



## **12ª MOSTRA DE PROJETOS DE EXTENSÃO**

### **PROJETO GESTAR: AÇÕES DE EXTENSÃO EM MATERNO INFANTIL NO NPAS**

**VERA MARIA DE SOUZA BORTOLINI  
IONARA ZAVARESE HOFMEISTER  
KARLA MACHADO MUNHOS  
KAROLINA MACHADO MELLO  
VIVIAN BUTZER COSTA**

Atenção pré-natal de qualidade envolve ações de prevenção e promoção da saúde, diagnóstico precoce e tratamento adequado de problemas que ocorrem nesse período. Existe um consenso de autores no reconhecimento de que o estado nutricional materno é indicador de saúde e qualidade de vida tanto para a mulher quanto para o crescimento do seu filho, sobretudo no peso ao nascer, uma vez que a única fonte de nutrientes do concepto é constituída pelas reservas nutricionais e ingestão alimentar materna. Portanto, é necessário que se desenvolva uma atenção pré-natal e puerperal qualificada e humanizada, incorporando condutas acolhedoras, promovendo informações e orientações adequadas, além da facilitação do acesso aos serviços de saúde de qualidade (BRASIL, 2012). É importante ressaltar que essas ações sejam integradas envolvendo todos os níveis de atenção: promoção, prevenção e assistência à saúde da gestante e do recém nascido (SANTOS, RADOVANOVIC e MARCON, 2010). O cuidado nutricional no pré-natal tem sido valorizado pelo impacto no resultado obstétrico e se mostra de grande relevância para a saúde pública. Os desconfortos são comuns neste período, variando as queixas corporais e comportamentais conforme a idade gestacional, a vivência em grupo facilita a troca entre mulheres que vivenciam a mesma experiência de tornar-se mãe. Assim muitos temores são amenizados, e dúvidas sanadas, com a conversa entre profissionais da saúde, acadêmicos e gestantes

(BARACHO, 2007). Visando reforçar a importância da adequação do estado nutricional e os cuidados posturais em mulheres na idade reprodutiva, o presente projeto tem por objetivo realizar um diagnóstico das condições de saúde materno infantil, desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde em gestantes assistidas no Núcleo de Pesquisa e Atenção à Saúde/ URCAMP . Atenção pré-natal de qualidade envolve ações de prevenção e promoção da saúde, diagnóstico precoce e tratamento adequado de problemas que ocorrem nesse período. O grupo GESTAR (denominação do grupo de gestantes), realizou reuniões de março a maio de 2017, todas as quintas-feiras a partir das 08:00 da manhã até as 09:30, onde foram abordados temas de interesse das gestantes e colocados em prática assuntos discutidos em aulas teóricas nas disciplinas ministradas aos acadêmicos nos Cursos de Nutrição (3 alunos) e de Fisioterapia (3 alunos), que orientaram o grupo de gestantes na sala de espera, sob a supervisão e orientação de professores dos respectivos Cursos. Ações foram desenvolvidas como roda de conversa, com a utilização de Data show e distribuição de material educativo. Inicialmente as gestantes assinaram um Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) em duas vias e após responderam um questionário com perguntas fechadas sobre dados sociodemográficos, saúde e frequência alimentar, após eram abordados assuntos sobre: alimentação adequada, náuseas e vômitos, fornecendo-lhes receitas com alimentos saudáveis, orientação e incentivo à amamentação, esclarecimento sobre os tipos de parto, com incentivo ao parto natural, também serão orientadas sobre os cuidados posturais na gestação e durante a amamentação, cuidados com o bebê e o ensino da técnica da Shantalla. Para a análise dos dados foi utilizado o programa estatístico EpiData 3.1 e EpiData Analysis. O número de gestantes entrevistadas foi de 14, porém o número de participantes no grupo foi de 54, pois as mesmas participaram mais de uma vez. A média de idade entre as gestantes participantes do grupo foi 26,53 anos, tendo como idade mínima 15 anos e máxima 37. Nove das gestantes entrevistadas concluíram o ensino médio. Em relação à presença da dor, esta foi significativa pois mais da metade (60%) das gestantes relataram sentirem dor. A lombalgia é um fator relevante durante a gestação, pois segundo alguns autores ela pode ocorrer devido o aumento da lordose lombar pelo efeito do peso fetal, pois a pelve inclina-se para frente para compensar o desvio do centro de gravidade, elevando a sobrecarga do músculo iliopsoas (FLORINDO E LIMA, 2013). Sobre o consumo alimentar,

notou-se a presença de baixa ingestão de hortaliças e vegetais e água e ocorreu um alto consumo de bebidas açucaradas entre as gestantes entrevistadas. Do mesmo modo, informações recentes da VIGITEL mostraram baixa prevalência de consumo regular de frutas e hortaliças na população brasileira. O trabalho de promoção de saúde e prevenção de doenças desenvolvido no presente projeto tem beneficiado a saúde materno-infantil trazendo mais segurança sobre as questões gestacionais, além de esclarecer dúvidas e trocar experiências entre gestantes e acadêmicos. Aos acadêmicos traz novas vivências e integração entre os cursos.

**Palavras-chave:** gestantes, nutrição, fisioterapia.

### **Referências:**

BARACHO, E. Fisioterapia aplicada à obstetrícia, uroginecologia e aspectos de mastologia. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 318 p.: il. - (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica, nº 32), 2012.

FLORINDO, Jane Vieira Câmara; LIMA, Regiane da Silva Andrade. **Tratamento Fisioterapêutico em Lombalgia Gestacional:** relato de caso. 2013. 37 fl. Monografia (Bacharelado em Fisioterapia) – Faculdade de Pindamonhangaba, Pindamonhangaba- SP.

SANTOS, Aliny de Lima; RADOVANOVIC, Cremilde Aparecida Trindade; MARCON, Sonia Silva. Assistência Pré-natal: satisfação e expectativas. **Revista Rene**, vol. 11, p. 61-71, 2010

