

## PROMOVENDO A SAÚDE A PARTIR DE UM CURSO DE GESTANTES: RELATO DE EXPERIÊNCIA DA ENFERMAGEM<sup>1</sup>

Sâmia Monteiro Holanda  
Marcella Rocha Tavares Souza  
Sâmua Kellen Mendes de Lima  
Jéssica Lourenço Carneiro  
Fernanda Câmara Campos  
Ana Kelve de Castro Damasceno

### RESUMO

O presente trabalho relata a trajetória do Curso de gestantes promovido pelo Projeto de Extensão intitulado Programa Integrado de Educação e Saúde na Comunidade (PIESC), cujos responsáveis envolvem um docente, enfermeiros e estudantes do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará (UFC). Objetivado pela necessidade de compartilhar experiências enriquecedoras com a população maternal para o crescimento da Enfermagem enquanto ciência, atua com estratégias educativas que sirvam de modelo para a aplicação em outros campos. O curso vem sendo realizado desde agosto de 2008, com a primeira turma no Departamento de Enfermagem (DENF) da UFC e a última em andamento, com início no mês de agosto de 2013, na Casa de Parto Natural (CPN) Lígia Barros Costa no Centro de Desenvolvimento Familiar (CEDEFAM/UFC).

**PALAVRAS-CHAVE:** Curso de gestantes; Promoção de saúde; População maternal.

### ABSTRACT

This work describes the trajectory of Pregnant's Course promoted by Extension project titled Integrated Education and Community Health (PIESC), whose leaders involves teachers, nurses and students of nursing from the Federal University of Ceará (UFC). Objectified by the need to share enriching experiences with the maternal population growth of nursing as a science, works with educational strategies that serve as a model for application in other areas. The course has been held since August 2008, with the first class in the Department Nursing (denf) and the last UFC in progress, starting in August 2013, the House Natural Childbirth (CPN) Ligia Costa Barros, at the Center for Family Development (CEDEFAM / UFC).

**KEYWORDS:** Pregnant's Course ; Health Promotion ; Maternal population.

<sup>1</sup> Programa Integrado de Educação e Saúde na Comunidade - PIESC

## 1. INTRODUÇÃO

A descoberta da gestação representa um importante momento para a mulher, o parceiro e a família, acarretando uma série de sentimentos que tornam esse momento peculiar. Os profissionais de saúde assumem uma posição de apoiadores e participantes desse processo, pois constituem fonte de informações para as gestantes durante esse ciclo (FIGUEIREDO; FREITAS et al, 2010). Daí a importância da atuação do profissional de Enfermagem, desde o período pré-concepcional, através do planejamento familiar, a fim de tornar o processo gravídico uma experiência prazerosa, à medida que ocorre no período esperado.

Sendo a gravidez uma condição que envolve muitos mitos, dúvidas, crenças e expectativas, que podem estar diretamente relacionados ao contexto familiar e social (SILVA, LIMA et al, 2008), faz-se necessária uma assistência de Enfermagem diretamente ligada a essas mulheres, a fim de amenizar os conflitos biopsíquicos decorrentes dessa fase singular.

A gestação é um momento permeado por significados diversos e distintos, segundo as singularidades da gestante e de sua família. Independentemente das circunstâncias pessoais, familiares e sociais que envolvem a mulher grávida, esta necessita compartilhar sua história e suas percepções e deseja ser acolhida de forma integral pelas instituições e profissionais que lhe prestam assistência. Com este cuidado, ela passa a se sentir fortalecida e consegue construir um conjunto de conhecimentos relativos à sua condição, o que contribui para uma vivência mais plena e saudável da gestação, do parto e da maternidade (HOGA e REBERTE, 2007).

O processo de aprendizado compartilhado com outras pessoas na mesma situação estimula e aumenta a troca de experiências e saberes, além de desenvolver o sentimento de altruísmo, a criação de laços e a união entre os participantes. Dessa forma, cria-se uma dinâmica dentro do grupo que incentiva o processo de identificação e fortalece a capacitação tanto individualmente, quanto coletivamente (ZAMPIERI; GREGÓRIO et al, 2010). Sendo reconhecedor desse processo, cabe ao enfermeiro incentivar e promover a interação entre as gestantes, acompanhadas no pré-natal,

através de grupos que possibilitem essa troca de experiências, visando gerar nessas mulheres o sentimento de autoconfiança, uma vez que obterão autoconhecimento e maior entendimento sobre o processo gravídico do qual são participantes.

Os cuidados dispensados à mulher na gravidez e no pós-parto devem incluir ações preventivas, que fazem parte do processo de Promoção da Saúde (BRASIL, 2005). Assim sendo, um grupo de suporte a gestantes pode proporcionar discussões que envolvam vários componentes afetivos, possibilitando um clima de sensibilização para os aspectos relativos ao ciclo gravídico-puerperal e à subjetivação das informações, bem como uma vivência positiva da gestação, do parto e da maternidade. Procura-se criar um espaço de reflexão sobre as diversas mudanças que atravessam a gestação, trocar informações objetivas sobre o ciclo gravídico-puerperal, proporcionar um espaço grupal de discussão dos diferentes aspectos que envolvem a gravidez, o parto, o puerpério e os cuidados com o recém-nascido, possibilitar a expressão e o compartilhar de sentimentos e auxiliar na elaboração dessa situação de vida, que pode se tornar problemática, quer seja pelas intercorrências orgânicas, quer pelas subjetivas.

Através da aplicação prática dessas experiências, o enfermeiro estará se empoderando do seu fundamental papel como educador em saúde, tornando o processo da educação algo flexível, dinâmico, complexo, social, reflexivo e ético. Estará construindo, através de interações interpessoais, um aprendizado mútuo, com a troca de conhecimentos e de experiências, tendo em vista que cada pessoa interage a partir de suas próprias ideias, valores, atitudes e experiências. Este processo é instrumento de socialização de saberes, promoção da saúde e de prevenção de doenças. Ele atua possibilitando a autonomia, a valorização das capacidades, da autoestima, da autoconfiança e da auto realização, tornando o sujeito ativo (ZAMPIERI; GREGÓRIO et al, 2010).

Nessa perspectiva, os trabalhos realizados em grupo podem constituir-se em meios facilitadores para a ocorrência de reflexão e da tomada de consciência de aspectos importantes envolvidos no dia a dia das pessoas que normalmente passam despercebidos por elas. Busca-se, assim, o envolvimento das emoções e sentimentos junto às cognições (KLEIN e GUEDES, 2008). Sendo assim, o grupo de gestantes e casais grávidos transforma-se em um ambiente interdisciplinar, interativo, dinâmico e

complexo, com ações voltadas para a promoção da saúde, à humanização do cuidado e à autonomia dos participantes (ZAMPIERI; GREGÓRIO et al, 2010).

Este estudo justifica-se pela necessidade de compartilhar experiências enriquecedoras com a população materna, que contribuam para o crescimento da Enfermagem enquanto ciência, atuando com estratégias educativas que sirvam de modelo para a aplicação em outros campos.

## **2. OBJETIVO**

Relatar a experiência de uma ação de extensão, caracterizada pelo caráter educativo, com vistas à promoção da saúde de mulheres no ciclo gravídico puerperal.

## **3. METODOLOGIA**

Estudo descritivo que relata a trajetória do Curso de gestantes promovido pelo Projeto de Extensão intitulado Programa Integrado de Educação e Saúde na Comunidade (PIESC), cujos responsáveis são envolvidos por um docente, enfermeiros e estudantes do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará (UFC). O curso vem sendo realizado desde agosto de 2008, com a primeira turma no Departamento de Enfermagem (DENF) da UFC e a última em andamento, com início no mês de agosto de 2013, na Casa de Parto Natural (CPN) Lígia Barros Costa no Centro de Desenvolvimento Familiar (CEDEFAM/UFC). A estrutura e organização do curso contam com 12 encontros, de frequência semanal, com duração aproximada de 120 minutos cada, com uma média de oito participantes por encontro. São abordadas as temáticas principais desse período, como modificações na gravidez, amamentação, cuidados com o bebê e preparação para a gravidez e o puerpério saudáveis, focando no diálogo. Durante as sessões são utilizadas técnicas de apoio didático, como bonecos para simulação da amamentação e cuidados com o recém-nascido, aplicação de jogos para reforçar a aprendizagem do conteúdo, exploração de álbum seriado e material para a prática de exercícios físicos. O público alvo constitui-se por gestantes e acompanhantes de parto e os encontros são ministrados por enfermeiros que atuam na

área de saúde da mulher e estudantes da graduação, mestrado e doutorado em Enfermagem da UFC. A captação desse público ocorre por meio de cartaz de divulgação, distribuição de folders nas unidades de saúde, divulgação por meio eletrônico através de redes sociais e página oficial do PET Enfermagem UFC. O projeto referente a esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (COMPEPE) da UFC, sob o protocolo número 0006-00/2006. Foram seguidas as normas referentes à realização de pesquisa com seres humanos segundo a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

#### **4. PARCERIAS e FINANCIAMENTOS**

Além da ação do PIESC na criação e seguimento associado ao Departamento de Enfermagem da UFC, conta-se também com apoio dos Projetos Enfermagem na Promoção da Saúde Materna, Puericultura: Resgate das Ações de Cuidado e Documentação do CEDEFAM e do Programa de Educação Tutorial (PET Enfermagem UFC). Com apoio financeiro da Pró-Reitoria de Extensão da UFC em forma de bolsa. E os materiais tais como bola de pilates, bonecos, colchões, material educativo (álbuns seriados, modelos anatômicos, computadores, impressoras, entre outros) foram adquiridos em 2006 com o financiamento pela a Fundação Cearense de Apoio a Pesquisa do Ceará-FUNCAP por meio do Programa Primeiros Projetos-PPP com um recurso de aproximadamente 30.000,00 para montar toda a infraestrutura e logística para iniciar o curso que já se encontra em sua VII Edição.

#### **5. RESULTADOS**

No primeiro encontro realiza-se a interação entre os participantes e explica-se o cronograma do curso, esclarecendo dúvidas existentes e alertando sobre a importância da frequência em todos os encontros. Em seguida, aborda-se o tema: “Desvelando o corpo feminino e suas modificações na gravidez”, onde são repassadas orientações sobre a gravidez desde o momento da fecundação até a última semana da gestação, abrindo espaço para discussão e esclarecimento sobre os principais incômodos do

período gestacional, tais como náuseas, vômitos e sialorréia, fazendo com que o mal-estar e a alimentação inadequada também traga preocupações no sentido de saúde da mulher e também do seu bebê, com especial ênfase no desenvolvimento fetal.

Estudo aponta que as ações voltadas para a gestante e puérperas se tornam importantes estratégias de intervenção e de promoção de saúde, cujo objetivo deve ser possibilitar uma vivência mais equilibrada de todas as emoções e manifestações que ocorrem durante o ciclo gravídico-puerperal, incluindo o respeito e o acompanhamento às mulheres na sua tomada de decisão. Nesta perspectiva, cabe entender que as expectativas da mulher em relação ao exercício da maternidade podem influenciar sua atitude (CUNHA, SANTOS e GONÇALVES, 2012). Sendo assim, este primeiro encontro proporciona aos participantes reflexões acerca da maternidade tanto dos aspectos psicossociais quanto dos aspectos fisiológicos.

Um estudo transversal, realizado em seis Centros de Saúde da Família (CSFs) da cidade de Fortaleza-CE, com 310 gestantes, concluiu que as mesmas possuem peculiaridades que devem ser destacadas nas consultas de pré-natal e, dessa forma, os profissionais de saúde podem repensar as ações direcionadas para essa população, em especial na realização de atividades educativas que auxiliem o desenvolvimento de uma gestação saudável (PEIXOTO et al, 2012).

No segundo encontro, aborda-se o tema: “Aspectos Legais e Direitos na gestação”, onde os participantes são orientados sobre todos os direitos que envolvem o ciclo gravídico-puerperal, tais como atenção à saúde, acompanhamento pré-natal e de puericultura, vínculo com a instituição de saúde onde se realizará o parto, acesso a todas as vacinas para a gestante e o recém-nascido, direito a escolha de um acompanhante de parto de sua preferência, permanência em alojamento conjunto, visita aberta, orientações sobre alta hospitalar e cuidados no puerpério, orientações sobre aleitamento materno, revisão de parto, teste do pezinho, prioridade em filas e transportes, certidão de nascimento gratuita, licença e salário maternidade e paternidade.

No terceiro encontro discute-se sobre a temática: “Autoestima e sexualidade na gestação”, abordam-se todos os aspectos externos e internos referentes à gestação, como a prevenção de estrias, varizes, cãibras, manchas no rosto e nos dentes, vestimentas adequadas para o período gestacional, de forma que elas ressaltam a importância de se

ter beleza e conforto nas peças utilizadas, manutenção do equilíbrio emocional e autoestima, bem como a prática de relações sexuais durante e depois da gravidez.

Autores afirmam que a gestação é um período no qual a sexualidade geralmente se manifesta de forma diferenciada, onde as influências psicológicas e socioculturais, somadas à questões orgânicas, podem levar os casais a enriquecer sua vida sexual, ou a reduzir os momentos de prazer a dois. Muitos casais afirmam ter medo de machucar o bebê ou a gestante durante o ato sexual. No entanto, a existência do líquido amniótico que envolve o bebê protege-o de forma que não haja riscos, no caso de uma gravidez normal (LECH; MARTINS, 2003)

Estudo de corte transversal, com abordagem quantitativa e descritiva, realizado em Fortaleza-CE, com 108 gestantes, encontrou que apenas 47 (43,5%) mulheres declararam já haver recebido alguma orientação durante as consultas de pré-natal e percebeu a necessidade de uma educação em saúde na assistência pré-natal, que deve incluir a questão da sexualidade de modo que a mulher possa vivenciar essa gravidez de forma plena e com conhecimentos que minimizem mitos e tabus (BARBOSA et al, 2011).

O quarto encontro é regido pelo tema: “Higiene do bebê”, onde são explicados os principais aspectos de cuidado com a higiene do RN, como a maneira correta e a quantidade de banhos que se deve dar, o uso de sabonetes, pomadas, talco e perfume, a temperatura da água, a higiene oral do RN, a troca de fraldas, os cuidados com o coto umbilical e a vestimenta do bebê. A abordagem dessa temática torna-se imprescindível, tendo em vista a necessidade de treinamento da mãe para o cuidado domiciliar do bebê durante o período pré-natal, procurando-se desenvolver habilidades e transmitir conhecimentos específicos (FONSECA, 2004). Dessa forma, cabe ao enfermeiro o preparo para a alta do binômio, por estar mais próximo da criança e da família e possuir visão mais ampla das necessidades de saúde específicos da criança (MARTINS, 2009).

No quinto encontro é abordada a temática “Acompanhamento pré-natal”. Neste, reforça-se a importância do acompanhamento pré-natal para a saúde da gestante e do bebê. Explica-se cada exame e cada consulta, orientando sobre os motivos de todos eles, bem como sobre quais as principais intercorrências e complicações referentes ao ciclo

gravídico-puerperal e como fazer para evitá-las. A consulta no pré-natal é importante para a interação entre a gestante e o profissional de saúde sendo propícia para o esclarecimento de dúvidas, a troca de experiências e/ou conhecimentos e a compreensão do processo de gestar, tem o objetivo de cuidar da mulher e seu filho no período gestacional, considerando o contexto familiar e social da gestante, preparando-a para um parto e puerpério seguros e saudáveis. Deve ser um espaço privilegiado para que a mulher se sinta segura e confiante para trazer seus questionamentos e possa discuti-los. Dessa forma, a consulta de Enfermagem é um espaço de acolhimento que possibilita o diálogo e permite verbalizar dúvidas, sentimentos e experiências o que contribui para estreitar o vínculo entre a enfermeira e a gestante (SPINDOLA; PROGIANTI; PENNA, 2012).

Avaliação direta da qualidade do atendimento pré-natal é feita por meio dos indicadores do pré-natal, sendo o índice de sífilis congênita um destes. Fato comprovado por um estudo documental, realizado em uma maternidade de Fortaleza-Ceará, com 300 puérperas testadas para sífilis, concluiu que a presença da sífilis ainda é elevada entre as gestantes, apontando a necessidade da melhoria da qualidade da assistência pré-natal, sendo necessários investimentos em capacitação profissional e um maior empenho desses profissionais de saúde no cumprimento de normas e leis instituídas pelo governo (GONDIM et al, 2012).

No sexto encontro, o tema é “Aleitamento materno”, onde se esclarece as dúvidas sobre amamentação e orienta-se sobre a pega correta da mama, a maneira de segurar o bebê, complicações referentes ao aleitamento, como fissuras nos mamilos, mastites e ingurgitamentos. Ressalta-se a importância do aleitamento materno exclusivo até os seis meses, recomendado pelo Ministério da Saúde, bem como os aspectos favoráveis da amamentação para a nutrição do bebê e para a saúde da puérpera, além de fatores emocionais e fisiológicos envolvidos na prática. As dúvidas das gestantes concentram-se, principalmente, em torno dos mitos, como “mama pedrada”, “peito estourar”, “a criança arrotar no peito”, “se a criança não ficar satisfeita com o leite”, “o leite não descer”, dentre outros.

Um estudo de natureza descritiva, com abordagem quantitativa realizado no Alojamento Conjunto (AC) da Maternidade Escola Assis Chateaubriand (MEAC), em

Fortaleza-CE, com 252 puérperas, concluiu que elas conseguem reconhecer no aleitamento materno (AM) os benefícios para o bebê, pois 14,7% relataram a importância nutricional e 48,0% importância imunológica deste processo e apenas 8,7% delas não sabiam dizer quais seriam esses benefícios. A prática do AM é quase sempre referida pelas mães como vantajosa para os bebês, porém um percentual importante (69,8%) de puérperas desconhecia alguma vantagem que o AM pode propiciar para elas. Isso pode ser explicado por não haver uma grande divulgação sobre as vantagens da amamentação para a mãe, pois, grande ênfase é dada às questões relacionadas à saúde do bebê e, na maioria das vezes, a saúde da mãe é menos visada (AZEVEDO et al, 2010).

Autores afirmam que o aleitamento materno, além de nutrir e fornecer anticorpos necessários à proteção do bebê contra diversas doenças é uma forma de estabelecer um vínculo afetivo e de segurança entre mãe e filho; além disso, é prático e econômico. Apesar de o aleitamento materno exclusivo até seis meses de idade e complementado até dois anos ou mais ser recomendado pela Organização Mundial da Saúde e pelo Ministério da Saúde, no Brasil, a prática da amamentação está muito aquém dessa recomendação, possivelmente em razão das influências socioculturais do país. O modo como as mulheres amamentam sofre influências sociais, familiares, culturais e dos serviços de saúde, resultando, em muitos casos, no desmame precoce, que é um dos principais fatores de risco para a mortalidade infantil. Na medida em que entendem esse processo, os profissionais da equipe de saúde têm condições de melhor orientar as gestantes sobre o assunto (SILVA; LIMA; ROSITO et al, 2008).

No sétimo encontro ministra-se a temática “Nutrição na gestação”, onde calcula-se o Índice de Massa Corporal (IMC) das participantes, apresenta-se a pirâmide alimentar, reforça-se a importância da alimentação saudável e de baixo custo. São dadas orientações sobre o ganho de peso ideal para a gestante e a suplementação durante a gravidez.

Autores reforçam que o estado nutricional da gestante é um fator fortemente associado à ocorrência de complicações como diabetes, pré-eclâmpsia, hipertensão, insuficiência cardíaca, prematuridade, retardo de crescimento uterino, defeito do tubo neural e morte neonatal, de modo que o ganho de peso insuficiente está associado com

baixo peso ao nascer e prematuridade, e o excesso de ganho de peso gestacional foi associado com macrosomia, complicações de parto, diabetes gestacional e pré-eclâmpsia. A nutrição inadequada é um fator de risco modificável e pode ser controlada por meio de intervenções nutricionais efetivas (VITOLO; BUENO; GAMA, 2011).

Estudo transversal, realizado com 146 gestantes atendidas em unidades básicas de saúde de Município da região metropolitana de Fortaleza-CE, através do cálculo do Índice de Massa Corporal e da mensuração da dobra da pele do tríceps, encontrou o Diagnóstico de Enfermagem (DE) “nutrição desequilibrada: mais do que as necessidades corporais” em 100 (68,4%) gestantes e verificou diferença estatística significativa da idade entre gestantes com e sem o DE ( $p= 0,001$ ); paridade ( $p= 0,026$ ) e idade gestacional ( $p= 0,002$ ), concluindo que o DE pesquisado apresentou prevalência marcante nas gestantes pesquisadas, estando associado a fatores evitáveis por ações educativas voltadas ao planejamento familiar, como idade materna e paridade (PEREIRA et al, 2012).

No oitavo encontro apresenta-se o primeiro módulo sobre “Cuidados com o RN”, onde são reforçados os cuidados necessários com o coto umbilical incluindo também ouvidos, boca, genitália, o que fazer com cólicas, “espremedeiras”, “barrigas fofas”, posição da eructação e regurgitações, o banho de sol, a quantidade de mamadas, a frequência da troca de fraldas, a posição ideal para segurar o RN, bem como a posição ideal para o bebê dormir.

Sabe-se que as intercorrências neonatais ocorrem com elevada frequência e que na maioria das vezes a mãe e a sua família desconhecem técnicas científicas para solucionar tais questões, recorrendo, em sua maioria, ao conhecimento popular que nem sempre são condizentes com as medidas preconizadas pelos órgãos de saúde. Desta forma, o profissional ocupa lugar importante nesse cenário, sendo capacitado para orientar adequadamente sobre os cuidados consigo mesma e com o neonato (DIANA; FRANCES et al, 2004).

No nono encontro o tema é “Atividades físicas e terapias alternativas na gestação”, onde se abordam os principais aspectos referentes à prática de exercício físico durante o período gestacional, bem como a utilidade de terapias alternativas. São feitas orientações sobre quais os exercícios ideais nesta fase, sob o objetivo de preparar

estas mulheres para evitar problemas comuns na gestação tais como: dores lombares, câibras, fadigas musculares. Destaca-se a importância da preparação da musculatura vulvo-perineal para a parturição e dos exercícios de respiração que auxiliam nos aspectos físicos e nos aspectos psicológicos da gestante, além disso, discute-se sobre depressão pós-parto, suas causas e maneiras de evita-la.

Estudo realizado na Paraíba sugere que as gestantes sejam estimuladas a realizar atividade física e que os profissionais responsáveis pela assistência pré-natal recebam treinamento adequado, afirmando que o ideal é que a prática de atividade física ocorra de forma planejada, acompanhada e sistematizada de forma a melhorar a qualidade de vida das mulheres durante a gestação (TAVARES, MELO, AMORIM et al, 2009). O Ministério da Saúde vem desenvolvendo programas neste sentido, como o Programa Nacional de Promoção da Atividade Física “Agita Brasil” (BRASIL, 2002), que estimula a prática de atividade física, de preferência diariamente, porém o programa dá ênfase a segmentos expostos a fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis, evidenciando, desta forma, uma carência de programas voltados para as gestantes.

No décimo encontro, é abordado o segundo módulo sobre a temática “cuidados com o RN”, onde se apresenta o calendário vacinal da criança, a importância e os motivos de cada vacina, orientações sobre os testes do pezinho, orelhinha e olhinho. Salienta-se, ainda, a importância das consultas de puericultura para o acompanhamento do desenvolvimento da criança. Sendo o RN um ser vulnerável a infecções e patologias, pois seu sistema está se adaptando ao novo meio, é exatamente nesta fase que ocorre o maior índice de mortalidade e morbidade infantil.

Dessa forma é de competência dos profissionais de saúde, em especial o enfermeiro, estar alertando a mãe quanto à importância de se seguir criteriosamente as medidas de prevenção e detecção precoce de doenças supracitadas, visando à redução desses índices e uma melhor qualidade de vida para esse bebê. Ressalta-se que todos os sinais que o recém-nascido apresente devem ser interpretados pelo enfermeiro, com isso ele poderá ter uma assistência intervencionista (CAMPOS, 2004).

No décimo primeiro encontro aborda-se o tema “Parto”. Os participantes sempre se mostram bastante interessados e ansiosos pela discussão, uma vez que o parto é um momento significativo na gestação e é acompanhado de muitas dúvidas e incertezas.

Nesse encontro discute-se sobre a preparação da gestante e do acompanhante para o momento do parto, tanto nos aspectos fisiológicos quanto nos aspectos emocionais. Fala-se sobre os tipos de parto, sobre o projeto de humanização do parto, sobre o direito da gestante de ter um acompanhante de sua escolha neste momento e sobre a participação do pai para o auxílio dos cuidados com a mulher e com o filho.

A abordagem deste dia é feita tendo como embasamento principal o Programa de Humanização do Parto e Nascimento (PHPN) que foi instituído pelo Ministério da Saúde com vistas à humanização do parto. Para contribuir com isto foi implantada a Lei nº 11.108 de 7 de abril de 2005 que garante à gestante o direito de participação ativa de um acompanhante de sua escolha em todo o trabalho de parto, parto e pós-parto imediato.

Um estudo realizado em uma maternidade de Londrina (PR) com o objetivo de apreender o conhecimento dos pais sobre o direito do acompanhante durante o trabalho de parto e parto e conhecer a vivência deles durante o nascimento dos filhos verificou que eles desconheciam o direito que lhes é resguardado por lei de estarem presentes, atribuindo sua presença à benevolência da equipe médica (CARVALHO; SOUZA; FILHO, 2010).

Ainda nessa temática, um tópico que desperta interesse é o desconhecimento sobre o período certo de ir para a maternidade, pois a maioria relata medo de não reconhecer os sintomas do trabalho de parto verdadeiro e ter que se deslocar desnecessariamente à unidade de saúde, situação que pode desencadear. Autores afirmam que o processo de peregrinação durante o trabalho de parto é caracterizado por diversas idas e vindas à maternidade, até a mulher estar pronta para ser admitida no serviço hospitalar. Ao fazer as orientações referentes ao tema, proporcionamos à gestante e à família condições para exercer o protagonismo nesse cenário, fortalecendo o seu processo de autonomia (FIGUEIREDO; FREITAS et al, 2010).

Ainda nesse contexto, um estudo reflexivo sobre a promoção da saúde no contexto do PHPN, concluiu que a atenção obstétrica humanizada envolve conhecimentos, práticas e atitudes que visam à promoção do parto e do nascimento saudáveis, em um contexto de equidade/cidadania, tendo a promoção da saúde associação com o protagonismo dos sujeitos vistos como cidadãos de direitos e a

educação em saúde com o empoderamento da mulher nessa vivência obstétrica. Dessa forma, a promoção da saúde no PHPN vai desde a uma atenção de qualidade até a humanização, que tem a mulher como protagonista em um evento inerente ao seu ciclo vital, e no qual deve ter sua autonomia garantida (GOMES, 2012).

No décimo segundo encontro, apresenta-se a temática “Puerpério” onde é realizada uma dinâmica para as gestantes expressarem seus principais sentimentos, anseios e dúvidas quanto ao período pós-parto. Sendo o período puerperal compreendido como o que se inicia logo após o parto e que termina quando as modificações locais e gerais determinadas pela gestação no organismo materno retornam às condições normais (SANTOS, 2002). Neste período ocorrem adaptações fisiológicas e comportamentais complexas nas mulheres caracterizadas pelos fenômenos involutivos, pelo estabelecimento da lactação, pela adaptação psicológica da mãe e pelo estabelecimento da relação mãe-filho e familiares. Considerando tais modificações e adaptações vivenciadas pela mulher no puerpério, acredita-se na importância de prestar uma atenção bastante peculiar e específica a este período, reconhecendo a individualidade e visando assim um atendimento humanizado concordando com o que preconiza o Ministério da Saúde que “a mulher neste momento, como em todos os outros, deve ser vista como um ser integral, não excluindo seu componente psíquico” (BRASIL, 2005).

Então, estes componentes são trabalhados no curso de gestantes, pois entendemos que não devemos excluir a mulher das informações que consideramos importantes e básicas ao processo de maternagem, de forma que a sensibilização destas faz com que possamos estar divulgando cada vez mais esta experiência. É importante ressaltar que trabalhar com formação de grupos é algo difícil, que exige persistência do profissional e que nestas experiências nós tentamos também mostrar para os nossos alunos e futuros enfermeiros, que promover saúde, tendo como ferramenta a educação em saúde, não é o caminho mais curto, porém é o mais duradouro.

---

## 6. CONCLUSÃO

A partir do exposto, o curso atinge o objetivo de proporcionar educação em saúde para a mulher no ciclo gravídico-puerperal, tendo como referencial a família na consolidação de todas as práticas de promoção da saúde. Conclui-se que os grupos realizados com as gestantes e seus acompanhantes são necessários para a capacitação individual e coletiva, bem como para o aprendizado destes acerca do período gestacional. Pode-se inferir que a realização do curso é favorável para o público alvo e para os facilitadores envolvidos com o processo, pois possibilita a troca de experiências prévias por parte dos participantes e uma melhor qualificação dos palestrantes no que concerne à educação em saúde voltada para o ciclo gravídico-puerperal.

É possível ainda, desmistificar crenças já enraizadas na cultura popular e trabalhar novos conceitos de saúde da mulher e do recém-nascido tornando o processo educativo embasado na literatura científica, possibilitando um cuidado mais humanizado, além de capacitar gestantes e acompanhantes para realizar cuidados adequados durante a gestação, parto e puerpério. O processo de aprendizado compartilhado com outras pessoas na mesma situação estimula e aumenta a troca de experiências e saberes, além de desenvolver o sentimento de altruísmo, a criação de laços e a união entre os participantes. Dessa forma, cria-se uma dinâmica dentro do grupo que incentiva o processo de identificação e fortalece a capacitação tanto individualmente quanto coletivamente.

Além disso, o curso reforça a ideia da extensão para a criação de vínculos entre os profissionais, a unidade de saúde e a comunidade. Na prática da Enfermagem, o cuidado voltado para uma abordagem holística e humanizada faz-se necessário e essencial para uma assistência profissional diferenciada, bem como contribui para uma formação e processo de ensino-aprendizagem nos espaços acadêmicos.

---

**REFERÊNCIAS**

AZEVEDO, D. S.; REIS, A. C. S.; COSTA, P. B.; FREITAS, L. V.; PINHEIRO, P. N. C.; DAMASCENO, A. K. C. Conhecimento de primíparas sobre os benefícios do aleitamento materno. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, v. 11, p. 53-62, 2010.

BARBOSA, B. N.; GONDIM, A. N. C.; PAIVA, J. S. P.; PITOMBEIRA, H. C. S.; GOMES, L. F. S.; FREITAS, L. V.; FREITAS, L. V.; DAMASCENO, A. K. C. Sexualidade vivenciada na gestação: conhecendo essa realidade. **Revista eletrônica de enfermagem**, v. 13, p. 464, 2011.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Pré-Natal e Puerpério**. Brasília, 2005.

BRASIL. Ministério da saúde. Agita Brasil: Programa Nacional de Promoção da Atividade Física. Brasília, 2002.

CAMPOS, A. C. S.; CARDOSO, Maria Vera Lúcia Moreira Leitão. O recém-nascido sob fototerapia: a percepção da mãe. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto , v. 12, n. 4, Ago. 2004.

CARVALHO, C.C.M; SOUZA, A.S.R; FILHO, O.B.M. Prevalência e fatores associados à prática da episiotomia em maternidade escola do Recife, Pernambuco, Brasil. **AMB Rev Assoc Med Bras**. v.56, n.3, p.333-9, 2010.

CUNHA, A. C. B., SANTOS, C., GONÇALVES, R. M. Concepções sobre maternidade, parto e amamentação em grupo de gestantes. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**; Rio de Janeiro, v.64, n.1, p. 139-155, 2012.

DIANA, B.; FRANCES, G.; SUSAN, G.; PHYLLIS, L. Save the Children Federation. Saving Newborn Lives. Manual de consulta para cuidados ao recém-nascido, 2004.

FIGUEIREDO, J.V; FREITAS, V. L; LIMA, T. M; OLIVEIRA, A. S; DAMASCENO, A. K. C. Promovendo a autoridade e o poder da gestante: uma atividade da enfermagem na construção da cidadania. **Enfermagem em Foco**; v.1, n.3, p.124-128, 2010.

FONSECA, L. M. M. et al . Cartilha educativa para orientação materna sobre os cuidados com o bebê prematuro. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto , v. 12, n. 1, Fev. 2004.

GOMES, L. F. S.; COSTA, C. C.; REBOUCAS, C. B. A.; PINHEIRO, P. N. C.; VIEIRA, N. F. C.; DAMASCENO, A. K. C. Reflection on the Promotion of Health in the Context the Program Humanization Prenatal and Birth. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, v. 6, p. 1721-1728, 2012.

GONDIM, A. N. C.; OLIVEIRA, A. S.; DAMASCENO, A. K. C.; BARBOSA, B. N.; PITOMBEIRA, H. C. S.; MORAES, J. L. Epidemiology of Mothers Submitted to Serological Test For Syphilis. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, v. 6, p. 2086-2092, 2012.

HOGA, L. A. K.; REBERTE, L. M. Pesquisa-ação como estratégia para desenvolver

- grupo de gestantes: a percepção dos participantes. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, 2007; 41(4).
- KLEIN, M. M. de S.; GUEDES, C. R. Intervenção Psicológica a Gestantes: Contribuições do Grupo de Suporte para a Promoção da Saúde. **Psicologia ciência e profissão**, 2008, 28 (4), 862-871.
- LECH, M. B.; MARTINS, P. C. R. Oscilações do desejo sexual no período gestacional. **Estud. psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 20, n. 3, Dez. 2003.
- MARTINS, C. P.; TAPIA, C. E. V. A pele do recém-nascido prematuro sob a avaliação do enfermeiro: cuidado norteando a manutenção da integridade cutânea. **Rev. bras. enferm.**, Brasília, v. 62, n. 5, Out 2009.
- PEIXOTO, C. R.; LIMA, T. M.; COSTA, C. C.; FREITAS, L. V.; OLIVEIRA, A. S.; DAMASCENO, A. K. C. Perfil das Gestantes Atendidas no Serviço de Pré-Natal das Unidades Básicas de Saúde de Fortaleza-Ceará. **REME. Revista Mineira de Enfermagem**, v. 16, p. 171-177, 2012.
- PEREIRA, M. M. Q.; MOURA, E. R. F.; LOPES, M. V. O.; DAMASCENO, A. K. C. Prevalência de nutrição desequilibrada em gestantes: mais que as necessidades corporais. *Acta Paulista de Enfermagem (UNIFESP. Impresso)*, v. 25, p. 560-566, 2012.
- SANTOS, E. K. A. Puerpério normal. In OLIVEIRA, E. de; MONTICELLI, M.; BRÜGGEMANN, O. M. (Org). *Enfermagem obstétrica e neonatológica: textos fundamentais*. 2ª ed. Florianópolis: Cidade Futura, 2002, p. 117 - 133.
- SILVA, D. D. F.; LIMA, D. L.; ROSITO, D. B.; RIBEIRO, S. M. F.; FIGUEIREDO, M. C. Percepções e saberes de um grupo de gestantes sobre aleitamento materno – um estudo qualitativo. **Revista da Faculdade de Odontologia**, v. 13, n. 2, p. 7-11, maio/agosto 2008
- SPINDOLA, T.; PROGIANTI, J. M.; PENNA, L. H. G. Opinião das gestantes sobre acompanhamento da enfermeira obstetra no pré-natal de um hospital universitário. **Cienc. enferm.** 2012, vol.18, n.2, p. 65-73.
- TAVARES, J. S.; MELO, A. S. O.; AMORIM, M. M. R et al. Padrão de atividade física entre gestantes atendidas pela estratégia saúde da família de Campina Grande - PB. **Rev. bras. epidemiol.** 2009, vol.12, n.1, p. 10-19.
- VITOLO, M. R.; BUENO, M. S. F.; GAMA, C. M. Impacto de um programa de orientação dietética sobre a velocidade de ganho de peso de gestantes atendidas em unidades de saúde. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet.**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 1, Jan. 2011.
- ZAMPIERI, M. F. M.; GREGÓRIO, V. R. P.; CUSTÓDIO, Z. A. O.; REGIS, M. I.; BRASIL, C. Processo educativo com gestantes e casais grávidos: possibilidade para transformação e reflexão da realidade. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, vol. 19, n. 4, p. 719-27, out-dez. 2010.