

A imagem corporal e a autoestima como determinantes na aceitação das mudanças físicas na gravidez: uma revisão narrativa

| **Ana Raquel Moreno Peixeiro**

Centro Hospitalar Universitário do Algarve, Portugal

| **Ana Maria Aguiar Frias**

Universidade de Évora, CHRC, Portugal

| **Joana Filipa Gonçalves Pereira**

Centro Hospitalar Universitário do Algarve, Portugal

| **Maria da Luz Ferreira Barros**

Universidade de Évora, Portugal

RESUMO

Durante a gravidez é colocada à prova a imagem corporal que a mulher tem sobre si mesma, assim como a sua autoestima, que pode ser perturbada ou fortalecida durante este período. A Gravidez é um período em que ocorrem mudanças fisiológicas importantes, pois a mulher vê o seu corpo sofrer marcadas alterações, existindo necessidade de ajuste a essa nova realidade. O objetivo deste artigo é demonstrar de que forma a imagem corporal e a autoestima da grávida determinam a aceitação das mudanças fisiológicas da gravidez. O método utilizado foi uma revisão bibliográfica de estudos publicados nas plataformas eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SciELO), Nacional Library of Medicine (PubMed), Web of Science Core Collection – Clarivate, Google Académico, nos meses entre outubro e dezembro de 2021. Os artigos selecionados encontram-se entre 2008 e 2020 nos idiomas português e inglês. Os resultados dos artigos analisados demonstram que a satisfação corporal e a autoestima da grávida diminuem consoante a evolução da gravidez, notando que grávidas com atitudes negativas em relação às alterações corporais têm maior propensão ao desenvolvimento de depressão e distúrbios alimentares. Concluímos que a imagem corporal está diretamente relacionada com a autoestima e que ambas são determinantes na aceitação, pela grávida, das mudanças inerentes à gravidez.

Palavras-chave: Autoestima, Gravidez, Imagem Corporal, Insatisfação Corporal, Sexualidade.

■ INTRODUÇÃO

A gestação é descrita como uma fase única na vida da mulher e, como tal, são várias as implicações que esta fase terá nas suas várias dimensões, sejam elas físicas, emocionais, sociais ou culturais. É necessário compreender que, apesar destas mudanças serem de etiologia fisiológica, a sua existência pode levar, por vezes, a experiências negativas durante a gestação, conduzindo à não aceitação dessas mesmas reestruturações (MEIRELES; NEVES; CARVALHO; FERREIRA, 2015). Neste período, a grávida encontra-se numa posição altamente vulnerável, perante os outros, mas acima de tudo, perante si mesma, pelo que pode desencadear sentimentos negativos durante a gravidez, incluindo insatisfação com o seu corpo que vai sofrendo alterações em cada um dos trimestres (CHAN *et al.*, 2020). É essencial compreender que tais indicadores de insatisfação são merecedores de análise e discussão pois existe possibilidade de estes evoluírem para formas mais graves, comprometendo de alguma forma, a saúde mental da mulher, nomeadamente o desenvolvimento de ansiedade, depressão e distúrbios alimentares (BERGMEIER *et al.*, 2020).

Mais do que modificações corporais externas, também o ambiente social e cultural em que a mulher está inserida, assim como o desenvolvimento do seu novo papel social, o de mãe, pode influenciar a sua autoestima de forma negativa, pois a vinda do seu bebé pode ser causadora de grandes incertezas e inseguranças, que a podem levar a duvidar de si mesma (DIAS *et al.*, 2021).

Este artigo tem como objetivo determinar se existe uma relação entre a imagem corporal e autoestima da grávida, e a aceitação das mudanças físicas, psicológicas e sociais que ocorrem no decurso da gravidez.

■ METODOLOGIA

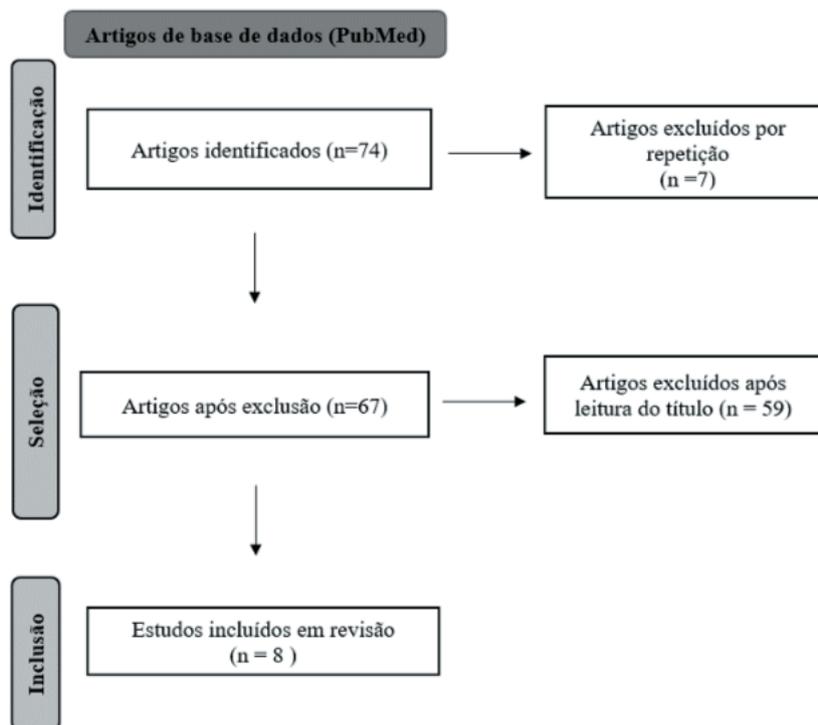
Para a consecução do artigo, desenvolveu-se uma revisão narrativa da literatura. A questão de investigação que norteou este artigo foi: A imagem corporal e a autoestima são determinantes na aceitação das mudanças físicas na gravidez?

Foi realizada pesquisa em bases de dados nas seguintes plataformas: Scientific Electronic Library Online (SciELO), National Library of Medicine (PubMed), Web of Science Core Collection – Clarivate, Google Académico, nos meses entre outubro e dezembro de 2021. Utilizaram-se, para a busca, as seguintes palavras-chave: gravidez, imagem corporal, autoestima, insatisfação corporal e sexualidade. Foram considerados como critérios de inclusão: documentos publicados em português e inglês; disponibilizados com texto integral; todo o tipo de artigos e livros; foram ainda consideradas as referências desses artigos com

o intuito de identificar outros artigos que pudessem ser incluídos nesta revisão e que não tivessem sido localizados anteriormente nas bases de dados pesquisadas.

Da pesquisa foram selecionados 74 artigos da PubMed, tendo sido excluídos 7 por repetição e 59 após leitura dos títulos, perfazendo um total de 8 artigos utilizados desta base de dados (Fig. 1).

Figura 1. Fluxograma prisma para demonstrar a seleção dos estudos incluídos e excluídos.



Fonte: elaboração própria.

■ RESULTADOS

Após leitura minuciosa e seletiva da literatura encontrada, foi elaborada a questão de investigação norteadora do artigo e selecionada a informação pertinente, com a sua interpretação e discussão dos resultados, tendo sido apresentada de forma descritiva em forma de quadro (Tabela 1).

Tabela 1. Análise dos artigos.

Autor (Ano)	Local de estudo/ Amostra	Tipo de estudo	Objetivo	Principais resultados ou resultados obtidos
Duncombe et al. 2008	Austrália 158 mulheres grávidas	Qualitativo e quantitativo	Examinar a relação da imagem corporal ao longo dos trimestres de gravidez.	<ul style="list-style-type: none"> - A imagem corporal manteve-se estável durante a gravidez; - Grávidas que apresentavam maiores preocupações em relação à imagem corporal, desde o início da gravidez, mantiveram essas preocupações no decurso da mesma; - Grávidas relataram menor satisfação com o aumento da barriga no 3.º trimestre, porém a noção de corpo ideal aumentou em consonância com o aumentar de peso da grávida; - Grávidas com maiores preocupações em relação à sua imagem corporal reportaram maior tendência para desenvolvimento de sintomas depressivos e para fazerem dietas, o que as colocava em maior risco em termos da sua saúde e do seu bebé.
Loth et al. 2011	Minnesota 68 mulheres grávidas e 927 mulheres não grávidas	Longitudinal quantitativo	Comparar a satisfação corporal entre mulheres grávidas e não grávidas.	<ul style="list-style-type: none"> - Nível de satisfação corporal maior em mulheres grávidas do que nas não grávidas; - Evidência de maior satisfação corporal em mulheres grávidas em comparação ao período em que não estariam grávidas, independentemente do peso ganho.
Inanir et al. 2015	Turquia 150 mulheres grávidas e 30 não grávidas	Quantitativo	Verificar a alteração na percepção da imagem corporal e avaliar os níveis de autoestima durante a gravidez.	<ul style="list-style-type: none"> - A percepção da imagem corporal foi pior no grupo de grávidas no terceiro trimestre e a autoestima é maior em grávidas no primeiro trimestre.
Meireles et al. 2015	Brasil 386 grávidas	Quantitativo, transversal, descritivo e correlacional	Relacionar as variáveis em estudo com a atitude corporal das grávidas.	<ul style="list-style-type: none"> - O estado nutricional e condições de risco influenciam negativamente a atitude corporal das grávidas.
Freitas et al. 2015	Portugal 105 mulheres no 3.º trimestre de gravidez, entre os 15 e os 41 anos.	Quantitativo	<ul style="list-style-type: none"> - Avaliar comportamentos alimentares disfuncionais e relacioná-los com a gravidez, bem-estar psicológico, IMC e ganho de peso durante a gravidez, idade e prática de exercícios físicos. - Avaliar os comportamentos alimentares durante o 3.º trimestre de gravidez. 	<ul style="list-style-type: none"> - É relevante avaliar os comportamentos alimentares durante a gravidez, o IMC e a percepção negativa da imagem corporal levam a comportamentos alimentares inadequados.
Sohrabi et al. 2019	Irão 300 mulheres grávidas iranianas	Qualitativo e quantitativo	Desenvolver um questionário acerca da imagem corporal pré-natal em língua persa.	<ul style="list-style-type: none"> - Os 30 itens apresentados no questionário, com 7 dimensões, apresentam boa validade e confiabilidade para avaliar a imagem corporal de gestantes.
Chan et al. 2020	Hong Kong 1371 mulheres grávidas	Longitudinal quantitativo	Relacionar insatisfação corporal com ansiedade e depressão nos seguintes períodos temporais: 6 meses antes da gravidez; no 1.º, 2.º e 3.º trimestre e 6 semanas após o parto.	<ul style="list-style-type: none"> - A insatisfação corporal e os sintomas associados à depressão alteraram-se consoante o trimestre de gravidez; - Após identificação de fatores de risco, a insatisfação corporal antes e após a gravidez foram associados a ansiedade e depressão pré-natal; - Mulheres grávidas com insatisfação corporal têm maior propensão a depressão pós-parto

Autor (Ano)	Local de estudo/ Amostra	Tipo de estudo	Objetivo	Principais resultados ou resultados obtidos
Przybyła-Basista et al. 2020	Polónia 150 mulheres grávidas	Quantitativo e qualitativo	<ul style="list-style-type: none"> - Investigar a aceitação da alteração da aparência física, as atitudes em relação à gravidez e à maternidade; -Relacionar algumas características obstétricas preditoras significativas no desenvolvimento de depressão. 	<ul style="list-style-type: none"> - Constatou-se que as grávidas que não aceitavam a modificação da aparência física estavam em maior risco para desenvolver depressão; - Evidência de existência de atitudes positivas em relação à gravidez são fatores protetores de depressão; - Mulheres grávidas com antecedentes de aborto espontâneo com maior tendência para sintomas depressivos; -Mulheres grávidas que estavam insatisfeitas com o controle do peso corporal relataram maior intensidade de depressão pré-natal.

Fonte: elaboração própria.

■ DISCUSSÃO

Após a análise realizada, podemos dividir os resultados obtidos em dois determinantes fundamentais: imagem corporal e autoestima. A forma como cada grávida vivencia estes dois aspetos determina a sua experiência de gravidez e, conseqüentemente, outros aspetos subjacentes, como a sexualidade. Sendo a gravidez uma experiência única e transformadora na vida da mulher, é natural a existência de incertezas, dúvidas e medos, que devem ser escrupulosamente clarificados e acompanhados pelo enfermeiro especialista (FRIAS; FERREIRA; SOUSA, 2021).

A imagem corporal define-se como uma representação individual e mental, que se constrói ao longo da vida e que é influenciada por experiências pessoais, sociais e emocionais. Não é uma representação estática, uma vez que vai sofrendo alterações consoante as circunstâncias e as experiências vividas (CAIROLLI, 2009). É, então, a representação que cada pessoa faz do ideal da aparência externa (ZALTZMAN; FALCON; HARRISON, 2015). Acrescenta-se, que a partir de um momento na vida do indivíduo, especialmente na fase adulta, o olhar do outro influencia a sua imagem corporal (PRZYBYLA-BASISTA; KWIECINSKA; ILSKA, 2020).

A gravidez é um período complexo e particularmente sensível na vida da mulher. O corpo passa por uma série de transformações físicas e emocionais, levando a alterações na percepção da mulher grávida sobre si mesma (MEIRELES; NEVES; DE CARVALHO; FERREIRA, 2015). É um período individual, pois a forma como cada mulher vê e aceita o seu novo papel social, está intimamente relacionado com os desejos e objetivos que esta idealizou para a sua gravidez e maternidade (SILVEIRA; FERREIRA, 2011).

Com o avançar da gravidez, as modificações corporais vão sendo cada vez mais notórias, sendo que o terceiro trimestre constitui o período de maior transformação corporal pelo grande desenvolvimento fetal que ocorre. Este trimestre é o mais desafiante, não somente

pelos imensos desconfortos sentidos, mas também por sentimentos de insegurança, medo e ansiedade relacionados com aproximação do momento do parto e pós-parto (SILVEIRA; FERREIRA, 2011).

Uma das mudanças mais expressivas que ocorrem no corpo da mulher, durante a gestação, é o ganho de peso (GONÇALVES; FREITAS; FREITAS-ROSA; MACHADO, 2015). Este, juntamente com o aumento da ingestão alimentar, são aspetos normalizados e aceites pela sociedade, facilitando, desta forma, a recetividade da grávida à nova realidade física (HODGKINSON; SMITH; WITTKOWSKI, 2014; PRZYBYLA-BASISTA; KWIECINSKA; ILSKA, 2020). Para além dos aspetos referidos, também a alteração da forma corporal, as alterações cutâneas e outras alterações físicas estão presentes. Todas requerem uma adaptação rápida por parte da gestante, que pode ser difícil de gerir, provocando sentimentos negativos em relação ao corpo. Esta situação deverá ser avaliada no decorrer da gravidez (PRZYBYLA-BASISTA; KWIECINSKA; ILSKA, 2020; TEIXEIRA; MATSUDO; ALMEIDA, 2008).

Outra situação que se pode tornar desafiante para a grávida tem a ver com os ideais impostos no contexto social, que se destacam por serem pouco realistas, onde a magreza é inteligentemente incentivada. A pressão social sentida pela mulher grávida em atingir esses ideais, pode levar a níveis elevados de insatisfação corporal e, eventualmente, despoletar patologias psicológicas, como depressão na gravidez e no pós-parto assim como o desenvolvimento de distúrbios alimentares (PRZYBYLA-BASISTA; KWIECINSKA; ILSKA, 2020; ZALTZMAN; FALCON; HARRISON, 2015).

Apesar disso, questões acerca da aparência física durante a gravidez têm tendência a ser desvalorizadas e, nesse sentido, vários estudos têm sido realizados com o intuito de compreender o real impacto das mudanças corporais na vida da gestante. Estas podem ser um fator negativo para o desenvolvimento fetal (PRZYBYLA-BASISTA; KWIECINSKA; ILSKA, 2020), assim como ter implicações desfavoráveis para o bem-estar físico e psíquico da grávida (DUNCOMBE *et al.*, 2008; MEIRELES; NEVES; DE CARVALHO; FERREIRA, 2015).

Para algumas mulheres, a exibição da barriga e o futuro papel de mãe, são motivo de vaidade e orgulho, reforçando a conotação positiva dada à gravidez (TEIXEIRA; MATSUDO; ALMEIDA, 2008). Para além disso, as mudanças físicas, nomeadamente o ganho de peso e o aumento do volume corporal, são bem aceites quando compreendidas como fundamentais para o desenvolvimento normal do bebé ao longo dos nove meses de gestação (DUNCOMBE *et al.*, 2008; PRZYBYLA-BASISTA; KWIECINSKA; ILSKA, 2020). Outras mulheres, por sua vez, demonstram insatisfação com o ganho de peso e com as mudanças corporais, sendo esse um motivo de preocupação, muitas vezes relacionado com o receio de não conseguirem recuperar a forma física após a gravidez (PRZYBYLA-BASISTA; KWIECINSKA; ILSKA, 2020).

A autoestima caracteriza-se por ser a forma como a pessoa avalia e reage aos desafios que lhe vão surgindo. Define-se como o juízo de valor que cada indivíduo faz de si mesmo e que começa a ser construído desde a infância (MAÇOLA; VALE; CARMONA, 2010). Tal como a imagem corporal, também a autoestima tem uma definição subjetiva, uma vez que depende da forma como cada pessoa a percebe. Sabe-se que uma pessoa com elevada autoestima é melhor sucedida, mais saudável e comunica de forma mais assertiva (INANIR *et al.*, 2015). A gravidez, por sua vez, tem maior probabilidade de sucesso, quanto maior for a autoestima da mulher (MAÇOLA; VALE; CARMONA, 2010). Os dois conceitos estão diretamente relacionados e variam ao longo da gravidez. Um estudo realizado comparou a imagem corporal e a autoestima entre mulheres grávidas, o trimestre em que se encontravam e mulheres não grávidas. Neste estudo, verificou-se que a satisfação com a imagem corporal sofreu uma redução no primeiro trimestre de gravidez e o nível de satisfação mais baixo foi no terceiro e último trimestre. Concluiu-se, também, que o aumento de peso leva as mulheres a sentirem-se menos confortáveis consigo mesmas, quando comparadas a mulheres não grávidas (INANIR *et al.*, 2015).

Outro estudo, por sua vez, demonstra que, a maioria das mulheres adapta-se às mudanças do seu corpo durante a gravidez e que continuam a sentir-se atrativas e com boa autoestima. Neste mesmo estudo, uma percentagem mais baixa de mulheres manifestaram insatisfação com o seu corpo e verificou-se que esta aumenta à medida que a gravidez evolui. Destas grávidas, algumas tentam modificar estilos de vida para controlar o peso, outras optam por não o fazer por receio de provocar danos no feto (PRZYBYLA-BASISTA; KWIECINSKA; ILSKA, 2020). Assim, a aceitação da imagem corporal durante a gravidez relaciona-se com a forma como a mulher aceita, ou não, as mudanças próprias dessa fase (LOTH *et al.*, 2011; FRIAS; FERREIRA; SOUSA, 2021).

A autoestima e a imagem corporal também podem ser influenciadas por outros fatores. As grávidas com baixo peso manifestam maior satisfação com a sua imagem corporal e grávidas com sobrepeso e obesidade manifestam maior preocupação relacionada com o corpo (MEIRELES; NEVES; DE CARVALHO; FERREIRA, 2015). No que concerne às experiências passadas de gravidez, as multíparas têm um poder de aceitação das modificações corporais mais desenvolvido do que aquele demonstrado pelas primíparas, que podem apresentar níveis mais baixos de autoestima e alteração na sua imagem corporal (COELHO, 2016).

As mudanças físicas que ocorrem no corpo da grávida, ao longo da gestação, têm também influência na resposta sexual da mulher, alterando inevitavelmente a dinâmica do casal. A forma como se vivencia a sexualidade engloba múltiplas dimensões como a biológica e a emocional, estando estas, no caso da gravidez, intimamente relacionadas pela

capacidade de ajuste da grávida. Enquanto algumas grávidas veem o seu apetite e desejo sexual aumentados, outras experienciam a sexualidade de forma mais negativa (CAMACHO; VARGENS; PROGIANTI; SPÍNDOLA, 2010; FRIAS; FERREIRA; SOUSA, 2021). Desta forma, torna-se essencial encontrar outras formas de expressar a sexualidade durante esta fase (COELHO, 2016).

Um estudo realizado demonstrou a relevância dada pelas grávidas às mudanças físicas e a forma como interferem com a atividade sexual. Naquele grupo de gestantes, verificou-se que, enquanto uma parte, se sente satisfeita com as alterações ao nível do tamanho das mamas, que naturalmente aumentam de tamanho nesta fase, outra parte considera essa modificação como um fator de diminuição da atração sexual. Concluíram que, para as mulheres que sempre tiveram as mamas pequenas, esse aumento predispõe a um aumento da sensação de atração sexual, as mulheres com mamas grandes pré-gravidez, por sua vez, podem sentir uma diminuição da atração sexual, por não se sentirem tão confortáveis fisicamente. Sugere também que as alterações ao nível da genitália são propícias à atração sexual, apesar de concluir que a predisposição para o sexo ao longo da gravidez diminui, especialmente no último trimestre (SOHRABI; KAZEMI; FARAJZADEGAN, 2021).

Torna-se relevante destacar a importância da atuação do enfermeiro especialista em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica, na identificação de possíveis distúrbios relacionados com a imagem corporal, assim como ajudar a grávida na adoção de estratégias para facilitar o processo de aceitação (NÉNÉ; MARQUES; BATISTA, 2016). A gravidez caracteriza-se pelo aumento do interesse da mulher na sua saúde, pois esta acredita que ter acesso a mais informação, irá contribuir para ter um bebé vivo e saudável (MEIRELES; NEVES; DE CARVALHO; FERREIRA, 2015). Desta forma, este período constitui um momento chave para ações de educação para a saúde, com o intuito de adoção de estilos de vida saudáveis, englobando aspetos físicos, emocionais e psicológicos da gravidez (HODGKINSON; SMITH; WITTKOWSKI, 2014; MEIRELES; NEVES; DE CARVALHO; FERREIRA, 2015).

■ CONCLUSÃO

A complexidade do período gravídico acarreta consigo uma série de modificações para a mulher, desde mudanças físicas, emocionais, familiares e sociais. Esta situação, por si só, impõe uma adaptação da mulher, que vai ser gerida consoante a sua autoestima e a imagem corporal que idealiza para si mesma.

À medida que a gravidez vai avançando, as adaptações do corpo da mulher à gravidez vão sendo cada vez mais evidentes e o aumento de peso ganha destaque. Ao mesmo tempo que é aceite pela sociedade, por estar inserido no contexto de gravidez, é a magreza que se

impõe como ideal de beleza, influenciando a forma como a grávida vê o seu corpo e acaba por adotar determinadas posturas em relação a si própria e aos que a rodeiam.

Desta forma, a conotação positiva, ou negativa, que a mulher dá a essas mudanças, irá influenciar a forma como ela vivencia este período e como encara outras questões, como a sexualidade, que está intimamente ligada à sua imagem corporal e autoestima.

A gravidez torna-se assim um período fulcral para a realização de educação para a saúde, pois é um momento em que a mulher/casal está especialmente receptiva/o a informação que ajude a promover o seu bem-estar e do bebé, assim como é um período de dúvidas e incertezas que devem ser esclarecidas com base em conhecimento fundamentado.

Com o desenvolvimento deste estudo, concluímos que existe quantidade considerável de estudos e artigos dentro da temática, ainda assim, consideramos relevante que se dê maior enfoque a estes temas durante a gravidez, nomeadamente em consultas médicas e de enfermagem, para que cada vez menos se banalizem e desconsiderem as questões psicológicas que resultam das alterações físicas.

■ REFERÊNCIAS

1. BERGMEIER, H.; HILL, B.; HAYCRAFT, E.; BLEWITT, C. *et al.* Maternal body dissatisfaction in pregnancy, postpartum and early parenting: An overlooked factor implicated in maternal and childhood obesity risk. **Appetite**, p. 1-8, 2020.
2. CAIROLI, P. **Avaliação da imagem corporal e da (in)satisfação com o corpo grávido pela escala de medida em imagem corporal em gestantes inscritas no programa de pré-natal da rede básica de saúde de Vinhedo-SP**. 2009. 159 f. (Pós-Graduação em Enfermagem) - Dissertação, Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas Campinas.
3. CAMACHO, K. G.; VARGENS, O. M. D. C.; PROGIANTI, J. M.; SPÍNDOLA, T. Vivenciando repercussões e transformações de uma gestação: perspectivas de gestantes. **Ciencia y Enfermeria**, 16, n. 2, p. 115-125, 2010.
4. CHAN, C. Y.; LEE, A. M.; KOH, Y. W.; LAM, S. K. *et al.* Associations of body dissatisfaction with anxiety and depression in the pregnancy and postpartum periods: A longitudinal study. **Journal of Affective Disorders**, 263, p. 582-592, 2020.
5. COELHO, M. J. **O enfermeiro especialista na promoção da sexualidade na gravidez**. Orientador: PRESADO, M. H. e MEDEIROS, A. 2016. 19 f. (Mestrado) - Relatório de estágio, Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, Lisboa.
6. DIAS, G. L.; SILVA, C. B. D.; ARAÚJO, E. D. S.; LIMA, B. B. *et al.* Aspectos sociais e biológicos da autoestima na gravidez e a assistência de enfermagem: revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, 11, p. 2674-7189, 2021.
7. DUNCOMBE, D.; WERTHEIM, E. H.; SKOUTERIS, H.; PAXTON, S. J. *et al.* How well do women adapt to changes in their body size and shape across the course of pregnancy? **J Health Psychol**, 13, n. 4, p. 503-515, May 2008.

8. FRIAS, A.; FERREIRA, I; SOUSA, L. Alterações da imagem corporal e sexualidade na gravidez in Luana Toledo (Org). Gerenciamento de Serviços e Enfermagem 2. (pp.1-11). Ponta Grossa - Paraná: **Atena Editora**, 2021. ISBN 978-65-5706-768-0 DOI.10.22533/at.ed.680212701.
9. GONÇALVES, S.; FREITAS, F.; FREITAS-ROSA, M. A.; MACHADO, B. C. Dysfunctional eating behaviour, psychological well-being and adaptation to pregnancy: A study with women in the third trimester of pregnancy **Journal of Health Psychology**, 20, n. 5, p. 535-542, 2015.
10. HODGKINSON , E. L.; SMITH, D. M.; WITTKOWSKI, A. Women's experiences of their pregnancy and postpartum body image: a systematic review and meta-synthesis **BMC Pregnancy & Childbirth**, 14, p. 1-11, 2014.
11. INANIR, S.; ÇAKMAK, B.; NACAR, M.; GULER, A. *et al.* Body Image Perception and Self-esteem During Pregnancy. **International Journal of Womens Health and Reproduction Sciences**, 3, n. 4, p. 196-200, OCT 2015 2015. Article.
12. LOTH, K.; BAUER, K.; WALL, M.; BERGE, J. *et al.* Body satisfaction during pregnancy. **Body Image**, 8, n. 3, p. 297-300, JUN 2011 2011. Article.
13. MAÇOLA, L.; VALE, I. N.; CARMONA, E. V. [Assessment of self-esteem in pregnant women using Rosenberg's Self-Esteem Scale]. **Rev Esc Enferm USP**, 44, n. 3, p. 570-577, Sep 2010.
14. MEIRELES, J. F. F.; NEVES, C. M.; CARVALHO, P. H. B. D.; FERREIRA, M. E. C. Imagem corporal de gestantes: associação com variáveis sociodemográficas, antropométricas e obstétricas. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, 37, n. 7, p. 319-324, 2015.
15. NÉNÉ, M.; MARQUES, R.; BATISTA, M. A. **Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica**. Lisboa: Lidel, 2016.
16. PRZYBYLA-BASISTA, H.; KWIECINSKA, E.; ILSKA, M. Body Acceptance by Pregnant Women and Their Attitudes toward Pregnancy and Maternity as Predictors of Prenatal Depression. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 17, n. 24, DEC 2020 2020. Article.
17. SILVEIRA, C.; FERREIRA, M. Auto-conceito da grávida- Factores associados. **Milennium**, 40, p. 53-67, 2011.
18. SOHRABI, Z.; KAZEMI, A.; FARAJZADEGAN, Z. Prenatal body image questionnaire: Development and psychometric evaluation. **Journal of Health Psychology**, 26, n. 10, p. 1508-1518, SEP 2021 2021. Article.
19. TEIXEIRA, P.; MATSUDO, S.; ALMEIDA, V. Auto-estima e imagem corporal de gestantes de acordo com o nível de atividade física. **Ciência e Movimento**. São Paulo. 16: 57-65 p. 2008.
20. ZALTZMAN, A.; FALCON, B.; HARRISON, M. E. Body image in adolescent pregnancy. **J Pediatr Adolesc Gynecol**, 28, n. 2, p. 102-108, Apr 2015.