

Grupo de gestantes e casais grávidos: experiências de educação em saúde

Zaira Aparecida de Oliveira Custódio
Psicóloga Maternidade HU/UFSC



Percurso

1. Histórico e objetivos
2. Princípios filosóficos
3. Estrutura
4. Funcionamento
5. Publicações



Histórico

- Início: maio de 1996
- Projeto de extensão, educativo e interdisciplinar
- Coordenado por docentes do Departamento de Enfermagem/UFSC e Psicóloga da Maternidade do HU/UFSC
- Desde 2010 considerado um dos projetos permanentes da UFSC

Objetivo geral

- Oferecer atendimento interdisciplinar, em nível de prevenção primária, às gestantes e casais grávidos do 4º ao 7º mês de gravidez.



Objetivos específicos

- Desenvolver a tomada de consciência corporal e postural
- Informar e debater sobre o ciclo gravídico-puerperal
- Favorecer a expressão de vivências emocionais
- Oportunizar a troca de experiências e informações
- Desenvolver pesquisas interdisciplinares
- Promover visita à maternidade do HU
- Oportunizar a participação de profissionais de outras instituições
- Favorecer espaço de ensino à acadêmicos



(Zampieri et. al, 2010)

Quantos grupos já foram realizados?



- **115** edições
- **2214** gestantes
- **1615** acompanhantes (companheiros/as mães, pais, irmãs, sogras e amigas)

Equipe de coordenadoras e bolsistas

- Margarete Maria de Lima - Enfermeira. Docente do Departamento de Enfermagem/UFSC
- Zaira Aparecida de Oliveira Custódio - Psicóloga da Maternidade do Hospital Universitário/UFSC
- Maria de Fátima Mota Zampieri - Enfermeira. Docente aposentada do Departamento de Enfermagem/UFSC
- Roberta Costa - Enfermeira. Docente do Departamento de Enfermagem/UFSC
- Maria Isabel Regis - Educadora perinatal e Docente aposentada do Departamento de Psicologia/UFSC
- Bolsistas: Gabriela, Bianca, Nicole



Princípios filosóficos

- Guiado por pressupostos filosóficos da Maternidade do Hospital Universitário da UFSC:
- Humanização do cuidado
- Autonomia da clientela
- Interdisciplinaridade
- Promoção da saúde

(Brüggemann et al., 2011)



Extensão

Ensino

Pesquisa

*“A **promoção da saúde** constitui-se em um processo que envolve mudanças nas condições de vida e de trabalho e busca capacitar indivíduos, **famílias e comunidades**, com vistas à **emponderá-los** para aumentar o controle sobre os determinantes de saúde, visando melhorá-la e propiciar **autonomia**.”*

(Brasil, 2006)

Estrutura



Onde

Sala de atividades alternativas no CCS/UFSC (durante 20 anos na sala do Núcleo de Capacitação do HU/UFSC)

Quando

Quintas-feiras – das 14 às 17 horas
4 grupos anuais / 8 encontros cada grupo

Como

Conscientização corporal
Lanche
Tematização



Redes sociais utilizadas



Instagram

[instagram.com/grupodegestantesufsc](https://www.instagram.com/grupodegestantesufsc)



Facebook

[facebook.com/grupodegestantesufsc](https://www.facebook.com/grupodegestantesufsc)



WhatsApp

Criação de grupos de conteúdo e de interação

Funcionamento

Primeiro encontro do grupo

Os participantes (gestantes e acompanhantes) se distribuem em pequenos grupos e constroem o programa com base em suas expectativas.



Temas construídos pelo próprio grupo

Cronograma

03/10	APRESENTAÇÃO Acolhimento das gestantes e acompanhantes. Apresentação dos participantes, coordenadoras e bolsistas. Dinâmica grupal para elaboração do cronograma.
10/10	GRAVIDEZ Mudanças corporais; orientações sobre dores e desconfortos na gravidez (quando se torna preocupante?) e como aliviar? Atividades que devem ser evitadas ou estimuladas na gravidez; exercícios físicos na gestante; Alimentação da gestante; Relação do casal durante a gravidez (sexualidade); Aspectos emocionais, alterações de humor; vínculo afetivo mãe/pai e bebê intra útero; estímulos para o bebê ainda na barriga; paternidade no processo gravídico; vacinas na gestação, vacina da bronquite; Como montar um enxoval? (o que é supérfluo e o que é necessário); quais exames são necessários fazer durante a gestação; suplementação vitamínica; uso de repelentes e protetor solar; como lidar com a opinião de terceiros; referências de livros para ler durante o ciclo gravídico puerperal.
17/10	PARTO Idealização X realidade; parto normal e cesárea, indicações reais de cesariana, como se preparar? Quando precisa correr para a maternidade, quais os principais sinais? (sinais que indicam o início do trabalho de parto); o que levar para a maternidade; fases clínicas do trabalho de parto; métodos não farmacológicos para alívio da dor no parto; exercícios de respiração para o parto; laceração; direito da mulher e do acompanhante no parto; plano de parto (é respeitado?); função do acompanhante no trabalho de parto; intervenções no parto, cuidados e precauções; uso de analgesia no parto; uso da ocitocina; lacerações no parto; exercícios para se preparar para o parto; contração de treinamento X contração de TP; o que é e como se prevenir de violências obstétricas? Qual o papel das enfermeiras obstétricas e das doulas? tipo de parto e locais de parto (maternidades, locais que indicam ou não); como o pai pode se preparar para o parto; golden hour.
24/10	AMAMENTAÇÃO E ALIMENTAÇÃO DA NUTRIZ Conhecimento do seio; tipos de mamilo e como isso afeta na amamentação; preparo do seio (sol, bucha?); como amamentar? acessórios necessários (almofadas de amamentação, mamatutti, laser); pega correta do bebê; duração da amamentação; apoiadura; problemas relacionados à amamentação: dor nas mamas, ingurgitamento mamário, fissura, mastite; quais produtos se deve comprar no enxoval (absorvente de seio, bico de silicone, concha, rosquinha, bomba coletora, uso de chupetas e mamadeiras; ordenha do leite; conservação do leite materno; opções para oferecer leite ao bebê, quais são melhores (seringa, copinho, colher dosadora, técnica dedo-sonda)? Dupla amamentação (casal de mulheres); como lidar caso não consiga amamentar; alimentação da nutriz, existem alimentos que influenciam na produção de leite?;
31/10	CUIDADOS COM O RECÉM-NASCIDO Primeiros cuidados/procedimentos com o bebê na sala de parto; teste do pezinho; perda de peso inicial do RN; como funciona o ganho de peso/como saber se o bebê está fazendo xixi e cocô o suficiente; cuidados básicos com o bebê (banho, higiene do coto umbilical, troca de fralda); tipos de fralda (descartável, reutilizável); quantidade de fraldas por tamanho; uso de lenço umedecido; sono do bebê, onde o bebê deve dormir? (deixar enrolado, posicionamento, rotina do sono, acordar para amamentar, cama compartilhada); uso de travesseiros/pelúcias/rolinhos no berço; constipação no bebê, higiene natural, higiene bucal do bebê; vacinas; cuidados psicoafetivos com o bebê (exergestação); papel do pai nos primeiros dias com o bebê; tipos de choro do bebê; primeiros socorros (engasgo); confiança e segurança no cuidado com o RN; quando deve receber visitas? quando pode sair com o bebê de casa? (ir à praia) Refluxo; papel do pai no cuidado, paternidade ativa; retorno ao trabalho; como prevenir a dengue; uso de repelente e protetor solar
07/11	PÓS-PARTO E CUIDADOS COM A MULHER Pós parto imediato (sangramentos); emoções esperadas no pós parto; relação mãe-bebê no puerpério; cuidados gerais com a mãe no parto normal e cesárea; possíveis intercorrências pós-parto e cuidados necessários (sangramento, dor, cansaço, pontos); higiene dos pontos; sinais de infecção; qual absorvente serve para o sangramento no pós-parto?; uso de cintas e calcinhas para pós-parto; como o pai pode participar dos cuidados?; como dar limites no puerpério; rede de apoio - no que podem ajudar? Como dizer não para a rede de apoio?; Sexualidade no puerpério; recuperação física, diástase; alimentação da puérpera; suplementação vitamínica; atividade física no pós-parto; saúde mental da mulher no pós-parto (depressão pós-parto - quando se preocupar? tristeza puerperal/baby blues; mudanças hormonais; rede de apoio, como se preparar para o pós parto; retorno ao trabalho, ser mãe e ser mulher, como encontrar o equilíbrio; como se preparar para a privação de sono
14/11	TIRA DÚVIDAS E APRESENTAÇÃO DAS ROTINAS DA MATERNIDADE Dúvidas pendentes. Área física e rotinas. Avaliação das atividades. Amigo invisível da barriga. Encerramento.

Funcionamento – próximos encontros



1) Conscientização corporal e relaxamento

2) Lanche (confraternização)

3) Debate dos temas escolhidos pelo grupo

Conscientização corporal e relaxamento



Utilização de técnicas de yoga, biodança e relaxamento



Lanche coletivo

Momento de entrosamento e descontração entre os participantes



Tematização



Os temas são desenvolvidos através de exposição dialogada, oficinas, vivência, troca de experiências, depoimentos, demonstração de práticas relacionadas ao tema e atividades lúdicas e artísticas.

Tematização

Temas

- Gestação
- Amamentação
- Parto
- Puerpério
- Cuidados com o recém-nascido
- Conjugalidade e Parentalidade



Último encontro do grupo



- Visita à Maternidade do HU/UFSC
- Confraternização/revelação amigo secreto da barriga
- Agendamento do reencontro de pais e bebês



Reencontro de pais e bebês

- Após o último nascimento do bebê do grupo
- Compartilhar experiências
- Avaliar as contribuições do grupo
- Conhecer os "amiguinhos de barriga"



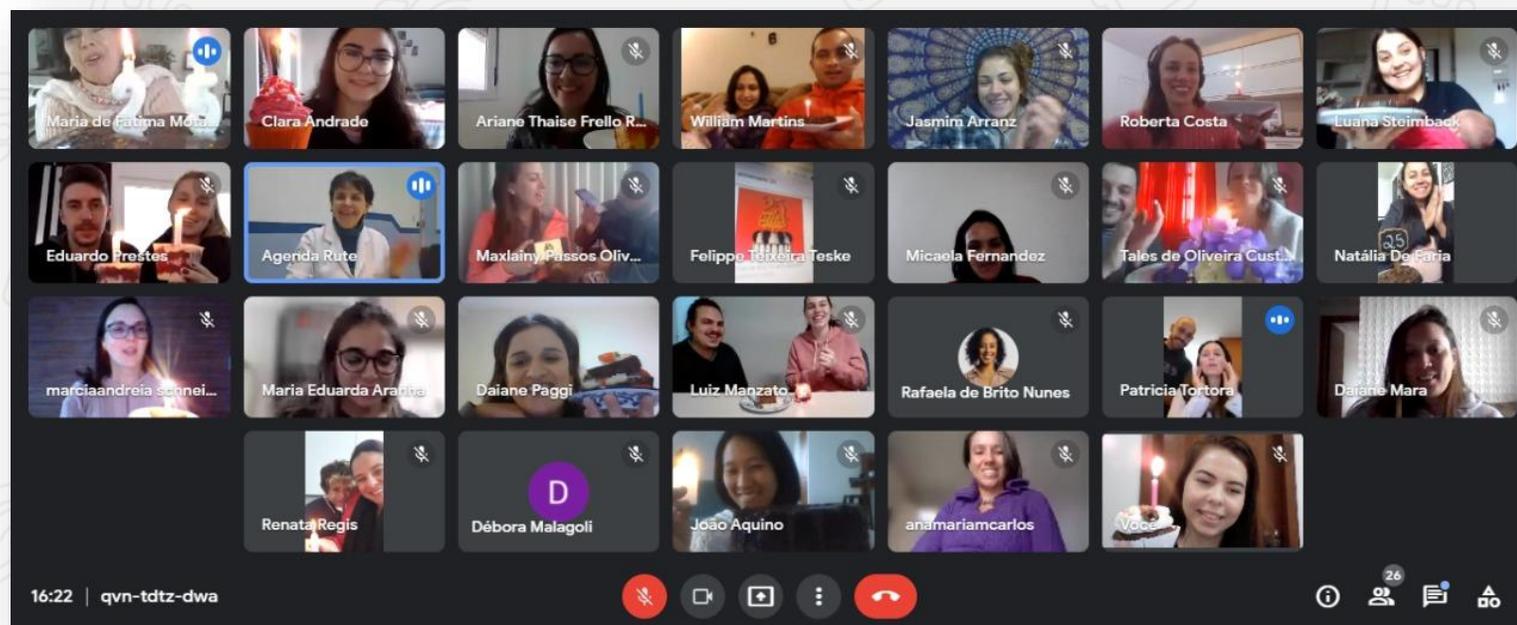
Adaptação das atividades frente a pandemia da covid-19

- Modalidade online
- Importância da inovação na extensão universitária
- Edital complementar 04/2021 PROEX - COVID-19
- Plataformas digitais



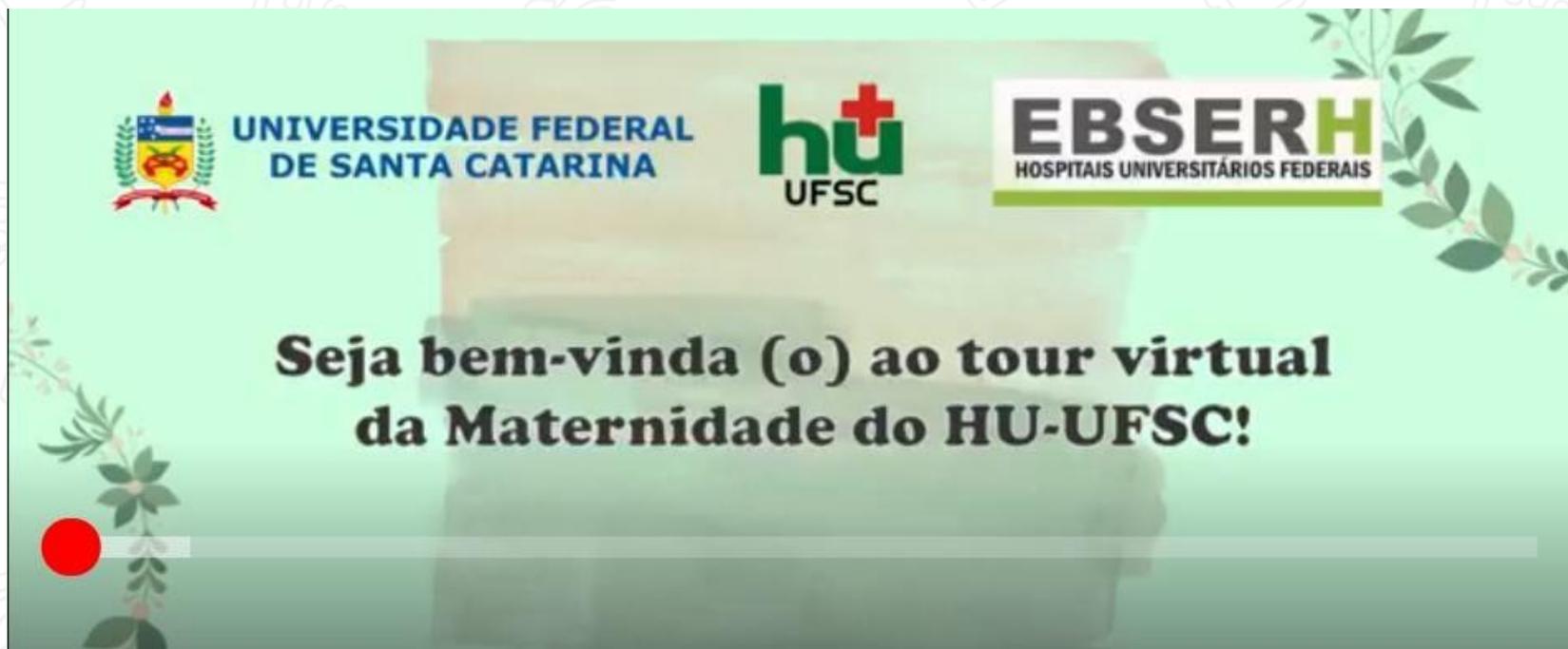
Adaptação das atividades frente a pandemia da covid-19

- A partir de março/2020
- Até junho/2022
- Encontros semanais



Adaptação das atividades frente a pandemia da covid-19

Visita virtual à maternidade do HU/UFSC



Adaptação das atividades frente a pandemia da covid-19

Reencontro de pais e bebês



GESTAÇÃO EM TEMPOS DE PANDEMIA: PERCEPÇÃO DE MULHERES

Rev Recien. 2021; 11(33):107-116.

Resultados:

- A vivência da gestação em tempos de pandemia fez emergir incertezas e inseguranças especialmente pelas dificuldades de acesso aos serviços de saúde e medidas impostas pelo isolamento social.
- O grupo de gestantes e casais grávidos como um espaço virtual e interdisciplinar se constituiu em uma ferramenta que possibilitou troca de informações e experiências sobre o ciclo gravídico-puerperal contribuindo para o enfrentamento das incertezas do contexto da pandemia.

 **Revista**
brasileira
de iniciação científica

ISSN: 2359-232X

Grupo de gestantes e casais grávidos no contexto pandêmico: contribuições para o ciclo gravídico

Group of pregnant women and pregnant couples in the pandemic: contributions to the pregnancy cycle

Rev. Bras. de Iniciação Científica (RBIC), IFSP Itapetininga, v.11, e024019, p. 1-21, 2024.



GRUPO DE GESTANTES E/OU CASAIS GRÁVIDOS E A INSERÇÃO DO ACOMPANHANTE/PAI NO PROCESSO DE NASCIMENTO



Revista Eletrônica
de Extensão

GRUPO DE GESTANTES E CASAIS GRÁVIDOS: EDUCAÇÃO EM SAÚDE EM TEMPOS DE PANDEMIA

Margarete Maria de Lima
Universidade Federal de Santa Catarina
margarete.lima@ufsc.br

Maria Eduarda de Pinho Aranha
Universidade Federal de Santa Catarina
mariaeduardapinho75@gmail.com

Clara de Andrade Leal
Universidade Federal de Santa Catarina
clara13.andrade@gmail.com

Roberta Costa
Universidade Federal de Santa Catarina
roberta.costa@ufsc.br

Maria de Fátima Motta Zampieri
Universidade Federal de Santa Catarina
fatimazampieri@gmail.com

Zaira de Oliveira Custódio
Universidade Federal de Santa Catarina
zairacustodiohu@gmail.com



HERE

HISTÓRIA DA
ENFERMAGEM
REVISTA ELETRÔNICA

ARTIGO ORIGINAL

Recebido em
09-04-2019
Aprovado em
12-06-2019

Como citar este artigo

Trabalho interdisciplinar desenvolvido por profissionais de saúde em grupo de gestantes e/ou casais grávidos (1996-2016)*

Publicações

ADESÃO DE MULHERES E ACOMPANHANTES PARTICIPANTES DE UM GRUPO DE GESTANTE E CASAIS GRÁVIDOS

ADHERENCE OF FEMALE PARTICIPANTS AND THEIR COMPANIONS IN A GROUP OF PREGNANT WOMEN AND PREGNANT COUPLES

526 | *Enferm Foco.* 2021;12(3):526-32

REME • Rev Min Enferm. 2019;23:e-1205
DOI: 10.5935/1415-2762.20190053

PESQUISA

Universidade Federal de Santa Catarina www.periodicos.ufsc.br www.extensio.ufsc.br ISSN 1807-0221



GRUPO DE GESTANTES E CASAIS GRÁVIDOS: INICIATIVA QUE TEM SE CONSOLIDADO HISTORICAMENTE NA COMUNIDADE

AUTONOMIA DA MULHER NO TRABALHO DE PARTO: CONTRIBUIÇÕES DE UM GRUPO DE GESTANTES

WOMEN'S AUTONOMY IN CHILD LABOR: CONTRIBUTIONS FROM A GROUP OF PREGNANT WOMEN

AUTONOMÍA DE LA MUJER EN EL TRABAJO DE PARTO: CONTRIBUCIONES DE UN GRUPO DE MUJERES EMBARAZADAS

RESUMO

Comemorações







A screenshot of a Zoom meeting grid showing 26 participants. The grid is arranged in four rows. The participants' names are visible below their video thumbnails. The bottom of the screen shows the Zoom control bar with icons for mute, video, chat, and other functions. The time 16:22 and the meeting ID qvn-tdtz-dwa are displayed in the bottom left corner.

Participant Name	Participant Name	Participant Name	Participant Name	Participant Name	Participant Name	Participant Name
Maria de Fatima Mos...	Clara Andrade	Ariano Thaise Frello R...	William Martins	Jasmim Arranz	Roberta Costa	Luana Steimback
Eduardo Prestes	Agenda Rute	Maxlainy Passos Oliv...	Felippe Teixeira Teske	Micaela Fernandez	Tales de Oliveira Cust...	Natália De Faria
marciaandrea sonnei...	Maria Eduarda Araujo	Daiane Paggi	Luiz Manzano	Rafaela de Brito Nunes	Patricia Tortora	Daiane Mara
Renata Regis	Débora Malagoli	João Aquino	anamariamcarlos			

Referências

1. Brasil (2006). Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde. Brasília, DF.
2. Zampieri, M. de F. M. et al (2010). Processo educativo com gestantes e casais grávidos: possibilidade para transformação e reflexão da realidade. Texto contexto - enferm., Florianópolis , v. 19, n. 4, p. 719-727.
3. Brüggemann, O., Monticelli, M., Furtado, C., Fernandes, C. M., Lemos, F. N. & Gayeski, M. E. (2011). Filosofia assistencial de uma maternidade-escola: fatores associados a satisfação das mulheres usuárias. Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2011 Out-Dez; 20(4): 658-68.
4. Lima, M. M., Leal, C. A., Costa, R. Zampieri, M. F. M., Roque, A. T. F, & Custódio, Z. A. (2021). Gestação em tempos de pandemia: percepção das mulheres. São Paulo: Rev Recien. 2021; 11(33):107-116.

Grupo de gestantes e casais grávidos: experiências de educação em saúde

Zaira Aparecida de Oliveira Custódio