



XX REDOR

Encontro da Rede Feminista Norte
e Nordeste de Estudos e Pesquisas
sobre Mulher e Relações de Gênero

EMPODERAMENTO DAS GESTANTES ATRAVÉS DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Uilma Santos de Souza¹; Renata Lôbo Matias de Carvalho Cardoso¹; Isadora Reis Rodrigues²; Patrícia Figueiredo Marques³; Claudia Feio da Maia Lima⁴

Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, e-mail: uilmamsouza@gmail.com

Resumo: Introdução: O acesso a informações através da educação em saúde compreende passo muito importante para que as gestantes construam seu processo de empoderamento e autonomia e assim decidam pelo melhor para ela e para o bebê considerando suas crenças e valores. Objetivo: Relatar a experiência da capacitação das gestantes para o período gravídico puerperal. Metodologia: Pesquisa qualitativa utilizando perspectiva feminista e dialógica através de oficinas com gestantes que estivessem sendo acompanhadas nas atividades de pré-natal em uma das Unidades de Saúde da Família (USF) localizadas em um município do Recôncavo da Bahia. Resultados: As oficinas apresentaram dinâmicas baseadas na troca de experiências e a transmissão de conhecimentos, sendo realizadas nove oficinas, com os temas: Oficina de Integração; Conhecendo meu corpo e como engravidei Meu corpo grávido- por que as mudanças?; Meu bebê, como se desenvolve?; O parto, o que saber e o que esperar?; Cuidando de mim- um pouco de nutrição e estética; Cuidando de mim- o que saber sobre medicamentos e vacinas?; Cuidando do meu bebê- um pouco sobre higiene e alimentação; Direitos das gestantes. O número de gestantes na primeira oficina foi de 30, sendo que mais da metade do grupo encontrava-se no último mês de gestação. As demais oficinas tiveram uma variação de três a sete gestantes. Conclusão: É de suma importância que durante todo o ciclo gravídico-puerperal a mulher tenha acesso a uma prática de atenção que forneça informações necessárias e de acordo com suas demandas, para exercer seus direitos reprodutivos de forma autônoma e empoderada.

Palavras-chaves: Empoderamento, Saúde da Mulher, Enfermagem, Educação em saúde

1 INTRODUÇÃO

O período da gestação é um momento muito importante na vida da mulher, esta época é permeada por inúmeras dúvidas, medos e ansiedade não só da gestante como do companheiro (a) e familiares. Certa complexidade é conferida a este período pelo entrelaçamento de aspectos biológicos, psicológicos, emocionais, relacionais,

socioculturais e por questões de gênero a que este está sujeito¹.

A assistência pré-natal tem merecido especial atenção na saúde materno-infantil, haja vista a persistência de índices desfavoráveis, tais como os coeficientes de mortalidade materna e infantil e tem motivado o surgimento de políticas voltadas ao ciclo gravídico e puerperal, como o Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento



XX REDOR

Encontro da Rede Feminista Norte e Nordeste de Estudos e Pesquisas sobre Mulher e Relações de Gênero

(PHPN) que objetiva assegurar a melhoria do acesso, da cobertura e da assistência ao parto e puerpério às gestantes e aos recém-nascidos.²

Algumas formas de se transmitir e compartilhar informações em saúde são as ações realizadas pelos profissionais voltadas para a educação em saúde. Percebe-se que esta é um instrumento de socialização de saberes, de promoção da saúde e de prevenção de doenças.

A educação em Saúde pode contribuir para a autonomia no agir, possibilitando aos envolvidos tornarem-se sujeitos ativos, na medida em que contribui para valorizar capacidades, autoestima, autoconfiança e auto realização. O processo educativo com gestantes, desenvolvido de forma grupal, é um instrumento que favorece a autonomia e o protagonismo das gestantes e familiares no processo de nascimento, já que os capacita para fazerem escolhas na gravidez, no parto, no nascimento e no pós-parto.³

O acesso a informações através da educação em saúde compreende passo muito importante para que as gestantes construam seu processo de empoderamento e autonomia e assim decidam pelo melhor para ela e para o bebê considerando suas crenças e valores.⁴

Este estudo teve como objetivo relatar a experiência da capacitação das gestantes

para esse período, sendo assim, compreender as mudanças fisiológicas que ocorrem durante a gestação, os cuidados com a criança e para consigo, informando claramente os mecanismos de parto e possibilitar o direito desta fazer uma escolha livre e autônoma pelo parto normal ou cesariano.

2 METODOLOGIA

Este trabalho corresponde ao relato de experiência de uma pesquisa qualitativa do projeto “Educação em Saúde de Gestantes e Acompanhantes para o Processo Gravídico-puerperal - Cuidado e Autonomia do Sujeito”, financiado pelo Programa Institucional de Bolsas de Extensão Universitária da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFRB com número 352.815. Este projeto está vinculado também ao Projetos Demandas de saúde e a experiência de mulheres na busca pelo cuidado: estudo em municípios da Bahia com cobertura da estratégia saúde da família- Financiado pelo Chamada MCTI/CNPq/SPM-PR/MDA N° 32/2012.

A estratégia utilizada nesta proposta de intervenção foi a realização de oficinas de capacitação das gestantes e acompanhantes que frequentam as atividades de pré-natal em uma Unidades de Saúde da Família (USF) localizadas em um município do Recôncavo da Bahia.



XX REDOR

Encontro da Rede Feminista Norte e Nordeste de Estudos e Pesquisas sobre Mulher e Relações de Gênero

Os critérios de inclusão utilizados para a participação na pesquisa foram ser gestante acompanhada em uma das duas Unidades de Saúde da Família selecionadas, assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e responder a um questionário semiestruturado para uma avaliação dos conhecimentos das gestantes à respeito do ciclo gravídico-puerperal.

Inicialmente, realizou-se uma aproximação e apresentação do projeto à equipe das USFs, buscando estabelecer uma parceria com a mesma; e a partir desse contato, através dos agentes comunitários de saúde, iniciou-se o conhecimento da área e aproximação com a população, através de visitas domiciliares.

Numa perspectiva feminista e dialógica foi apresentada a proposta do projeto de intervenção às gestantes. As oficinas apresentaram dinâmicas baseadas na troca de experiências e a transmissão de conhecimentos. Para tanto, foram um total de nove oficinas, uma vez ao mês com duração de 3 horas cada, no período da tarde das quintas feiras, em um espaço cedido pelas Unidades de Saúde da Família (que funcionam em um mesmo local). Para a participação das gestantes, foi solicitada a leitura e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e foi aplicado um questionário para caracterizar o

conhecimento das gestantes sobre o autocuidado no período gravídico-puerperal e com recém-nascida(o), tendo como critério de inclusão ter realizado pelo menos uma consulta de pré-natal na unidade de saúde. O número total de gestantes que participaram na primeira oficina foi de 30. As demais tiveram uma variação de três a sete gestantes em média em cada oficina.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Deu-se início a coleta de dados através dos questionários elaborados que foram aplicados com as gestantes cadastradas nas duas equipes para caracterizar o conhecimento das gestantes sobre o período gravídico puerperal.

Após esse primeiro período começaram a ser realizadas as oficinas com as gestantes na qual elas escolheram quais assuntos queriam que fossem desenvolvidos, perfazendo nove encontros abaixo brevemente relatados.

3.1 Oficina de Integração

Nesta oficina foi realizada uma dinâmica de apresentação para haver uma maior integração entre o grupo e para que as gestantes se sentissem a vontade para expressarem todos os seus medos e anseios relacionados à gravidez e puerpério.



XX REDOR

Encontro da Rede Feminista Norte e Nordeste de Estudos e Pesquisas sobre Mulher e Relações de Gênero

Foi realizada uma Roda de Conversa, onde foram fisicamente posicionadas em um círculo. O espaço da Roda de Conversa foi utilizado, pois intenciona a construção da reflexão do pensar e do agir, desse modo as gestantes passam a se reconhecer como autora da sua própria ação e da sua própria história⁵

3.2 conhecendo meu corpo e como engravidei

A primeira oficina realizada já com uma das temáticas escolhidas pelas gestantes contou com uma nova dinâmica de apresentação que ocorreu em todas as oficinas seguintes pelo fato de sempre ter gestantes novas no grupo.

Nesta oficina objetivou-se perceber primeiramente sobre o conhecimento das gestantes a respeito do corpo feminino. Para tanto se desenvolveu uma dinâmica em que as gestantes desenharam um corpo humano em dimensões normais, após isso se pediu para que elas complementassem o desenho com características que elas acreditavam que compunham este corpo.

3.3 Meu corpo grávido- por que as mudanças?

A oficina ocorreu no intuito de esclarecer as dúvidas das gestantes relacionadas a essas alterações. Devido ao grande aumento dos níveis hormonais durante

a gravidez, principalmente estrógeno e progesterona, ocorrem alterações tanto fisiológicas quanto emocionais e psicológicas no corpo feminino que podem levar a uma baixa autoestima nessas mulheres. Para se diminuir esse risco emocional nas gestantes torna-se necessário o esclarecimento sobre essas alterações pois, sejam elas sutis ou marcantes, estão entre as mais acentuadas que o corpo humano ocasionando receios, medos, dúvidas e até mesmo curiosidade sobre toda essa transformação ocorrida no corpo das gestantes.⁶

4 Meu bebê, como se desenvolve?

Um dos pontos de maior curiosidade da gestante é saber como se desenvolve mês a mês o seu bebê. A perspectiva da responsabilidade perante um filho que está dentro de si pode ter um forte impacto na mulher que, terá que aprender a se relacionar com um bebê, disponibilizando grande parte do seu investimento emocional para assegurar a segurança de um novo ser que passará a depender dela e para isso a mulher quer saber como seu filho se desenvolve. A importância de saber como ocorre o desenvolvimento embrionário e fetal é de grande valia para se evitar hábitos de risco para a vida tanto da mãe quanto do bebê.⁷

3.5 O parto, o que saber e o que esperar?



XX REDOR

Encontro da Rede Feminista Norte e Nordeste de Estudos e Pesquisas sobre Mulher e Relações de Gênero

Esta foi uma das oficinas mais

esperadas pelas gestantes por todos os medos e mitos existentes sobre a hora do parto. Esta oficina teve uma participação de uma professora e enfermeira obstetriz do CCS-UFRB que explicou para as gestantes todos os prós e contras dos partos normal e cesariano. Elas puderam assistir a vídeos contendo os dois tipos de parto para que a partir da aquisição de conhecimento pudessem discernir o que seria melhor para elas. Foi mostrado também um vídeo sobre parto humanizado que mostrava os benefícios do parto normal tanto para a mãe quanto para o bebê.

3.6 Cuidando de mim- um pouco de nutrição e estética

A oficina que contou com a participação de uma professora nutricionista e doutora em saúde materno-infantil convidada para conversar com as gestantes sobre a alimentação durante a gravidez e tirar dúvidas dessas gestantes quanto a alimentos que lhe faziam bem e alimentos que lhe faziam sentir-se mal após serem ingeridos. Ainda nesta oficina falou-se sobre alimentos que possuem nutrientes que ajudam na estética feminina durante a gravidez e dessa forma auxiliam na autoestima feminina.

3.7 Cuidando de mim- o que saber sobre medicamentos e vacinas?

A utilização de medicamentos durante a gravidez é um dos grandes medos das mulheres durante a gestação pelo risco de alguns medicamentos trazerem malefícios para o embrião ou feto. Para que algumas dúvidas fossem sanadas a esse respeito, o coordenador farmacêutico do município foi convidado para conversar com as gestantes sobre o uso de certos medicamentos durante a gravidez.

Para que o assunto se tornasse de fácil compreensão foi realizada uma dinâmica com a construção de um quadro com os medicamentos mais comumente usados e o farmacêutico foi explicando se estes podiam ou não ser usados e em qual período da gravidez.

3.8 Cuidando do meu bebê- um pouco sobre higiene e alimentação

Após o parto um dos maiores medos das mulheres é de como cuidar do bebê corretamente e quais os procedimentos que precisam fazer para que seus bebês fiquem saudáveis e confortáveis. Para tanto esta oficina foi realizada no modelo de sala de espera com a participação de estagiárias de enfermagem da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia nas Unidades de Saúde, numa das estratégias para resolver o problema de baixa frequência de gestantes.



XX REDOR

Encontro da Rede Feminista Norte e Nordeste de Estudos e Pesquisas sobre Mulher e Relações de Gênero

Nessa oficina foi explicado um pouco sobre os cuidados com o recém-nascido na hora do banho, por exemplo, o coto umbilical, a limpeza dos olhos, ouvidos e nariz. Explicado também a importância de não se utilizar alguns produtos que podem por a saúde do bebê em risco como, por exemplo, o talco em pó e o uso de chupetas.

3.9 Direitos das gestantes

Nesta oficina explicou-se um pouco sobre os direitos que a gestante possui tanto durante a gestação quanto na hora do parto e também no puerpério. Para uma melhor forma de explicação os direitos das gestantes foram subdivididos em três categorias: Os direitos à saúde específicos da gravidez e puerpérios; Direitos trabalhistas e os direitos sociais.⁸

Nessa última oficina foi entregue às gestantes um manual produzido pela equipe do projeto contendo um resumo de todos os assuntos abordados nas 9 oficinas para que elas possam estar sempre informadas quanto ao período gravídico puerperal.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É de suma importância que durante todo o ciclo gravídico-puerperal a mulher tenha acesso a uma prática de atenção que forneça a ela informações necessárias para possibilitar compreender as mudanças fisiológicas que

estão ocorrendo e irão ocorrer, os cuidados com a criança e para consigo, durante e após a gestação, informando-a claramente os mecanismos de parto e lhe possibilite o direito de fazer sua escolha pelo parto normal ou cesariano, buscando a garantia da humanização neste momento, e assim seus direitos e os princípios.

Na realização das oficinas houve uma dificuldade que foi a baixa adesão das gestantes e nenhuma de acompanhantes. Sobre o fato da não adesão dos acompanhantes, conversando com as gestantes obteve-se a justificativa de que o horário das oficinas coincidia com o horário de trabalho. Porém também pôde-se perceber que independente deste fato, estes acompanhantes não participavam das consultas e nem eram companhia para realização dos exames, um exemplo palpável da reprodução das desigualdades de gênero.

Entretanto, a alteração do horário das oficinas não era de desejo para as gestantes, pois as oficinas ocorriam no dia de realização das consultas de pré-natal da Unidade e não precisaria fazer duas visitas ao serviço na semana comprometendo o andamento de suas atividades.

Mesmo como o fato ocorrido o projeto desenvolvido atingiu seus objetivos de capacitar as mulheres gestantes quanto todo o



XX REDOR

Encontro da Rede Feminista Norte
e Nordeste de Estudos e Pesquisas
sobre Mulher e Relações de Gênero

ciclo gravídico e puerperal, é importante salientar que atividades como estas sejam de caráter permanente, crítico e participativo para que se diminua os medos da mulher gestante durante o período gravídico- puerperal.

REFERÊNCIAS

1. Cabral, FB; Hirt, LM; Sand, ICPV. Atendimento pré-natal na ótica de puérperas: da medicalização à fragmentação do cuidado. Rev Esc Enferm USP. 2013; 47(2):281-7.
2. Andreucci, CB; Cecatti, JG. Desempenho de Indicadores de Processo do programa de Humanização do Pré-Natal e Nascimento no Brasil: Uma Revisão Sistemática. Cad. Saúde Pública, 27(6): 1053-1064, jun, 2011.
3. Zampieri, MFM; Gregório, VRP, Custódio, ZAO, Regis, MI, Brasil C. Processo educativo com gestantes e casais grávidos: possibilidade para transformação e reflexão da realidade. Rev. Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2010 Out-Dez; 19(4): 719-27.
4. Faria, J.; Martins, G. F. Empoderamento da mulher em projetos de assistência a gestação. Revista Brasileira de Ciências da Vida, [S.l.], v. 6, n. Especial, abr. 2018.
5. Sampaio, J; Santos, GC; A, M; Salvador, AS. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. Interface Comunicação, Saúde, Educação. 18 Supl 2:1299-1312. 2014.
6. Costa, ES; Pinon, GMB; Costa, TS; Santos, RCA; Nóbrega, AR; Souza, LB. Alterações Fisiológicas na Percepção de Mulheres Durante a Gestação. Rev. Rene. Fortaleza, v. 11, n. 2, p. 86-93, abr./jun.2010
7. Duarte, SJH. Motivos que levam as gestantes a fazerem o pré-natal: um estudo das representações sociais. Ciencia y Enfermeria XVIII (2), 2012.
8. Guia dos Direitos da Gestante e do Bebê / UNICEF - Fundo das Nações Unidas para a Infância ; [ilustrações de Ziraldo]. -- São Paulo : Globo, 2011.