

## **Relato de experiência extensionista - atenção fisioterapêutica à saúde de gestantes em modo remoto sob o contexto da pandemia da Covid-19**

**Extension experience – pregnant women's health care in remote mode and in the context of Covid-19 pandemic**

**Experiencia de extensión – atención de la salud de mujeres embarazadas en modo remoto en el contexto de la pandemia de Covid-19**

Recebido: 06/05/2022 | Revisado: 09/06/2022 | Aceito: 10/06/2022 | Publicado: 12/06/2022

### **Fernanda Vargas Ferreira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2009-3422>  
Universidade Federal do Pampa, Brasil  
E-mail: [fernandaferreira@unipampa.edu.br](mailto:fernandaferreira@unipampa.edu.br)

### **Juliana Campodonico Madeira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2273-9335>  
Universidade Federal do Pampa, Brasil  
E-mail: [julianamadeira@unipampa.edu.br](mailto:julianamadeira@unipampa.edu.br)

### **Caroline Gomes Nicorena**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4443-5631>  
Universidade Federal do Pampa, Brasil  
E-mail: [carolinenicorena.aluno@unipampa.edu.br](mailto:carolinenicorena.aluno@unipampa.edu.br)

### **Sara Lima Pereira Correa**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4725-1056>  
Universidade Federal do Pampa, Brasil  
E-mail: [saracorrea.fisio@hotmail.com](mailto:saracorrea.fisio@hotmail.com)

### **Juliana Möbs Canova**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7685-7762>  
Universidade Federal do Pampa, Brasil  
E-mail: [juliana-mobs@hotmail.com](mailto:juliana-mobs@hotmail.com)

### **Daniella Ebert Wentz**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7108-717X>  
Universidade Federal do Pampa, Brasil  
E-mail: [daniellawentz.aluno@unipampa.edu.br](mailto:daniellawentz.aluno@unipampa.edu.br)

### **Laís Veiga de Lima**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9752-7279>  
Universidade Federal do Pampa, Brasil  
E-mail: [laislima.aluno@unipampa.edu.br](mailto:laislima.aluno@unipampa.edu.br)

### **Leticia Massoco Rios Bellaver**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1115-6727>  
Universidade Federal do Pampa, Brasil  
E-mail: [leticiabellaver.aluno@unipampa.edu.br](mailto:leticiabellaver.aluno@unipampa.edu.br)

### **Resumo**

A criação do projeto de extensão online baseou-se na ideia de contribuir com a atenção materno-infantil. Objetivo: apresentar um relato de experiência das atividades desenvolvidas em projeto de extensão online voltado a gestantes de risco habitual no contexto da pandemia de Covid-19. Metodologia: trata-se do relato da experiência derivada de projeto de extensão pertencente a faculdade de Fisioterapia de uma universidade gaúcha. Cada atendimento envolvia roda de conversa, exercícios terapêuticos e folhetos informativos. Resultados: O projeto de extensão teve 17 gestantes brasileiras na faixa etária de 18 a 37 anos. As gestantes relataram sensação de bem-estar e não houve evento adverso. Para a equipe, a experiência foi gratificante. Conclusão: Após a conclusão do projeto, a experiência vivenciada pelos discentes se mostrou satisfatória e fortaleceu as atividades de extensão como compromisso social.

**Palavras-chave:** Covid-19; Ensino em saúde; Fisioterapia; Gestação; Intervenção baseada em internet.

### **Abstract**

The creation of this online community extension project is based on the idea of collaborating with mother-child care. Objective: to present an experience report of the activities developed in the extension project with pregnant women in the context of online physiotherapeutic care during the Covid-19 pandemic. Methods: this is the report of experiences derived from an extension project which belongs to a faculty of Physiotherapy from Rio Grande do Sul. Each

attendance was composed of round table, therapeutic exercise and information leaflets. Results: Participated in this extension project 17 pregnant women from 18 to 37 years old. Pregnant women reported a sense of well-being, as well as, there were no adverse events. The experience was considered rewarding for the team. Conclusion: After this project's conclusion, the graduation students experience was satisfactory and the strengthening of the extension activities as a social commitment.

**Keywords:** Covid-19; Health teaching; Pregnancy; Physical therapy specialty; Internet-based intervention.

### Resumen

La creación de este proyecto de extensión se basó en la idea de contribuir con atención madre-hijo. Objetivo: presentar un relato de experiencia de las actividades desarrolladas en un proyecto de extensión a distancia con embarazadas con riesgo normal en el contexto de la pandemia de Covid-19. Métodos: este es el relato de la experiencia derivada de un proyecto de extensión perteneciente a la Facultad de Fisioterapia de una universidad de Rio Grande do Sul. Cada reunión estaba compuesta de rueda de conversación, ejercicios terapéuticos y folletos Informativos. Resultados: El proyecto de extensión tuvo 17 gestantes en la franja etaria de 18 a 37 años. Las mujeres embarazadas reportaron sensación de bienestar y ningún evento adverso ocurrió en este proyecto. Para el equipo, la experiencia fue gratificante. Conclusión: Al finalizar el proyecto, la experiencia vivida por los alumnos resultó satisfactoria y fortaleció la extensión como compromiso social.

**Palabras clave:** Covid-19; Enseñanza en salud; Embarazo; Modalidades de fisioterapia; Intervención basada en la internet.

## 1. Introdução

A Fundação Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA) é uma instituição pública e multicampi criada no ano de 2008 que está inserida na mesorregião sudoeste do Rio Grande do Sul que tem como objetivos, além do ensino superior, promover a pesquisa e a extensão. O campus de Uruguaiana se caracteriza como das Ciências da Saúde, ilustrado pelo Curso de Fisioterapia cujos propósitos são formar profissionais generalistas e humanistas que podem atuar em todos os ciclos de vida e nos diferentes níveis de atenção à saúde. Adicionalmente ao caráter educativo, o curso se articula com os cenários de saúde municipais, especialmente com o Sistema Único de Saúde (SUS), prestando atenção à saúde à comunidade, o que também se reflete no atendimento à demanda (PPC Fisioterapia, 2020).

A pandemia desencadeada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), causador da doença Covid-19, cujo estresse oxidativo e modificações metabólicas são potenciais fatores de risco para suscetibilidade e severidade (Naidu et al., 2022) se mostra mais grave no contexto do ciclo gravídico-puerperal. Fisiologicamente, a gestante se mostra particularmente vulnerável a infecções respiratórias (Jamieson et al., 2006). Outrossim, infecções virais durante a gestação podem resultar em prematuridade, pré-eclâmpsia, restrição no crescimento intra-uterino, microcefalia e óbito (materno e/ou fetal) (Racicot et al., 2017).

A Covid-19, per se, também predispõe a sintomas mais graves que demandam terapia intensiva, além de ser associada a fatores de risco como prévias comorbidades, idade materna avançada e elevado Índice de Massa Corporal (IMC), aumenta o risco de mortalidade (Jaiswal et al, 2021). Adicionalmente, o novo coronavírus atinge as células via enzima conversora da angiotensina 2 (ECA2) que está em abundância na placenta, especialmente nos sincitiotrofoblastos; o que poderia contribuir para a transmissão vertical transplacentária (Wong et al., 2021), entretanto, revisão sistemática apontou baixa possibilidade de transmissão vertical em infantes expostos, porém, negativos em relação ao SARS-CoV-2 (Bwire et al., 2021).

Dessa forma, gestantes, parturientes e puérperas foram consideradas populações vulneráveis que requerem atenção para fins de prevenção à infecção e também à detecção precoce, já que, estudo retrospectivo (Sistema de Informação de Vigilância Epidemiológica da Gripe / SIVEP-Gripe) que avaliou o perfil de morbimortalidade e fatores associados ao óbito pela Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG) por Covid-19 em gestantes e puérperas no período de 01/01/2020 a 04/01/2021 no estado de Minas Gerais encontrou 227 registros obtidos, 94,3% com necessidade de hospitalização. Dentre as internações em Unidade de Terapia Intensiva, 29,8% fizeram uso de suporte ventilatório invasivo; e quinze óbitos foram registrados (Godoi et al, 2021).

Tal panorama da Covid-19 instigou medidas de proteção tais como distanciamento social, uso de máscara (Cheng et al., 2020) e higienização das mãos e superfícies (Mahmood et al., 2020), o que por sua vez estimulou a adoção de estratégias remotas para assistência à saúde (Lukas et al., 2020) e estratégias pedagógicas para atividades de ensino e de extensão que mantivessem, dentro do máximo possível, a qualidade (Gusso et al., 2020).

Importante destacar que usualmente gestantes se sentem preocupadas quanto à saúde materno-fetal, e que eventos como a pandemia podem acentuar sensações/percepções de medo e estresse, em conformidade com pesquisa com 262 gestantes da Polônia que responderam questionários relativos a estresse, medo da Covid-19 e ansiedade no trabalho de parto/parto. O medo da Covid-19 foi um mediador estatisticamente significativo na relação entre estresse e medo ao nascimento (Dymecka et al., 2021), o que pode repercutir em ações de saúde como pré-natal e puericultura (Couto, Barbieri, Matos, 2021).

No contexto de que a pandemia demandou mudanças na rotina universitária, a Resolução n° 516/2020 do Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO) estabeleceu providências durante o enfrentamento da crise provocada pela Covid-19 (COFFITO, 2020) e a Associação Brasileira de Fisioterapia em Saúde da Mulher (ABRAFISM) norteou a elaboração de estratégias terapêuticas/educativas. A ABRAFISM construiu orientações que viabilizassem a continuidade dos atendimentos por meio digital, incluindo chamadas telefônicas, plataformas para videochamadas e gravação de vídeos, contemplando aspectos como ambiente, segurança dos dados e seleção, bem como bem-estar/acompanhamento das participantes nas modalidades teleconsulta, telemonitoramento e teleconsultoria (ABRAFISM, 2020).

Considerando tais premissas, o programa de extensão “Telefisioterapia em Saúde da Mulher: Assistência, Educação em Saúde e Internet”, vinculado ao Curso de Fisioterapia da UNIPAMPA foi criado visando prestar um atendimento fisioterapêutico a gestantes de risco habitual em meio à pandemia da Covid-19; a oportunizar aos discentes a experiência de teleatendimento e a fortalecer o papel social da extensão.

Dessa forma, o presente estudo objetiva demonstrar a experiência vivenciada por grupo de discentes com o teleatendimento a gestantes residentes no Brasil na conjuntura da pandemia.

## 2. Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa na forma de relato de experiência que é considerado um tipo de produção de conhecimento que aborda uma vivência acadêmica e/ou profissional de um dos pilares da formação universitária (ensino, extensão e pesquisa) cujo propósito é descrever a intervenção (Mussi et al., 2021). O projeto de extensão teve como objetivo assistir gestantes via online (Google Meet) por meio de roda de conversa seguida de exercícios fisioterapêuticos, com periodicidade semanal e duração de 90 minutos.

Os critérios de inclusão das gestantes foram ter acima de 18 anos, liberação médica (sem contraindicações absolutas à prática de exercícios tais como rotura da membrana, placenta prévia após 28 semanas de gestação, sangramento vaginal persistente inexplicado, restrição de crescimento intrauterino, hipertensão arterial crônica não controlada, doença cardiovascular grave, doença pulmonar restritiva e Diabetes melito tipo I) (Campos et al., 2021), estar a partir da 13ª semana gestacional e acesso à internet. Para os discentes, ter conhecimento teórico e prático na área da Fisioterapia em Obstetrícia e disponibilidade em participar da preparação e da execução dos encontros online. Ademais, pensando-se na biossegurança, cada participante (docente, fisioterapeuta, discentes e gestantes) permanecia em seus respectivos domicílios, reforçando-se a orientação de realizar exercícios em casa para redução do risco de contaminação (Campos et al., 2021).

O fluxograma envolveu a sequência: a) divulgação do projeto de extensão na página do Instagram do Grupo de Estudos e Pesquisa em Fisioterapia e Saúde Pélvica (GEPEFISP) - @gepefispunipampa; b) checklist dos critérios de inclusão por meio de questionário eletrônico o qual foi constituído de dados sociodemográficos, clínicos, de estilo de vida e obstétricos e c) coleta da assinatura do termo de consentimento, em conformidade com o modelo disponibilizado pela ABRAFISM, e da

liberação médica/clínica.

Para a realização dos encontros online, as recomendações às gestantes foram espaço privativo no domicílio, câmera aberta e uso de fones de ouvido (durante a roda de conversa); além disso, destaca-se que o diálogo seria constante entre todos e que elas – as gestantes – eram as protagonistas da extensão.

Para iniciar o teleatendimento escolheu-se o tema Atuação Fisioterapêutica em Obstetrícia que foi baseado em evidências científicas e teve anuência prévia das supervisoras com o objetivo de nortear a roda de conversa com o uso de uma linguagem clara e objetiva. Ressalta-se que previamente a cada encontro online, o grupo de discentes apresentava o conteúdo às supervisoras, propiciando uma interação contínua e dialógica. Outrossim, a cada semana, se solicitava às participantes sugestões de temas de interesse a fim de que a extensão priorizasse as necessidades reais individuais/coletivas do grupo de gestantes.

Em termos práticos e em conformidade com as recomendações da ABRAFISM, usaram-se materiais educativos (eg., pelve, recém-nascido, vulva) (conforme a necessidade) (Figura 1) para fins de demonstração; assim como eram enviadas instruções às gestantes (eg, vestimenta confortável e acesso à água) e ao uso eventual de materiais como almofada, bastão/cabo de vassoura e haltere de 0,5kg/garrafa d`água.

**Figura 1:** Materiais educativos.



Fonte: Autores (2022).

A equipe, semanalmente, seguia as atividades de leitura científica dos temas, preparo do conteúdo teórico para as rodas de conversa e elaboração das atividades práticas cujos componentes básicos foram aquecimento, mobilidade, fortalecimento, alongamento, relaxamento, exercícios metabólicos, técnicas respiratórias e desaquecimento. Além disso, atividades como dança, musicoterapia, yoga e prática de meditação foram incluídas para diversificar a ação da extensão.

Além da interação nos encontros, ao final do projeto se convidaram as gestantes a responderem um formulário (caráter anônimo) acerca das facilidades e dificuldades relacionadas à extensão, o que também contribuiu para a reflexão da equipe.

### 3. Resultados e Discussão

Desde agosto/2020 até dezembro/2021, participaram da extensão online 17 gestantes. As faixas etárias foram de 18-24 anos (n=3; 17,64%), 25-31 anos (n=8; 47,05%) e de 32-37 anos (n=6; 35,29%). Todas as gestantes frequentavam o Pré-Natal. A maioria das participantes residia no Rio Grande do Sul (n=16; 94,11%). Em relação ao período gravídico, 16-20 semanas (n=5; 29,41%), 21-25 semanas (n=2; 11,76%), 26-30 semanas (n=4; 23,52%), 31-35 semanas (n=4; 23,52%) e igual/acima de

36 semanas (n=2; 11,76%). Quanto à paridade, a maioria era primigesta (n=15; 88,23%). A via de nascimento almejada era parto vaginal (n=14; 82,35%), cesárea (n=2; 11,76%) e não sabia (n=1; 5,88%). Todas as participantes desejavam amamentar, por no mínimo, seis meses. No que tange à atividade física pré-gestação, a maioria das gestantes era ativa (n=12; 70,58%). Em relação a queixas, foram citadas dor lombar (n=8; 47,05%), edema em membro inferior (n=2; 11,76%), dificuldade para dormir (n=4; 23,52%) e perda involuntária de urina (n=1; 5,88%).

A primeira parte de cada teleatendimento era constituída de tema para a roda de conversa com duração de cerca de 30 minutos. Dentre as sugestões das participantes abordaram-se “trabalho de parto / parto”, “massagem perineal”, “síndrome do túnel do carpo”, “exercícios respiratórios”, “vacinação em gestantes”, “Covid-19 e gestação”, “aleitamento materno”, “massagem shantala”, “plano de parto” e “cuidados com o recém-nascido”. Outrossim, houve interação tanto com a equipe quanto entre as gestantes, já que o grupo foi composto de primi e multigestas, as quais compartilharam suas vivências. A equipe fornecia, via e-mail ou pelo WhatsApp, folhetos relativos ao tema abordado no encontro online da semana (Figura 2).

Figura 2: Folheto informativo.



Fonte: Autoras (2022).

Após a roda de conversa online, seguiam-se os exercícios terapêuticos básicos, já mencionados anteriormente. Cabe ressaltar que recomendações gerais de exercícios para gestantes saudáveis foram seguidas tais como teste de fala (talk test) em que a gestante pode falar durante o exercício sem esforço ou pausa (Savvaki et al., 2018) e sem uso de cargas muito elevadas e isometria intensa pelo risco de afetar o fluxo uteroplacentário (Bø et al., 2016).

Nesse sentido, a equipe era dividida em execução (demonstrava a atividade e realizava o comando verbal) e monitoramento visual das participantes (ajuste de câmera / computador, correção de postura ou movimento, feedback, incentivo verbal) (Figura 3). Adicionalmente, as gestantes também foram orientadas a realizar pausas de acordo com seu estado de cansaço, ingestão hídrica ou no momento em que elas achassem conveniente para evitar mal-estar, tontura ou qualquer outro sintoma de desconforto, em atenção às recomendações da ABRAFISM sobre os riscos relacionados à segurança na execução de procedimentos/orientações durante as sessões, especialmente exercícios. Destaca-se que nenhuma participante relatou qualquer sensação de mal-estar durante ou após o teleatendimento.

**Figura 3:** Teleatendimentos.



Fonte: Autores (2022).

### **Relatos de experiência na vivência do teleatendimento em uma perspectiva da equipe extensionista – discentes**

Como foi nossa primeira experiência prática no teleatendimento, foi bastante desafiador. Tentamos nos colocar no lugar da gestante que iria receber o atendimento. Como passamos por aulas teóricas durante a pandemia e sabemos que em certos momentos não conseguimos fixar a atenção em uma tela de computador/celular, tentamos trazer ela mais próximo ao atendimento com perguntas. Nosso grupo fez várias reuniões para tratar do teleatendimento e ver de que forma seria melhor reproduzir exercícios terapêuticos, de forma semelhante àquilo aquilo que faríamos na prática clínica (*extensionista 1*).

Me senti muito bem, com segurança pra me comunicar e passar as informações de forma clara. Notei que fui me sentindo mais à vontade a cada teleatendimento. Sinto que essa experiência é muito válida pra vida profissional, principalmente considerando o contexto atual do mundo (*extensionista 2*).

Cada atendimento foi um momento único, era tudo muito novo tanto para nós como para as gestantes participantes, mas foi um grande aprendizado e importante para sanar as dúvidas das gestantes, pois para algumas das participantes era a sua primeira gestação e por estarmos vivenciando uma pandemia em que tudo era incerto e gerava ansiedade esses encontros foram fundamentais para tranquilizar a passar informações coerentes sobre todos os assuntos abordados (*extensionista 3*).

Lugar de acolhimento, escuta onde é possível gerar e ganhar conhecimento de ambas as partes. Existiu uma leve apreensão nos primeiros encontros por ser tudo novo, mas no decorrer e como todos os atendimentos eram previamente planejados com o objetivo da sessão sempre delimitado de acordo com cada período gestacional das participantes foi possível perceber uma maior segurança da equipe. O mesmo era conduzido em forma de roda de conversa assim estabelecendo um ambiente agradável, confortável resultando em uma participação ativa das mesmas proporcionando bem estar, tranquilidade, conhecimento para a hora mais aguardada, o parto. Sem dúvidas é uma ferramenta que veio para ficar e que pode ser incluída na prática clínica (*extensionista 4*).

Foi um prazer fazer parte desse projeto inovador e desafiador de Teleatendimento em Fisioterapia para gestantes em tempos de pandemia do Covid-19. Toda quarta-feira era um dia especial, planejávamos e pensávamos nos mínimos detalhes para cada encontro, como se fôssemos nós que estivéssemos vivendo aquele momento tão mágico que é a gestação, mas também tão cheio de dúvidas e incertezas. Era nítida a satisfação das gestantes, a tranquilidade e segurança que elas sentiram ao realizar cada exercício ou até mesmo falar como estava se sentindo naquele dia. O clima era leve, mesclado com conhecimentos fisioterapêuticos, e mais do que isso, apoio psicológico, nutricional e rodas de conversas entre discentes, docente, e das gestantes o que garantiu muita confiança para toda a preparação do pré parto e parto. Aprendi muito com as gestantes e mesmo no formato online parece que nos conhecíamos pessoalmente de longa data. Foi muito linda essa

experiência! (*extensionista 5*).

Uma experiência incrível fazer parte desse projeto, onde conquistamos conhecimentos e experiências que serão levados para além de nossas vidas acadêmicas e profissionais, mas também para nossas vidas. Foi gratificante ver toda a evolução ao qual os nossos teleatendimentos passaram, mesmo com a distância por conta da pandemia, nosso grupo conseguiu com êxito transformar as quartas-feiras em momentos de aprendizados, conhecimentos, descontração e relatos das vivências, dúvidas e anseios das gestantes que participaram conosco durante suas gestações. Nossos atendimentos eram criados e planejados sempre com muito amor, pois sabíamos que naquele momento isso seria sentido por elas também, vendo o quanto o nosso trabalho com elas era importante. Com isso, elas se sentiam à vontade para conversar e tirar todas as suas dúvidas conosco. Por fim, a experiência de participar e fazer parte desse projeto foi tão importante e tão satisfatório para minha vivência acadêmica que com certeza ficará marcado para sempre (*extensionista 6*).

#### **Relatos de experiência na vivência do teleatendimento em uma perspectiva da equipe extensionista – supervisoras**

Nesse período de pandemia, as gestantes foram consideradas grupo de risco e a minha gestação já estava classificada como alto risco. Então, o grupo de gestantes via teleatendimento foi extremamente importante para que eu pudesse me manter ativa e funcional durante a gestação. Ainda serviu de laboratório para que os exercícios propostos pelos discentes fossem primeiro testados por mim, para que, se fossem de fácil execução (já que eu estava entre o segundo e terceiro trimestre) poderíamos repassar as nossas participantes do grupo. Além do mais, também participei como gestante até a 38ª semana, incentivando as integrantes do grupo aos exercícios e realizando trocas de experiência. Com essa atividade pude ter mais bagagem para orientar melhor os discentes na condução dos exercícios e das conversas. Foi uma experiência maravilhosa por podermos atingir gestantes de várias partes do Brasil em um momento de tanta insegurança e ao mesmo tempo de tanta felicidade (*supervisora 1*).

Embora a modalidade online não seja abrangente (o que pode ser uma dificuldade ou desafio), foi gratificante sentir que as gestantes aderiram à extensão e trouxeram relatos e dúvidas em meio às notícias da pandemia, trazendo personalidade aos teleatendimentos; juntamente com as discentes que agregaram humanização à prática fisioterapêutica. Além disso, como equipe, buscamos criar relações horizontais pautadas em diálogo, empatia, alegria e conhecimento. Por fim, esse projeto de extensão foi marcante para todas nós! (*supervisora 2*).

#### **Relatos de experiência na vivência do teleatendimento em uma perspectiva da equipe extensionista – gestantes**

Adorei a experiência de participar! Única sugestão seria criar um grupo no whatsapp com as gestantes para trocarmos experiências e fotos dos babys (*gestante 1*).

Muito obrigada pelo tempo que pude participar do grupo – me receberam tão bem! (*gestante 2*).

Não tenho críticas, amei tudo! (*gestante 3*).

## **4. Considerações Finais**

A prática fisioterapêutica na modalidade online a gestantes se mostrou satisfatória para todos os envolvidos, notadamente para as protagonistas, as quais se mostraram receptivas às temáticas e aderiram à extensão. A equipe discente se apresentou engajada e dialógica, sinalizando que a aprendizagem além de envolver o contexto acadêmico, foi pontuada por sentimentos de empatia para com as gestantes e de valorização do papel da extensão para a sociedade. Além disso, acredita-se que as atividades extensionistas relatadas reafirmam a importância da Fisioterapia em Obstetrícia, aliando evidências científicas, acolhimento e educação em saúde.

Por fim, com o propósito de se verificar as facilidades e as dificuldades acerca dos atendimentos remotos no Brasil, sugere-se a realização de estudos longitudinais na área e com rigor metodológico.

## Agradecimentos

As autoras expressam profunda gratidão às gestantes pela disponibilidade e alegria com que participaram das práticas extensionistas no formato remoto. Também agradecem aos membros do Grupo de Estudos e Pesquisa em Fisioterapia e Saúde Pélvica (GEPEFISP).

## Referências

- Abrafism. (2020) Recomendações para atendimento fisioterapêutico a gestantes, parturientes e puérperas em tempos de COVID-19.
- Bø, K., et al. (2016) Exercise and pregnancy in recreational and elite athletes: 2016 evidence summary from the IOC expert group meeting, Lausanne. Part 1-exercise in women planning pregnancy and those who are pregnant. *Br J Sports Med.* 50(10):571-89. 10.1136/bjsports-2016-096218
- Bwire, G. M et al. (2021) Possible vertical transmission and antibodies against SARS-CoV-2 among infants born to mothers with COVID-19: a living systematic review. *J Med Virol.* 93(3):1361-1369. 10.1002/jmv.26622
- Campos, M. S. B. et al. (2021) Posicionamento sobre Exercícios Físicos na Gestação e no Pós-Parto – 2021. *Arq. Bras. Cardiol.* 117(1):160-180. 10.36660/abc.20210408
- Cheng, V. C. et al. (2020) The role of community-wide wearing of face mask for control of coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic due to SARS-CoV-2. *J Med Virol.* 81(1):107-114. 10.1016/j.jinf.2020.04.024
- Couto, M. T, Barbieri, C. L A, & Matos, C. C S A. (2021) Considerações sobre o impacto da covid-19 na relação indivíduo-sociedade: da hesitação vacinal ao clamor por uma vacina. *Saúde Soc.* 30(1):1-11. 10.1590/S0104-12902021200450
- Dymecka, J. et al. (2021) Fear of Coronavirus, Stress and Fear of Childbirth in Polish Pregnant Women during the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health.* 12,18(24):13111. 10.3390/ijerph182413111
- Godoi, A. P. N. et al. (2021) Síndrome Respiratória Aguda Grave em gestantes e puérperas portadoras da COVID-19. *Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.* 21(Supl. 2): S471-S480. 10.1590/1806-9304202100S200008
- Gusso, H. L et al. (2020) Ensino superior em tempos de pandemia: diretrizes à gestão universitária. *Educ. Soc.* 41 (e238957):1-27. 10.1590/ES.238957
- Jaiswal, N. et al. (2021) COVID-19 as an independent risk factor for subclinical placental dysfunction. *Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol.* 259:7–11. 10.1016/j.ejogrb.2021.01.049
- Jamieson, D. J, Theiler, R. N, & Rasmussen, S A. (2006) Emerging infections and pregnancy. *Emerg Infect Dis.* 12(11): 1638–43. 10.3201/eid1211.060152
- Lukas, H. et al. (2020) Emerging Telemedicine Tools for Remote COVID-19 Diagnosis, Monitoring, and Management. *ACS Nano.* 14(12):16180-16193. 10.1021/acsnano.0c08494
- Mahmood, A. et al. (2020) COVID-19 and frequent use of hand sanitizers, human health and environmental hazards by exposure pathways. *Sci Total Environ.* 10,742:140561. 10.1016/j.scitotenv.2020.140561
- Mussi, R. F F, Flores, Fabio F, & de Almeida, C B. (2021) Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Práxis Educacional.* 17(48):60-77. 10.22481/praxisedu.v17i48.9010
- Naidu, S. A. G. et al. (2022) COVID-19 during pregnancy and postpartum. *J Diet Suppl.* 19(1): 115–142. 10.1080/19390211.2020.1834049
- Racicot K, & Mor G. (2017) Risks associated with viral infections during pregnancy. *J Clin Invest.* 127:1591–99. 10.1172/JCI87490
- Savvaki, D. et al. (2018) Guidelines for exercise during normal pregnancy and gestational diabetes: a review of international recommendations. *Hormones (Athens).* 17(4):521-529. 10.1007/s42000-018-0085-6
- Universidade Federal do Pampa, PPC Uruguaiana - Fisioterapia, Unipampa - Campus Uruguaiana, 246p., 2020.
- Wong, Y. P, Khong, T. Y, & Tan, G. C. (2021) The Effects of COVID-19 on Placenta and Pregnancy: What Do We Know So Far? *Diagnostics (Basel).* 11(1): 94. 10.3390/diagnostics11010094