

Evento: XX Jornada de Extensão

**CUIDADOS COM A PELE NA GESTAÇÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE
ESTUDANTES A PARTIR DE UM PROJETO DE EXTENSÃO
UNIVERSITÁRIA¹
SKIN CARE IN PREGNANCY: STUDENTS´EXPERIENCE REPORT FROM A
UNIVERSITY EXTENSION PROJECT**

**Anaís Regina Scapini², Angélica Cristiane Moreira³, Daniela Zeni Dreher⁴,
Suzane Marques Machry⁵, Gabriela Colombi De Lima⁶, Luana Rocha Dall
Oglio⁷**

¹ Projeto de Extensão Universitária Educação em Saúde da Unijuí

² Estudante do Curso de Graduação Tecnólogo em Estética e Cosmética da UNIJUI, bolsista PIBEX/UNIJUI, anaisscapini@hotmail.com

³ Professora Mestre do Departamento de Ciências da Vida da UNIJUI, Orientadora, Coordenadora do Projeto de Extensão, angelica.moreira@unijui.edu.br

⁴ Professora Mestre do Departamento de Ciências da Vida da UNIJUI, Orientadora, extensionista do Projeto de Extensão, dzdreher@gmail.com

⁵ Estudante do Curso de Graduação Tecnólogo em Estética e Cosmética da UNIJUI, voluntário PROAV/UNIJUI, suzi_machry@hotmail.com

⁶ Estudante do Curso de Graduação em Enfermagem da UNIJUI, bolsista PIBEX/UNIJUI, gabrielacolombi@gmail.com

⁷ Professora Especialista do Departamento de Ciências da Vida da UNIJUI, Orientadora, luana.dalloglio@unijui.edu.br

INTRODUÇÃO

O grande desafio da extensão universitária é repensar a relação do ensino e da pesquisa às necessidades sociais, estabelecer as contribuições da extensão para o aprofundamento da cidadania e para a transformação efetiva da sociedade. Este modelo de extensão consiste em prestar auxílio à comunidade, com contribuições que visam melhorar a qualidade de vida dos cidadãos. O entendimento a respeito da relação entre extensão e sociedade, é uma visão fundamental que possibilita a qualidade da assistência prestada para as pessoas (RODRIGUES et al., 2013).

O projeto de extensão universitária "Educação em saúde" prevê ações integradas, estratégias de educação e promoção da saúde, além da prevenção de doenças e agravos. As atividades são desenvolvidas na ótica da atuação multiprofissional e interdisciplinar para a produção da saúde, visando a integração ensino e serviço. Promove um *feedback* com discussões entre a equipe da ESF a qual o projeto está vinculado e integrantes do projeto: docentes e discentes, na busca de qualificar a assistência prestada aos sujeitos, além de envolver crianças, adolescentes, idosos e gestantes da comunidade.

Evento: XX Jornada de Extensão

A experiência descrita neste relato refere-se à atividade realizada com gestantes. A gestação é um período de transformações, tanto no aspecto fisiológico quanto psíquico, e as repercussões variam de gestante para gestante e de acordo com a idade gestacional (DA SILVA et al., 2015).

Dentre as mudanças que acometem o período gestacional, as mais frequentes são no sistema tegumentar. No transcorrer da gestação, todos os sistemas são afetados, e a pele sofre ações multifatoriais como: alterações mecânicas, que facilitam o surgimento das estrias; alterações hormonais, com a manifestações de hiperpigmentação do rosto e falta de manutenção e de proteção da pele (CARNEIRO, AZULAY-ABULAFIA, 2005).

Diante do exposto, o presente trabalho tem por objetivo relatar a experiência de estudantes acerca da avaliação e cuidados da pele de gestantes atendidas por um projeto de Extensão Universitária.

METODOLOGIA

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência realizado por meio do projeto de extensão Universitária intitulado “Educação em Saúde”, do Departamento Ciências da Vida, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUI), que é desenvolvido pelos cursos de Biomedicina, Enfermagem, Estética e Cosmética, Farmácia, Fisioterapia e Nutrição.

Uma das atividades do referido projeto tem como público alvo gestantes vinculadas à uma Estratégia de Saúde da Família do município de Ijuí/RS. Esta ação ocorreu no período de maio a junho de 2019 e foi realizada por meio de visitas domiciliares às gestantes. Nestas visitas realizou-se uma avaliação baseada em um questionário organizado a partir da Caderneta da Gestante do Ministério da Saúde, o qual aborda aspectos relacionados à nutrição, medicamentos, patologias, informações referentes a gestações anteriores e possíveis intercorrências, além de estado emocional.

No mês de abril de 2019 havia onze gestantes vinculadas à ESF na qual o projeto está adstrito. Todas foram contatadas via telefone e seis se dispuseram a receber a visita domiciliar, as demais informaram não haver disponibilidade e/ou desinteresse.

A atividade de extensão Educação em Saúde possui um projeto de pesquisa que foi submetido à análise do Comitê de Ética em Pesquisa da UNIJUI e obteve aprovação sob parecer consubstanciado nº 3.104.922/2019. Este relato de experiência contempla ações propostas no referido projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Por meio do questionário aplicado às gestantes foi possível avaliar a pele, os cuidados e as condições de saúde das mesmas. Foi constatado que todas as visitadas apresentaram a pele com nível adequado de hidratação. Dentre elas, 66,6%, fazem uso de cremes/óleos, com o propósito de evitar o aparecimento das estrias, contudo, 33% apresentaram estrias, apesar dos cuidados com

Evento: XX Jornada de Extensão

cosméticos e 16,6% notaram o aparecimento das mesmas durante a gestação.

As estrias tem formação multifatorial, sendo elas de ordem hormonal ou mecânica. Durante a gravidez, com o crescimento do feto e o aumento de peso da mãe, a pele sofre um estiramento, fazendo que haja uma ruptura nas fibras de colágeno e elastina. Apesar de benignas, estas alterações cutâneas são por vezes motivo de preocupação e de procura de resolutividade (HERNANDEZ; FRESNEL, 1999; URASAKI, 2010).

Na gestação, essas afecções, outras patologias e variações de origem hormonal são comuns. A maioria das gestantes apresentam alterações cutâneas durante a gravidez. Estas modificações, levam a manifestações como a hiperpigmentação, alterações dos vasos, alterações do tecido conjuntivo e dos anexos (BRÁS et al., 2015).

Como forma de prevenção, principalmente das estrias, são utilizados os cremes e os óleos, que atuam repondo a água perdida, formando uma barreira que impede a perda de água para o ambiente, possibilitando uma pele hidratada e saudável. Estes cosméticos também podem apresentar outros benefícios, tais como, perfumar, amaciar, prevenir o envelhecimento e, quando adicionados de filtros solares protegem a pele da radiação ultravioleta (FOGAÇA, 2019).

Relacionado a classificação do fototipo da pele das gestantes: 33,3% apresentam fototipo II (branca e sempre queima), 33,3% apresentam fototipo IV (morena moderada), 16,6% apresentam fototipo I (branca e nunca bronzeia) e 16,6% apresentam fototipo III (morena clara). Referente ao uso do protetor solar, 66,6% das gestantes relataram que usam esporadicamente e 33,3% não usam. Percebeu-se que hábitos inadequados são comuns à maior parte das gestantes visitadas, especialmente os relacionados ao não uso de protetor solar.

Para Purim e Avelar (2012) as medidas de fotoproteção são procedimentos essenciais na prevenção e manutenção das alterações cutâneas, principalmente das hiperpigmentações na face, conhecidas como melasmas.

Durante as visitas às gestantes foram feitas algumas orientações, dentre elas: a importância do uso do protetor solar meia hora antes de se expor ao sol, e reaplicações e reforço sempre que necessário para prevenção e manutenção de manchas na pele. O uso de cremes hidratantes e de óleos, que auxiliam na manutenção da pele hidratada evitando o aparecimento de estrias. A importância da ingestão hídrica e de alimentos saudáveis.

O projeto de extensão existe justamente para que percebamos, enquanto estudantes, nossas limitações e passamos a ter “fome” de novos conhecimentos que contribuam para nosso crescimento pessoal, acadêmico e profissional. Sobre isto, Jupiasu (2006) afirma que o conhecimento interdisciplinar destrói a cegueira do especialista, trocando a concepção individualista e ciumenta destes, pelo ideal de um conhecimento compartilhado.

Para Maciel (2009), as ações educativas em saúde passam a ser definidas como um processo que objetiva capacitar indivíduos ou grupos para contribuir na melhoria das condições de vida e saúde

Evento: XX Jornada de Extensão

da população devendo ainda estimular a reflexão crítica das causas dos seus problemas bem como das ações necessárias para sua resolução.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para os estudantes, o envolvimento nas atividades de extensão universitária representa um ganho importante de conhecimento no sentido de aprender a ver o indivíduo como um todo, em sua complexidade, e entender que não é possível cuidar da saúde de alguém de forma fragmentada; que os profissionais da saúde das mais diversas áreas precisam trabalhar em conjunto para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social.

A equipe de saúde deve estar atenta no que diz respeito à educação e promoção de saúde da gestante para evitar possíveis agravos físicos e emocionais. Assim, o aprendizado foi satisfatório tanto para as gestantes quanto para os estudantes e professores envolvidos.

Palavras-chave: educação em saúde; hidratação; estrias.

Keywords: [health education](#); [hydration](#); stretch marks.

REFERÊNCIAS

BRÁS, Susana et al. Alterações fisiológicas e dermatoses específicas da gravidez. **Revista da Sociedade Portuguesa de Dermatologia e Venereologia**, v. 73, n. 4, p. 413-423, 2015.

CARNEIRO, Sueli Coelho da Silva; AZULAY-ABULAFIA, Luna. Pele na gestação. **Rev Bras Reumatol**, v. 45, n. 3, p. 146-52, mai./jun., 2005.

DA SILVA, Luzenilda Sabina et al. **Revista Faculdade Montes Belos (FMB)**, v. 8, nº 1, 2015, p (1-16), 2014.

FOGAÇA, Jennifer Rocha Vargas. "Hidratantes para a pele"; **Brasil Escola**. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/quimica/hidratantes-para-pele.htm>, 2019.

HERNANDEZ, Micheline; FRESNEL, Marie- Madeleine Mercier-. **Manual da cosmetologia**. 3. ed. Rio de Janeiro: Revinter, 1999. 353 p.

JÚNIOR, Auvani Antunes da Silva et al. Estrias: fisiopatologia, principais tratamentos estéticos.

JUPIASSU, Hilton. O espírito interdisciplinar. **Cadernos Ebape.br**, [s.l.], v. 4, n. 3, p.01-09, out. 2006. <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-39512006000300006>.

Evento: XX Jornada de Extensão

MACIEL, Marjorie Ester Dias. Educação em saúde: conceitos e propósitos. **Revista Cogitare Enfermagem**. out/dez 2009. Disponível em: <file:///C:/Users/Windows/Downloads/16399-56889-3-PB.pdf >.

MAIA, Marcus et al. Estrias de distensão na gravidez: fatores de risco em primíparas. **An Bras Dermatol**, v. 84, n. 6, p. 599-605, 2009.

PURIM, Kátia Sheylla Malta; AVELAR, Maria Fernanda de Santana. Fotoproteção, melasma e qualidade de vida em gestantes. **Rev Bras Ginecol Obstet**, v. 34, n. 5, p. 228-34, 2012.

RODRIGUES, A.L.L. et al. **Contribuições da extensão universitária na sociedade**. Cadernos de Graduação - Ciências Humanas e Sociais. Aracaju. Vol 1. p. 141-148. 2013.

URASAKI, Maristela Belletti Mut. Alterações fisiológicas da pele percebidas por gestantes assistidas em serviços públicos de saúde. **Acta Paul Enferm** 2010;23(4):519-25.