



A AÇÃO DOS ACADÊMICOS E RESIDENTES DE ENFERMAGEM NA ASSISTÊNCIA DE SAÚDE DA GESTANTE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Adélia Costa Sampaio¹, Érica dos Santos Navegantes², Lais Araújo Ferreira de Queiroz³, Márcia Farias de Amorim⁴, Maria Suely de Sousa Pereira⁵, Semírames Cartonilho de Souza Ramos⁶

INTRODUÇÃO: O organismo materno na gestação apresenta alterações fisiológicas para proporcionar melhor adaptação ao feto. Há aumento da volemia, diminuição da pressão arterial média, aumento da pressão venosa nos membros inferiores, hipotensão e bradicardia na posição supina, cifose torácica e lordose cervical e lombar, causando desconfortos e dores em certas regiões do corpo¹. Muitos dos desconfortos podem ser minimizados pela prática saudável de atividade física orientada, beneficiando também o processo do parto e nascimento. 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 presta assistência. Com este cuidado, a gestante passa a se sentir fortalecida e consegue construir um corpo de conhecimentos relativos à sua condição, o que contribui para uma vivência mais plena e saudável da gestação, do parto e da maternidade². O cuidado materno é uma prática cotidiana influenciada por valores culturais, sociais, econômicos e educacionais, podendo desta forma ser construída e reconstruída constantemente através de ações de Educação Popular em Saúde. À medida que a mesma visa desenvolver nas mães habilidades para a tomada de decisões na busca de uma melhor qualidade de vida para si e seu conceito, e desta forma desenvolve-se a promoção a saúde materno-infantil. Acredita-se que este projeto promoverá o empoderamento das mulheres para o autocuidado e cuidado com o recém-nascido, o intercâmbio de saberes populares e científicos, a ciência dos direitos que permeiam as Políticas de Saúde Pública, o fortalecimento do aprendizado das gestantes e mediadores, além do desenvolvimento de práticas saudáveis que promoverão a saúde materno-infantil gerando assim um impacto na redução da morbimortalidade materno-infantil. Em trabalho educativo desenvolvido por acadêmicos e residentes do curso de enfermagem da Escola de Enfermagem de Manaus (EEM) da Universidade Federal do Amazonas (UFAM) quando da realização

1. Acadêmica do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam, 7º período. E-mail: adelia.sampaio@hotmail.com

2. Enfermeira residente de obstetrícia da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.

3. Acadêmica do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam, 7º período.

4. Enfermeira residente de obstetrícia da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.

5. Professora doutora do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.

6. Professora doutora do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.

dos Programas Atividade Curricular de Extensão (PACE) tendo como títulos: Grávida Ativa, Parto Feliz e Materna: Conversando Sobre Saúde com a Mulher. **OBJETIVOS:** O presente trabalho tem como objetivo descrever as atividades educativas e atividades físicas vivenciadas por acadêmicos e residentes de Enfermagem, juntamente com mulheres no período gestacional na Maternidade Ana Braga. **DESCRIÇÃO METODOLÓGICA:** Trata-se de um estudo descritivo, utilizando o relato de experiência para descrever as atividades de educação em saúde, desenvolvidas com as gestantes. A atividade curricular foi concretizada através de dois momentos: No primeiro momento, os acadêmicos e residentes se reuniram para determinar os temas conforme as necessidades das gestantes e as orientações da coordenadora do projeto, e ainda, os acadêmicos receberam um treinamento da coordenadora do projeto sobre os exercícios físicos que seriam realizados com as gestantes, levando em consideração as alterações ocorridas no período gestacional. Foram feitas as buscas em literaturas sobre os conteúdos que seriam abordados, a elaboração, preparação e organização dos materiais para as atividades e para as dinâmicas com as gestantes e seus acompanhantes. O segundo momento foi caracterizado pela ação educativa, conduzido através de exposição dialogada, dinâmicas, e perguntas, em seguida pelos exercícios físicos. Dentre os temas abordados destacou-se A importância da Atividade Física objeto do presente relato. Considerou-se que o tema despertou a participação da gestante e seu acompanhante sendo recebido com bastante expectativa, interesse e curiosidade, e ainda criando possibilidade de sanar dúvidas existentes de outros temas. **Resultados:** O casal participante demonstrou interesse e interação não somente com o tema abordado, e participativo no momento das atividades físicas, mas com o projeto em si de modo que se propuseram a ajudar não só na divulgação do projeto, mais ainda no apoio de transporte das gestantes interessadas em participar do projeto. Desse modo as estratégias utilizadas proporcionaram uma maior interação entre acadêmicos e os residentes de enfermagem e o casal participante. Um fator limitante foi a falta de participante dificuldade encontrada em função da condução da gestante de sua residência à maternidade onde é realizado o projeto. E ainda a falta de divulgação por ser um projeto realizado na maternidade de referência e não nas Unidades Básicas de Saúde onde lá há uma maior presença de gestantes devido à realização do pré-natal. Desta forma, cabe aos acadêmicos uma melhor divulgação. **Conclusão:** Conforme as atividades foram sendo desenvolvidas, observou-se a necessidade de haver uma atenção não só à

1. Acadêmica do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam, 7º período. E-mail: adelia.sampaio@hotmail.com
2. Enfermeira residente de obstetrícia da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.
3. Acadêmica do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam, 7º período.
4. Enfermeira residente de obstetrícia da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.
5. Professora doutora do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.
6. Professora doutora do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.

gestante, mas também ao seu acompanhante, pois o mesmo compartilha dúvidas semelhantes. E ainda o exercício físico durante a gestação é importante porque contribui para uma gravidez mais saudável e oportuniza mudanças de hábitos no estilo de vida da mulher, além de promover um trabalho sistematizado e multiprofissional com as gestantes. E com essa atitude os acadêmicos de enfermagem ganharam a confiança e credibilidade desse casal. A mulher quando se acha no processo gestacional depara-se com diversas emoções, dúvidas, modificações anatômicas e fisiológicas. As atividades educativas e físicas são uma importante ferramenta na diminuição das vulnerabilidades. Sendo assim este projeto de extensão tem como alvo desenvolver ações educativas que contribuam para a promoção da saúde e bem estar da mulher, neonato e comunidade na perspectiva do *empoderamento* tendo como objetivo o desenvolvimento das pessoas, a construção da autonomia o senso de responsabilidade pela sua própria saúde.

Implicações para a enfermagem: Dessa forma, a enfermagem contribui na promoção e prevenção da saúde gestacional oferecendo às gestantes cuidados e orientações quanto às possíveis formas de cuidar do próprio corpo durante este período, preparando-a para um parto e puerpério mais saudáveis. **Referências:** (1) LOPES, M. A. B. ; ZUGAIB, M. Atividade física na gravidez e no pós-parto. São Paulo: Roca, 2009. (2) Hesler et al. Ações de saúde em grupos com adolescentes gestantes: um relato de experiência. Universidade de Santa Maria. Rio Grande do Sul: 2009.

Descritores: Gestantes, Educação em Saúde, Atividade Física.

Eixo I: O Protagonismo no Cuidar.

1. Acadêmica do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam, 7º período. E-mail: adelia.sampaio@hotmail.com
2. Enfermeira residente de obstetrícia da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.
3. Acadêmica do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam, 7º período.
4. Enfermeira residente de obstetrícia da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.
5. Professora doutora do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.
6. Professora doutora do curso de enfermagem da Universidade Federal do Amazonas/Ufam.