

DOI: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2020v10i57p3607-3620>

A importância da educação em saúde para as gestantes durante o acompanhamento do ciclo gravídico puerperal

The importance of health education for pregnant women during the follow-up of the gravidic puerperal cycle

La importancia de la educación en salud para las mujeres embarazadas durante el seguimiento del ciclo puerperal gravídico

RESUMO

Introdução: A gravidez é um evento de muita significação na vida da mulher e permeada por valores, transformações e momentos especiais, sendo experimentados de formas diferentes na vida de uma mulher. Objetivo: Descrever a importância da educação em saúde para as gestantes durante o acompanhamento do ciclo gravídico-puerperal em uma Unidade Básica de Saúde em Belém do Pará. Método: produto de um projeto de extensão institucionalizado pelo Centro Universitário do Pará (CESUPA), composto por uma equipe multidisciplinar de acadêmicos dos cursos de: do 7º período de Enfermagem, 4º período de Medicina, 6º período de Odontologia e 5º período de Nutrição. A ação foi na Unidade Básica de Saúde, no Bairro do Guamá em Belém-Pa. Participaram 12 gestantes, foram incluídas as que frequentavam regularmente o pré-natal, excluídas as que iniciaram o pré-natal no 2º trimestre. A captação foi durante as consultas pelos profissionais de saúde. A análise foi de Bardin. Resultados: As gestantes devem ter acesso à ação educação para esclarecer e prepará-la para alterações vivenciadas, prepara-las para decisões ao parto, puerpério e amamentação. Considerações finais: O conhecimento das gestantes sobre o pré-natal contribui para o cuidado ao binômio mãe-filho, a extensão universitária e um fator contributivo para melhorar a inter-relação com os profissionais de saúde, academia e comunidade.

DESCRITORES: Educação em Saúde; Gestantes; Puerpério.

ABSTRACT

Introduction: Pregnancy is an event of great significance in a woman's life and permeated by values, transformations and special moments, being experienced in different ways in a woman's life. Objective: Describe the importance of health education for pregnant women during the monitoring of the pregnancy-puerperal cycle in a Basic Health Unit in Belém do Pará. Method: product of an extension project institutionalized by the Centro Universitário do Pará (CESUPA), composed of a multidisciplinary team of academics from the courses of: 7th period of Nursing, 4th period of Medicine, 6th period of Dentistry and 5th period of Nutrition. The action took place at the Basic Health Unit, in the neighborhood of Guamá in Belém-Pa. 12 pregnant women participated, those who regularly attended prenatal care were included, excluding those who started prenatal care in the 2nd trimester. The uptake was during consultations by health professionals. The analysis was by Bardin. Result: The knowledge of pregnant women about prenatal care contributes to the care of the mother-child binomial, university extension and a contributory factor to improve the inter-relationship with health professionals, academia and the community. Final consideration: We believe that the woman's knowledge in relation to prenatal care contributes to personal and baby care and that university extension is a contributory factor to improve the inter-relationship with health professionals, academia and the community.

DESCRIPTORS: Health Education; Pregnant women; Puerperium.

RESUMEN

Introducción: el embarazo es un evento de gran importancia en la vida de una mujer e impregnado de valores, transformaciones y momentos especiales, que se experimenta de diferentes maneras en la vida de una mujer. Objetivo: Describir la importancia de la educación para la salud de las mujeres embarazadas durante el monitoreo del ciclo embarazo-puerperal en una Unidad Básica de Salud en Belém do Pará. Método: producto de un proyecto de extensión institucionalizado por el Centro Universitario del Pará (CESUPA), compuesto por un equipo multidisciplinario de académicos de los cursos de: 7º período de Enfermería, 4º período de Medicina, 6º período de Odontología y 5º período de Nutrición. La acción tuvo lugar en la Unidad Básica de Salud, en el barrio de Guamá en Belém-Pa. Participaron 12 mujeres embarazadas, se incluyeron aquellas que asistieron regularmente a la atención prenatal, excluyendo a aquellas que comenzaron la atención prenatal en el segundo trimestre. La aceptación fue durante las consultas de profesionales de la salud. El análisis fue de Bardin. Resultados: Las mujeres embarazadas deben tener acceso a la acción educativa para aclararlas y prepararlas mejor para los momentos que han estado viviendo, tomando decisiones sobre el parto, el puerperio y la lactancia. Consideración final: El conocimiento de las mujeres embarazadas sobre la atención prenatal

contribuye a la atención del binomio madre-hijo, la extensión universitaria y un factor contribuyente para mejorar la interrelación con los profesionales de la salud, la academia y la comunidad.

DESCRIPTORES: Educación para la salud; Mujeres embarazadas; Puerperio.

RECEBIDO EM: 29/07/2020 **APROVADO EM:** 19/08/2020

Ivonete Vieira Pereira Peixoto,

Professora adjunta da Universidade do Estado do Pará e do Centro Universitário do Estado do Pará, Dra. Em Enfermagem da Escola Anna Nery – EEAN/UFRJ, Atua na Saúde da Mulher, Criança, Trabalhador e Saúde Coletiva.

ORCID: 0000-0002-5463-9630

Marcela Beatriz Rodrigues Lobato de Nazaré

Graduanda do 8 período de Enfermagem, pelo Centro Universitário do Estado do Pará-CESUPA.

ORCID: 0000-0001-7659-2047

Raiane Lira dos Santos

Graduanda do 8 período de Enfermagem, pelo Centro Universitário do Estado do Pará-CESUPA.

ORCID: 0000-0002-8278-4560

Karen Dayana Pereira Peixoto

Graduanda do 10 período de Direito do Centro Universitário do Estado do Pará- CESUPA.

ORCID: 0000-0002-5463-9630

Francisco Jadson Silva Bandeira

Enfermeiro, Mestre em Enfermagem pelo PPGENF-UFGA. Coordenador do Curso de Graduação em Enfermagem do CESUPA. Docente do Curso da Área da Saúde no CESUPA. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da UEPA.

ORCID: 0000-0002-1323-8822

Marcelly Beatriz Pinheiro Martins

Graduanda do 8 período de Enfermagem, pelo Centro Universitário do Estado do Pará-CESUPA.

ORCID: 0000-0001-9890-4742

INTRODUÇÃO

Introdução: A gravidez é um evento de muita significação na vida da mulher e permeada por valores, transformações e momentos especiais, sendo experimentados de formas diferentes na vida de uma mulher¹. É caracterizada como um período de mudanças físicas e emocionais o que felizmente são mudanças consideradas normais, sendo temporais visto que, têm como base as alterações hormonais.

A vivência das mudanças pela gestante varia a cada trimestre, podendo surgem manifestações de ambivalência, como medo, angústia e dúvidas sobre estar grávida ou não, além de sentimentos de alegria,

apreensão, irrealidade e, em alguns casos, rejeição do bebê².

Para assegurar o bom desenvolvimento da gravidez, possibilitando um parto normal e uma criança saudável, recomenda-se o mais precoce possível à realização do pré-natal que representa fundamental importância nas medidas de prevenção, diagnóstico precoce de qualquer risco, assim como diagnóstico imediato de patologias silenciosas durante o período gravídico puerperal, evitando situações danosas para o binômio mãe-filho.

É durante o pré-natal que se deve esclarecer e auxiliar no diagnóstico de qualquer alteração da saúde do binômio. Para melhor esclarecimento das dúvidas

e visão equivocada sobre o ciclo gravídico puerperal da gestante, casal e/ou família, a enfermagem faz uso das ações educativas, o que é facilitado pela aproximação e vínculo com a população na execução principalmente das medidas de promoção e prevenção da saúde, além do estímulo ao autocuidado durante o ciclo gravídico puerperal³.

Ao pensar em ações educativas reporta-se para o ato de educar como ações positivas e reais concretas e eficazes, procurando ser claro e preciso sem muitos rodeios, evitando esclarecer as dúvidas, o que deve ser de maneira contínua e recíproca. Estas práticas educativas faz parte do trabalho assistencial da enfermeira, na busca de

salientar a troca/transmissão de informações e a mudança de comportamento das gestantes, voltado para a promoção da saúde, prevenção das doenças, com ênfase no conhecimento do processo saúde-doença para o enfrentamento de seus problemas⁴.

A formação inicial em enfermagem tem papel essencial na formação de competências para ação educativa. As Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs), em vigor desde 2001, reafirmam a necessidade e o dever das Instituições de Ensino Superior de formar profissionais de saúde voltados para as necessidades do Sistema Único de Saúde (SUS), com a finalidade de adequar a formação em saúde às necessidades de saúde da população brasileira⁵.

O Conselho Federal de Enfermagem (COFEN), através de sua resolução Nº 593/2018, atribui ao profissional de Enfermagem a responsabilidade pelo Serviço de Educação Permanente de Enfermagem, realização de ações educativas abordando a promoção e preventivas das doenças e agravos, além das questões éticas e disciplinares⁶. Sendo necessário reiterar que o profissional de enfermagem deve ser capaz de desenvolvimento as ações educativas em equipe na busca da integração e do apoio institucional.

Neste contexto a ação educativa vem abordando prática social, contribuir para melhor esclarecimento das gravidas referente às suas dúvidas e preocupações que surgem durante o ciclo gravídico puerperal o que torna a ação educativa uma das melhores formas para contribuir com a assistência ao pré-natal do binômio.

OBJETIVO

Descrever a importância da educação em saúde para as gestantes durante o acompanhamento do ciclo gravídico puerperal em uma Unidade Básica de Saúde em Belém do Pará.

MÉTODO

Este artigo foi produto de um projeto de extensão institucionalizado pelo Centro Universitário do Pará (CESUPA),

composto por uma equipe multidisciplinar de acadêmicos dos cursos de: do 7º período de Enfermagem, 4º período de Medicina, 6º período de Odontologia e 5º período de Nutrição. Pesquisa descritiva qualitativa, do tipo pesquisa-participantes. A ação foi desenvolvida em uma Unidade Básica de Saúde, no Bairro do Guamá em Belém-Pa. Na UBS em estudo é possível marcar consultas para as áreas de Clínica Geral, Pediatria e Ginecologia. Além disso, esta unidade também está preparada para fornecer cuidados Médico, Odontológico, Nutricional, Enfermagem, e outros. Em paralelo à prevenção de doenças, a Unidade Básica de Saúde atua em outras frentes primordiais para proteger a saúde dos usuários, como fornecer diagnóstico preciso e oferecer tratamento e reabilitação adequados aos usuários.

Esta Unidade Municipal de Saúde faz parte à rede pública de atendimento, também conta com a operação da AMA (Assistência Médica Ambulatorial), da ESF (Estratégia de Saúde da Família) e do PSF (Programas de Saúde da Família).

Participaram 12 gestantes que estavam vivenciando a experiência das mudanças de uma gravidez. A inclusão das participantes era estar inscrita no pré-natal com frequência ativa nas consultas. Exclusão se deu com as gestantes que iniciaram o pré-natal tardio (segundo trimestre).

A captação das participantes foi através do agendamento das gestantes pelos profissionais de saúde da Unidade Básica no momento da consulta do pré-natal. Os dados foram produzidos através da dinâmica de grupo, organizada de forma intencional no mês de Fevereiro de 2020, objetivando entender o conhecimento, esclarecendo as dúvidas e dificuldades que possam surgir no período gravídico-puerperal, o encontro teve duração de aproximadamente 60 minutos, entre a ação educativa, com dinâmica de grupo.

A abordagem foi pautada em um roteiro-guia com questões abertas (elaborado pelos componentes do projeto de extensão), semiestruturado, compondo questões previamente estabelecidas, permitindo a inclusão de abordar outras questões ao decor-

rer da ação educativa para melhor esclarecer as perguntas, dúvidas e questionamentos das gestantes no momento da ação.

Os temas abordados foram: Importância do pré-natal; Importância da ação educativa em saúde para as gestantes durante o acompanhamento do pré-natal; Principais modificações corporais e emocionais (o que vem sentido/quais sintomas) na gravidez; Cuidados que deve ter durante a gravidez, parto e puerpério (cuidados de higiene, alimentação, cuidados com as mamas, atividade física, sexualidade); Importância, benefícios e cuidados do aleitamento materno para o binômio, Benefícios legais que o binômio tem direito (escolha do tipo de parto, exames, vacinas, planejamento familiar).

Para dar início a ação educativa houve a apresentação dos participantes do projeto de extensão e dos objetivos da ação, bem como as metodologias que seriam utilizadas. Para promover a apresentação e socialização entre das participantes realizou-se uma dinâmica chamada "Quem é ela?", onde cada participante tinha 3 minutos para conhecer a colega ao lado e apresentá-la para o grupo, esta dinâmica teve como Objetivos: a integração, interação, descontração, vitalizador, aquecimento.

As participantes sentam em círculo, a cada uma foi entregue, aleatoriamente, um pequeno papel com perguntas sobre o período gravídico puerperal, sendo que as respostas estavam contidas no cartão do participante, buscando melhor esclarecer e tirar as dúvidas e ou dificuldades existentes. O corpus foi organizado e analisado pela técnica de Bardin⁷.

RESULTADO

Nas abordagens através de uma ação educativa e pensar em melhorias na qualidade de vida direcionada para uma determinada população, as ações devem ser utilizadas também na tentativa de desenvolver atividades de vários segmentos junto à comunidade difundindo informações voltadas para as medidas de promoção a saúde, prevenção de doenças, minimizar dos riscos (Visíveis e Invisíveis), prevenção e promoção da vulnera-

bilidade, buscando a melhoria da qualidade de vida no uso do autocuidado.

Por conseguinte as ações educativas objetivam ainda incentivar a criação de espaços de inclusão social, com ações que ampliem o sentimento de pertinência social nas comunidades, na busca da integração dos conhecimentos adquiridos, visando à redução dos problemas e de danos decorrentes das doenças (como hipertensão, diabetes, depressão, IST's/AIDS etc.), atividades e ações estas que favoreçam a redução do consumo de medicamentos, que favoreçam a formação de redes de suporte social e que possibilitem a participação ativa os participantes⁸.

A realização de ações educativas no decorrer de todas as etapas do ciclo grávido-puerperal muito importante, e deve ser valorizada por todos os profissionais de saúde, visto que o processo educativo é um instrumento de socialização de saberes, de promoção da saúde e de prevenção de doenças. Pode contribuir para a autonomia no agir, possibilitando que os envolvidos tornem-se sujeitos ativos, na medida em que contribui para valorizar capacidades, autoestima, autoconfiança e auto realização⁹.

Para que a ação educativa tenha uma melhor participação das gestantes e que facilitasse o aprendizado através de ilustrações, sentiu-se a necessidade de realizar as ações fazendo uso de tecnologias educativas em saúde. Assim, esta ação foi apoiada nos diálogos de Emerson Elias Merhy que classifica as tecnologias como: leve, leve-dura e dura. As tecnologias são abrangentes, mediante análise de todo o processo produtivo, até o produto final. As tecnologias leves são as das relações; as leve-duras são as dos saberes estruturado, tais como as teorias, e as duras são as dos recursos materiais¹⁰.

A aplicação/uso das tecnologias reitera e renova o valor no processo de trabalho voltando-se para melhor compreensão das atividades em saúde, sendo considerado um processo de reestruturação de modelos assistenciais que podem reforçar a colonização das práticas de saúde por uma lógica eminentemente economicista. A adoção das tecnologias leves no trabalho em saúde

de perpassa os processos de acolhimento, vínculo e atenção integral como gerenciadores das ações de saúde.

Após o levantamento bibliográfico e apoio do referencial de Merhy, os participantes do projeto de extensão deram início a ação educativa fazendo uso da tec-

Para que a ação educativa tenha uma melhor participação das gestantes e que facilitasse o aprendizado através de ilustrações, sentiu-se a necessidade de realizar as ações fazendo uso de tecnologias educativas em saúde. Assim, esta ação foi apoiada nos diálogos de Emerson Elias Merhy que classifica as tecnologias como: leve, leve-dura e dura.

nologia educativa em saúde objetivando a facilitação do entendimento e estímulo na participação das gestantes, através de um álbum seriado, ilustrado com os temas a serem abordados na ação. Para ilustração utilizou-se as ferramentas do site "Pixton" (<https://www.pixton.com/>) e a diagramação foi feita através do Programa Corel DRAW Graphics Suite X6.

Para dar início a ação educativa houve a apresentação dos participantes do projeto de extensão e dos objetivos da ação, bem como as metodologias que seriam utilizadas. Para promover a apresentação e socialização entre das participantes realizou-se uma dinâmica chamada "Quem é ela?", onde cada participante tinha 3 minutos para conhecer a colega ao lado e apresentá-la para o grupo, esta dinâmica teve como Objetivos: a integração, interação, descontração, vitalizador, aquecimento.

As participantes são organizadas em círculo, cada uma recebeu de maneira aleatória, um pequeno papel com perguntas sobre o período gravido puerperal, sendo que as respostas estavam contidas no cartão da participante, para melhor esclarecer e tirar as dúvidas e ou dificuldades existentes entre as gestantes.

Mesmo sendo orientadas quanto à importância dos parceiros e ou pai da criança participar desse momento, infelizmente não tivemos participação desses. Ressalta-se a presença do parceiro/pai da criança em todos os momentos agendados no pré-natal, pois pode auxiliar durante as dificuldades, alterações e dúvidas que surgem no momento, podendo ainda propõem o vínculo com o bebê e compreende mais sobre o ciclo.

Ao ser abordado quanto à importância do pré-natal foi possível identificar que as gestantes conseguem fazer relação da importância do pré-natal para a saúde dela e do seu bebê através de exames, consultas, acompanhamento com os profissionais de saúde, diminuem o risco de doença ou qualquer problema de saúde para ela e para o seu filho. Relataram ainda que o pré-natal pode contribuir para um parto normal e uma criança com saúde. Além de abordarem a obrigação de realização do pré-natal

como um direito a saúde. Evidenciou-se ainda em suas falas a necessidade de ter o companheiro ao seu lado nesse momento importante, o que para ela tornasse dificultoso pela necessidade de estar no trabalho.

É durante a assistência ao pré-natal que são proporcionadas oportunidades de assistência à saúde através da observação, diagnóstico e tratamento ao binômio Mãe e filho durante o ciclo gravídico puerperal. Acompanhar, orientar, supervisionar e manter a normalidade da gestação, evitar e controlar riscos, dar apoio e educar as gestantes e parceiros representam os alicerces da boa assistência pré-natal.

A primeira visita na unidade de saúde é muito importante, pois, a partir dela, podem o médico e ou a enfermagem avaliar o risco gravídico, antes mesmo de ter acesso a resultados de exames laboratoriais. Para proteger a saúde materno-infantil é preciso que a gestante saiba o que está ocorrendo consigo própria e com o feto, quais as medidas a tomar e o significado destas. Torna-se necessário que, após a primeira consulta, a gestante possa reconhecer sintomas perigosos, que exigem pronto atendimento no período inicial da gestação. Os mesmos cuidados educativos devem estender-se a visitas subsequentes e nas ações educativas para que aquela usufrua dos benefícios de uma gestação devidamente controlada¹¹.

Podemos observar que o pré-natal é indispensável para melhorar a assistência às gestantes, reduzindo os índices de morbimortalidade materna e perinatal. Esse período é um “chamariz” para as gestantes, pois é quando adquirem a confiança de que terão uma gestação de qualidade e bem observada¹².

Ressaltando que esse direito do pai de acompanhar nas consultas e exames, o patrão não poderá descontar no salário do mesmo. O pai tem o direito à licença paternidade pelo prazo de cinco dias de licença, de acordo com a constituição federal /88 em seu artigo 7º, XIX e art. 10, trouxe no ato das Disposições Constitucionais Transitórias, esta-

belecidos pela carga magna. No dia 8 de março de 2016 foi publicada a lei 13.257/2016, a lei estabelece a licença paternidade para empregados das empresas que participam do programa empresa cidadã. De acordo com a lei nº 11.770 de 09 de setembro de 2008, dos artigos 1º, 3º, 4º e 5º passam avigorar as alterações por 15 dias a duração da licença, além dos 5 dias estabelecidos no 1º do art. 10 do Ato das Disposições Constitucionais Transitórias. O direito a prorrogação de 5 dias de licença para 20 dias só é válido para funcionários que trabalham em empresas que estão inseridas no programa empresa cidadã¹³.

Ao abordar Importância de ação educativa em saúde para gestantes durante o acompanhamento do pré-natal, os relatos voltaram-se novamente para o pré-natal onde ressaltaram o valor de uma educação em saúde como parte das atividades do pré-natal ofertadas pelos serviços de saúde nas unidades básicas; o que vem valorizar e chamar a atenção das gestantes para ficar atentar nas medidas de prevenção e reconhecimento de risco e doenças na gravidez, tornando-se necessário ainda para aprender os principais cuidados com o recém-nascido, destacando ainda, a preocupação de todas as gestantes para o parto do nascimento do bebê.

As mulheres percebem a necessidade e anseiam receber informações durante a assistência pré-natal, e ao mesmo tempo acabam sendo multiplicadoras do conhecimento com seus iguais, pois ao trocarem vivências e informações geram poderosas fontes transformadoras de suas limitações e necessidades, adquirindo domínio sobre seu corpo e poder de decisão sobre sua gravidez¹¹.

Ao serem abordadas sobre as principais modificações físicas e emocionais (o que vem sentido/quais sintomas) na gravidez, foi evidenciado que as gestantes passam por inúmeras alterações e mudanças no corpo e comportamento. Embora nem todas sejam aparentes, as alterações para algumas gestantes são caracterizadas como

normal/fisiológico, sendo sabedoras da série de alterações físicas, hormonais e psicológicas que vem acontecendo com elas neste início de gestação.

Ressalta-se que cabe para este momento esclarecer que estas mudanças podem ser aliviadas com suplementações adequadas, atividades físicas, meditação, ioga etc. Há, também, medicações para aliviar os sintomas de uma possível depressão sem risco para o bebê, desde que seja prescrito pelo seu médico.

Importância, benefícios e cuidados do aleitamento materno para o binômio, Benefícios legais que o binômio tem direito (escolha do tipo de parto, exames, vacinas, planejamento familiar). Cuidados que deve ter durante a gravidez, parto e puerpério (cuidados de higiene, alimentação, cuidados com as mamas, atividade física, sexualidade).

Quanto aos cuidados que deve ter durante a gravidez, parto e puerpério, abordando os cuidados de higiene, alimentação, cuidados com as mamas, atividade física, sexualidade. Neste momento surgiram várias dúvidas voltadas para as orientações dietéticas, sendo esclarecido que nesse momento deve ser evitado: comida gordurosa, condimentada, doces e cafeinados, atentar para o cuidado com alimentos crus, deve se alimentar em pequenas quantidades várias vezes ao dia. Recomenda suspender as atividades esportivas pesadas até o início do 2º trimestre; ao completar o 2º semestre poderá fazer atividades sem impacto. Atentar para o esquema vacinal, ácido fólico (no 1º trimestre); Suplemento vitamínico para a gestante até interromper a amamentação (S/N). Atividades sexuais, liberada se não houver sangramento ou outras intercorrências.

Assim torna-se necessário que o setor saúde esteja aberto para as mudanças sociais e cumpra de maneira mais ampla o seu papel de educador na busca de promoção da saúde e prevenção das doenças. As gestantes constituem um grupo importante do processo de aprendizagem, porém vale reforçar a necessidade da aproximação dos companheiros e familiares.

Através das falas das mulheres durante a ação educativa e a realização da dinâmica

ca de grupo evidenciou-se que: durante o puerpério a maior dificuldade voltava-se para a necessidade de melhor esclarecer as dúvidas enfrentadas no início da amamentação, visto que estas queixam de dor ao amamentar, o bebê chora muito, tem dificuldade em pegar o peito, acham o leite fraco e que não alimenta bem o bebê, o que percebido a necessidade de melhor esclarecer as dúvidas e tentar diminuir-las, a continuidade da amamentação deve ser inserida e dependerá da boa integração: mãe, recém-nascido, família e profissional de saúde. Porém, existem situações maternas que a contra indicam, como exemplo as mulheres que encontram-se em tratamento ou foram tratadas de câncer de mama, tratamento de Tuberculose Pulmonar, HIV positivo, tipos de mamilos (introvertido), duvidas estas que devem ser esclarecidas as mais precoces possíveis para que não possa trazer prejuízos para estas gestantes.

A amamentação é o ato de alimentar um bebê com leite materno, através dos seios da mãe, sendo a melhor opção para nutrir o bebê nos primeiros anos, o que vem sendo recomendado a sua exclusividade até os 6 primeiros meses, não sendo recomendado durante este tempo, nenhum complemento, nem mesmo água, deve ser oferecido. O leite materno já tem todos os nutrientes necessários para alimentar e hidratar o bebê¹⁵.

Ressalta-se ainda que a primeira mamada possa ocorrer logo na sala de parto. Quando o bebê nasce, o ideal é que seja colocada pele a pele com sua mãe, quando irá buscar o seio pelo reflexo de sucção, por ser a amamentação algo natural e fisiológico do ser humano, deve ser aprendido e ensinado, define Loretta Campos, pediatra e consultora internacional em aleitamento materno¹⁶.

Com o tramitar da dinâmica durante a educação em saúde foi que se expressaram com os papéis realizando as perguntas que obtiveram as repostas no cartão resposta das gestantes as outras dificuldades relatadas pelas gestantes no período gravídico-puerperal foram: alimentação adequada, higiene pessoal, exercícios, vestuário, apoio familiar, dentre outros onde o gru-

Ressalta-se ainda que a primeira mamada possa ocorrer logo na sala de parto. Quando o bebê nasce, o ideal é que seja colocada pele a pele com sua mãe, quando irá buscar o seio pelo reflexo de sucção, por ser a amamentação algo natural e fisiológico do ser humano, deve ser aprendido e ensinado, define Loretta Campos, pediatra e consultora internacional em aleitamento materno.

po visou neste momento a interação tanto das mães primigestas, quando das mães secundigestas, multigestas que estavam presentes no intuito de esclarecer tanto as dúvidas mínimas quanto as dúvidas mais complexas que poderiam vir a ter.

Dentre as dúvidas e dificuldades esclarecidas ao grupo de mulheres estavam: aleitamento materno de dúvidas relacionadas na hora da amamentação, da pega correta, de instruí-las enquanto aos tipos de bico de peito que cada mulher pode apresentar (protuso, plano, investido), surgiram dúvidas também de quais alimentos elas poderiam evitar ou preferir, em relação de vestimenta, dúvidas relacionadas à prática de exercícios físicos.

Ressalta-se que em várias pesquisas vem abordando a importância dos cuidados que devem ser tomados durante o ciclo gravídico-puerperal, estes devem ser individualizados, a fim de atender às necessidades da dupla mãe-bebê, respeitando as crenças e opiniões da mulher e de sua família sobre os cuidados nessa fase da vida, reforçando a necessidade de realização dos imunizantes como forma de proteção específica e dar liberdade da gestante fazer a escolha do tipo de parto de sua opção.

CONCLUSÃO

A importância da ação educativa em consonância com o período do pré-natal e uma atividade importante na identificação de fatores que possam elevar o risco de complicações na gestação e auxiliar na tomada de decisão nas medidas cabíveis.

As atividades educativas junto as gestantes a serem realizadas devem ter uma linguagem clara, precisa e compreensível, a fim de atender a demanda a ser trabalhada, devendo ser voltada para promover orientações gerais sobre os cuidados na gestação, alterações fisiológicas e emocionais, cuidados com o recém-nascido, amamentação, exames, vacinas, atividades físicas, alimentação, vida sexual e planejamento familiar, assim como buscar o envolvimento do companheiro/pai e familiares, considerando a contribuição que podem dar durante o ciclo gravídico puerperal. É neces-

sário ainda conhecer e respeita a cultura, crença, religiões e o saber popular para facilitar a participação ativa da mulher durante o ciclo e no direito a escolha do tipo de parto, tratamento e reabilitação.

É importante abordar que durante o período gravídico puerperal surge diversas dificuldades e dúvidas e mudanças físicas, emocionais e na própria rotina para a chegada do novo integrante da família. Além disso, as puérperas tendem a focar a atenção no recém-nascido, o que favorece o aparecimento de situações desgastantes/desestruturantes no seu novo cotidiano como alterações do comportamento psicossocial.

Para tanto se torna necessário inferir as necessidades e anseio das gestantes em receber informações durante as ações educativas, podendo ser multiplicadoras do conhecimento, pois, ao trocarem vivências e informações geram fontes transformadoras de suas limitações e necessidades, adquirindo domínio para o enfrentamento das alterações do ciclo gravídico puerperal e poder de decisão sobre sua gravidez. A comunicação e informação em saúde (pro-

fissionais/gestantes/familiares) devem ser priorizadas no transcurso da assistência pré-natal em qualquer atendimento, as informações e experiências através das ações educativas promovem a compreensão durante o ciclo.

Assim pode-se dizer que é através das ações educativas que também se evidenciam e esclarecem as dificuldades/dúvidas das gestantes, uma vez que, estas estão bem relaxadas e em trabalho de dinâmica de grupo que aproximar as pessoas e despertam as falar através de relatos de experiências vivenciados anteriormente o que foi percorrido pelas participantes do grupo. Assim, as ações educativas através de dinâmicas de grupo incentivam o processo de identificação fortalecendo a capacitação tanto individualmente quanto coletivamente do grupo.

Dessa forma, as ações de educação em saúde devem sendo efetivadas desde o início da assistência ao pré-natal para as gestantes pelos profissionais de saúde, principalmente pelo enfermeiro, pois através da educação esta mulher adquira mais

conhecimento para vivenciar o parto de forma positiva, ter menos riscos de complicações no puerpério e mais sucesso na amamentação e ser capaz de vivenciar uma gestação, parto e puerpério com conhecimento e preparada para todos os momentos, sendo mais bem preparada para este enfrentamento.

Destaca-se ainda que o projeto de extensão venha reforçar a ideia da criação de melhor aproximação na relação interpessoal com os profissionais e gestor da unidade de saúde, comunidade academia. Reforçasse ainda que ao desenvolver a atividade de ação educativa sendo considerada uma prática histórica desenvolvida pela Enfermagem, onde em seu projeto pedagógico o cuidado é voltado para uma abordagem holística e humanizada, faz-se necessário e essencial a ação educativa para uma assistência profissional diferenciada, bem como contribui para a formação desse profissional e para o processo de ensino-aprendizagem nos espaços acadêmicos e de saúde. ■

REFERÊNCIAS

1. Mendes PDG., et al. O papel educativo e assistencial de enfermeiros durante o ciclo gravídico-puerperal: a percepção de puérperas. *Rev. Interd.* v. 9, n. 3, p. 49-56, jul. ago. set. 2016.
2. Ramos, GC; Jesus, MMT de; Mellin, AS. Pré-natal: ação educativa do enfermeiro na Unidade Básica de Saúde. *Faculdade de Enfermagem. Revista Baiana de Enfermagem, Salvador*, v. 24, n. 1, 2, 3, p. 11-22, jan./dez. 2016.
3. Peixoto, S. Manual de assistência pré-natal / Sérgio Peixoto. -- 2a. ed. -- São Paulo : Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO), 2014.
4. Minello, RD. Práticas Educativas: A Interdisciplinaridade como Estratégia para a Aprendizagem no Ensino Fundamental. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*. Ano 2, Ed. 01, Vol. 1. pp 220-239, Abril de 2017.
5. DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução Nº 573, de 31 de Janeiro de 2018. Publicado em: 06/11/2018. Edição: 213. Seção: 1. P. 38.
6. Conselho Federal de Enfermagem (COFEN). Resolução COFEN Nº 593/2018. 09/11/2018
7. Bardin L. *Análise de Conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011, 229 p.
8. Zampieri MFM, Gregório VRP, Custódio, ZAO, Regis MI, Brasil C. Processo educativo com gestantes e casais grávidos: possibilidade para transformação e reflexão da realidade. *Texto contexto. enferm.* vol.19, nº4. Florianópolis. Oct./Dec. 2010.
9. Merhy EE. *Saúde: a cartografia do trabalho vivo*. 2ª ed. São Paulo: Hucitec; 2005. [Links].
10. Souza VB., Roecher S., Marcon SS. Ações educativas durante a assistência ao pré-natal: Percepção das gestantes atendidas na rede básica de Maringá- PR. *Revista Eletrônica de Enfermagem, Goiânia*, v.13, n.2, p. 199-210. 2011.
11. Anversa ETR. Qualidade do processo da assistência pré-natal: unidades básicas de saúde e unidades de Estratégia Saúde da Família em município no Sul do Brasil. *Cad Saúde Pública* [serial on the internet]. 2012 [cited 2014 Oct 17];28(4):789-800. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v28n4/18.pdf>
12. Santos, VS dos. "Amamentação"; *Brasil Escola*. 01/08/2018. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/biologia/amamentacao.htm>. Acesso em 02 de agosto de 2020.
13. Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados. *Filial da Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares. Ministério da Educação Manual de Normas e Rotinas de Aleitamento Materno do HU-UFGD/EBSERH*, 2017. 102 páginas. Aprovado pela portaria 22 em 22 de fevereiro de 2019, publicado no Boletim de Serviço nº 178, de 25 de fevereiro de 2019, anexo à Portaria nº 22.