

RELATO DE EXPERIÊNCIA IDENTIFICADO

GESTAR E CUIDAR: SAÚDE DA MULHER NO PRÉ E PÓS-PARTO

PREGNANCY AND CARE: WOMEN'S HEALTH DURING PREGNANCY AND THE POSTPARTUM PERIOD

Marília Vitória Gomes da Silva¹, Cibele Leontina Rodrigues Cavalcante¹, Pedro Victor Silva de Oliveira¹, Elisvaldo Pereira Rocha¹, Tayssa Emyllai Caldeira Alves¹, Kayky da Silva Gama Cruz¹, Kleiton Rocha dos Santos¹, Layanne Pacheco Peres¹, Lucas Parente Pessoa¹, Marcus Vinícius Almeida Sobral¹, Tássia Caroline da Costa Mendes²

1. Acadêmico(a) do Curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Manacapuru. 2. Docente do Curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Manacapuru.
tassia.mendes@afya.com.br

Eixo Temático: 01 - Saúde

RESUMO

Introdução: O ciclo gravídico-puerperal envolve mudanças biológicas, emocionais e sociais que demandam acompanhamento qualificado e ações educativas voltadas à promoção da saúde materna e neonatal, especialmente em contextos com barreiras de acesso aos serviços. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação extensionista de educação em saúde desenvolvida com gestantes e puérperas acompanhadas pela Atenção Básica em Manacapuru, Amazonas. **Descrição da Experiência:** As atividades foram realizadas em maio de 2026 nas Unidades Básicas de Saúde Funasa I, Noêmia Maciel e Rangel Ruiz, com participação de aproximadamente 30 gestantes e puérperas e apoio das equipes da Estratégia Saúde da Família. Foram desenvolvidas palestras, rodas de conversa, distribuição de folders e dinâmicas participativas, incluindo atividade de mitos e verdades e demonstrações práticas sobre amamentação com bonecos e modelo de mama. Abordaram-se temas relacionados ao pré-natal, vacinação, aleitamento materno, cuidados no pós-parto, sinais de alerta, higiene e saúde mental. Observou-se boa receptividade e participação das usuárias, com compartilhamento de experiências, esclarecimento de dúvidas e identificação de inseguranças relacionadas à gestação, ao puerpério e aos cuidados com o recém-nascido. **Conclusão:** A experiência demonstrou que estratégias educativas participativas, acessíveis e contextualizadas podem favorecer a compreensão de informações em saúde, fortalecer o autocuidado e ampliar o vínculo entre universidade, serviços de saúde e comunidade, além de contribuir para a formação dos acadêmicos envolvidos.

Palavras-chave: Gestantes. Puerpério. Educação em Saúde. Atenção Primária à Saúde. Saúde da Mulher.

ABSTRACT

Introduction: The pregnancy-puerperal cycle involves biological, emotional, and social changes that require qualified care and educational actions aimed at promoting maternal and neonatal health, especially in contexts with barriers to accessing health services. **Objective:** To report the experience of a health education extension activity developed with pregnant and postpartum women receiving Primary Health Care in Manacapuru, Amazonas. **Experience Description:** The activities were carried out in May 2026 at the Funasa I, Noêmia Maciel, and Rangel Ruiz Basic Health Units, with the

participation of approximately 30 pregnant and postpartum women and the support of Family Health Strategy teams. Lectures, conversation circles, distribution of educational folders, and participatory activities were conducted, including a myths-and-facts activity and practical breastfeeding demonstrations using dolls and a breast model. Topics included prenatal care, vaccination, breastfeeding, postpartum care, warning signs, hygiene, and mental health. Good receptivity and participation were observed among the women, with sharing of experiences, clarification of doubts, and identification of concerns related to pregnancy, the postpartum period, and newborn care. **Conclusion:** The experience demonstrated that participatory, accessible, and context-sensitive educational strategies can improve the understanding of health information, strengthen self-care, and enhance the relationship between the university, health services, and the community, while also contributing to the training of the students involved.

Keywords: Pregnant Women. Postpartum Period. Health Education. Primary Health Care. Women's Health.

INTRODUÇÃO

O ciclo gravídico-puerperal constitui um período de intensas mudanças biológicas, emocionais, familiares e sociais, demandando acompanhamento contínuo, humanizado e tecnicamente qualificado. Embora a gestação seja predominantemente fisiológica, intercorrências como síndromes hipertensivas, pré-eclâmpsia, diabetes mellitus gestacional, infecções e anemia podem comprometer a saúde materna e fetal. Além disso, dificuldades relacionadas ao aleitamento, alterações emocionais no puerpério e inseguranças quanto aos cuidados com o recém-nascido reforçam a necessidade de atenção integral à mulher. A Organização Mundial da Saúde destaca a importância de uma assistência pré-natal centrada na pessoa, orientada para uma experiência positiva de gestação e para a identificação oportuna de riscos.¹

Nesse contexto, a Atenção Primária à Saúde ocupa posição estratégica por estabelecer vínculo territorial e longitudinal com as famílias, favorecendo ações de promoção da saúde, prevenção de agravos, identificação precoce de situações de risco e encaminhamento oportuno para outros pontos da rede de atenção. O acompanhamento pré-natal de baixo risco deve integrar orientações sobre vacinação, alimentação, sinais de alerta, preparo para o parto, puerpério, aleitamento materno e cuidados com o recém-nascido, contribuindo para o fortalecimento da autonomia e do autocuidado das usuárias.²

Em territórios amazônicos, barreiras geográficas e de acesso, vulnerabilidades sociais e particularidades culturais podem dificultar a continuidade do cuidado e a compreensão de orientações em saúde. Nesse cenário, ações educativas desenvolvidas de maneira acessível, participativa e contextualizada aproximam os serviços de saúde da comunidade e criam espaços para esclarecimento de dúvidas, compartilhamento de experiências e fortalecimento dos vínculos entre usuárias, profissionais e estudantes.

Diante disso, o projeto de extensão “Gestar e Cuidar: Saúde da Mulher no Pré e Pós-Parto” foi desenvolvido em Manacapuru, Amazonas, com o objetivo de promover educação em saúde para gestantes e puérperas acompanhadas pela Atenção Básica, ampliando conhecimentos sobre pré-natal, vacinação, aleitamento materno, sinais de alerta, saúde mental e cuidados iniciais com o bebê. Este relato tem como objetivo descrever a experiência das ações realizadas e os principais aspectos observados durante as atividades.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A experiência foi desenvolvida em maio de 2026, no âmbito do eixo Práticas Interdisciplinares de Extensão, Pesquisa e Ensino IV, da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Manacapuru. As ações ocorreram nas Unidades Básicas de Saúde Funasa I, Noêmia Maciel e Rangel Ruiz, em Manacapuru, Amazonas, e contaram com a parceria das equipes da Estratégia Saúde da Família, incluindo enfermeiros, técnicos de enfermagem e Agentes Comunitários de Saúde. Participaram aproximadamente 30 gestantes e puérperas acompanhadas pelas unidades.

A mobilização das participantes foi realizada pelas equipes das unidades, principalmente pelos Agentes Comunitários de Saúde, considerando a rotina das microáreas e a disponibilidade das usuárias. No planejamento das ações, priorizou-se o uso de linguagem simples e adequada ao público, com metodologias que favorecessem a participação ativa. Foram realizadas palestras educativas, rodas de conversa, distribuição de folders, esclarecimento de dúvidas e dinâmicas participativas. Como recursos, utilizaram-se banner com a representação de uma gestante, balões contendo perguntas, bonecos e um modelo de mama.

Entre as atividades desenvolvidas, destacou-se a dinâmica “mitos e verdades” sobre gestação e puerpério. Balões contendo perguntas norteadoras foram fixados no banner e cada participante era convidada a escolher e estourar um balão, retirar a pergunta, realizar a leitura em voz alta e indicar se a afirmação apresentada correspondia a um mito ou a uma verdade. Em seguida, o conteúdo era discutido coletivamente, permitindo a correção de informações equivocadas, o esclarecimento de dúvidas e a troca de experiências de maneira acolhedora e sem julgamentos.

Também foram realizadas demonstrações práticas relacionadas ao aleitamento materno. Com o auxílio de bonecos e do modelo de mama, foram apresentadas a posição do bebê e a pega adequada durante a mamada, possibilitando orientar as participantes sobre aspectos importantes para uma amamentação adequada. Ao longo dos encontros, foram abordados temas como pré-natal, exames, vacinação, repouso, higiene, cuidados corporais no pós-parto, aleitamento materno, sinais de gravidade, saúde mental e situações que exigem procura por atendimento nos serviços de saúde.

As participantes demonstraram boa receptividade, interesse e envolvimento, evidenciados pela interação nas rodas de conversa, pelo compartilhamento de experiências e pela apresentação de dúvidas sobre gestação, parto, puerpério, amamentação e cuidados com o recém-nascido. As estratégias participativas favoreceram a aproximação entre conteúdos técnicos e situações vivenciadas no cotidiano, além de possibilitarem a identificação de crenças frequentes relacionadas ao repouso, aos sinais de risco, ao autocuidado e à amamentação. Também foram observadas inseguranças relacionadas ao pós-parto, ao cansaço, às alterações emocionais e ao medo de complicações, ressaltando a importância de considerar a saúde materna para além da dimensão biológica.

Para os acadêmicos, a experiência contribuiu para o desenvolvimento de competências de comunicação, trabalho em equipe, sensibilidade às características do território e responsabilidade social, além de ampliar a compreensão da integração entre universidade,

serviço de saúde e comunidade. A articulação com os profissionais das unidades e com os Agentes Comunitários de Saúde foi relevante para a adesão das participantes e para a adequação da linguagem às necessidades locais. A avaliação ocorreu por observação participante e registro qualitativo das interações, sem aplicação de instrumento padronizado antes e depois das atividades, o que limita a mensuração objetiva do impacto educativo.

CONCLUSÃO

A experiência extensionista mostrou-se relevante para a educação em saúde de gestantes e puérperas acompanhadas pela Atenção Básica em Manacapuru. A combinação de palestras, rodas de conversa, materiais educativos, dinâmicas participativas e demonstrações práticas favoreceu o esclarecimento de dúvidas e o acesso a informações sobre pré-natal, puerpério, vacinação, higiene, aleitamento materno, saúde mental, sinais de alerta e cuidados com o recém-nascido. A participação das usuárias e o compartilhamento de experiências indicaram que estratégias acessíveis e contextualizadas podem fortalecer o autocuidado e o vínculo com os serviços de saúde.

Além do impacto educativo junto ao público-alvo, a atividade contribuiu para a formação dos acadêmicos ao estimular comunicação, trabalho em equipe, responsabilidade social e aproximação com a realidade territorial. A integração entre universidade, profissionais da Atenção Básica e comunidade mostrou-se essencial para o desenvolvimento das ações. Recomenda-se a continuidade de iniciativas semelhantes, com ampliação da divulgação, acompanhamento das participantes e incorporação de instrumentos simples de avaliação que permitam mensurar de forma mais objetiva os resultados das intervenções educativas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. World Health Organization. WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience. Geneva: World Health Organization; 2016.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília: Ministério da Saúde; 2012. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_pre_natal_baixo_risco.pdf