

PES216 - PRODUÇÃO DE TECNOLOGIA EDUCATIVA SOBRE CUIDADOS NO PÓS-PARTO

BLENDA GONÇALVES CABRAL¹; THAYNÁ DESIREE RODRIGUES MARTINS¹; PRISCILA OLIVEIRA MIRANDA¹; BRUNA ALESSANDRA COSTA E SILVA²; ELIZABETH TEIXEIRA³

blendacabral.m@hotmail.com

¹Graduação, ²Mestrado, ³Doutorado

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ)

Introdução: No período puerperal ocorrem intensas modificações psico-orgânicas na mulher e durante esta fase ocorre o estabelecimento da lactação e ocorrência de intensas alterações emocionais¹. O puerpério é definido como o período do ciclo gravídico-puerperal em que as modificações provocadas pela gravidez e parto no organismo da mulher retornam ao seu estado pré-gravídico, tendo seu início após o parto com a expulsão da placenta e término imprevisto, na medida em que se relaciona com o processo de amamentação¹. Pode-se didaticamente dividir o puerpério em: imediato (1° ao 10° dia), tardio (11° ao 42° dia), e remoto (a partir do 43° dia)². A assistência de enfermagem ao puerpério inicia-se no puerpério imediato (1° ao 10° dia); neste momento o principal alvo é a puérpera, pois possui necessidades de atenção física e psíquica. Sendo assim, deve-se realizar uma avaliação clínica rigorosa e exame físico completo. Nas puérperas que se apresentam bem e que não foram detectadas anormalidades, a alta é consentida após as primeiras 24 horas enquanto que mulheres submetidas à cesárea, com 48 horas. É importante ressaltar que a puérpera deve retornar a unidade mais próxima de sua residência entre o 7° e 10° dia pós-parto. A próxima consulta deve ser marcada entre 30° e o 42° dia pós-parto². Dentre as alterações psicológicas podemos citar que a relação entre mãe bebê é ainda pouco estruturada com predominância de comunicação não verbal, outra alteração a ser destacada é a chegada do bebê, a qual gera situações de ansiedade, despertando sintomas depressivos muito comuns nesse período. Segundo a literatura americana 70% a 90% das puérperas apresentam um estado depressivo mais brando e transitório, que geralmente tem início no terceiro dia do pós-parto, durando aproximadamente duas semanas sendo denominada Baby blues³. Entre os desafios para eficácia da assistência integral a mulher- mãe está a promoção à saúde a qual visa identificar informações que interessem as mulheres e a partir disso produzir tecnologias educativas, sensíveis às demandas deste público alvo. Práticas de educação em saúde contribuem para aquisição de autonomia, para identificar e utilizar as formas e os meios de preservar e melhorar a vida². **Objetivos:** Analisar informações que interessam à mulheres- mães sobre os autocuidado no pós-parto e produzir uma tecnologia educacional para posterior validação. **Métodos:** Trata-se de um estudo exploratório com abordagem quantitativo, fundamentado na Teoria das Representações Sociais (RS), utilizando a abordagem complementar Teoria do Núcleo Central³. Os sujeitos foram 80 puérperas cadastradas na Unidade de Saúde da Família da Marambaia, localizada no Distrito Administrativo do Entroncamento (DAENT), Belém, Pará. Os critérios de seleção foram: puérperas cadastradas na unidade e com atendimento marcado no período da coleta de dados. Para coletar os dados aplicou-se um formulário organizado em três partes: perfil, evocação livre de palavras com os termos: saúde, doença e se cuidar no puerpério; questões abertas e fechadas com vistas a subsidiar a implantação de um grupo educativo. Obteve-se autorização das puérperas ou dos pais ou responsáveis

legais, quando estas eram menores de idade, que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. As evocações foram processadas no software EVOC 2003 para favorecer a análise estrutural das representações sociais, a partir da qual foram propostas hipóteses acerca da centralidade dos conteúdos das representações. Os demais dados foram analisados por meio da estatística descritiva. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do Estado do Pará (Protocolo 98029/2013).

Resultados e Discussão: Após a análise de conteúdo dos formulários foi verificado que as informações de interesse para as mulheres envolviam aspectos como: o que é o período pós-parto, quais cuidados que se deve ter nesse período, quais as mudanças que acontecem no corpo e na vida sexual, qual a alimentação e exercícios físicos corretos, o que é depressão pós-parto, como realizar a higiene e o planejamento familiar. Com base nessas informações houve a produção de uma tecnologia educativa do tipo álbum seriado que está em processo de validação, sendo dividida nos seguintes tópicos: nossos personagens, na unidade de saúde, o que é o período pós-parto, alguns cuidados que as mulheres devem ter nesse período: amamentação, cuidados com os mamilos, mudanças que acontecem no corpo e na vida sexual, sobre a alimentação, higiene corporal e íntima, depressão pós-parto: o que é?, fazer exercícios também é importante, planejamento familiar e fim. Ao ser finalizada a validação a tecnologia poderá ser aplicada em orientações individuais e/ou em práticas educativas em grupo com mulheres- mães no pós-parto. No que se refere a grupos educativos com puérperas, há que se destacar que os grupos são ambientes acolhedores, que permitem com que as mulheres interajam e tirem suas dúvidas com profissionais da área, troquem conhecimentos entre ambos assim como trazem a possibilidade de reconhecer os pontos fortes de cada uma, sendo este um momento de fortalecimento da sua independência e do relacionamento entre mãe-bebê. Além de diminuir inseguranças, as mulheres nos grupos são orientadas para identificar prováveis complicações deste período e quais condutas devem ser tomadas em relação às mesmas 4. O preparo para um puerpério saudável começa no pré-natal, devendo ser reforçado e incrementado logo após a expulsão do feto, visando o adequado restabelecimento da mulher, tanto anatomofisiologicamente quanto psicossocialmente, e a identificação precoce de quaisquer alterações atinentes ao parto. Desta forma dois preceitos básicos podem ser definidos quanto à assistência puerperal: promoção de um período saudável e a prevenção de complicações. A alimentação no puerpério é de suma importância, a quantidade e o tipo de lipídeos consumidos pela nutriz refletem na composição do leite materno. A presença de gordura insaturada na alimentação materna é essencial para o desenvolvimento cerebral do lactente. Algumas vitaminas e minerais se encontram aumentadas no período de lactação e a concentração desses nutrientes no leite materno está associada com a ingestão e estoque hepático da nutriz. A vitamina D também está relacionada com a exposição solar 5. Ao longo do tempo, e apesar dos novos tempos, o resguardo resiste e se mantém. O termo resguardo traz a ideia de um período de recuperação, assim repousar significa restabelecer-se e pôr-se a salvo de prováveis perigos. O repouso, no puerpério, expressa o significado de um período em que se deve ser realizar nos primeiros 15 dias o resguardo, retornando ao trabalho depois de terminada a dieta 5. **Conclusão:** A produção de uma tecnologia educacional para puérperas proporciona que estas tirem suas dúvidas com os profissionais de saúde e/ou com seus pares evidenciando uma construção de tecnologia compartilhada favorecendo assim a troca de conhecimento entre ambos. É necessário que se produza tecnologias voltadas para a temática, pois através das informações adquiridas para fundamentar este estudo foi percebido que há poucos estudos científicos e sabe-se que este assunto é

importante não somente para as puérperas, mas para as famílias em geral e também para os profissionais de saúde, os quais são responsáveis por disseminar os cuidados que as mulheres devem ter do período do pós-parto.

Referências Bibliográficas:

Strapasson, MR; Nedel, MNB. Puerperio imediato: desvendando o significado da maternidade. Rev.gauch. enferm. 2000; 31(3): 521-528.

Pavarino, R. N. Teoria das representações sociais: pertinência para as pesquisas em comunicação em massa. In: XXVI Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação; 2003 set 2-6; Belo Horizonte. Belo Horizonte: INTERCOM, 2003.

Oliveira RF, Silva NMA. Representação social de adolescentes sobre sexualidade: posicionamento em sala de aula. Anais do 10º Congresso Nacional de Educação; 2011. Curitiba: EDUCERE; 2011.

Kerber NPC, Nobre CMG, Machado JN, Monte AR, Machado FR. Grupo educativo com puérperas. 31º SEURS. 2013: 1-5.

Accioly, E.; Saunders, C.; Lacerda, E. Nutrição em obstetrícia e pediatria. Rio de Janeiro: