

EXPERIÊNCIA DO USO DAS MÍDIAS DIGITAIS COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA GESTANTES

Marcia Mesquita Guimarães¹

Camila Chaves Da Costa²

RESUMO

A presente ação, faz parte do Projeto de Bolsa de Extensão, Arte e Cultura através do Grupo de Ensino Pesquisa e Extensão para Promoção de Saúde Sexual e Reprodutiva, na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-brasileira (UNILAB) com o intuito de empoderar gestantes com a educação em saúde. Desta forma foi desenvolvida uma ação que visa encontros que formam o espaço para sanar as questões inerentes ao período gestacional. A partir da atual necessidade comunicativa social foi desenvolvido o Curso online: gestar, parir e maternar com qualidade, o projeto inicial se desenvolveu presencialmente, no entanto no período de pandemia do Covid-19 foi necessário inovar as formas de disseminação do conhecimento em saúde. Realizado para a comunidade do Maciço de Baturité e Fortaleza, o curso foi ministrado para nove gestantes, onde foi aplicado um questionário pré teste com o intuito de avaliar o conhecimento prévio das participantes e um pós-teste depois da aplicação das 10 aulas trabalhadas nos encontros, na intenção de fazer um comparativo acerca do conhecimento pré curso e pós curso online. Das onze inscritas nove compareceram a primeira aula e a prevalência foi de 80% das inscritas nas aulas seguintes, aparecendo esporadicamente quando desejavam, duas das nove compareceram a todos os encontros de forma assídua. Ao aplicar-se o pós-teste foi visualizado a prevalência de dúvidas de cerca de 80% das participantes nos quesitos: mudanças corporais e atividades físicas (peso e retenção de líquidos nos membros inferiores) durante a gestação, introdução a alimentação do bebê, higiene do bebê, pega correta no aleitamento e cuidados com os seios para a amamentação. Observou-se que a forma remota foi produtiva para as participantes envolvidas levando em consideração o momento de pandemia.

Palavras-chave: Enfermagem Obstétrica; Educação em Saúde; Promoção da Saúde; Mídias digitais.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Campos das Auroras, Discente,
mmesquitaunilab@gmail.com¹

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Campus das Auroras, Docente,
camilachaves@unilab.edu.br²

INTRODUÇÃO

A gestação é um evento no qual a mulher passa consideráveis ajustes físicos e psicológicos, mudanças significativas tanto corporais para acomodar o feto em crescimento, como emocionais devido às alterações hormonais desse período, sendo marcado por diferentes sentimentos de ambivalência, tais como alegria, medo e ansiedade. Demonstrando a necessidade de um acompanhamento por profissionais qualificados e que considerem todo esse contexto biopsicossocial da gestante e de seu companheiro. No entanto, tais transformações, na maioria das vezes, não são explicadas durante o acompanhamento pré-natal, visto que a burocracia e os anseios para saber sobre a saúde do bebê tornam-se prioridades durante as consultas (TEIXERA et al., 2016).

Contudo, apesar da cobertura da assistência pré-natal ter um crescimento nas últimas décadas no âmbito nacional, ainda existem diversos desafios, sendo o maior deles a garantia de uma assistência de qualidade. A cobertura da assistência pré-natal está praticamente universal, mas persistem desigualdades no acesso ao cuidado adequado, que teria potencial de reverter os indicadores de morte materna, neonatal e perinatal ainda observados no país. Estratégias voltadas para as populações socialmente menos favorecidas são essenciais para facilitar o ingresso precoce no pré-natal e o contato com os serviços de saúde, garantindo a realização de cuidados efetivos em saúde (NUNES et al., 2017).

Ademais, ressalta-se a importância de promover ações educativas durante a assistência pré-natal, possibilitando espaços de trocas de conhecimentos, experiências e tira dúvidas entre as gestantes, promovendo uma melhoria no conhecimento, mudanças de hábitos, adoção de práticas saudáveis e preparo para a vivência de uma gestação, parto, puerpério e cuidados com o bebê de forma saudável, ajudando a mulher a desenvolver autoconfiança, para viver as etapas do ciclo gravídico-puerperal com menos riscos de complicação para o binômio mãe-filho.

Na perspectiva de atuar diretamente na prevenção das complicações pertinentes à gestação, o Ministério da Saúde aponta a importância de gestantes e acompanhantes terem contato com atividades de educação e compartilharem dúvidas e experiências que normalmente não são discutidas em consultas formais (BRASIL, 2016).

Visando esclarecer as dúvidas pertinentes ao período gravídico e puerperal e conhecendo o papel do profissional de enfermagem como educador na APS, a ação de extensão consiste na realização de um curso educativo acerca dos aspectos pertinentes ao ciclo gravídico puerperal voltado para gestantes residentes no Maciço de Baturité, nos municípios mais próximos da UNILAB, dentre eles Baturité, Aracoiaba, Acarape, Redenção e Barreira, e residentes no município de Fortaleza-CE, objetivando promover um gestar, parir e maternar conscientes e saudáveis. São realizados encontros online no modelo de oficinas, roda de conversa com a finalidade de promover o compartilhamento de conhecimentos atuais acerca da temática, gerar momentos de troca de experiências e sanar as dúvidas das participantes, contribuindo para a vivência de uma gestação, parto, amamentação e cuidados com o recém-nascido de forma saudável.

METODOLOGIA

A presente ação faz parte das atividades desempenhadas pelo GRUPO DE PESQUISA E EXTENSÃO PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE SEXUAL E REPRODUTIVA (PROSSER) do Curso de Enfermagem da UNILAB. Esta atividade de extensão foi composta por estudos acerca da temática, confecção do instrumento para a coleta dos dados antes e após o curso, realização de oficinas educativas acerca do ciclo gravídico-puerperal online, avaliação e organização de dados. O Curso online: gestar, parir e maternar tem

como objetivo instruir gestantes por volta do primeiro ao segundo trimestre da gestação em dúvidas e particularidades advindas da singularidade que é o período gestacional na vida da mulher. O mesmo foi desenvolvido em dez encontros com tópicos do mês de março a agosto de 2022 (com a duração de cerca de uma hora). Devido a situação da exposição ao vírus da COVID-19 as aulas foram ministradas de forma remota, reinventando a possibilidade de trabalhar com a população que outrora se encontrava em ambientes do serviço público da comunidade, como o CRAS de Redenção-CE, onde ocorreu a primeira implementação do curso para gestantes de forma presencial. Foram encontrados desafios em promover a ação devido a necessidade de inovar as oficinas de forma remota em contrapartida da importância da disseminação de conhecimento em saúde nos espaços públicos. No entanto a modalidade remota foi produtiva para a realização da atividade como uma nova forma de interação humana dando continuidade as práticas antes presenciais.

Os encontros online aconteciam as quintas feiras das quinze horas as dezesseis, geralmente de quinze a vinte dias de um encontro para o outro. Desta forma, as gestantes eram comunicadas através do Instagram Ser mãe UNILAB, que foi a ferramenta principal desenvolvida para divulgar o curso, os horários e assuntos pertinentes aos encontros. Também foi utilizada a ferramenta WhatsApp para uma comunicação mais rápida e como local de tira dúvidas de forma imediata. Ao todo foram ministrados dez encontros, com a ajuda de duas colaboradoras para a apresentação de conteúdos, as temáticas abordadas foram: compreendendo a gestação, autoestima e sexualidade; direitos da mulher durante a gestação; violência obstétrica; pré-natal; atividade física; nutrição na gestação; trabalho de parto e parto; cuidados com o recém-nascido; amamentação e puerpério. Primeiramente foi aplicado o questionário pré teste com a intenção de ter acesso ao conhecimento prévio das participantes sobre o ciclo gravídico puerperal, juntamente com o termo preenchido concordando com a participação nos testes e curso. No último encontro foi aplicado o mesmo questionário, no entanto na categoria de pós teste e disponibilizado no WhatsApp para as participantes inscritas que compareceram aos encontros mesmo que de maneira não assídua. A ação ocorreu através de cinco fases: 1- busca ativa das gestantes em unidades do município de Redenção e Acarape e divulgação nas redes sociais e locais públicos, 2- estudo e aprimoramento das oficinas a serem apresentadas, bem como a escolha dos colaboradores (ocorreu junto a primeira), 3- criação do instrumento pré teste e pós teste, em base dos temas a serem abordados na ação; 4- implementação da ação visando o aprimoramento do conhecimento das gestantes favorecendo uma gestação, parto e puerpério saudável.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um total de nove (9) gestantes participaram dos encontros e testes, o questionário pré teste refletiu em dúvidas nos quesitos: mudanças fisiológicas do corpo e cuidados com o recém-nascido. Essas dúvidas foram externalizadas durante o curso com perguntas e comentários como: “quais os melhores alimentos para começar a dar a ele?”, “por quê meus pés ficam inchados?”, “não mudei o peso na gestação, isso é normal?”. Ao final dos encontros e explanação isso trouxe uma mudança de hábitos quando possível e favorável a melhoria das práticas na gestação das participantes, como a implementação de caminhada autorizada pelo médico a gestante que não estava pondo em prática, mas ao ser estimulada levou a uma melhoria no “inchaço das pernas”. 100% das nove participantes concordaram no pós teste com a relevância do curso ministrado para o aporte científico das mesmas melhorando suas práticas a partir do momento que começaram a compreender e refletir sobre as alterações biológicas, psicológicas e sociais que estavam vivenciando no momento.

Foi possível observar que as participantes que iniciaram o curso no primeiro trimestre de

gestação também foram as que inicialmente não compareciam assiduamente aos encontros devido aos relatos de adaptação as alterações fisiológicas que estavam vivendo, relatando enjoos frequentes, dor de cabeça, cansaço e sensibilidade a exposições a telas por tempos prolongados a 50 minutos. No entanto ao decorrer dos encontros ficaram mais assíduas.

CONCLUSÕES

A presente ação, portanto, revelou resultados positivos para as participantes. Percebeu-se ótimo aproveitamento e satisfação quanto aos assuntos abordados, quanto a troca de experiências entre as participantes e facilitadores, quanto as informações repassadas e que as mesmas ajudaram na prática diária no cotidiano das gestantes. Foi possível constatar que as participantes adquiriram conhecimento sobre os assuntos pertinentes ao ciclo gravídico-puerperal de maneira satisfatória e apresentaram-se, ao final, empoderadas. Com base nos resultados da atividade, ficou evidenciado que os estudantes e profissionais de saúde devem reforçar seus atendimentos com esse público, devido a singularidade deste período na vida da mulher sendo um processo de transformações e que com isso surgem muitas dúvidas sobre diversos assuntos. Criar grupos é uma forma para que vínculos possam ser criados e fortalecidos para que as gestantes se sintam mais preparadas e passem por esse processo mais segura de seus atos e responsabilidades.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Adonai o meu único Deus, e ao povo de Israel em terras brasileiras, a comunidade judaica brasileira e cearense por ser luz no mundo guiando-nos através da sagrada Torah. Agradeço a minha orientadora Camila Chaves da Costa pelas orientações, paciência e dedicação. Ao Projeto de Bolsa de Extensão, Arte e Cultura pela oportunidade de realizar esse trabalho e a todos que de alguma forma contribuíram para esta realização.

REFERÊNCIAS

- Ana de Almeida Luis 1 , Aline Santos Monte 2. AULAS PRÁTICAS REMOTAS DE BIOLOGIA CELULAR E MOLECULAR: AVALIAÇÃO DOS DISCENTES DA FARMÁCIA E ENFERMAGEM. Anais da VII Semana Universitária-2020.
- ARAÚJO e REIS, ENFERMAGEM NA PRÁTICA MATERNO-NEONATAL, editora Guanabara Koogan, 1ª edição, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres. Ministério da Saúde. Instituto SírioLibanês de Ensino e Pesquisa. Brasília: Ministério da Saúde; 2016.
- NUNES, A. D. S.; AMADOR, A. E.; DANTAS, A. P. Q. M.; AZEVEDO, U. N. A.; BARBOSA, I. R. Acesso à assistência pré-natal no brasil: análise dos dados da Pesquisa nacional de saúde. Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza, V. 30, n. 3, p. 1-10, jul./set., 2017.
- TEIXEIRA, G. A.; COSTA, F. M. L.; MATA, M. S.; CARVALHO, J. B. L.; SOUSA, N. L.; SILVA, R. A. R. Fatores de risco para a mortalidade neonatal na primeira semana de vida. Rev. pesquis. cuid. fundam. (Online)[Internet], v. 8, n. 1, p. 4036-46, 2016.



VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA

A Universidade pós-isolamento social: desafios, expectativas e perspectivas