



# Gravidez, parto e puerpério: conversando com gestantes e familiares

**Sidnéia Tessmer Casarin**  
*stcasarin@gmail.com*<sup>1</sup>

**Raquel Cagliari**  
*cagliariraquel01@gmail.com*<sup>2</sup>

**Caroline Ramos Rosado**  
*carolramosrosado@gmail.com*<sup>3</sup>

**Cristina do Amaral Machado**  
*cris\_do\_amaral@hotmail.com*<sup>4</sup>

---

1 Professora Adjunta do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL).

2 Discente do décimo semestre do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL).

3 Discente do décimo semestre do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL).

4 Discente do décimo semestre do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL).

## RESUMO

Objetiva relatar a execução de um curso para gestantes e familiares realizado em uma unidade de saúde no município de Pelotas/RS. O curso foi desenvolvido em cinco encontros que trataram das modificações corporais e desenvolvimento fetal, parto, trabalho de parto e direitos das gestantes, amamentação e cuidados com o recém-nascido e puerpério. As atividades foram avaliadas como relevantes pelos participantes, além de propiciar aos discentes a interação dos conhecimentos adquiridos na academia.

**Palavras-chave:** Educação em saúde. Gravidez. Puerpério. Enfermagem.

## ABSTRACT

It aims to report the execution of a course for pregnant women and their family members held in a health unit in the city of Pelotas/RS. The course was developed in five meetings that dealt with the corporal modifications and fetal development, childbirth, labor and pregnant women rights, breastfeeding and newborn care and puerperium. The activities were evaluated as relevant by the participants, besides offering the students the interaction of the knowledge acquired in the academy.

**Keywords:** Health education. Pregnancy. Postpartum period. Nursing.

## 1 Relato de experiência

Considera-se que o período gravídico puerperal é permeado por importantes mudanças físicas, biológicas, psíquicas, sociais e familiares as quais são vivenciadas não somente pelas mulheres, mas também por toda teia social que compõe a sua rede de apoio. A assistência pré-natal de qualidade é fator essencial nesse período, uma vez que é capaz de promover a saúde da mãe e do recém-nascido, prevenindo complicações e evitando a mortalidade materna e neonatal.

O Ministério da Saúde preconiza a realização de no mínimo seis consultas de pré-natal para a garantia de uma assistência qualificada, contudo, estudos indicam que o número de consultas não garante que as gestantes recebam todas as informações relevantes a sua condição ou que expandam seus conhecimentos para além do senso comum (BRASIL, 2012; MARTINS et al., 2015). Além do mais, apontam para a importância da instrumentalização dos familiares que serão sua rede de apoio para que credices e mitos não sejam replicados de forma a prejudicar a mãe e o bebê (BIANCHINI; KERBER, 2010).

Pensando em proporcionar acesso à informação sobre o período da gravidez, parto e puerpério a partir do desenvolvimento de práticas de educação em saúde, que visam a troca de conhecimentos entre profissionais de saúde, gestantes e familiares em busca do empoderamento e do protagonismo frente ao processo de gestar e nascer, foi pensado o projeto de extensão “Bebê a Bordo: conversando com gestantes e famílias sobre gravidez, parto e puerpério”, o qual desenvolve atividades de promoção da saúde para mulheres e familiares que vivenciam o período gravídico-puerperal. O projeto está ligado à Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) e suas atividades iniciaram no primeiro semestre do ano de 2018 em duas Unidades Básicas de Saúde (UBS) da periferia urbana do município de Pelotas/RS. Sendo assim, este trabalho tem por objetivo relatar as atividades do projeto de extensão supracitado a partir do desenvolvimento de um Curso de Gestantes em uma das UBS palco das ações do projeto de extensão.

A unidade básica de saúde está localizada na periferia urbana (região oeste) do município de Pelotas. É composta por três equipes da Estratégia de Saúde da Família (ESF), uma equipe de saúde bucal, um profissional do serviço social, uma fisioterapeuta, uma farmacêutica e uma auxiliar de farmácia, além dos funcionários da higienização. A população total da área de abrangência da UBS é de 5.263 usuários, residentes em 2.947 imóveis. Em relação às características dos usuários da UBS o sexo predominante é o feminino (57,7%), autodeclarados brancos (75,4%) e possuem renda familiar predominante de dois salários mínimos (28,4%). Destaca-se que, no momento da realização das atividades do curso de gestantes, existiam em torno de 27 gestantes e puérperas cadastradas na UBS (PELOTAS, 2018).

O curso de gestantes foi desenvolvido em cinco encontros ocorridos nas segundas-feiras à tarde, do mês de novembro e dezembro de 2018, na sala de reuniões da UBS. Para sua operacionalização inicialmente foram elaborados cartazes e convites que foram distribuídos na comunidade pelos agentes comunitários de saúde e também pelos demais membros da equipe de ESF durante as consultas de pré-natal e de enfermagem. Todas as gestantes cadastradas na UBS foram convidadas a participar, assim como seus familiares. Com a finalidade de propiciar conforto e acolhimento, em todos os encontros, antes da atividade de educação em saúde, a sala de reuniões era arrumada para a ocasião, ficando à disposição água e lanches para as participantes.

As atividades de educação em saúde foram desenvolvidas por três discentes do nono semestre do

curso de Enfermagem da UFPEL e pela professora coordenadora do projeto. Os encontros tiveram duração média de 90 minutos cada um. A seguir são descritas as atividades realizadas em cada um dos encontros:

**Encontro 1:** No primeiro momento do encontro, ocorreu a apresentação da proposta do curso às participantes e após as discentes se apresentaram às mesmas. Então foi solicitado que cada uma das gestantes se apresentasse dizendo seu nome, número de filhos e quantas semanas de gestação estavam no momento. No momento posterior, foi fornecido lápis de cor e papel ofício, sendo então solicitado que as participantes gestantes se desenhasssem, retratando como estavam se vendo grávidas, como se sentiam atualmente e também como imaginavam que estava o bebê intraútero naquele momento. Os familiares que acompanhavam também foram convidados a participar da construção do desenho (Figura 1). Após foi proferida a palestra sobre as modificações corporais e desenvolvimento fetal com exposição de material visual. Durante a apresentação as gestantes e seus acompanhantes fizeram perguntas e comentários sobre suas vivências, dúvidas e crenças. Ao final da palestra foi solicitado que as gestantes mostrassem seus desenhos, comparando-os com o que havia sido discutido na palestra.



**Figura 1:** Desenhando como se veem grávidas - atividade realizada no primeiro encontro.  
**Fonte:** Acervo fotográfico do projeto de extensão “Bebê a Bordo: conversando com gestantes e famílias sobre gravidez, parto e puerpério”.

**Encontro 2:** No segundo encontro o tema abordado foi trabalho de parto, parto e direitos da mulher. Inicialmente as gestantes falaram um pouco sobre suas expectativas em relação ao parto; sendo elas de experiências anteriores ou também sobre expectativas quanto ao tipo de parto; após foi realizada a apresentação de slides sobre o tema os quais traziam informações sobre os tipos de parto, sinais de trabalho de parto, parto humanizado e técnicas para redução da dor, plano de parto e direitos da parturiente. No final, foi realizada discussão com as gestantes e seus familiares sobre as dúvidas e crenças no processo de parturição.

**Encontro 3:** No terceiro encontro foram abordados os temas da amamentação e dos cuidados com o recém-nascido. Após a apresentação dos participantes, foi questionado às gestantes suas experiências em relação aos temas. Após foi realizada oficina com exposição de material visual, a partir de slides, abordando a importância do aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida, pega correta, manejo de problemas comuns na amamentação e técnica da auto-ordenha e acondicionamento do leite materno. Na oficina, foi demonstrado, por meio de boneco e do ‘avental da amamentação’, o posicionamento correto do recém-nascido (Figura 2), a técnica da auto-ordenha e do shaking. Essa última consiste em balançar as mamas a partir de movimentos contínuos, rápidos, porém delicados. Desta forma o leite materno, contido no interior dos ductos e alvéolos movimentam-se e fluidificam-se, favorecendo, assim a ejeção (VIEIRA, 2013).



**Figura 2:** Demonstração do posicionamento correto do recém-nascido na amamentação – atividade realizada no terceiro encontro.

**Fonte:** Acervo fotográfico do projeto de extensão “Bebê a Bordo: conversando com gestantes e famílias sobre gravidez, parto e puerpério”.

Também foi demonstrado, com utilização do boneco, o banho do recém-nascido (Figura 3), os cuidados com o coto umbilical e a manobra de Heimlich, a qual deve ser realizada para desengasgar o bebê.



**Figura 3:** Demonstração do banho do recém-nascido – atividade realizada no terceiro encontro.

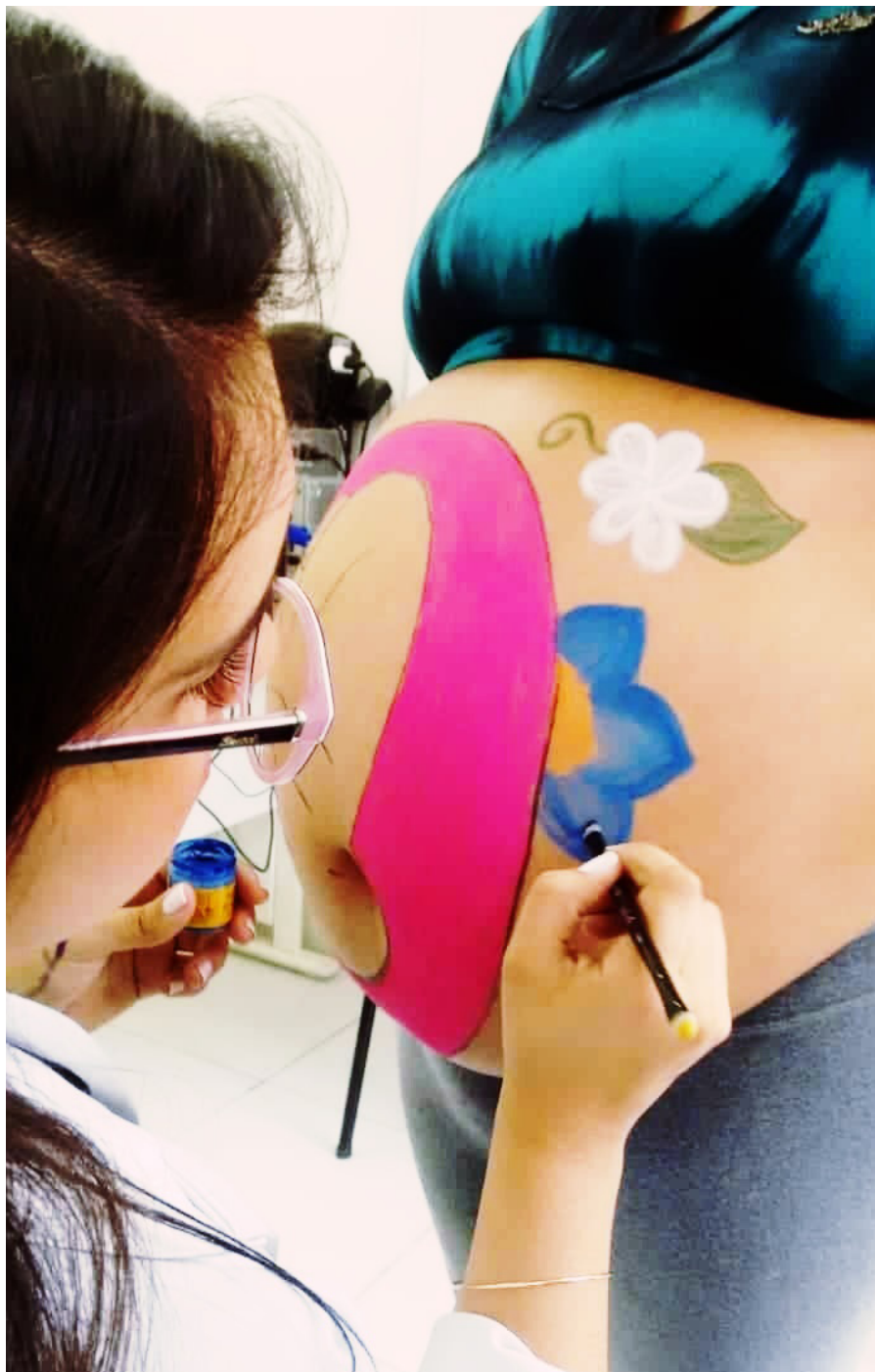
**Fonte:** Acervo fotográfico do projeto de extensão “Bebê a Bordo: conversando com gestantes e famílias sobre gravidez, parto e puerpério”.

**Encontro 4:** Neste encontro foi abordado o puerpério e o planejamento familiar. Como de costume, todos se apresentaram e falaram um pouco sobre como pensam em planejar suas famílias a partir dessa gravidez. Também comentaram sobre os métodos contraceptivos que já utilizaram. Após foi realizada palestra com exposição de material visual. Sobre o puerpério, foi abordada a importância da realização da consulta até o 42º dia pós-parto, blues e depressão pós-parto, assim como os principais problemas de saúde nesse período. Também foram apresentados os métodos contraceptivos compatíveis com a amamentação e a correta forma de uso. As dúvidas foram respondidas durante a apresentação.

**Encontro 5:** O quinto e último encontro foi estruturado para ser uma atividade lúdica apenas. Nesse encontro as discentes realizaram a pintura gestacional (ou pintura no ventre materno) (Figura 4). Para essa atividade, foram realizadas as manobras de Leopold Ziegel para verificação da posição fetal ou então, para aquelas que tinham realizado ultrassonografia obstétrica há poucos dias, foi solicitado que elas contassem



como o bebê estava localizado. Também foi questionado o tema que mais gostavam quando pensavam no bebê, o nome e de onde surgiu a escolha, como descobriram que estavam grávidas e quais suas expectativas quanto ao nascimento e uma nova vida com seus filhos. Ao final da atividade foi realizado o encerramento do curso, sendo que todos os presentes foram convidados a falar sobre suas impressões, fazendo uma avaliação das atividades realizadas e sugestões.



**Figura 4:** Pintura gestacional ou pintura no ventre materno – atividade realizada no quinto encontro.  
**Fonte:** Acervo fotográfico do projeto de extensão “Bebê a Bordo: conversando com gestantes e famílias sobre gravidez, parto e puerpério”.

Em todos os encontros foi sorteado um pacote de fraldas entre as gestantes que permaneceram até o final da atividade. No quarto encontro foi sorteado um enxoval, entre as participantes com maior assiduidade, e entregue um pequeno kit para a limpeza do coto umbilical para todas as gestantes presentes. Esses materiais foram adquiridos a partir de doações.

As participantes avaliaram as atividades como muito boas e relevantes para a vivência de suas gestações. No período após a finalização do curso, foi possível observar que as gestantes apresentavam um maior protagonismo nas suas vivências, além de terem procurado a maternidade para uma visita antes do parto. Na atenção ao pós-parto, foi verificado o comprometimento delas com a amamentação e a segurança com o manejo do recém-nascido.

Contudo, verificou-se que o alcance das gestantes foi baixo, visto que, nos cinco encontros participaram, com mais de 75% de frequência, apenas cinco gestantes e três familiares (uma avó e dois pais). Contudo, a baixa adesão à atividade pode estar relacionada com as características da comunidade, uma vez que a ESF está implantada no bairro há menos de um ano e anteriormente atividades desse cunho não eram realizadas. A literatura também aponta que as atividades de educação em saúde realizadas em forma de grupos de gestantes nem sempre são ofertadas e, quando são, costumam ter baixa adesão. Contudo, em municípios que hospedam universidades, essa realidade pode ser mudada, uma vez que há um comprometimento com Ensino, Pesquisa e Extensão (GARCIA et al, 2018). Além do mais, a maior parte das gestantes exercem alguma atividade remunerada, fato este que pode impedi-las de comparecer a ações dessa natureza em horário comercial, que é o horário de funcionamento da UBS. Nesse sentido, considera-se relevante realizar estudos que abordem a problemática assim como investir em mais divulgação na realização desse tipo de atividades.

Também se faz importante considerar que esta atividade serviu como piloto para o projeto de extensão, uma vez que o curso foi ofertado pela primeira vez na UBS, sendo assim possível redesenhar a forma de abordagem incluindo a participação de profissionais de outras áreas com vistas à transe e interdisciplinaridade. Além do mais, foi possível identificar o potencial de curricularização da prática extensionista, pois as ações desenvolvidas integraram conteúdos de disciplinas básicas do curso de Enfermagem (anatomia, embriologia e fisiologia) além de conteúdos específicos (Enfermagem na saúde coletiva e na saúde da mulher e da criança) que, na UFPEL, compõem atualmente os componentes curriculares do 2.<sup>o</sup> 3.<sup>o</sup> e do 7.<sup>a</sup> semestres (UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS, 2013).

Para as discentes, o curso fortaleceu a relação teoria/prática ressaltando a importância de praticar o que foi ensinado durante a graduação. Além disso, poder estar em contato com ações de educação em saúde enriqueceu a vivência das práticas curriculares das discentes, uma vez que foi possível identificar o papel de educador do enfermeiro e sua importância.

## Referências

BIANCHINI, Cristiane de Oliveira; KERBER, Nalu. **Mitos e crenças no cuidado materno e do recém-nascido**. Vittale, v. 22, n. 2, p. 35-50, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Atenção ao pré-natal de baixo risco**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2012.

MARTINS, Quitéria Pricila Mesquita Martins et al. **Conhecimento de gestantes no pré-natal: evidências para o cuidado de enfermagem**. Sanare, v. 14, n. 2, p. 65-71, jul/dez 2015.

GARCIA, Estefânia Santos Gonçalves Felix et al. **As ações de enfermagem no cuidado à gestante: um desafio à atenção primária de saúde**. Revista online de pesquisa cuidado é fundamental, v. 10, n.3, p. 863-870, jul/set. 2018.

PELOTAS. Secretaria Municipal de Saúde. **Sistema de informação da atenção básica**. E-SUS atenção básica local. 2018.

VIEIRA, Ana Cláudia Garica et al. A **técnica do shaking no manejo do ingurgitamento mamário**. In: Anais do V Congresso Brasileiro de Enfermagem Pediátrica e Neonatologia, 2013.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS. Faculdade de Enfermagem. **Projeto pedagógico do curso de enfermagem**. 2013.