



AVALIAÇÃO DA PLATAFORMA DIGITAL WHATSAPP® COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO PERINATAL

Resumo: Esta pesquisa buscou avaliar a plataforma WhatsApp® como ferramenta de educação perinatal, na ótica das usuárias. Pesquisa quantitativa e transversal realizada com gestantes participantes do grupo virtual, as quais responderam um questionário online composto por cinco questões para avaliar a participação no grupo para 1) sanar dúvidas; 2) adquirir novos conhecimentos; 3) trocar experiências com demais participantes (interação); 4) diminuir ansiedade/medo do parto e 5) aumentar a confiança para o momento do parto e 6) aumentar o interesse pelo parto normal. Participaram 63 gestantes, média de 29 anos, 74,6% de risco habitual, 52,3% autodeclaradas brancas, 49,2% com ensino médio completo e 36,5% com renda salarial até dois salários mínimos. As respostas "extremamente eficaz" e "muito eficaz" foram predominantes nas seis questões. A plataforma WhatsApp® se mostrou como uma ferramenta de educação perinatal bem avaliada pelas usuárias, podendo ser uma estratégia replicada em outros cenários.

Descritores: Educação em Saúde, Gravidez, Redes Sociais, Tecnologia Educacional.

Evaluation of the WhatsApp® digital platform as a tool for perinatal education

Abstract: This research aimed to evaluate the WhatsApp® platform as a perinatal education tool from the users' perspective. A quantitative and cross-sectional study was conducted with pregnant women participating in a virtual group, who answered an online questionnaire composed of five questions to assess their participation in the group in terms of: 1) clarifying doubts; 2) acquiring new knowledge; 3) exchanging experiences with other participants (interaction); 4) reducing anxiety/fear of childbirth; 5) increasing confidence for the moment of childbirth; and 6) increasing interest in normal childbirth. Sixty-three pregnant women participated, with an average age of 29 years, 74.6% with usual risk pregnancies, 52.3% self-identified as white, 49.2% with completed high school education, and 36.5% with a salary income of up to two minimum wages. The responses "extremely effective" and "very effective" were predominant in all six questions. The WhatsApp® platform proved to be a perinatal education tool well-evaluated by users, and could be a strategy replicated in other settings.

Descriptors: Health Education, Pregnancy, Social Networks, Educational Technology.

Evaluación de la plataforma digital WhatsApp® como herramienta para la educación perinatal

Resumen: Esta investigación tuvo como objetivo evaluar la plataforma WhatsApp® como herramienta de educación perinatal desde la perspectiva de las usuarias. Se realizó un estudio cuantitativo y transversal con gestantes que participaban en un grupo virtual. Estas mujeres respondieron a un cuestionario en línea compuesto por cinco preguntas para evaluar su participación en el grupo en términos de: 1) aclarar dudas; 2) adquirir nuevos conocimientos; 3) intercambiar experiencias con otras participantes (interacción); 4) reducir la ansiedad/miedo al parto; 5) aumentar la confianza para el momento del parto; y 6) aumentar el interés en el parto normal. Participaron sesenta y tres gestantes, con una edad promedio de 29 años, el 74,6% con embarazos de riesgo habitual, el 52,3% se autoidentificó como blanca, el 49,2% con educación secundaria completa y el 36,5% con ingresos salariales de hasta dos salarios mínimos. Las respuestas "extremadamente efectiva" y "muy efectiva" predominaron en las seis preguntas. La plataforma WhatsApp® demostró ser una herramienta de educación perinatal bien evaluada por los usuarios y podría ser una estrategia replicable en otros entornos.

Descriptores: Educación en Salud, Embarazo, Red Social, Tecnología Educacional.

Thaís Marcolino Bredariol

Enfermagem. Faculdade de Enfermagem da
Universidade Estadual de Campinas -
UNICAMP.

E-mail: t254599@dac.unicamp.br

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8625-1099>

Reginaldo Roque Mafetoni

Enfermeiro Obstetra. Professor da Faculdade
de Enfermagem da UNICAMP.

E-mail: mafetoni@unicamp.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1574-3627>

Junia Aparecida Laia da Mata

Enfermeira Obstetra. Professora da Escola de
Enfermagem da Universidade Federal do Rio
Grande do Sul (EE-UFRGS).

E-mail: junia.mata@ufrgs.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9062-8536>

Erika Zambrano

Enfermeira Obstetra. Professora da Área de
Saúde da Mulher e do Recém-Nascido da
Faculdade de Enfermagem da UNICAMP.

E-mail: ezambrano@fenf.unicamp.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9913-2975>

Talita Balamint

Enfermeira Neonatóloga. Professora da Área
de Saúde da Mulher e do Recém-Nascido da
Faculdade de Enfermagem da UNICAMP.

E-mail: tbalamin@unicamp.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9746-3102>

Clara Fróes de Oliveira Sanfelice

Enfermeira Obstetra. Professora da Área de
Saúde da Mulher e do Recém-Nascido da
Faculdade de Enfermagem da UNICAMP.

E-mail: clarafras@unicamp.br

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1920-3193>

Submissão: 14/01/2026

Aprovação: 20/03/2026

Publicação: 02/04/2026



Como citar este artigo:

Bredariol TM, Mafetoni RR, Mata JAL, Zambrano E, Balamint T, Sanfelice CFO. Avaliação da plataforma digital WhatsApp® como ferramenta de educação perinatal. São Paulo: Rev Recien. 2026; 16(44):289-299. DOI: <https://doi.org/10.24276/rrecien2026.16.44027>

Introdução

As modificações físicas, psíquicas e sociais da gestação impactam o cotidiano das pessoas que gestam¹. Dessa forma, a assistência pré-natal deve garantir acolhimento, início precoce, abordagem psicossocial e cuidado clínico, articulados às ações educativas e preventivas, de forma equânime e sem discriminação².

Entretanto, não é incomum que as consultas de pré-natal sejam breves e centradas em aspectos físicos, limitando a exploração de questões relevantes e a expressão de dúvidas, medos e inquietações das gestantes³.

Neste contexto, considera-se que a prática da educação em saúde promovida de forma coletiva (grupos educativos) possa representar uma estratégia eficaz para suprir esta lacuna e qualificar a atenção obstétrica, além de favorecer a construção e o compartilhamento de saberes, promovendo autonomia e acolhimento. A literatura aponta que a educação perinatal em grupo é um recurso eficaz para reduzir o medo do parto, a intensidade dolorosa durante o trabalho de parto, a taxa de cesariana e os sintomas de depressão pós-parto⁴⁻⁷.

Contudo, a literatura também aponta barreiras de adesão às atividades coletivas presenciais devido à diversas questões logísticas, tais como falta de tempo, dificuldade de acesso (financeiro ou geográfico) e incompatibilidade de horários⁵.

Neste contexto, as mídias sociais e aplicativos de smartphones têm se apresentado como alternativas viáveis de promoção da saúde, dado o amplo acesso cotidiano a essas tecnologias na atualidade⁶.

Sabe-se que o uso disseminado da internet

modificou de maneira significativa o acesso da população à informação em saúde e o formato de interação entre usuários e profissionais. Além disso, o uso intensificado das ferramentas digitais após a pandemia consolidou sua presença em ambientes pedagógicos, por favorecer comunicação, interação, dinamicidade e superação de barreiras físicas, ampliando oportunidades equitativas de aprendizado⁶⁻⁸.

Além de poderem acessar significativamente mais informações relacionadas à maternidade pela internet, muitas mulheres grávidas agora também utilizam aplicativos baseados na web ou se tornam parte de comunidades online, onde podem conhecer outras mães, compartilhar experiências, oferecer apoio social e emocional umas às outras, além de fazer e responder perguntas⁹.

Isto porque as mídias sociais possibilitam acesso à informação e colaboração em tempo real, reunindo pessoas com interesses comuns em diversas plataformas, como Facebook®, Instagram®, X®, YouTube® e WhatsApp®¹⁰.

Este último destaca-se pela popularidade em diferentes faixas etárias, facilidade de uso, baixo custo e recursos interativos, como mensagens de texto, áudio, vídeo, imagens e arquivos, que o configura como potencial ferramenta pedagógica⁷, além de ser o aplicativo mais prevalente entre os brasileiros, já que o aplicativo é o mais baixado do país, segundo a plataforma Similarweb.

Além de possibilitar cooperação sem barreiras espaciais, permite feedback em tempo real e construção coletiva do conhecimento¹⁰ e as mulheres grávidas são um grupo particularmente motivado a buscar informações online⁹.

Este estudo teve como objetivo avaliar a

plataforma WhatsApp® como ferramenta de educação perinatal, na ótica das usuárias.

Material e Método

Trata-se de uma pesquisa quantitativa e transversal. O público alvo foram gestantes participantes do grupo virtual (WhatsApp®) de preparação para o parto, vinculado a um projeto de extensão comunitária realizado na cidade de Sumaré-SP, Brasil.

O projeto de extensão denomina-se Grupo de Preparação para o Parto do Hospital Estadual Sumaré (HES) e está vinculado à Faculdade de Enfermagem da Universidade Estadual de Campinas (FEnf-UNICAMP). Neste espaço, são promovidos encontros presenciais semanais com duração aproximada de 1h30min, destinados a gestantes da comunidade, com o objetivo de divulgar boas práticas de atenção ao parto e nascimento, estimular o parto normal e melhorar a experiência de parto de gestantes, acompanhantes e famílias.

Inicialmente, o grupo de WhatsApp® foi criado exclusivamente para divulgar os temas dos encontros presenciais, mas, com o aumento do número de participantes, passou a desempenhar função educativa e permitir interação, especialmente para aquelas gestantes que não conseguiam participar presencialmente dos encontros.

No ambiente virtual, as usuárias têm permissão para tirar dúvidas relacionadas a qualquer tema correlato à maternidade (gestação, pré-natal, trabalho de parto, parto, amamentação, dentre outros) e experiências pessoais são compartilhadas, permitindo vinculação e apoio entre as participantes. Cabe ressaltar que os diálogos são acompanhados e mediados por uma enfermeira

obstetra, coordenadora do projeto de extensão, e pelas discentes extensionistas, o que permite a condução qualificada das discussões.

Após um período de utilização do grupo como recurso pedagógico, as gestantes foram convidadas a avaliar o uso da plataforma como ferramenta de educação perinatal. Os critérios de inclusão à participação foram: idade igual ou superior a 18 anos e participação no grupo por pelo menos quatro semanas, garantindo tempo mínimo de interação.

Foram excluídas menores de idade e participantes de outros grupos virtuais de educação perinatal. O tamanho amostral foi estimado considerando proporção $p=0,50$, máxima variabilidade da distribuição binomial, população de 75 participantes (número de usuárias no momento da investigação), erro amostral de 5% e nível de significância de 5%, resultando em 63 participantes.

A coleta de dados ocorreu de março a julho de 2024, por meio de formulário digital elaborado pelas autoras no Google Forms® e exclusivamente para este fim, o qual foi compartilhado via link no grupo, após assinatura digital do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A primeira parte do questionário incluía dados sociodemográficos e obstétricos para definição do perfil das participantes (idade, cidade, cor da pele autodeclarada, escolaridade, estado civil, renda familiar mensal, paridade, idade gestacional atual, realização de pré-natal, local de realização do pré-natal, número de consultas, risco gestacional), e, na segunda parte as participantes opinaram sobre o impacto de frequentarem o grupo de WhatsApp® para 1) esclarecer dúvidas; 2) adquirir

conhecimentos; 3) trocar experiências; 4) diminuir o medo do parto e 5) se interessar pelo parto normal, utilizando uma escala Likert de cinco pontos, sendo 0-nada eficaz; 1-pouco eficaz; 2-indiferente; 3-muito eficaz; e, 4-extremamente eficaz.

Para a análise de dados, as variáveis categóricas foram descritas por frequências e percentuais, e as quantitativas por medidas de tendência central e dispersão, utilizando o software SAS 9.4.

O estudo seguiu as diretrizes da Resolução CNS 466/2012 e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da instituição (Parecer nº6.689.105).

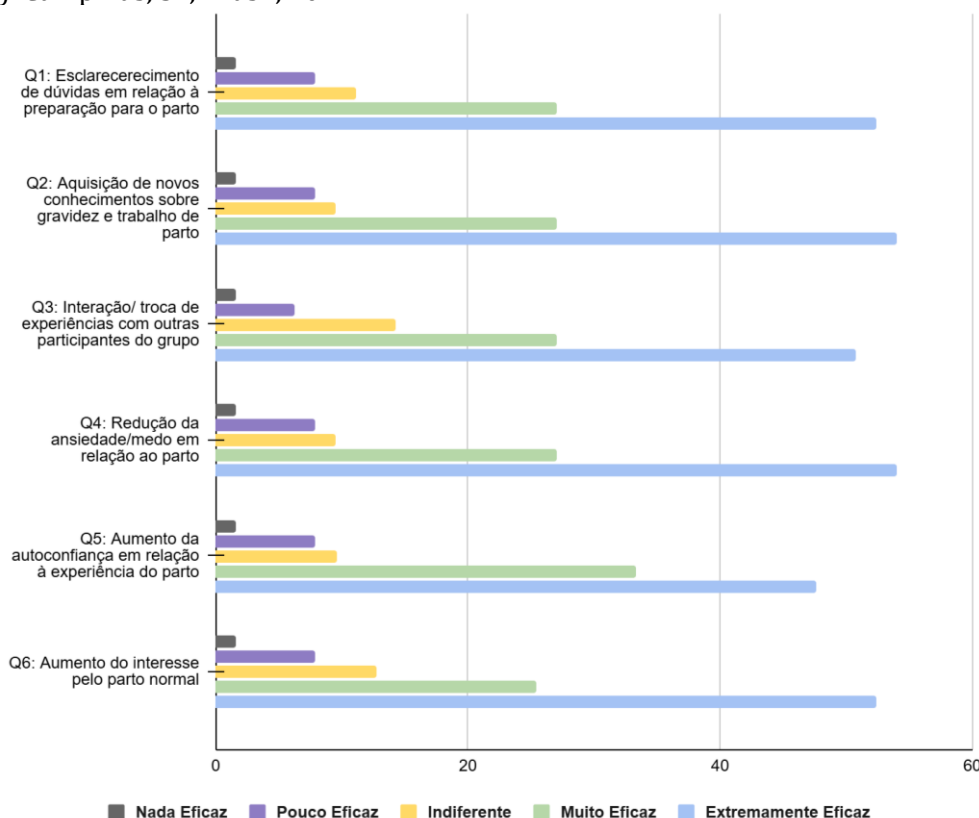
Resultados e Discussão

Participaram do estudo 63 mulheres, com idade média de 29,52 anos, variando de 19 a 47

anos, sendo 52,3% (n=33) autodeclaradas como brancas, 74,6% (n=47) casadas, 49,2% (n=31) com ensino médio completo e 36,5% (n=23) com renda salarial até dois salários mínimos. Com relação à ocupação, 55,5% (n=35) declararam trabalho formal, seguido de 20,63% (n=13) do lar. A idade gestacional média foi de 30 semanas, variando de 11 à 40 semanas de gestação. Com relação à paridade, 53,9% (n=34) eram primigestas. Todas as participantes declararam ter realizado pré-natal, sendo 61,9% (n=39) em Unidade Básica de Saúde, 74,6% (n=47) de risco habitual e 82,5% (n=52) com pelo menos seis consultas.

Os dados referentes à avaliação das participantes sobre o grupo de WhatsApp® estão dispostos no gráfico abaixo, criado com uso do programa Planilhas Google.

Gráfico 1. Avaliação da plataforma WhatsApp® como ferramenta de educação perinatal, na ótica das usuárias. (n=63). Campinas, SP, Brasil, 2024.



Fonte: Os autores, 2024.

A educação em saúde visa capacitar os indivíduos a cuidarem de sua saúde e a interagirem de forma mais ativa com os serviços de saúde. É entendida como um instrumento de construção dialógica do conhecimento, com estímulo à autonomia, à participação popular e ao protagonismo dos sujeitos no seu próprio cuidado¹¹⁻¹³.

No cenário contemporâneo, vislumbramos um rápido avanço de diferentes tecnologias digitais, como, por exemplo, a plataforma virtual de WhatsApp, a qual oferece novas possibilidades para a educação em saúde, ampliando o acesso à informação e promovendo a interação entre os usuários.

Na área obstétrica, as mídias sociais estão sendo frequentemente utilizadas pelas mulheres para obter informações relacionadas à saúde durante a gravidez, isso abrange desde sintomas físicos até cuidados antenatais e também apoio emocional¹⁴⁻¹⁸.

Esse acesso ampliado à informação sobre saúde materna é fundamental para empoderar as mulheres e garantir decisões mais informadas. No entanto, a intensa proliferação de informações online também traz desafios, como a disseminação de dados incorretos ou incompletos¹⁹⁻²⁰.

Nesse sentido, a presença atenta e participativa de profissionais de saúde em grupos virtuais se torna essencial para garantir a qualidade da informação e a segurança das gestantes.

Apesar dos desafios relacionados à qualidade da informação online, os resultados deste estudo revelaram que o grupo de WhatsApp, quando mediado por profissionais de saúde, pode ser uma opção eficaz para a disseminação de conhecimento

sobre gravidez e o parto. Isto porque os resultados mostraram que a maioria das participantes considerou a participação no grupo virtual como "extremamente eficaz" ou "muito eficaz" para todos os tópicos investigados.

Observou-se que o grupo representou uma estratégia eficaz para esclarecer dúvidas sobre o trabalho de parto/parto (Q1) e adquirir novos conhecimentos sobre gestação e parto (Q2), o que passa a caracterizá-lo não somente como uma ferramenta de interação social, mas também como uma importante ferramenta de educação em saúde. Este é um movimento alinhado com a tendência em que muitas gestantes estão buscando informações de saúde em plataformas online para complementar as consultas pré-natais, o que também reflete na necessidade de suporte informativo além dos cuidados tradicionais¹⁴⁻¹⁸.

Este resultado, relacionado à aquisição de novos conhecimentos sobre a gravidez e o trabalho de parto sugere que o uso da plataforma foi capaz de oferecer um ambiente educativo seguro e confiável para as gestantes buscarem informações precisas.

A Teoria da Carga Cognitiva oferece uma explicação para a eficácia da aprendizagem em plataformas como o WhatsApp. Ao segmentar a informação em partes menores e distribuí-la de forma gradual, é possível evitar a sobrecarga cognitiva e otimizar a retenção do conhecimento²¹.

Essa abordagem é especialmente relevante no contexto da saúde materna, em que a informação precisa e confiável pode impactar grandemente na saúde e nas decisões maternas. Assim, ao evitar a sobrecarga de informações, os grupos de WhatsApp podem se constituir como um ambiente de

aprendizado mais eficaz, permitindo que as gestantes absorvam os conhecimentos sem a pressão de uma sobrecarga excessiva, otimizando a aprendizagem.

Além da disseminação de informações, os grupos de WhatsApp estimulam a interação ativa dos usuários, fator crítico para o aprendizado e a retenção de conhecimento. Esta pesquisa também demonstrou que a maioria dos participantes considerou a interação e a troca de experiências no grupo como "extremamente eficaz" ou "muito eficaz" (Q3). Essa alta taxa de satisfação das usuárias demonstra a importância da dinâmica participativa.

Essa dinâmica interativa, alinhada aos princípios da pedagogia de Paulo Freire, transforma os participantes em co-criadores do conhecimento²².

Ao facilitar a comunicação constante e bidirecional, os grupos de WhatsApp promovem um ambiente de diálogo e reflexão, onde os participantes podem questionar, discutir e contextualizar o conhecimento em suas realidades individuais e distintas.

Essa abordagem, além de promover um aprendizado mais significativo, contribui para a capacitação dos participantes e a construção de um conhecimento compartilhado.

No entanto, é importante notar que nem todos os integrantes perceberam a mesma eficácia na interação e troca de experiências. Essa observação sugere a necessidade de um estudo mais aprofundado sobre a dinâmica de grupo, considerando tanto as expectativas individuais quanto a qualidade da moderação. Isto porque, os moderadores, no papel de educadores, podem

aprimorar a gestão das discussões, promovendo um ambiente de aprendizagem mais construtivo e colaborativo, que considere de forma holística a realidade dos participantes e facilite a construção ativa do conhecimento^{11,23}.

A importância dessas redes torna-se ainda mais evidente ao considerar o contexto cultural atual, onde as taxas de cesáreas têm aumentado de forma expressiva ao longo das últimas décadas²⁴. Dados recentes indicam que a taxa de cesariana no Brasil alcança aproximadamente 59,59%, sendo uma das mais altas de todo o mundo²⁵.

Embora as questões sociais, culturais e econômicas possuam relação direta com o desejo materno pela cesariana²⁶, estudos apontam que o medo da dor no parto vaginal é um dos principais fatores que influenciam a escolha, além da conveniência²⁶⁻²⁹.

Além das preocupações relacionadas à dor do parto, a transição para a maternidade também pode ser especialmente desafiadora e favorecer o surgimento de dificuldades emocionais durante a gestação, como depressão e ansiedade³⁰.

Nesse contexto, oferecer suporte emocional e informações precisas durante a gestação se torna fundamental para promover o bem-estar materno e reduzir o impacto negativo dessas emoções. A educação perinatal, nesse sentido, emerge como uma estratégia promissora, ao fornecer às gestantes as ferramentas necessárias para fazerem escolhas mais conscientes e informadas sobre o parto³¹.

Intervenções que oferecem suporte emocional e educativo, como grupos de apoio online e programas de educação pré-natal, são significativas³¹. Os resultados desta pesquisa corroboram essa afirmação, o que foi evidenciado

pelo resultado “muito eficaz” ou “extremamente eficaz” para reduzir a ansiedade e o medo relacionados ao parto, representada por 80,95% das participantes. Isso mostra que este espaço também pode funcionar como uma rede de apoio emocional, onde as gestantes podem compartilhar suas ansiedades e expectativas sobre o parto e a maternidade.

A partir do momento em que o grupo virtual passa a se configurar como uma ferramenta de educação em saúde perinatal, melhores resultados podem ser alcançados, visto que a literatura é vasta em apontar que a educação perinatal pode diminuir o medo do parto, a intensidade da dor durante o trabalho de parto, o uso de anestesia epidural para o parto normal, a escolha por cesarianas desnecessárias, a ansiedade e os sintomas de estresse materno, além de aumentar a autoeficácia no parto e a taxa de parto normal³¹⁻³³.

De fato, resultados semelhantes ao que está descrito na literatura foram encontrados neste estudo, visto que a maioria das participantes considerou que a participação no grupo foi “extremamente eficaz” ou “muito eficaz” para aumentar a autoconfiança (Q5) e o interesse por um parto normal (Q6).

O aumento do interesse no parto normal é um resultado extremamente relevante do ponto de vista da saúde reprodutiva das mulheres, em especial em um país em que as taxas de cirurgia são demasiadamente elevadas, como é o caso do Brasil.

Essa alta taxa de cesáreas contrasta com as evidências científicas que apontam para os benefícios do parto vaginal para a saúde materna e infantil. Um estudo realizado na China, por exemplo, mostrou que mulheres que participaram de cursos

de educação pré-natal foram significativamente mais propensas a escolher o parto vaginal, com 87% das participantes optando por essa via de parto após o curso, em comparação com apenas 60% das que não participaram³⁴.

Da mesma forma, uma pesquisa quase experimental realizada no Egito mostrou que aproximadamente 68,9% das mulheres no grupo experimental (de educação pré-natal) deram à luz por via vaginal, em comparação com 29,7% das mulheres no grupo controle³⁵, e um ensaio clínico randomizado realizado com 120 gestantes mostrou que as participantes que receberam educação pré-natal, obtiveram maior taxa de parto normal em comparação com aquelas do grupo controle³².

Por fim, uma pesquisa de abordagem qualitativa com gestantes iranianas apontou que, na ótica das participantes, a educação pré-natal foi associada à maior interesse pelo parto normal, bem como à uma melhor experiência de parto, concluindo que essas estratégias têm potencial de aumentar a preferência das mulheres pelo parto vaginal, resultando em uma redução na taxa de cesárea³⁶.

Logo, embora os estudos tenham ampla heterogeneidade no que tange às metodologias de educação pré-natal utilizadas, os resultados apresentados são favoráveis ao parto normal. Assim sendo, estratégias de educação pré-natal de baixo custo, como a apresentada neste estudo, deve ser replicadas em diferentes cenários, levando em consideração os potenciais benefícios que podem ser alcançados. No entanto, para maximizar o impacto dessas intervenções, é fundamental considerar as características sociodemográficas das participantes, como o nível de escolaridade.

A caracterização sociodemográfica deste estudo mostrou que a maioria das participantes possui um nível de escolaridade satisfatório. Este é um aspecto que pode ter influenciado positivamente no envolvimento e interação dentro do grupo, visto que o grau de escolaridade é uma variável que possui associação com a preparação de parto, bem como com a tomada de decisões em relação às questões de saúde³⁷.

Uma revisão sistemática com meta-análise mostrou que gestantes cujo nível de educação era primário ou acima eram mais propensas a se preparar para o parto e para emergências obstétricas do que gestantes não instruídas³⁷.

Da mesma forma, um estudo sobre Grupo de WhatsApp como ferramenta para influenciar a autoeficácia de gestantes nos cuidados pré-natais apontou que mães com menor escolaridade apresentaram menor autoeficácia durante o pré-natal em comparação com as outras participantes do grupo com maior nível educacional, destacando o impacto da escolaridade para o engajamento e assimilação de informações no através do aplicativo³⁸.

Ao mesmo tempo, também é preciso considerar as desigualdades sociais que podem limitar o acesso às tecnologias de informação e, conseqüentemente, a participação de algumas gestantes no aplicativo. Embora este estudo não tenha identificado dificuldades de acesso entre as participantes, é necessário reconhecer que as disparidades digitais persistem no Brasil³⁹.

Assim, para garantir a efetividade dessa estratégia de educação em saúde, é necessário complementá-la com ações que promovam a inclusão digital e superem as barreiras

socioeconômicas que impedem o acesso à informação.

Esses achados evidenciam a importância de adaptar as estratégias de educação perinatal às diferentes realidades sociais, garantindo que todas as mulheres tenham acesso a informações de qualidade e possam tomar decisões informadas sobre seu parto.

Conclusão

Os achados deste estudo mostraram que grupos de WhatsApp®, quando mediados por profissionais de saúde qualificados, podem representar um recurso pedagógico eficaz de educação perinatal, promovendo aquisição de conhecimento, interação social e suporte emocional para gestantes.

A participação no grupo contribuiu para o esclarecimento de dúvidas, aumento da autoconfiança para a experiência de parto, redução de medo e ansiedade em relação ao parto, além de despertar maior interesse pelo parto vaginal, segundo as usuárias, reforçando o potencial desses espaços como ferramentas de empoderamento e tomada de decisão informada.

A mediação adequada e a segmentação da informação são fatores-chave para a eficácia da aprendizagem, alinhando-se à Teoria da Carga Cognitiva e aos princípios da pedagogia de Paulo Freire.

No entanto, destaca-se a importância de considerar as características sociodemográficas, como escolaridade, e as desigualdades digitais ao implementar estratégias de educação perinatal virtuais, garantindo inclusão e acesso equitativo à informação.

Por se tratar de uma tecnologia sem custos e amplamente utilizada na sociedade contemporânea, sugere-se o uso de grupos de WhatsApp como ferramenta de educação perinatal a ser implementada em outros contextos, de forma complementar à assistência pré-natal tradicional, favorecendo a ampliação e a democratização do acesso ao conhecimento para gestantes e suas famílias.

Enquanto limitação do estudo, entende-se que por se tratar de uma amostra por conveniência, os resultados não podem ser generalizados. Além disso, o uso de questionário autoaplicado, digital e de questões predominantemente fechadas restringe a profundidade das percepções obtidas e pode ter excluído gestantes com dificuldade de uso ou acesso ao ambiente virtual.

Assim, estudos futuros, com delineamentos mais robustos e maior diversidade amostral podem ampliar a compreensão sobre o impacto do uso de grupos virtuais na educação perinatal.

Referências

1. Alves TV, Bezerra MMM. Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o período gestacional. *Id on Line Rev. Mult. Psic.* 2020; 14(49):114-26.
2. Rio Grande do Sul. Secretaria de Estado da Saúde. Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde. Guia do Pré-natal e puerpério na Atenção Primária à Saúde (APS). Nicolotti CA, Vasconcellos FM, Dalenogare G, Vargas IH, Silva L, Mario OS, et al (orgs). Porto Alegre (RS). 2024. Disponível em: <<https://atencaoprimaria.rs.gov.br/upload/arquivos/202404/25124004-guia-do-pre-natal-2024.pdf>>. Acesso em 14 jul 2025.
3. Ribeiro ELS, Silva AMN, Modes PSSA, Marcon SS, Oliveira JCAX, Corrêa ACP, et al. WhatsApp use in a health education group with women. *Rev Gaúcha Enferm.* 2023; 44:e20220232.
4. Bektas Pardes B, Guvenc G. The effects of antenatal education and telephone counseling on childbirth fear of nulliparous women and their attitudes toward childbirth: a randomized controlled trial. *Rev Assoc Med Bras.* 2025; 71(1):e20241147.
5. Dornelas RF. Participação de gestantes em grupos educativos do pré-natal na Atenção Básica. 2016. (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de Goiás. Goiânia (GO), Brasil. Disponível em: <<https://repositorio.bc.ufg.br/tede/bitstream/tede/7155/5/Disserta%3a7%c3%a3o%20-%20Rodrigo%20Faria%20Dornelas%20-%202016.pdf>>. Acesso em 22 nov 2025.
6. Lima ICV, Galvão MTG, Pedrosa SC, Cunha GH, Costa AKB. Use of the Whatsapp application in health follow-up of people with HIV: a thematic analysis. *Esc Anna Nery.* 2018; 22(3):e20170429.
7. Machado HA, Oliveira WV, LC Pereira, Silva LS. As tecnologias digitais e a educação: o whatsapp como ferramenta pedagógica. *Rev Foco* 2023; 16(8):e2940.
8. Sousa LS, Jucá AAV, Silva D, Araújo FJ, Nascimento JS. Tecnologia e inclusão: quebrando barreiras no ensino. *Revista Amor Mundi.* 2024; 5(7):65-80.
9. McCarthy R, Byrne G, Brett A, Choucri L, Ormandy P, Chatwin J. Midwife-moderated social media groups as a validated information source for women during pregnancy. *Midwifery.* 2020; 88:102710.
10. Mendes VSD, Esquincalha AC. A tessitura do conhecimento em grupos no WhatsApp. *Rev Bras Aprendiz. Aberta Distância.* 2021; 20(1).
11. Gonçalves RS, Carvalho MB, Fernandes TC, Veloso LSL, Santos LF, Sousa TR, et al. A educação em saúde como estratégia de prevenção e promoção da saúde de uma unidade básica de saúde. *Braz J Hea Rev.* 2020; 3(3):5811-17.
12. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Painel de Indicadores do SUS nº6: Promoção da Saúde. Brasília (DF): Ministério da Saúde. 2009. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/painel_indicadores_sus_promocao_saude.pdf>. Acesso em 30 jul 2025.
13. Fittipaldi ALM, O'Dwyer G, Henriques P. Educação em saúde na atenção primária: as abordagens e estratégias contempladas nas políticas públicas de saúde. *Interface (Botucatu).*

2021; 25:e200806.

14. Chan KL, Chen M. Effects of Social Media and Mobile Health Apps on Pregnancy Care: Meta-Analysis. *JMIR Mhealth Uhealth*. 2019; 7(1):e11836.

15. Lee JY, Lee E. What topics are women interested in during pregnancy: exploring the role of social media as informational and emotional support. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2022; 22:517.

16. Prescott J, Mackie L. "You sort of go down a rabbit hole...you're just going to keep on searching": a qualitative study of searching online for pregnancy-related information during pregnancy. *J Med Internet Res*. 2017; 19(6):e194.

17. Lu Y, Zhang Z, Min K, Luo X, He Z. Pregnancy-related information seeking in online health communities: a qualitative study. In: Toeppe K, Yan H, Chu SKW (eds) *Diversity, Divergence, Dialogue*. iConference. Lecture Notes in Computer Science. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/978-3-030-71305-8_2>.

18. Smith M, Mitchell AS, Townsend ML, Herbert JS. The relationship between digital media use during pregnancy, maternal psychological wellbeing, and maternal-fetal attachment. *PLoS One*. 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0243898>>.

19. Barbosa L, Pereira NA, Lima JF. Avaliação da qualidade da informação de saúde on-line: uma análise bibliográfica da produção acadêmica brasileira. *Saúde Debate*. 2023; 47(137):272-83.

20. Paolucci R, Neto AP, Nadanovsky P. Avaliação da qualidade da informação de saúde na internet: indicadores de acurácia baseados em evidência para tuberculose. *Saúde Debate*. 2022; 46(135).

21. Paas F, Van Merriënboer JJG. Cognitive-Load Theory: methods to manage working memory load in the learning of complex tasks. *Current Directions in Psychological Science*. 2020; 29(4):394-98.

22. Mendes VSD, Esquincalha AC. A tessitura do conhecimento em grupos no whatsapp. *Rev. Bras. Aprendiz. Aberta Distância*. 2021; 20(1).

23. Passos RMT, Passos ID, Rodrigues JSB, Santana DP, Rocha AF, Moreira IS, et al. O professor como mediador de processo de ensino-

aprendizagem. *Rev FT*. 2024; 28(136).

24. Betran AP, Ye J, Moller A-B, Souza JP, Zhang J. Trends and projections of caesarean section rates: global and regional estimates. *BMJ Global Health*. 2021; 6:e005671.

25. Ministério da Saúde (BR). Painel de Monitoramento de Nascidos Vivos. SINASC. 2024. Disponível em: <<https://svs.aids.gov.br/daent/centrais-de-conteudos/paineis-de-monitoramento/natalidade/nascidos-vivos/>>. Acesso em 06 nov 2025.

26. Imakawa CSO, Nadai MN, Reis M, Quintana SM, Moises ECD. Is it Necessary to evaluate fear of childbirth in pregnant women? *Rev Bras Ginecol Obstet*. 2022; 44(7):692-700.

27. Damaceno NS, Marciano RP, Orsini MRCA. O imaginário materno sobre os partos cesáreo e vaginal. *Psicologia: Ciência e Profissão*. 2021; (41):e224530.

28. Mello RS, Toledo SF, Mendes AB, Melerato CR, Mello DS. Medo do parto em gestantes. *Femina*. 2021; 49(2):121-8.

29. Travancas LJ, Vargens OMC. Fatores geradores do medo do parto: revisão integrativa. *Revista de Enfermagem UFSM*. 2020; 10:1-24.

30. Rodrigues J, Rebelo-Botelho MA. Tornar-se mãe de um segundo filho: a experiência do muito e do limite. *Acta Paul Enferm*. 2021; 34:eAPE02404.

31. Alizadeh-Dibazari Z, Abdolalipour S, Mirghafourvand M. The effect of prenatal education on fear of childbirth, pain intensity during labour and childbirth experience: a scoping review using systematic approach and meta-analysis. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2023; 23:(541).

32. Çankaya S, Şimşek B. Effects of antenatal education on fear of birth, depression, anxiety, childbirth self-efficacy, and mode of delivery in primiparous pregnant women: a prospective randomized controlled study. *Clinical Nursing Research*. 2021; 30(6):818-29.

33. Ronco S. Literature Review of the Association Between Prenatal Education and Rates of Cesarean Birth Among Women at Low Risk. *Nursing for Women's Health*. 2021; 25(3):207-11.

34. Tang Y, Gao J, Sun L, Gao Y, Guo F e Chen Q. Promotion of pre-natal education courses is associated with reducing the rates of caesarean

section: a case-control study. *Front. Public Health*. 2021; 9:666337.

35. Abd El-Kader AI. Effectiveness of childbirth self-efficacy enhancing classes on labor length and outcomes among egyptian primiparous women: a quasi-experimental study. *SAGE Open Nursing*. 2024; 10.

36. Hassanzadeh R, Abbas-Alizadeh F, Meedya S, Mohammad-Alizadeh-Charandabi S, Mirghafourvand M. Perceptions of primiparous women about the effect of childbirth preparation classes on their childbirth experience: a qualitative study. *Midwifery*. 2021; 103:103154.

37. Ketema DB, Leshargie CT, Kibret GD, Assemie MA, Petrucka P, Alebel A. Effects of

maternal education on birth preparedness and complication readiness among Ethiopian pregnant women: a systematic review and meta-analysis. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2020; 149.

38. Mandasari M, Yusriani, Patimah S. WhatsApp group can influence pregnant women's self-efficacy in utilizing antenatal care. *International Journal of Current Advanced Research*. 2020; 9 (11):23229-233.

39. Yamin E, Gaviraghi FJ. Questão social, brecha digital e tecnologia: expressões de desigualdade na sociedade da informação. *Serv Soc Soc*. 2023; 146(3):e6628318.