

ORIENTAÇÕES ÀS GESTANTES DO TERCEIRO TRIMESTRE DE GRAVIDEZ: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Diana Domingas Silva do Rosário¹; Flávia Andrea Costa da Silva¹; Ruthleia Monteiro Almeida¹; Amanda Araújo Bastos Rodrigues¹; Maria de Nazaré Alves de Lima²

¹Acadêmica de Enfermagem; ² Mestre em Doença Tropical

diana_dsr@yahoo.com.br

Universidade Federal do Pará (UFPA)

Introdução: A gravidez é um evento fisiológico que na vida da mulher apresenta transformações intensas, e conforme, Rezende (2012), cada mulher irá lidar com tais mudanças de maneira particular. Neste contexto particular de olhar a gravidez, influências sociais, culturais, fisiológicas, psicológicas de alguma maneira determinarão a evolução do ciclo gravídico. Gestação corresponde ao desenvolvimento fetal que vai desde a fecundação até o nascimento. A gestação, parto e puerpério representam uma experiência humana extremamente significativa, pois configura como um forte potencial positivo e enriquecedor para todos que dela participam (BRASIL, 2001). Desta maneira, a atenção do pré-natal ao período puerperal visa estimular e assegurar que o desenvolvimento da gravidez, o fim da gravidez e o nascimento da criança se realizem de forma saudável e com boas práticas assistenciais, seja ela da equipe de enfermagem ou de qualquer outra equipe assistencial atuante com a gestante. Ao considerar todas as mudanças na vida da gestante, realizar orientações que propiciem conforto as grávidas são relevantes não apenas para esclarecimento de dúvidas ou repasse de informações, mas representam trocas de ensino-aprendizagem ao futuro profissional que ganha confiança ao lidar com a gestante, além deste ter o compromisso de assumir o protagonismo como educador (CALIFE et.al.2010). **Objetivos:** Relatar sobre orientações dadas as gestantes do 3º trimestre quanto ao período final da gravidez e a preparação que devem ter para o período de pré-parto, parto e puerpério, além dos cuidados ao recém-nascido. **Descrição Metodológica:** Trata-se de um relato de experiência, em forma de roda de conversa, realizado em uma unidade de básica de saúde do Município de Belém, no período de setembro de 2014, por acadêmicas de enfermagem, referente à Atividade Curricular Semi-Internato em Saúde Coletiva, e teve como público-alvo, gestantes cadastradas na unidade e que se encontravam no último mês de gestação. A roda de conversa iniciou-se com o conhecimento prévio das gestantes sobre o que caracterizava a fase final da gravidez, questionamentos sobre ansiedade, medo, mitos, parto normal ou cesariana, independente do número de gestações. Realizado questionamentos, as gestantes foram esclarecidas sobre o que realmente se caracterizava, sendo informadas acerca dos sinais de parto, o que deveriam ficar atentas, como perda de tampão mucoso, contrações rítmicas e dolorosas, sobre as dilatações, e outros. Em seguida foram orientadas sobre o momento de ir ao hospital e o que deveriam levar durante o período da internação. Informou-se sobre o parto, os benefícios do parto normal, e quando e em que condições precisariam passar por parto cesária. Descreveu-se sobre as fases do trabalho de parto, e alguns processos mais complexos que ocorrem durante essa fase, assim como, rotinas que são realizadas nas salas dedicadas ao parto, sempre com uma linguagem acessível às gestantes, e com demonstrações visuais nas próprias acadêmicas que serviram como modelos, visando orientá-las e acalmá-las quanto ao período aguardado. Informou-se quanto aos cuidados necessários ao recém-nascido e a importância do aleitamento materno exclusivo para o binômio mãe- filho, alojamento conjunto (ALCON), e o retorno à consulta de enfermagem para dar baixa no pré-natal e cadastrar lactente na consulta do Proame. Ao final foi entregue folders, material sobre violência obstétrica, direitos das gestantes e

foram informadas sobre o direito de ter acompanhante durante o parto, além da necessidade da família em estabelecer um bom acolhimento ao recém-nascido e principalmente à mãe frente a nova realidade familiar, sendo encerrada com café da manhã e entrega de brindes com itens básicos para o bebê. **Resultados:** A roda de conversa permitiu identificar que mesmo as gestantes de primeira vez quanto as que já tinham tido outra gestação, tinham dúvidas, inseguranças que foram um pouco aliviadas com as orientações, as gestantes de primeira vez demonstraram medo quanto a dor do parto, sendo tranquilizadas pelas multigestas. Observou-se que nas grávidas de primeira vez, o psicológico era carregado de insegurança, decorrentes em alguns casos pelo pouco cuidado e apreço familiar, acentuando a insegurança. A maioria relatou interesse pelo parto normal, pois sabiam dos benefícios deste tipo de parto. Outro ponto relevante foi que as multigestas ainda apresentam dúvidas, algumas relatavam fatos vivenciados por amigas grávidas, e questionavam o porquê de algumas diferenças, sendo reforçada com isso, a ideia que cada gravidez tem suas particularidades, e que cada gestante deve ser devidamente avaliada e bem orientada, sendo esclarecida neste ponto fatores fisiológicos da gravidez, sempre atento a maneira de se expressar e se fazer compreendida pelas grávidas. As gestantes demonstraram satisfação com a roda de conversa, expressando alívio e se sentindo mais preparadas e orientadas quanto ao período final da gravidez e fases posteriores ao nascimento do bebê. **Conclusão:** A atuação da enfermagem no contexto do processo de promoção da saúde é também um dos elos de uma assistência mais adequada e humanizada em qualquer ciclo de vida, ainda mais no período gestacional, no qual se vivencia ciclos tão complexos e de laços afetivos tão esperados. Uma das metas para uma assistência de qualidade a gestante é fazer com que a gravidez siga sem maiores intercorrências, para isso, um pré-natal adequado que envolva a gestante e a oriente sobre os diversos aspectos torna-se fundamental para a prática de qualquer profissional de saúde, e este cuidar não é apenas realizar um atendimento mecânico e rotineiro, mas implica também no ouvir e falar adequadamente a usuária, para que está sinta-se segura no momento considerado mais importante da vida da mulher, e lhe propicie condições de conhecimentos na hora do parto, pós-parto e puérperio.

Referências:

BRASIL, M.S. Parto, **Aborto e Puérperio Assistência Humanizada à Mulher**. FEBRASGO/ABENFO, Brasília 2001.

CALIFE, K; LAGO, T; LAVRAS, C. - **Atenção à gestante e a puérpera no SUS-SP. Manual técnico do Pré-natal e do puérperio**. Secretária de saúde o Estado de São Paulo. 2010.

REZENDE, C.L; **Qualidade de vida das gestantes de alto risco em centro de atendimento à mulher do município de dourados**, MS.Universidade Católica Dom Bosco (UCDB) .Mestrado em Psicologia.Campo Grande, 2012.