

MASSAGEM PERINEAL DURANTE O PRÉ-NATAL EM PRIMÍPARAS: CONHECIMENTO, ACEITABILIDADE E IMPORTÂNCIA DA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

PERINEAL MASSAGE DURING PRENATAL CARE IN PRIMIPAROUS WOMEN:
KNOWLEDGE, ACCEPTABILITY, AND THE IMPORTANCE OF PROFESSIONAL
GUIDANCE

MASAJE PERINEAL DURANTE EL CONTROL PRENATAL EN MUJERES PRIMÍPARAS:
CONOCIMIENTO, ACEPTABILIDAD E IMPORTANCIA DE LA ORIENTACIÓN
PROFESIONAL

Ana Gabriela Mendes Oliveira¹
Maria Luiza de Assunção Alves²
Áidan Maria Sabóia Costa³
Vanessa Rayelle de Almeida Silva⁴
Antônia Mykaele Cordeiro Brandão⁵
Guilherme Antônio Lopes de Oliveira⁶

RESUMO: O objetivo do presente trabalho trata-se de verificar o conhecimento das gestantes acerca da massagem perineal pré-natal, identificar as limitações encontradas para sua realização e analisar os efeitos educacionais de programas de orientação fisioterapêutica sobre a técnica. Trata-se de uma revisão integrativa realizada a partir de uma abordagem qualitativa, sendo utilizadas as bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Public Medical Database (PUBMED) e ScienceDirect. Incluiu-se ensaios clínicos randomizados, revisões sistêmicas, meta-análises, estudos transversais e estudos de caso, publicados entre os anos de 2020 a 2026. De maneira geral, os estudos demonstram uma discrepância entre o conhecimento das gestantes sobre a possibilidade de trauma perineal e de estratégias para sua prevenção, indicando que as gestantes sentem uma necessidade maior de instruções provenientes de profissionais além de demonstrarem interesse em aprender mais após serem questionadas sobre a técnica. Os achados sugerem que a orientação profissional durante o pré-natal pode contribuir para ampliar o conhecimento das gestantes, favorecer a compreensão da técnica e aumentar a segurança para a realização da massagem perineal.

Palavras-chave: Massagem perineal. Fisioterapia. Lacerações.

¹Discente do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Chrisfapi.

²Discente do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Chrisfapi.

³Discente do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Chrisfapi.

⁴Discente do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Chrisfapi.

⁵Mestre em Ciências Biomédicas (Universidade Federal do Piauí) - Docente do Centro universitário Chrisfapi.

⁶Doutor em Biotecnologia (Universidade Federal do Piauí) - Docente do Centro Universitário Chrisfapi.

ABSTRACT: The objective of the present study is to assess pregnant women's knowledge regarding prenatal perineal massage, identify the limitations encountered in its practice, and analyze the educational effects of physiotherapy guidance programs on the technique. This is an integrative review conducted using a qualitative approach, based on the following databases: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Public Medical Database (PubMed), and ScienceDirect. Randomized clinical trials, systematic reviews, meta-analyses, cross-sectional studies, and case studies published between 2020 and 2026 were included. Overall, the studies demonstrate a discrepancy between pregnant women's knowledge about the possibility of perineal trauma and strategies for its prevention, indicating that pregnant women feel a greater need for guidance from healthcare professionals, in addition to demonstrating an interest in learning more after being questioned about the technique. The findings suggest that professional guidance during prenatal care may contribute to increasing pregnant women's knowledge, improving their understanding of the technique, and enhancing their confidence in performing perineal massage.

Keywords: Perineal massage. Physiotherapy. Lacerations.

RESUMEN: El objetivo del presente estudio es verificar el conocimiento de las mujeres embarazadas acerca del masaje perineal prenatal, identificar las limitaciones encontradas para su realización y analizar los efectos educativos de los programas de orientación fisioterapéutica sobre la técnica. Se trata de una revisión integradora realizada mediante un enfoque cualitativo, utilizando las siguientes bases de datos: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Public Medical Database (PubMed) y ScienceDirect. Se incluyeron ensayos clínicos aleatorizados, revisiones sistemáticas, metaanálisis, estudios transversales y estudios de caso, publicados entre los años 2020 y 2026. En general, los estudios demuestran una discrepancia entre el conocimiento de las mujeres embarazadas sobre la posibilidad de sufrir un trauma perineal y las estrategias para su prevención, lo que indica que las mujeres embarazadas sienten una mayor necesidad de recibir instrucciones por parte de profesionales de la salud, además de demostrar interés en aprender más después de ser consultadas sobre la técnica. Los hallazgos sugieren que la orientación profesional durante la atención prenatal puede contribuir a ampliar los conocimientos de las mujeres embarazadas, favorecer la comprensión de la técnica y aumentar la seguridad para la realización del masaje perineal.

Palabras clave: Masaje perineal. Fisioterapia. Laceraciones.

INTRODUÇÃO

O período gestacional caracteriza-se por intensas transformações físicas e psicológicas, desde a adaptação corporal até a preparação para o parto, o que provoca maior impacto em gestantes primíparas (Liébana-Presa *et al.*, 2024). Apesar do planejamento durante os pré-natais, determinadas condições obstétricas desfavoráveis podem surgir. Segundo Molyneux, Fowler e Slade (2021), o trauma perineal é uma das complicações mais comuns entre primíparas, acometendo cerca de 90% dos partos, levando-as a experimentar algum grau de ruptura perineal.

O trauma perineal pode ser definido como uma ruptura espontânea do tecido cutâneo e/ou muscular da região do períneo, ocorrida durante a passagem da porção cefálica do recém-nascido pelo canal vaginal ou ainda pela realização da episiotomia (Mamede *et al.*, 2024). Essas rupturas podem ser classificadas de acordo com o seu grau de lesão e as consequências que elas trazem. De acordo com Fernández-Fernández e Medina-Moragas (2024), as lacerações de grau I afetam apenas a pele, as de grau II afetam pele e músculos, e as de grau III e IV afetam também o complexo do esfíncter anal/retal e mucosa, sendo consideradas mais graves.

O desenvolvimento de lesões mais severas traz repercussões negativas para o período pós-parto, conforme trazem Oglak e Obut (2020), estando associadas a complicações como hematomas, escoriações, infecções, dispareunia, aumento no tempo de retorno sexual ativo, dor perineal crônica e incontinências urinária e fecal. Esses efeitos adversos acompanham a mulher durante a fase do puerpério, podendo se tornar crônicos se não tratadas corretamente, o que afetará diretamente a qualidade de vida, dentro de suas relações interpessoais e decisão reprodutiva subsequente (Rodaki *et al.*, 2020).

De forma a evitar esses desfechos, considera-se que a aplicação da massagem perineal no período pré-natal auxilie no processo de alongamento do períneo, o que dificultaria a incidência de lacerações durante o momento do expulsivo e da necessidade de episiotomia, o que é uma estratégia vista como bem aceita pelas gestantes (He *et al.*, 2023). Nessa mesma linha, Nnabuchi *et al.* (2025) relatam sobre a relevância da disseminação desses fatos entre as mulheres grávidas, devido às vantagens para aquelas que passarão por parto vaginal.

Além disso, em uma pesquisa realizada por Monguilhott *et al.* (2023), foi verificado que tanto as mulheres grávidas como seus parceiros relataram que a desinformação acerca do tema acarretou em maiores dificuldades para a implementação da técnica, como a insegurança de realizar a massagem de forma correta, o local onde deve ser feita e a falta de um melhor preparo durante o pré-natal.

Diante dos fatos supracitados, buscar evidências na literatura de que a implementação de programas educacionais que visam conscientizar mulheres quanto às estratégias de baixo custo, como a massagem perineal, é de grande relevância para a saúde pública. Portanto, se faz necessário responder a seguinte questão: Qual a importância da orientação profissional no conhecimento e na adesão à massagem perineal durante o pré-natal em primíparas?

Desse modo, o objetivo do presente trabalho trata-se de verificar o conhecimento das gestantes acerca do tema, identificar as limitações encontradas para a realização da técnica e analisar os efeitos educacionais de programas de orientação fisioterapêutica sobre massagem perineal.

MÉTODOS

O presente trabalho tratou-se de uma revisão integrativa realizada a partir de uma abordagem qualitativa. Uma revisão integrativa é mais específica e resume o material utilizado com objetivo mais abrangente de um fato, já a abordagem qualitativa busca entender os fatos exibidos da forma no qual o pesquisador interpreta (Hermont *et al.*, 2021; Menezes *et al.*, 2019).

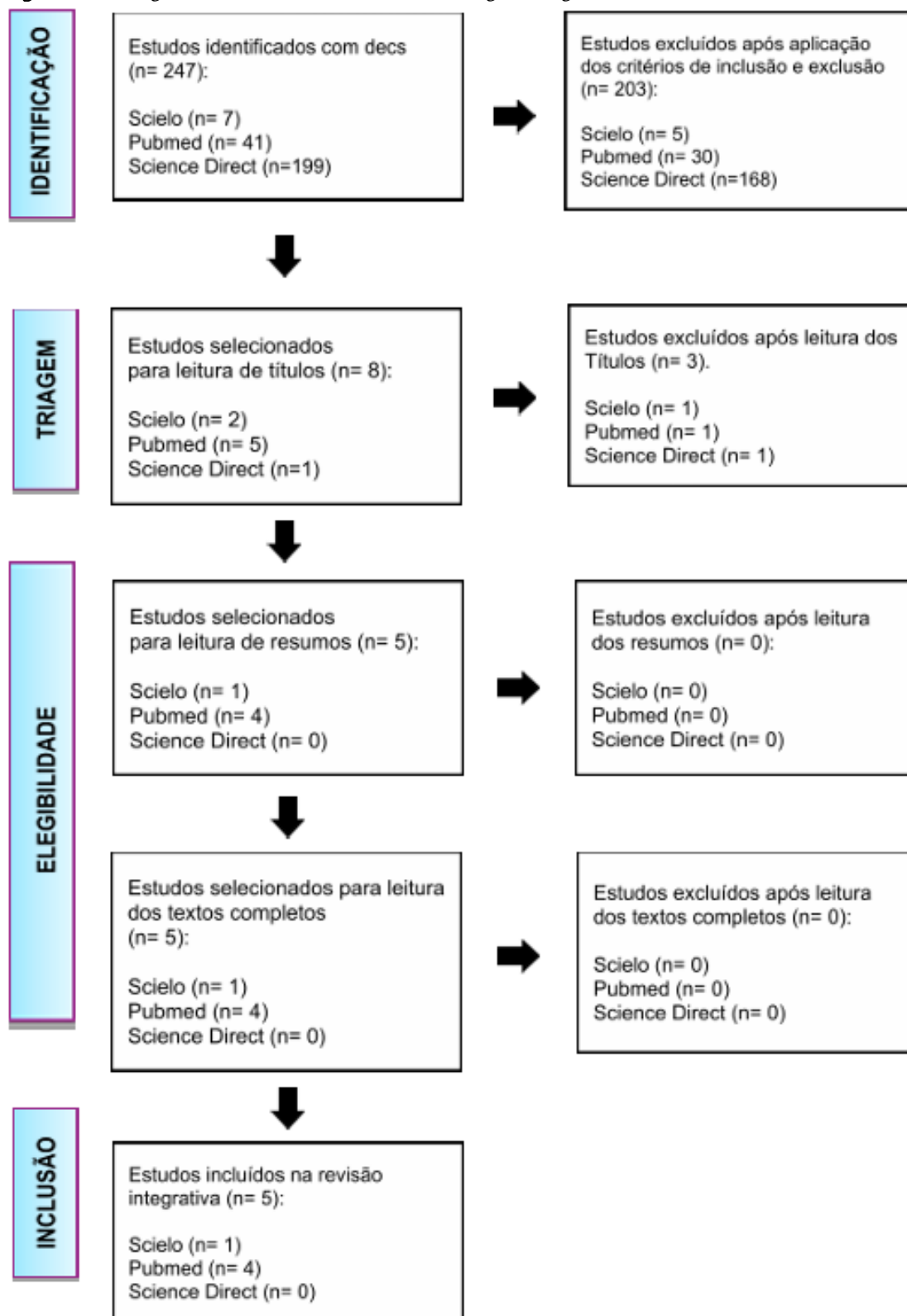
As fontes utilizadas foram as bases de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), *Public Medical Database* (PUBMED) e *ScienceDirect*. A busca por artigos foi realizada durante os meses de julho e agosto de 2026, utilizando os seguintes descritores em português e inglês: “massagem perineal”, “fisioterapia”, “orientações”, “laceração”, “*perineal massage*”, “*physical therapy*”, “*guidance*” e “*lacerations*”, utilizando-se os operadores Booleanos “AND” e “+”.

Incluíram-se ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas, meta-análises, estudos transversais e estudos de caso, publicados entre os anos de 2020 a 2026, escritos em português, inglês ou espanhol. Foram excluídos os trabalhos publicados em veículos não validados cientificamente, que não informavam a taxa de adesão ao método, não descrevessem os desfechos ou os benefícios encontrados e pesquisas que estivessem publicadas em datas anteriores ao ano de 2020.

RESULTADOS

Inicialmente, foram identificados 247 artigos, sendo que após a aplicação dos filtros e dos critérios de inclusão e exclusão anteriormente definidos, foram selecionados 44 trabalhos, de modo que apenas 8 trabalhos foram aprovados na triagem, decorrendo assim 5 estudos qualificados para leitura na íntegra, conforme mostra o seguinte fluxograma (Figura 1).

Figura 1 – Fluxograma das fases de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão.



Fonte: Elaborado pelas autoras, 2026.

Todos os 5 trabalhos designados para compor a discussão do presente estudo foram detalhados no quadro abaixo (Quadro 1).

Quadro 1 – Síntese dos estudos selecionados.

Título	Autor/Ano	Principais achados	Metodologia
Conhecimento, atitudes e interesse das mulheres em relação à massagem perineal pré-natal – um estudo transversal	Lee e Lo (2025)	Dos 385 participantes, 31,4% tinham conhecimento sobre a MPA, sendo as redes sociais (61,2%) sua principal fonte de informação. A maioria desconhecia os impactos a longo prazo de lesões perineais graves (57,7%) e os potenciais benefícios da massagem perineal (54,5%). O interesse pela MPA foi alto (66,2%).	Estudo transversal prospectivo foi conduzido ao longo de 7 meses no Hospital Princess Margaret. Mulheres grávidas com 18 anos ou mais e com menos de 37 semanas de gestação foram convidadas a participar por meio de um questionário bilíngue distribuído durante as consultas pré-natais.
As mulheres conhecem os riscos de trauma perineal, mas não sabem como preveni-los. Conhecimento, atitude e prática.	Gondim <i>et al.</i> (2023)	326 mulheres responderam ao questionário. 51,2% das mulheres apresentaram baixo nível de conhecimento. A atitude em relação à busca de informações sobre a forma de prevenir o trauma perineal foi relatada por 4,3% das mulheres. Apenas 13 (4,0%) das participantes relataram ter praticado pelo menos uma sessão de exercícios para o assoalho pélvico ou preparação durante a gravidez.	Estudo transversal realizado em uma maternidade brasileira, com mulheres com idade superior a 14 anos, que desejavam e tiveram parto vaginal. Foi utilizado um questionário com 15 perguntas para medir o conhecimento, as atitudes e as práticas da preparação do assoalho pélvico para o parto. O conhecimento foi classificado como: ruim, regular e bom.
Conhecimento, percepção e aceitabilidade da massagem perineal pré-natal por parte das pacientes: um estudo transversal unicêntrico da Arábia Saudita.	Baradwan <i>et al.</i> (2024)	A maioria das mulheres (46,25%) relatou que era seu primeiro contato com a MPP. As fontes de informação mais comuns incluíam a internet (39,58%). Quase metade (47,5%) já tinha ouvido falar de MPP, mas apenas 8,75% a haviam praticado. Somente 17,5% sabiam que podia ser realizada pela mulher ou seu parceiro, enquanto 25,83% sabiam que deveria começar às 34 semanas e 17,92% reconheciam a duração recomendada de 5 a 10 minutos diários. Além disso, 22,5% reconheceram os benefícios da MPP. 84,17% foram classificados como tendo conhecimento insuficiente.	Estudo transversal incluiu 240 gestantes que atendiam aos critérios de inclusão predefinidos e foram atendidas no Departamento de Obstetrícia e Ginecologia do Hospital Especializado e Centro de Pesquisa Rei Faisal, em Jeddah, Arábia Saudita. As participantes responderam a sete perguntas sobre conhecimento, sendo classificadas como tendo bom conhecimento ou com conhecimento insuficiente.
Conhecimento, atitude e aceitabilidade da massagem perineal pré-natal em gestantes tailandesas.	Meeprom <i>et al.</i> (2023)	Um total de 144 gestantes participaram do estudo, sendo que 119 (83%) apresentaram uma atitude favorável à massagem perineal pré-natal. Os resultados referentes ao conhecimento incluíram: 22 (15%) participantes	Estudo transversal conduzido na clínica de pré-natal do Hospital Memorial King Chulalongkorn, em Bangkok, Tailândia. Foram incluídas mulheres tailandesas com gestação única de 22 semanas ou

		estavam cientes dessa prática, 46 (31,9%) sabiam que ela deveria ser realizada após 34 semanas de gestação, 52 (36,1%) sabiam que a massagem deveria durar de 5 a 10 minutos e 37 (25,7%) sabiam que deveria ser realizada diariamente.	mais, sem indicação para cesariana. As mulheres foram avaliadas por meio de um questionário autoaplicável. Entrevistas em profundidade com gestantes que não demonstraram interesse na massagem perineal pré-natal também foram realizadas.
Massagem perineal pré-natal para prevenção do trauma: piloto de ensaio clínico randomizado	Monguilhott <i>et al.</i> (2022)	A massagem perineal foi fator de proteção para edema nos primeiros 10 dias pós-parto e perda involuntária de gases nos 45 dias pós-parto. O ajuste residual ≥ 2 observado na análise das condições do períneo pós-parto mostrou uma tendência das mulheres do grupo intervenção terem períneo íntegro. As mulheres e os acompanhantes aceitaram bem a prática, recomendariam e fariam novamente em futura gestação.	Ensaio clínico randomizado com 153 gestantes, 78 mulheres no grupo de intervenção realizaram a massagem perineal digital e 75 mulheres do grupo controle receberam os cuidados habituais. A intervenção foi realizada pela gestante ou acompanhante de sua escolha, diariamente, a partir de 34 semanas de gestação, por 5 a 10 minutos.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2026.

DISCUSSÃO

7

De maneira geral, os estudos demonstram uma discrepância entre o conhecimento das gestantes sobre a possibilidade de trauma perineal e o conhecimento sobre estratégias para sua prevenção. Lee e Lo (2025) e Gondim *et al.* (2023) observaram que boa parte das informações sobre a massagem perineal era proveniente de pesquisas na internet, mas que, ainda assim, não eram consideradas suficientes para esclarecer dúvidas, sendo pertinente os resultados entre mulheres que conheciam a técnica e as que já haviam realizado.

Lee e Lo (2025) realizaram um questionário com cerca de 385 mulheres grávidas, no qual foi verificado que 31% das participantes conheciam a técnica de massagem perineal, mas somente 2,6% já haviam praticado. Além disso, 61% relataram obter informações somente em redes sociais. Do total, 63% dessas gestantes sabiam sobre a possibilidade de ocorrência de lacerações perineais por partos vaginais, porém, não sabiam suas repercussões a longo prazo, considerando que as informações fornecidas no pré-natal foram insuficientes. Após a realização do questionário, 80% das participantes manifestaram interesse na técnica durante o pré-natal, a fim de receber orientações confiáveis.

Obtendo resultados semelhantes, Gondim *et al.* (2023) realizaram uma pesquisa com 326 mulheres, constatando que somente 2,5% das grávidas possuíam conhecimento adequado sobre a massagem perineal, 86% sabiam das chances de lacerações em partos vaginais, apenas 4% procuraram prevenir a ocorrência de lesão perineal, mas que somente 4 do total dessas mulheres buscaram ajuda profissional. Cerca de 71% relataram que teriam realizado uma melhor preparação do períneo durante o pré-natal, se tivessem essas orientações. O estudo ainda mostrou que mulheres com menor renda, escolaridade e idade tendem a ter menos acesso a conhecimentos de preparação perineal para o parto.

As respostas coletadas nos questionários, indicam que as gestantes sentem uma necessidade maior de instruções provenientes de profissionais além de demonstrarem interesse em aprender mais após serem questionadas sobre a técnica. Paralelamente, Baradwan *et al.* (2024) e Meeprom *et al.* (2023) notaram que mesmo conhecendo a técnica ou ainda sabendo como realizá-la, ainda havia resistência na aceitação por receio de seu uso ou por não reconhecer seus benefícios, diferente do que foi observado por Monguilhott *et al.* (2022) que percebeu boa aceitação quando esclarecido dúvidas quanto a técnica e ensinado de forma prática através de uma equipe profissional.

Baradwan *et al.* (2024) realizaram uma pesquisa com 240 participantes, verificando que 47% conheciam a técnica, sendo que 39% vinha de informações coletadas na internet, apenas 8% já teria realizado a prática e 22% sabiam os reais benefícios da massagem perineal. Aproximadamente 84% das mulheres demonstraram possuir baixo conhecimento a respeito da técnica, além de que o estudo demonstrou um valor reduzido de aceitação da prática no pré-natal por parte tanto das mulheres (58%) como de seus acompanhantes (37%).

Meeprom *et al.* (2023) também realizaram um estudo com 144 primigestas através de questionários e entrevistas, averiguando que cerca de 83% das mulheres tinham uma boa aceitabilidade com a técnica de massagem perineal, sendo que 15% já conheciam a prática, 32% demonstravam saber quando deveria iniciar com o uso da técnica, 36% sabiam quanto tempo deveria ser aplicada e 27% expressaram saber quantas vezes na semana eram recomendados. Para as mulheres que não demonstraram boa aceitabilidade (17%), se justificavam por falta de conhecimento, medo da realização da técnica e a crença de que não haveria quaisquer benefícios com seu uso.

Em contrapartida, Monguilhott *et al.* (2022) realizaram um estudo com cerca de 153 gestantes primíparas, nas quais 78 estavam no grupo de intervenção e 75 no grupo controle. O grupo de intervenção recebeu orientações sobre como realizar a massagem perineal através de vídeo e folder. Cerca de 93% dessas mulheres informaram conformidade com a técnica, ter conseguido realizar a massagem da forma como foram orientadas, recomendariam para outras pessoas e que retomariam a prática em outras gestações. Em relação ao grupo de controle, tenderam a manter o períneo sem alterações e possuírem menores efeitos negativos no pós-parto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dessa forma, os estudos demonstram que ainda há baixa disseminação de informações durante os pré-natais acerca dos benefícios da massagem perineal, ocasionando em baixa procura e adesão. Os achados sugerem que a orientação profissional durante o pré-natal pode contribuir para ampliar o conhecimento das gestantes, favorecer a compreensão da técnica e aumentar a segurança para a realização da massagem perineal. Entretanto, são necessários estudos que avaliem especificamente a efetividade de programas de orientação fisioterapêutica sobre a adesão à técnica e os desfechos obstétricos e perineais.

REFERÊNCIAS

BARADWAN, S, *et al.* Patient awareness, knowledge, and acceptability of antenatal perineal massage: A single-center cross sectional study from Saudi Arabia. **European Journal Midwifery**, v. 8, n. 67, 2024.

FERNÁNDEZ-FERNÁNDEZ, MJ; MEDINA-MORAGAS, AJ. Comparative study of postpartum sexual function: Second-degree tears versus episiotomy outcomes. **Archives of Gynecology and Obstetrics**, v. 309, 2024.

GONDIM, E JL, *et al.* As mulheres conhecem o risco de trauma perineal, mas não sabem como preveni-lo: conhecimento, atitude e prática. **Revista Internacional de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 161, n. 2, p. 470-477, 2023.

HE, RJ., *et al.* The effect of pelvic floor muscle training and perineal massage in late pregnancy on postpartum pelvic floor function in nulliparas: A randomised controlled clinical trial. **Complementary Therapies in Medicine**, v. 77, 2023.

HERMONT, AP, *et al.* Revisões integrativas: conceitos, planejamento e execução. **Arquivos em Odontologia**, v. 57, 2021.

LEE, HCP; LO, TK. Women's knowledge, attitudes and interest in antenatal perineal massage – a cross-sectional survey. **Women's knowledge, attitudes and interest in antenatal perineal massage**, v. 45, n. 1, 2555880, 2025.

LIÉBANA-PRESA, C, *et al.* Anxiety, prenatal distress, and resilience during the first trimester of gestation. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 58, 2024.

MAMEDE, L, *et al.* Prevalência e fatores associados à percepção da laceração perineal: estudo transversal com dados do Inquérito Nascer no Brasil, 2011 e 2012. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v.33, n. e2023621, 2024.

MEEPROM, T, *et al.* Knowledge, attitude and acceptability regarding antenatal perineal massage in Thai pregnant women. **International Urogynecology Journal**, v. 34, p. 2189-2195, 2023.

MENEZES, AHN, *et al.* **Metodologia científica: teoria e aplicação na educação a distância**. Petrolina: Universidade Federal do Vale do São Francisco, 2019. 83 p. ISBN 978-85-60382-91-0.

MOLYNEUX, R, *et al.* The effects of perineal trauma on immediate self reported birth experience in first-time mothers. **Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology**, v. 43, 2021.

MONGUILHOTT, JJC, *et al.* Massagem perineal durante a gestação: experiência dos acompanhantes. **Saberes Plurais Educação na Saúde**, v. 7, n. 2, p. e130969, 2023.

MONGUILHOTT, JJC, *et al.* Massagem perineal pré-natal para prevenção do trauma: piloto de ensaio clínico randomizado. **Acta Paulista de Enfermagem**, 35:eAPE0381345, 2022.

NNABUCHI, OK, *et al.* Effectiveness of Intrapartum Perineal Massage in Preventing Perineal Trauma in Nulliparous Women During the Second Stage of Labour: A Randomised Controlled Trial. **Obstetrics and Gynecology International**, v. 2025, Article ID 1866988, p. 10, 2025.

OGLAK, SC; OBUT, M. Effectiveness of Perineal Massage in the Second Stage of Labor in Preventing Perineal Trauma. **Gynecology Obstetrics & Reproductive Medicine**, v. 26, n. 2, 2020.

RODAKI, E, *et al.* The Effects of Perineal Tears during Childbirth on Women's Sex Life. **MAEDICA – a Journal of Clinical Medicine**, v. 17, n. 2, 2020.