

Evento: XXI Jornada de Extensão  
ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

## PROCESSO DE ELABORAÇÃO DE CARTILHA EDUCATIVA PARA GESTANTES <sup>1</sup>

### PROCESS OF PREPARATION AN EDUCATIONAL BROCHURE FOR PREGNANT WOMEN

**Gabriele Santos Schott<sup>2</sup>, Esther Stocker Lacerda<sup>3</sup>, Simone Zeni Strassburger<sup>4</sup>, Elisiane Felzke Schonardie Costantin<sup>5</sup>, Bruna Nadaletti de Araujo<sup>6</sup>, Amanda Schöffel Sehn<sup>7</sup>**

<sup>1</sup> Projeto de Extensão "Prematuros: Prevenção, Apoio e Cuidado" da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUI)

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Graduação em Fisioterapia da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUI), bolsista PIBEX/UNIJUI. E-mail: gabriele.schott@sou.unijui.edu.br.

<sup>3</sup> Acadêmica do Curso de Graduação em Fisioterapia da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUI), voluntária PROAV. E-mail: esther.lacerda@sou.unijui.edu.br.

<sup>4</sup> Fisioterapeuta, mestre e doutora em Saúde da Criança. Coordenadora do Projeto de Extensão Prematuros: Prevenção, Apoio e Cuidado da UNIJUI. E-mail: simone.s@unijui.edu.br.

<sup>5</sup> Psicóloga, mestre e Professora Extensionista do Projeto de Extensão Prematuros: Prevenção, Apoio e Cuidado da UNIJUI. E-mail: elisiane.s@unijui.edu.br.

<sup>6</sup> Enfermeira, mestre e Professora Extensionista do Projeto de Extensão Prematuros: Prevenção, Apoio e Cuidado da UNIJUI. E-mail: bruna.dearaujo@unijui.edu.br.

<sup>7</sup> Psicóloga, mestra e doutoranda em psicologia, com ênfase no desenvolvimento infantil e nas relações familiares e Professora Extensionista do Projeto de Extensão Prematuros: Prevenção, Apoio e Cuidado da UNIJUI. E-mail: amanda.sehn@unijui.edu.br.

## INTRODUÇÃO

A realização da assistência gestacional é de extrema importância na prevenção e/ou detecção precoce de patologias tanto para a mãe, quanto para o bebê, permitindo um desenvolvimento saudável e reduzindo os riscos da gestante.

Esse acompanhamento deve ser feito desde a confirmação da gestação, até o momento do parto. Para o Ministério da Saúde só se conclui essa assistência no 42º dia após o parto, quando é realizada a consulta de puerpério.

Contudo poucas mulheres recebem tal assistência, o qual, acarreta em riscos para as mães e para os bebês.

As ações de educação em saúde no perpassar das etapas do ciclo grávido-puerperal é muito importante, contudo é no pré-natal que a orientação precisará ser efetiva, a fim de que a mulher possa viver a gestação de forma tranquila, e dispor de menores riscos e complicações no puerpério. Considerando o pré-natal e nascimento como fases únicas para cada mulher e uma vivência especial para a família, os profissionais de saúde têm de assumir a postura de educadores que compartilham saberes, empenhando-se em preparar pais com informações corretas sobre os cuidados na gestação, parto e puerpério.

O Projeto de Extensão da Universidade Regional do Noroeste do Estado - UNIJUI, Projeto Prematuros: Prevenção, Apoio e Cuidado tem como um de seus objetivos organizar estratégias de cuidado ao pré-natal com vistas a prevenção da prematuridade em uma Unidade Básica de Saúde de Ijuí. Dentro deste contexto o Projeto se propôs a elaborar uma cartilha educativa às gestantes, com informações relevantes sobre o pré-natal, desenvolvimento do feto, alimentação e direitos da gestante, sinais de trabalho de parto, aspectos psicológicos e vacinação.

**Evento:** XXI Jornada de Extensão

**ODS:** 3 - Saúde e Bem-estar

**Palavras-chave:** Saúde Pública; Pré-natal; Parto; Gestação.

**Keywords:** Public health; Prenatal; Labor; Gestation.

## METODOLOGIA

A cartilha educativa foi desenvolvida pelos bolsistas e voluntários do Projeto de Extensão Prematuros: Prevenção, Apoio e cuidado da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUÍ, mediados pelos professores orientadores do Projeto. A mesma foi construída para ser entregue no formato online aos pais participantes do projeto, com uma linguagem acessível.

No processo de elaboração da cartilha, foi realizado levantamento bibliográfico por meio de Portarias do Ministério da Saúde, de Normas e Manuais Técnicos do mesmo (Atenção ao pré-natal de baixo risco), e por meio de artigos pesquisados na base de dados scielo.

A cartilha foi elaborada como material educativo para as gestantes, com o objetivo de orientar e esclarecer as possíveis dúvidas, e foi subdividida em: pré-natal; desenvolvimento do bebê no útero por trimestre; alimentação da gestante; vacinação da gestante; sinais do trabalho de parto; queixas mais comuns na gestação; mudanças nos hábitos de vida; direito das gestantes; aspectos psicológicos da gestação; e capacidade sensorial do bebê durante a gestação.

A construção da mesma foi pensada em conjunto pelas bolsistas, voluntárias e professoras do projeto em reuniões feitas de forma online e através de ferramentas do Google, e envolveu o trabalho em equipe de áreas como Fisioterapia, Nutrição, Psicologia e Enfermagem, para que a mesma pudesse abordar assuntos de todas as áreas que envolvem o período da gestação.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na gravidez ocorrem mudanças biológicas, psicológicas e sociais que influenciam a dinâmica individual e social da gestante, e a maneira como ela vive, estas mudanças repercutem intensamente na maternidade e na relação mãe-bebê (PICCININI, 2007).

De acordo com o Manual de Ginecologia Infante Juvenil da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia, o pré-natal é amplamente reconhecido como um dos principais fatores determinantes da evolução de uma gestação sem riscos, desempenhando papel fundamental nos resultados obstétricos e perinatais. Quanto melhor sua qualidade, mais favorável será o efeito, com menor taxa de mortalidade materna e perinatal.

O desenvolvimento do bebê no útero foi dividido por trimestres para fins didáticos e para auxiliar a mãe a compreender melhor quais as principais alterações pelas quais seu corpo e o feto estão passando. A melhor maneira de passar por esses momentos é procurando orientações e dicas para entender o que isso significa em cada etapa do desenvolvimento do bebê, assim, as alterações físicas ou hormonais da gestante poderão ser avaliadas corretamente.

Conforme o Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira (IFF/Fiocruz), a alimentação adequada ao longo do período gestacional é de extrema importância, visto que garante um crescimento e desenvolvimento adequado ao feto. Possibilita ainda, reservas biológicas essenciais ao parto e pós-parto, garante substrato para o período da lactação e favorece o ganho de peso adequado de acordo com o estado nutricional pré-gestacional. A inadequação do ganho de peso durante a gestação é revelado como um fator de risco tanto para a mãe quanto para a criança, contribuindo para a elevação de uma série de problemas.

Rouvier Joyce (2014), explica que a vacinação em gestantes e sua importância vem embasado na proteção da mulher grávida, para livrá-la de doenças e complicações na gestação, e a proteção

Evento: XXI Jornada de Extensão

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

do feto, recém-nascido e/ou lactante, enriquecendo-o com anticorpos para que sua resistência à infecções aumente, devido à baixa resistência do sistema imunológico.

Segundo o Ministério da Saúde é de extrema importância as orientações e informações que as gestantes recebem, pois além da gestação ocorrer da melhor forma para a mãe e para o bebê, essa experiência não irá causar um abalo emocional e nem ocasionar um parto prematuro.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa metodologia se mostrou muito eficaz e de fácil compreensão para a obtenção dos objetivos propostos, e o material escrito tem uma importante contribuição para o indivíduo que o recebe, pois terá sempre em mãos um material de confiança para sanar suas dúvidas. Consideramos, que o estudo contribuiu muito com a formação dos bolsistas e voluntários participantes do Projeto.

Diante disso, podemos constatar que os estudantes encontram-se melhor preparados para atuar nos próximos objetivos do Projeto, o qual será organizar estratégias de acompanhamentos domiciliares às gestantes e a família, e sabemos que essa cartilha será de grande relevância e se apresenta como um material de ensino nas atividades de educação em saúde.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Atenção ao pré-natal de baixo risco / Ministério da Saúde**. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2012. 318 p.: il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica, n° 32).

CARVALHO, Geraldo Mota. et al. **Análise dos registros nos cartões de pré-natal como fonte de informação para a continuidade da assistência à mulher no período gravídico-puerperal**. São Paulo - SP, 2004. Acesso em 16. Junho. 2020. Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/704>.

DIA,S, Ricardo Aubin. **A importância do pré-natal na atenção básica**. Minas Gerais 2014. Acesso em: 07.Abr.2020. Disponível em: [https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/9339/1/Importancia\\_pre\\_natal\\_aten%c3%a7ao\\_basica.pdf](https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/9339/1/Importancia_pre_natal_aten%c3%a7ao_basica.pdf).

INSTITUTO NACIONAL DE SAÚDE DA MULHER, DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE FERNANDES FIGUEIRA. **Alimentação saudável na gravidez**. Flamengo - RJ. Acesso em 18. Junho. 2020. Disponível em: <http://www.iff.fiocruz.br/index.php/8-noticias/45-alimentacao>

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Caderneta da Gestante**. Brasília - DF 2018. Acessado em 16. Junho. 2020. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/agosto/31/Caderneta-da-Gestante-2018.pdf>

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Importância do pré-natal**. 2016. Acesso em: 07. Abr. 2020. Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/dicas-em-saude/2198-importancia-do-pre-natal>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Portaria N° 569**. 2000. Acessado em 16. Junho. 2020. Disponível em: [http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2000/prt0569\\_01\\_06\\_2000\\_rep.html](http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2000/prt0569_01_06_2000_rep.html).

MOREIRA, M.M. Miriam Geórgia. **A importância da educação em saúde na atenção ao pré-natal**. Campos Gerais - MG, 2013. Acesso em 17. Junho. 2020. Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/4024.pdf>.

PICCININI, Cesar Augusto. et. al. **Gestação e a Constituição da Maternidade**. Porto Alegre - RS, 2007. Acesso em 18. Junho. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pe/v13n1/v13n1a07.pdf>.

Evento: XXI Jornada de Extensão

ODS: 3 - Saúde e Bem-estar

RIOS, Claudia Teresa Frias; VIEIRA, Neiva Francenely Cunha. **Ações educativas no pré-natal: reflexão sobre a consulta de enfermagem como um espaço para educação em saúde.** Rio de Janeiro, 2007. Acesso em 17. Junho. 2020. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232007000200024&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232007000200024&script=sci_arttext)

ROUVIER, Joyce. **A importância da vacinação em gestantes.** 2014. Acesso em 18. Junho. 2020. Disponível em: <http://atarde.uol.com.br/saude/noticias/1631755-a-importancia-da-vacinacao-em-gestantes#:~:text=Os%20principais%20objetivos%20da%20vacina%C3%A7%C3%A3o,baixa%20resist%C3>

Parecer CEUA: 001/2015