

Universidade Federal de Uberlândia

Faculdade de Medicina

Curso de Nutrição

Trabalho de Conclusão de Curso

Relato de Experiência do projeto de extensão “Prática educativa durante o acompanhamento de pré-natal: gestação, nascimento humanizado e aleitamento materno”

Felipe Eduardo Dias de Oliveira

Uberlândia

2023

Felipe Eduardo Dias de Oliveira

Relato de Experiência sobre “Prática educativa durante o acompanhamento de pré-natal:
gestação, nascimento humanizado e aleitamento materno”

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado como requisito
parcial para obtenção de grau de Bacharel em Nutrição, pela

Universidade Federal de Uberlândia

Orientadora: Profa. Ana Elisa M. Rinaldi

Coorientadora: Rejane Sousa Romão

Co-autora: Profa. Tatiany Calegari

Uberlândia

2023

INTRODUÇÃO

A promoção da saúde é um conjunto de estratégias e modos de produzir saúde, em nível individual e coletivo, que visa à equidade, o empoderamento, a autonomia do indivíduo e a qualidade de vida reduzindo vulnerabilidades e riscos à saúde decorrentes de determinantes sociais, econômicos, políticos, culturais e ambientais (BRASIL,2017; BRASIL, 2021)

O período gestacional é considerado dentro da atenção básica um dos mais importantes para a realização das atividades de promoção da saúde, visando à redução da morbimortalidade gravídico-puerperal e promovendo o bem estar da gestante e do recém-nascido (ALVES e BEZERRA, 2020; MENDES et al, 2020).

Devido às mudanças físicas, hormonais, psicológicas e sociais que a mulher vivencia durante a gestação, surge um período de maior vulnerabilidade e manifestação de dúvidas (ALVES e BEZERRA, 2020). Também se destaca que muitas gestantes carecem de conhecimentos acerca do período gestacional, pós-parto e aleitamento materno, e podem não ter uma rede de apoio nesta nova fase da vida (POZZER et al., 2018).

A caderneta da gestante traz diversas informações sobre pontos importantes durante a gestação, como cuidados com a alimentação saudável e o ganho de peso adequado, o desenvolvimento do feto ao longo da gestação, cuidados importantes na gravidez, identificação do trabalho de parto e sugestão de posições para o trabalho de parto e parto vaginal, dicas para o sucesso da amamentação (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023).

Ao longo da gestação, vários cuidados relacionados à saúde da mulher e do recém-nascido são necessários, tais como o consumo de uma alimentação saudável, baseada em alimentos *in natura*; medidas preventivas (vacinação, higiene e saneamento do meio ambiente); consultas de pré-natal; promoção do aleitamento materno; rede de apoio e esclarecimentos de quaisquer dúvidas sobre este ciclo de vida (Brasil, 2005).

Adicionalmente, durante a gestação, é necessário adotar medidas sanitárias, como a higienização dos alimentos, para evitar a toxoplasmose. Adicionalmente, diagnóstico e medidas preventivas devem ser adotadas para evitar o diabetes gestacional e a anemia ferropriva. (Brasil, 2012).

Desta forma, todas as alterações fisiológicas bem como as mudanças nos hábitos de vida favorecem a aproximação da equipe multiprofissional e a formação do vínculo, a fim de esclarecer os questionamentos da gestante por meio das ações educativas e de tornar o momento da gestação uma oportunidade de maior autoconhecimento (PEIXOTO et al, 2020).

O objetivo deste artigo é realizar relato de experiência do projeto de extensão intitulado “Prática educativa durante o acompanhamento de pré-natal: gestação, nascimento humanizado e aleitamento materno”. Este projeto consiste em realizar atividade de educação em saúde especificamente sobre cuidados na gestação, alimentação da gestante, cuidados do recém-nascido e promoção da amamentação.

METODOLOGIA

As ações educativas realizadas através do projeto “Prática educativa durante o acompanhamento de pré-natal: gestação, nascimento humanizado e aleitamento materno” tiveram como público alvo gestantes de todas as idades gestacionais e aconteceram na sala de reunião do Ambulatório de Ginecologia e Obstetrícia do Hospital de Clínica da Universidade Federal de Uberlândia (HC-UFU). O convite para integrar a atividade foi realizado no saguão da recepção do ambulatório enquanto as gestantes aguardavam o atendimento. Seus parceiros e familiares também puderam participar. As atividades aconteceram em três dias da semana (segundas, terças e quintas-feiras) com duração média de 30 minutos e foram conduzidas por estudantes dos cursos de graduação em Enfermagem e Nutrição da Universidade Federal de Uberlândia (UFU) no período de setembro de 2022 a junho de 2023.

A forma escolhida para a atividade educativa foi o modelo interativo de roda de conversa. Inicialmente foi realizada uma apresentação dos estudantes que conduziram as atividades, em seguida, a autoapresentação das gestantes com informações breves sobre a gestação (nome, idade gestacional, sexo do bebê, e se já havia definido um nome para o mesmo). Antes da apresentação do tema da semana, foi questionado às gestantes se elas conheciam alguma informação sobre o tema do dia e após o término da atividade, foi realizada discussão sobre as dúvidas e relatos das gestantes.

Os temas trabalhados foram: a) Importância do Aleitamento Materno após os seis meses até dois anos; b) Malefícios de bicos ou chupetas no desenvolvimento do recém-nascido; c) Vias de parto e nascimento seguro; d) Planejamento Familiar; e) Vacinas na Gravidez; f) Sinais de trabalho de parto; g) Métodos não farmacológicos de alívio da dor do parto; h) Toxoplasmose na gestação; i) Métodos de ordenha/ extração e condicionamento do leite materno; j) Diferentes tipos de pegas; k) Expor as consequências da inserção de outros líquidos ou complementos/ alimentos antes dos seis meses; l) Alimentos durante a gestação e lactação; m) Composição do leite materno e os benefícios da amamentação; n) Introdução Alimentar; o) Anatomia da mama, tipos de mamilos e produção do leite materno; p) Métodos de ordenha/ Extração e condicionamento do leite materno; q) Composição do leite humano e

diferentes tipos de posição para uma pega adequada; r) Métodos de ação nas intercorrências; s) Os benefícios da amamentação precoce em livre demanda; t) Técnicas de Translactação; u) Diminuição dos sintomas na gestação, enjojo e náuseas; v) Consequências da inserção de outros líquidos ou complemento alimentar antes dos 6 meses; w) Vias de parto; x) Importância dos cuidados perinatais e do coto umbilical; y) Introdução Alimentar; z) Vacinação da gestante e do recém-nascido.

Ao final dos encontros foi entregue às gestantes um instrumento de avaliação que continha questões sobre primiparidade (sim/não), participação prévia no nosso projeto de extensão, conhecimento prévio do tema abordado (sim/não), e, no caso de resposta positiva, qual a fonte dessa informação (membro da família, internet, redes sociais ou HC-UFU); nível de importância atribuída pela gestante ao tema abordado (Não é importante/ Sim, mas pouco importante/ Sim, importante/ Sim, muito importante); se a participante considerou que a informação recebida a auxiliou (sim), a descrição de como elas foram úteis. A partir das respostas abertas, foram organizadas quatro categorias, as quais foram: adquiriu algum conhecimento, não responderam, esclarecimento de dúvidas, auxílio na tomada de decisões. Os dados coletados foram organizados e expressos em frequências absoluta e relativa. A aplicação dos questionários foi de forma presencial, em seguida do debate do tema do dia. Para opções que ficaram sem resposta, criamos uma categoria específica para indicar ausência de respostas. As alternativas com possibilidade de mais de uma resposta, foi criada uma categoria “mais de uma opção” para abarcar as diferentes opções.

A ação de extensão foi cadastrada no Sistema de Informação de Extensão (SIEX) em 2022 (registro 26460).

RESULTADO E DISCUSSÃO

No período analisado, participaram do projeto 176 gestantes. Neste espaço podem ser desenvolvidas atividades educativas e a troca de experiências comuns entre as participantes. Verificamos que 60% das gestantes eram multigestas e 59% estavam participando pela primeira vez das atividades da sala de espera no momento da coleta de dados. As principais fontes das informações recebidas sobre os temas discutidos no projeto foram HC-UFU (55,6%) e Unidade Básica de Saúde (17,8%). Vale ressaltar que 57% das gestantes julgaram as informações debatidas na sala de espera como muito importante e 93,7% das gestantes não tinham recebido nenhuma informação discutida previamente (Tabela).

Com relação a forma de auxílio do projeto, verificamos que para 51% das gestantes a aquisição de conhecimento foi a forma de auxílio principal, 14,2% pelo esclarecimento de dúvidas pendentes e 2,8% auxiliou na tomada de decisões referentes ao cuidado na gestação, puerpério e aleitamento materno. Aproximadamente um terço das gestantes não descreveu a forma de auxílio do projeto, apesar de ter julgado importante o desenvolvimento das atividades (Tabela).

Tabela. Frequência dos indicadores de participação nas ações educativas na sala de reunião do Ambulatório de Ginecologia e Obstetrícia do Hospital de Clínica da Universidade Federal de Uberlândia (HC-UFG)

Variáveis	Total %	Frequência Absoluta
Primeira gestação		
Não	60,0	105
Sim	40,0	71
Primeira participação atividade		
Sim	59,0	104
Não	41,0	72
Recebeu informação discutida previamente		
Sim	93,7	165
Não	6,3	11
Fonte das informações recebidas sobre os temas discutidos no projeto		
HC-UFG	55,6	98
Unidade Básica de Saúde	17,8	31
Mais de uma opção	12,5	22
Rede social	8,5	15
Familiares	3,4	6

Sem resposta	1,70	3
Amigas	0,50	1
Relevância da realização da atividade		
Sim, mas pouco importante	17,0	30
Sim, importante	26,0	45
Sim, muito importante	57,0	101
Forma de auxílio		
Adquirir conhecimento	51,0	90
Não responderam	32,0	56
Esclarecimento de dúvidas	14,2	25
Auxiliar em tomadas de decisões	2,8	5

A ação de saúde para melhorar os cuidados prestados à gestante e crianças é uma prioridade fundamental no desenvolvimento de políticas públicas e contribui para o progresso na redução das taxas de mortalidade durante a gestação. O pré-natal, por meio de ações preventivas, visa garantir o bom desenvolvimento da gestação e permitir o nascimento de uma criança saudável, preservando a saúde de ambos. Podemos ressaltar que é responsabilidade da equipe de saúde acolher e prestar cuidados de saúde às gestantes e crianças, o que inclui a prevenção de doenças, a promoção da saúde e o tratamento de doenças que ocorrem durante o período da gravidez ao puerpério e os cuidados de a criança. Neste cenário, a atuação conjunta entre os profissionais de saúde permite diferentes olhares sobre as práticas na assistência pré-natal, garantindo uma assistência integrada (MARQUES et al., 2021).

A assistência pré-natal é uma parte importante dos cuidados de saúde da mulher durante a gravidez e o pós-parto. Práticas comumente implementadas durante esse cuidado estão associadas a melhores resultados perinatais. Os cuidados durante as consultas de pré-natal devem ser prestados através da integração de comportamentos acolhedores; de atividades educativas e preventivas sem intervenções desnecessárias, da detecção precoce de doenças e situações de risco na gravidez. É necessário também vincular o pré-natal ao local de nascimento e garantir a facilidade do acesso aos serviços de saúde de qualidade, desde

cuidados ambulatoriais básicos até cuidados hospitalares de alto risco (Leal, M. do C, Et al. 2020).

A maioria das gestantes classificou as informações veiculadas no projeto como “muito importante”. Acreditamos que as informações veiculadas são relevantes tanto para mães primigestas quanto para mães multigestas, especialmente pela amplitude dos temas abordados e por se tratar de um período de vulnerabilidade e aprendizado. A informação é um meio de comunicação valioso no qual podemos acolher diversas pessoas dentro da rede de saúde e considerar a fase da vida que essas mulheres estão passando. Desta forma, informações embasadas e condizentes com o ciclo de vida estimulam a participação na atividade e tem um maior sentido para as mesmas.

Pelos relatos das gestantes foi possível perceber que a atividade teve uma boa aceitação e foi possível identificarmos a forma de auxílio pelos relatos descritos no formulário, tais como “Esclarece muitas dúvidas frequentes que temos durante a gravidez e tiram alguns medos”; “Foi útil as informações repassadas porque às vezes estamos por fora do assunto e acaba que fazemos coisa que ouvimos de outras pessoas porém não é recomendado pelos profissionais de saúde”, “Super útil a cada informação repassada”.

Apesar de termos uma adesão das gestantes nas atividades e nas respostas do formulário de avaliação, algumas não esperavam o término da atividade para responder. Adicionalmente, algumas gestantes que estavam no final da gestação não participaram por estarem sentindo algum desconforto físico e especialmente pela sala estar com uma temperatura mais alta.

CONCLUSÃO

A promoção da saúde durante o período gestacional é de suma importância uma vez que a maioria das gestantes têm dificuldades ou dúvidas sobre a gestação e os cuidados com recém-nascido. Os temas trabalhados ao longo do projeto foram pertinentes aos interesses das gestantes e constituem uma das principais fontes de informação sobre a gestação, juntamente com informações recebidas em outros setores do HC-UFU e em Unidade Básica de Saúde.

REFERÊNCIAS

DE CONSOLIDAÇÃO No, A. I. DA P.; DE SETEMBRO DE, DE 28; DO SUS, Q. C. AS N. S. AS P. N. DE S. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Disponível em: <https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude.pdf>.

DF, B. –. GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_da_crianca_2019.

POZZER, C. et al. Ações educativas em sala de espera com gestantes: uma alternativa para a promoção da saúde. *Disciplinarum Scientia | Saúde*, v. 19, n. 2, p. 207–224, 2018.

Vista do Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o Período Gestacional / Main Physiological and Psychological changes during the management period. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2324/3608>>.

Mendes RB, Santos JM de J, Prado DS, Gurgel RQ, Bezerra FD, Gurgel RQ. Avaliação da qualidade do pré-natal a partir das recomendações do Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento. *Ciência coletiva* [Internet]. 2020,Mar;25(3):793–804. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020253.13182018>

MARQUES, B. L. et al. Orientações às gestantes no pré-natal: a importância do cuidado compartilhado na atenção primária em saúde. *Escola Anna Nery*, v. 25, n. 1, 2021.

Brasil, 2005. Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada - manual técnico/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas – Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

ATENÇÃO BÁSICA CADERNOS de ATENÇÃO AO PRÉ-NATAL DE BAIXO RISCO. [s.l: s.n.]. Disponível em: <http://www.coren-se.gov.br/wp-content/uploads/2019/05/cadernos_atencao_basica_32_prenatal.

Leal, M. do C., Esteves-Pereira, A. P., Viellas, E. F., Domingues, R. M. S. M., & Gama, S. G. N. da .. (2020). Prenatal care in the Brazilian public health services. *Revista De Saúde Pública*, 54, 08. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054001458>

MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023, Portal da Secretaria de Atenção Primária a Saúde.
Disponível em: <<https://aps.saude.gov.br/biblioteca/visualizar/MjE2NQ==>>.