

Sala de espera: oficina educativa para gestantes acerca do período gravídico

Waiting room: educational workshop for pregnant women about the pregnancy period

Sala de espera: taller educativo para embarazadas sobre el período de gestación

RESUMO

Objetivo: Relatar a experiência de uma sala de espera com gestantes acerca do período gravídico. Método: Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, durante prática de um estágio supervisionado no curso de graduação em Enfermagem em um hospital público do Maranhão. A atividade aconteceu no espaço de espera para consulta, cerca de 2 horas com atividade grupal temática e dialogada, buscou problematizar, esclarecer e re-significar saberes relativos ao período gravídico. Resultado: De acordo com os resultados considerando toda essa complexidade que implica o período gestacional, o pós-parto e a maternidade, sala de espera proporcionou que mães, companheiros (as) e acompanhantes possam vir a desproblematizar seus conflitos, esclarecer dúvidas, consequentemente melhorando relacionamentos, possibilitando o estabelecimento de uma reorganização familiar adequada para o recebimento do bebê. Conclusão: ações de educação em saúde como complementação da assistência ao pré-natal, potencializa a qualidade de vida das mulheres e seus filhos.

DESCRIPTORES: Educação em saúde; Gestantes; Cuidados Pré-natal

ABSTRACT

Objective: To report the experience of a waiting room with pregnant women about the pregnancy period. Method: This is a descriptive study of the experience report type, during practice of a supervised internship in the undergraduate nursing course in a public hospital in Maranhão. The activity took place in the waiting space for consultation, about 2 hours with thematic and dialogued group activity, sought to problematize, clarify and re-signify knowledge related to the pregnancy period. Result: According to the results, considering all this complexity that involves the gestational period, the postpartum period and maternity, the waiting room provided that mothers, partners and companions could solve their conflicts, clarify doubts, and consequently improve relationships, enabling the establishment of an adequate family reorganization to receive the baby. Conclusion: health education actions as a complement to prenatal care, enhance the quality of life of women and their children.

DESCRIPTORS: Health education; Pregnant women; Prenatal care.

RESUMEN

Objetivo: Informar la experiencia de una sala de espera con gestantes sobre el período de gestación. Método: Se trata de un estudio descriptivo del tipo informe de experiencia, durante la práctica de una pasantía supervisada en el curso de licenciatura en enfermería en un hospital público de Maranhão. La actividad se desarrolló en el espacio de espera para la consulta, de aproximadamente 2 horas con actividad grupal temática y dialogada, buscó problematizar, aclarar y resignificar conocimientos relacionados con el período de gestación. Resultado: De acuerdo con los resultados, considerando toda esta complejidad que envuelve el período gestacional, el puerperio y la maternidad, la sala de espera dispuso que las madres, parejas y acompañantes pudieran resolver sus conflictos, aclarar dudas y consecuentemente mejorar las relaciones, posibilitando el establecimiento de una adecuada reorganización familiar para recibir al bebé. Conclusión: las acciones de educación para la salud como complemento de la atención prenatal, mejoran la calidad de vida de las mujeres y sus hijos.

DESCRIPTORES: Educación para la salud; Mujeres embarazadas; Cuidado prenatal.

RECEBIDO EM: 08/06/21 APROVADO: 14/06/21

Mayane Cristina Pereira Marques

Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Maranhão. ORCID: 0000-0003-3341-0818

Kassya Rosete Silva Leitão

Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Maranhão. ORCID: 0000-0002-3061-3065

Santana de Maria Alves de Sousa

Enfermeira. Docente de Enfermagem na Universidade Federal do Maranhão. Doutora em Ciências Sociais pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

ORCID: 0000-0002-0973-0646

Rita da Graça Carvalho Frazão Correa

Enfermeira. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Maranhão. Doutora Biotecnologia em Saúde- RENORBIO.

ORCID: 0000-0002-6451-5156

Silvana Mendes Costa

Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Maranhão. ORCID: 0000-0002-2312-8643

Thanmyris da Silva Cutrim

Enfermeira. Pós-Graduada em Unidade de Terapia Intensiva na Faculdade Gianna Beretta.

INTRODUÇÃO

A assistência à saúde pública brasileira vem sendo alvo de discussão nas últimas décadas, objetivando a construção de um modelo de assistência que possa atender as necessidades da população de forma mais efetiva, em prol da promoção da qualidade de vida desta população¹.

As mulheres são a maioria da população brasileira e as principais usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS). Apesar de viverem mais do que os homens, também adoecem mais frequentemente. Diante dessa problemática, o Ministério da Saúde (MS) implantou, em 1984, a Política de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PAISM), com a finalidade de incluí-la em todos os níveis de atenção. Um dos objetivos dessa política é contribuir para redução da morbidade e mortalidade feminina, especialmente por causas evitáveis em todos os ciclos de vida².

A atenção pré-natal é de fundamental importância tanto para a saúde da mulher como para o seu conceito, diante da notícia de uma gestação muitas dúvidas cercam os pais e familiares. Para tanto, é importante que o serviço de saúde esteja preparado para dar um bom atendimento à gestante e aos seus familiares³.

O pré-natal é o período que antecede o parto, no qual há assistência total às mulheres enquanto gestantes, parturientes e puéperas. O acompanhamento realizado tem como um dos principais objetivos promo-

As mulheres são a maioria da população brasileira e as principais usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS). Apesar de viverem mais do que os homens, também adoecem mais frequentemente

ver o bom desenvolvimento da gravidez e, com isso, o parto saudável. Sendo um momento em que há inserção de ações voltadas à saúde materna e fetal. Essas ações ocorrem durante toda trajetória gestacional para proporcionar atendimentos de qualidade e reduzir a mortalidade materna e perinatal, por isso são desenvolvidas atividades preventivas, educativas e terapêuticas⁴.

Dessa forma, é importante mencionar a atenção no período gestacional, visto ser este um momento passageiro e fundamental no qual ocorrem constantes modificações físicas e psicológicas na vida da mulher e pessoas que a cercam. Nessa condição, a usuária apresenta padrão fisiológico particular e típico, sendo, desse modo, um período normal de alterações anatômicas e funcionais com manifestações clínicas, o que demanda cuidados especiais e contínuos para proporcionar o desenvolvimento normal do bebê⁵.

Assim, considerando as necessidades dos usuários, a sala de espera tem a finalidade de garantir um cuidado humanizado, promovendo a aproximação cada vez maior entre a população e os serviços de saúde. Assim, considerando as necessidades dos usuários, a sala de espera tem a finalidade de garantir um cuidado humanizado, promovendo a aproximação cada vez maior entre a população e os serviços de saúde⁶.

As oficinas educativas com grupos de gestantes tornam-se uma estratégia que permite conhecer o universo das mulheres grávidas, especialmente o modo como elas

artigo

Marques, M. C. P., Leitão, K. R. S., Sousa, S. M. A., Correa, R. G. C. F., Costa, S. M., Cutrim, T. S.
Sala de espera: oficina educativa para gestantes acerca do período gravídico

lidam com a gravidez. Ressalta-se que a educação em saúde no pré-natal é um meio para que os profissionais da saúde possam dotar as mulheres e seus familiares de conhecimentos, além de esclarecerem as dúvidas, contribuindo com a autonomia do cuidado⁷.

As gestantes, por meio das oficinas durante o pré-natal, são estimuladas para a criação dos seus planos de parto, uma vez que as declarações contidas neste instrumento fazem aflorar o sentimento de domínio sobre seus próprios corpos, como estratégia para garantir o seu poder de decisão e o resgate da sua autonomia na cena do parto e, por consequência, o seu direito reprodutivo⁸.

Com isso as oficinas educativas devem ser desenvolvidas pelos profissionais de saúde em todo contato com as gestantes, abrindo espaço para a reflexão das pessoas acerca da própria saúde, estimulando mudanças e a adoção de novos meios para a solução de seus problemas. Portanto, conclui-se que a educação em saúde é a forma mais democrática de construir um conceito amplo de saúde, de promover o autocuidado, de produzir melhores indicadores de saúde e humanização do pré-natal⁹. Portanto esse artigo tem como objetivo relatar a experiência de uma sala de espera com gestantes acerca do período gravídico.

MÉTODO

As atividades grupais são desenvolvidas com a finalidade de complementar o aten-

dimento nas consultas, melhorar a adesão das mulheres aos hábitos considerados mais adequados, reduzir medos e ansiedades com relação ao período gravídico e puerperal¹⁰. Este é um estudo descritivo, qualitativo, do tipo relato de experiência com iniciativa de convergir abordagens teórico-metodológicas do cuidado com enfoque na educação em saúde realizada pela enfermagem e a prática assistencial. Assim, julgou-se pertinente a descrição de uma experiência que integra conhecimentos teóricos e práticos na solidificação de uma aprendizagem científica adquirida nos componentes de formação. O estudo foi realizado por estagiárias de Enfermagem, do 9º período, na disciplina de Saúde da Mulher do Curso de Enfermagem em um Hospital Escola, a coleta de dados aconteceu no período de 27/08 à 24/09/2018. A mostra foi composta por 10 mulheres, tendo como critério de inclusão: realizar o pré-natal na instituição, estar aguardando consulta de pré-natal e que aceitaram participar da oficina. Foram respeitados todos os preceitos éticos determinados pela Resolução Nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. A atividade aconteceu no espaço de espera para consulta, com duração de cerca de 2 horas com atividade grupal temática e dialogada. Utilizou-se como instrumentos um bloco de cavalete com explicações relevantes sobre o pré-natal, bonecas de brinquedo, bola suíça e um par de mamas didáticas, com isso buscou problematizar, esclarecer e re-significar saberes relativos ao aleitamento materno, à condição social da mulher

gestante, aos mitos referentes ao parto e ao aleitamento materno, à melhoria da postura, do tônus, da respiração e o nível de tensão/relaxamento, seguida de exercícios preparatórios para o parto e de expulsão, aos cuidados com o recém-nascido, aos métodos contraceptivos, e aos aspectos psicológicos decorrentes do período gestacional. A oficina deu-se de acordo com o fluxograma apresentado na Figura 1, no que tange às categorias temáticas utilizadas, com isso os dados foram analisados, estabelecendo relações entre etapas da oficina educativa e ações das gestantes, sendo relevantes para eficácia da assistência ao pré-natal.

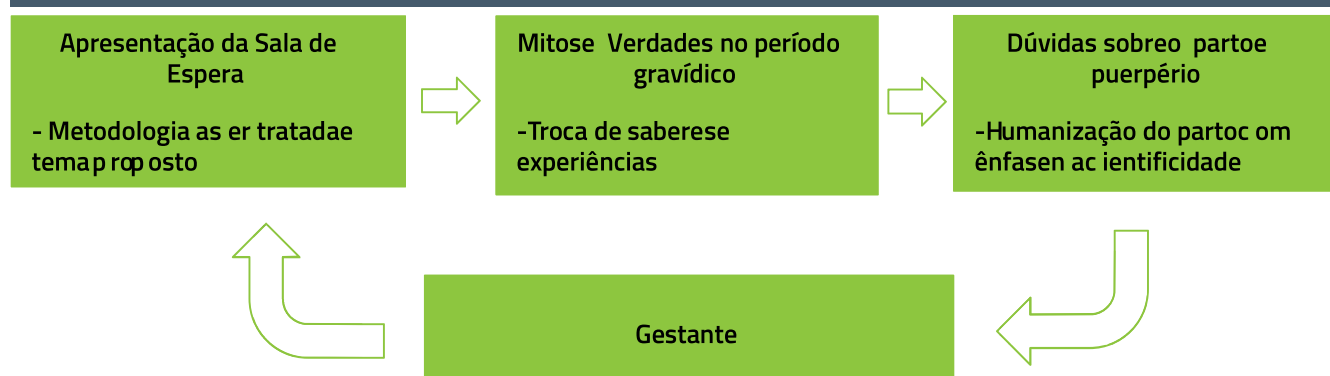
A discussão foi embasada a partir da leitura crítica dos artigos, relacionando as categorias temáticas que discorrem sobre o tema nas políticas de saúde referentes ao tema, discutindo os conceitos de compaixão, piedade e solidariedade, visando a assistência em saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Apresentação da sala de espera

A sala de espera é um local propício para o desenvolvimento de oficinas de educação em saúde. Esse ambiente favorece as discussões sobre as vivências dos indivíduos e gera reflexões e posicionamentos críticos frente às ações de cada pessoa. Como a sala de espera proporciona maior aproximação entre a população e os serviços, nesse local os profissionais têm espaço privilegiado para desenvolver atividades de educação em saúde com a finalidade de prevenir agravos e pro-

Fluxograma 1: Categorias temáticas da oficina educativa para gestantes acerca do período gravídico.



Fonte: autores, 2018.

mover o bem-estar da população. Colabora para um atendimento de maior qualidade, mais acolhedor, garantindo assim o atendimento mais humanizado¹¹.

Diante disso iniciou-se realizando uma roda de conversa, no qual foi explanado uma breve apresentação da temática, enfatizando seu significado e importância em todo o período gestacional até o nascimento do bebê. Foram distribuídos pequenos pedaços de papéis onde as gestantes escreveram suas dúvidas e anseios sobre qualquer momento gestacional ou outros assuntos relacionados à maternidade. Os mesmos foram entregues para as estagiárias que deram início a leitura, conversa explicativa sobre cada pergunta utilizando embasamento científico na literatura para cada resposta. Algumas possibilitaram o uso de bonecos simbolizando bebês recém-nascidos para favorecer a interpretação da explicação na prática, fortalecendo o conhecimento teórico-prático dessa gestante.

Após ter terminado a leitura dos papéis, as gestantes ainda continuaram a tirar suas dúvidas oralmente, e nesse momento de perguntas e respostas ocorria troca de experiências entre primíparas e multíparas o que facilitava a interação na conversação tornando um momento de troca de saberes até com as estagiárias sobre assuntos que envolviam os temas. Com isso, observou-se que a abordagem na sala de espera traz subsídios para efetivar tal prática, uma vez que a experiência vivenciada por outras mulheres, com características comuns a determinado grupo, é mais bem aceita em seu meio, quando comparada com apenas uma orientação profissional.

Segundo Domingues et. al⁷, a realização de uma oficina, grupo de gestantes não cumpriu somente a transmissão e construção do conhecimento, uma vez que durante as oficinas, promoveu e fortaleceu o autocuidado, gerando mudanças de comportamento. Os conhecimentos construídos coletivamente foram importantes e indispensáveis, assim, a maioria das gestantes percebeu a necessidade e se interessou em receber informações por meio da dinâmica do grupo, sendo a estratégia utilizada a grande responsável por auxiliar nos esclare-

cimentos de dúvidas.

Mito e Verdade no período gravídico

Num segundo momento houve exibição de um painel com mitos e verdades sobre a gestação e aleitamento materno onde as participantes respondiam “sim ou não” para cada questionamento em seguida eram dadas as respostas explicativas para cada mito e uma pequena palestra abordando assuntos referentes a tipos de parto, em especial o natural, alívio da dor por meio de técnicas não farmacológicas; cuidados com o corpo e as mamas; cuidado com o recém-nascido; planejamento familiar; e sexualidade na gravidez.

Os profissionais devem garantir um acompanhamento pré-natal acolhedor e humanizado, garantindo o acompanhamento da gestante o mais precocemente possível até o final da gestação. O acolhimento durante o pré-natal pode ser realizado de várias formas, dentre elas, pode-se citar a atenção voltada para escutar as queixas da gestante, seus anseios, suas preocupações esclarecendo os mitos que ela cria em torno da fase que vive. Outro fator relevante é estimular a participação do (a) acompanhante durante as consultas de pré-natal, no trabalho de parto, no parto e pós-parto, o diálogo presente em um pré-natal humanizado possibilita a criação de um elo entre profissionais de saúde e gestantes¹².

Surgiram diversas dúvidas acerca da importância do aleitamento materno para o desenvolvimento do bebê, assim como os cuidados com as mamas durante e após a amamentação; como se dá a pega, orientações para que ela seja feita de forma correta; e prevenir problemas recorrentes em lactantes, como lesões nas mamas e ingurgitamento. Visando reforçar sua importância e benefícios para a dupla mãe e filho, observou-se que a abordagem na sala de espera traz subsídios para efetivar tal prática, uma vez que experiência vivenciada por outras mulheres, com características comuns a determinado grupo, é mais bem aceita em seu meio, quando comparada a simples orientação profissional.

Assuntos similares foram abordados em estudo por Silva et. al¹⁰ que verificou que

os assuntos de preferência escolhidos pela maioria das gestantes foram: parir em uma instituição de saúde pública; parto vaginal; uso de analgesias não farmacológicas (massagens, chuveiro aquecido e relaxamento); deambulação; posições a adotar; direito ao acompanhante no momento de parto (mãe, esposo e irmã); ingestão de dieta leve; hidratação; registro fotográfico; musicoterapia; contato imediato com o bebê; amamentação precoce e direito ao alojamento conjunto. Identificaram-se, também, os desejos de um parto sem episiotomia, manobra de Kristeller, ocitocina sintética e toque vaginal excessivo.

Dúvidas sobre parto e puerpério

Por último foi realizado um momento de preparação para o parto enfatizando a humanização, apresentado o ambiente hospitalar por meio de fotografias, apresentação de tecnologia leve utilizada para o momento do parto e expulsão, direitos da parturiente, cuidados com RN e orientações no puerpério. Em seguida, foram abordadas as principais alterações nesse período para culminar com o fim da fase gravídica, que no caso seria o parto. Nessa etapa, deu-se destaque à presença dos desconfortos maternos em relação ao crescimento do feto e a sua descida para a pelve, causando uma leve pressão e dor no baixo-ventre.

Infere-se, portanto, que a sala de espera, para as mulheres é relevante como estratégia o pré-natal e as oficinas de gestantes como espaços, onde tinham total liberdade para trocar experiências, sanar dúvidas e receber orientações para elaborá-lo, inclusive buscaram informações nas mídias sociais, entre outros canais de informação. Oferecendo conhecimento às gestantes e seus acompanhantes, contribuindo para que a mulher torne-se empoderada em relação à sua vida e, principalmente, na hora do parto. Com todos os seus anseios e expectativas relacionados ao parto e nascimento, esclarecidos colocando em prática tudo o que lhe foi explicado acerca do assunto, trazendo para si uma sensação de segurança⁸.

No último encontro houve o fortalecimento do papel das enfermeiras no pré-natal com as gestantes, por meio da sala de

artigo

Marques, M. C. P., Leitão, K. R. S., Sousa, S. M. A., Correa, R. G. C. F., Costa, S. M., Cutrim, T. S.
Sala de espera: oficina educativa para gestantes acerca do período gravídico

espera, essas profissionais podem incentivar as gestantes ao parto humanizado, orientando quanto à facilidade da recuperação pós-parto, como também sobre benefícios para o bebê e para a mãe no período puerperal. Essa abordagem fortaleceu a confiança e a participação das usuárias no serviço de saúde; além disso, as estagiárias deixaram para os profissionais da saúde da unidade o compromisso de perpetuar esse trabalho com outras gestantes.

Dessa forma, essas oficinas proporcionaram às participantes um aumento de confiança e diminuição do medo e tensão que porventura poderiam ocorrer nesse período. Observou-se que oficinas colaboraram com o aprendizado sobre a dinâmica de trabalho em grupo, pois tais momentos propiciaram a possibilidade de transforma-

ção da realidade. Esse processo se deu por meio do diálogo e troca de experiências estabelecidas durante a sala de espera, tornando possível aprender, criar e compartilhar, refletindo sobre como a educação em saúde tem seu valor mesmo em meio a todas as dificuldades e limites impostos pelo sistema de saúde¹³.

CONCLUSÃO

Para uma melhor qualidade de vida, a gestante necessita de um reajustamento interpessoal e intrapsíquico, que lhe permita elaborar seus conflitos sobre as mudanças ocorridas na gestação e fortalecer o vínculo e a confiança desta com o bebê e com as pessoas em torno dela. Considerando toda essa complexidade que implica o período gesta-

cional, o pós-parto e a maternidade, a sala de espera proporcionou que mães, acompanhantes (as) e acompanhantes possam vir a desproblematizar seus conflitos, esclarecer dúvidas, consequentemente melhorando relacionamentos, possibilitando o estabelecimento de uma reorganização familiar adequada para o recebimento do bebê.

Por meio deste trabalho, foi possível perceber a importância do enfermeiro e da inserção da universidade no desenvolvimento de novos formatos de trabalho, sobretudo onde estejam inseridas ações coletivas de educação em saúde como forma de complementação da assistência ao pré-natal, o que certamente melhorou a qualidade de vida das mulheres e seus filhos.

REFERÊNCIAS

- 1- Carvalho G. A saúde pública no Brasil. *Estudos Avançados* 2013;27:7-26. Doi:10.1590/s0103-40142013000200002.
- 2- Brasil. Ministério da Saúde. Portaria no- 1.459, de 24 de junho de 2011. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt1459_24_06_2011.html#:~:text=%EF%BB%BFPORTARIA%20N%C2%BA%201.459%2C%20DE,%2D%20SUS%20%2D%20a%20Rede%20Cegonha.&text=Considerando%20a%20Portaria%20n%C2%B0,%C3%9Anico%20de%20Sa%C3%BAde%20\(SUS\)%3B](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt1459_24_06_2011.html#:~:text=%EF%BB%BFPORTARIA%20N%C2%BA%201.459%2C%20DE,%2D%20SUS%20%2D%20a%20Rede%20Cegonha.&text=Considerando%20a%20Portaria%20n%C2%B0,%C3%9Anico%20de%20Sa%C3%BAde%20(SUS)%3B).
- 3- Valdivia, AZ. Proposta de implantação de grupo de gestantes no Centro de Saúde Vale do Jatobá do município de Belo Horizonte - Minas Gerais. Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Medicina. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva. Belo Horizonte, 2015. Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/proposta-implantacao-grupo-gestantes.pdf>
- 4- Santos Pereira, J., Willian Santos de Almeida, E., Borges Evangelista, C., Leonardo de Oliveira Dias, C., Fernanda Costa Quadros, J., Alves Paiva de Oliveira, P., & Veloso Dias, O. (2020). Perfil de gestantes atendidas no pré-natal em equipes de estratégia saúde da família. *Saúde Coletiva (Barueri)*, 10(52), 2112-2123. <https://doi.org/10.36489/saude-coletiva.2020v10i52p2112-2123>
- 5- Cruz MV, França SQN, Gruber C. Informação e qualidade de vida no período gestacional. *Curitiba: Cad Esc Saúde*. 2014; 5(1):14-22. Disponível em: <http://revistas.facbrasil.edu.br/cadernossaude/index.php/saude/article/view/86>.
- 6- Silva GGS, Pereira ER, Oliveira JOD, Kodato YM. Um momento dedicado à espera e à promoção da saúde. *Psicologia: Ciência E Profissão* 2013;33:1000-13. doi:10.1590/s1414-98932013000400017.
- 7- Domingues F, Pinto FS, Pereira VM. Grupo de gestantes na atenção básica: espaço para construção do conhecimento e experiências na gestação. *Revista Da Faculdade De Ciências Médicas De Sorocaba* 2018;20:150-4. Doi:10.23925/1984-4840.2018v20i3a6.
- 8- Loiola AMR; Alves VH; Vieira BDG; Rodrigues DP; Souza KV; Marchiori, GRS; et al. A importância dos grupos educativos do pré-natal na construção do plano de parto. *Rev Norte Mineira de enferm*. 2019; 8(1):30-39. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/renome/article/view/2239/2298>.
- 9- Assis, TR, et al. Oficinas para Gestantes nas Unidades Básicas de Saúde de Jataí (GO): Ações Integradoras de Saberes. *Interagir: pensando a extensão n. 22*, p. 174-178, 2016. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/interagir/article/view/15856>.
- 10- Silva JCB da, Lima RMC, Lins MARA et al. Oficinas educativas com gestantes sobre boas práticas obstétricas. *Rev enferm UFPE on line*, Recife, 13(1):255-60, jan., 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/237573/31194>
- 11- Mazzetto, FMC et al. Sala de espera: educação em saúde em um ambulatório de gestação de alto risco. *Saúde e Pesquisa*, v. 13, n. 1, p. 93-104, 2020. Disponível em: <https://177.129.73.3/index.php/saudpesq/article/view/7433>.
- 12- Governo do Espírito Santo. Protocolo de vinculação da gestante. Secretaria de Saúde do Estado do Espírito Santo. Rede Estadual de Atenção Materno Infantil, Vitória, 2017. Disponível: <https://saude.es.gov.br/Media/sesa/Protocolo/PROTOCOLO%20VINCULACAO%20C3%83%E2%80%A1%20C3%83%C6%92%20DA%20GESTANTE.pdf>
- 13- Pinto, JSR. et al. Oficina de sensibilização para gestantes: construindo práticas para o autocuidado da mulher e do recém-nascido. *Rev. Ciênc. Ext.* v.15, n.3, p.18-29, 2019. Disponível em: https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1808/2310