaleza: Clínica e Pesquisa, 2021. Acesso em: 28 out 2024.

CARVALHO, A. R.; SANTOS, R. M. Influência dos hormônios na biomecânica gestacional: relaxina, progesterona e desconfortos musculoesqueléticos. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, v. 14, n. 4, p. 321-330, 2022. DOI: 10.1590/rbcs.2022.204.

CARVALHO, S. F.; MARTINS, P. L. Dor lombar e impacto psicossocial em gestantes. Revista Brasileira de Enfermagem, 2019. Acesso em: 05 nov 2024.

COSTA, M. L.; OLIVEIRA, T. F. Assistência a gestantes de alto risco: práticas preventivas e estratégias de manejo da dor lombar. Revista de Saúde Integrada, v. 2, p. 29-42, 2022.

COSTA, R. F.; AMORIM, J. M. Gestação de alto risco: conceitos e abordagens. Belo Horizonte: Editora Médica, 2019. Acesso em: 28 out 2024.

FREITAS, A. R.; SOUZA, H. R. Dor lombar e cuidados clínicos em gestantes de alto risco. Jornal de Medicina Gestacional, 2020. Acesso em: 25 out 2024.

GOMES, T. R.; FERREIRA, C. M. Influência hormonal e dor na gestação de alto risco. Brasília: Editora Saúde e Pesquisa, 2022. Acesso em: 05 nov 2024.

LIMA, F. R.; FERREIRA, J. P. A dor lombar e o impacto psicológico na gestação de alto risco. Revista de Psicologia da Saúde Gestacional, v. 20, n. 2, p. 110-115, 2024. DOI: 10.1590/psg.2024.205.

MORAIS, J. V.; SILVEIRA, L. B. Intervenções multidisciplinares no tratamento de dor lombar em gestantes. Revista de Terapias Integradas, 2022. Acesso em: 25 out 2024.

PEREIRA, T. S.; SOUZA, F. A. Dor lombar na gestação: prevalência e fatores associados. Revista de Saúde da Mulher e da Criança, v. 19, n. 1, p. 68-75, 2023. DOI: 10.1016/rswm.2023.101.

SANTOS, M. L.; OLIVEIRA, R. A. Ajustes posturais na gestação e a relação com a dor lombar. Revista Brasileira de Fisioterapia Postural, v. 13, n. 3, p. 98-107, 2022. DOI: 10.1099/rbfp.2022.205.

SANTOS, R. D.; PEREIRA, A. L. Estudo da dor lombar e qualidade de vida em gestantes de alto risco. Revista Tocantinense de Saúde, 2023. Acesso em: 25 out 2024.

SILVA, L. G.; PEREIRA, D. F. A biomecânica da gravidez e suas implicações. Revista de Ciências da Saúde, Recife, 2021. Acesso em: 05 nov 2024.

SOUZA, M. G.; OLIVEIRA, T. F. Dor lombar em gestantes: prevalência e fatores associados. Revista Brasileira de Ginecologia, São Paulo, 2020. Acesso em: 25 out 2024.