

EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE MODIFICAÇÕES DO CORPO FEMININO NA GESTAÇÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

XXVIII Encontro de Extensão

Mylena Oliveira Pititinga Lima, Bruna Colaço Bonfim Braz, Adriana Araujo Oliveira, Germana Paz Lima, Marcella Rocha Tavares de Souza, Ana Kelve de Castro Damasceno

INTRODUÇÃO: A gravidez é uma fase repleta de descobertas, na qual envolve modificações no corpo feminino que pode trazer insegurança, medo, comparações com outras mulheres se não houver um conhecimento prévio. Conhecer essas mudanças e entender suas funções é uma das formas de preparar a mulher para a gestação. **OBJETIVO:** Descrever a atividade de extensão realizada sobre o tema modificações do corpo feminino na gestação e sua importância. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, realizado no mês de agosto de 2019 em uma unidade de saúde de atenção primária, em Fortaleza-CE, durante um curso de gestantes. A extensão contou com a participação de 5 gestantes e 2 acompanhantes. A atividade foi dividida em duas etapas, na primeira etapa foi perguntado as participantes o conhecimento sobre o tema e quais mudanças já foram perceptíveis, incentivando a troca de informações. Já no segundo momento foi feito a abordagem do tema “modificações do corpo feminino” e suas particularidades, com a utilização de slides e de projetor para apresentação. **RESULTADOS:** Durante a realização do primeiro momento, foi observado o compartilhamento de informações que as gestantes trocavam, as mesmas puderam notar que cada mulher percebe uma modificação diferente em relação a outra e que as transformações corporais não incomodam da mesma forma. Já na abordagem do tema e suas particularidades, as gestantes e os acompanhantes se mostraram atenciosos conforme as alterações apareciam de acordo com a idade gestacional, como o aumento da frequência urinária, mudança na postura, dores lombares, náuseas e vômitos, aumento das mamas, ficando atentos e correlacionando a mudança ocorrida no corpo com a gravidez. **CONCLUSÃO:** Esclarecer as mulheres a respeito das mudanças fisiológicas que acontecem na gravidez é uma das formas de prepará-las para o melhor enfrentamento das mudanças ocorridas, estimulando para promoção de atitudes saudáveis e prevenção de agravos à saúde.

Palavras-chave: MODIFICAÇÕES. GESTAÇÃO. EDUCAÇÃO EM SAÚDE. MULHERES.