RESUMO - IV. PESQUISA CIENTÍFICA RELACIONADA À AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS E GESTÃO DO CUIDADO EM ENFERMAGEM

EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA GESTANTES: PROMOVENDO AUTOCUIDADO E BEM-ESTAR MATERNO

Maria Ellvira Remotto Magno (mariaellviraueg@gmail.com)

Nayara Ferreira (nayara.carvalho@ueg.br)

Marília Cordeiro (maacsousa@gmail.com)

Daniela Andrade Moura (daniela.moura@aluno.ueg.br)

Thaís Muniz Da Silva (thais.muniz2014@outlook.com)

Artur Starling Bergamini Grijo (artur.bergamini@aluno.ueg.br)

Introdução: A gestação é um período marcado por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, exigindo acompanhamento adequado e acesso a informações confiáveis para a promoção da saúde materno-infantil. Nesse contexto, ações educativas desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde contribuem para o fortalecimento do autocuidado, prevenção de agravos e construção de vínculos entre gestantes e serviços de saúde. Objetivo: Relatar a experiência de uma ação educativa voltada à promoção da saúde de gestantes atendidas na atenção básica. Método: Trata-se de um relato de experiência

realizado por integrantes de projeto de extensão universitária em uma Unidade Básica de Saúde. A atividade ocorreu por meio de roda de conversa com gestantes da comunidade, abordando temas relacionados à alimentação saudável, importância do pré-natal, hidratação e prática segura de atividade física durante a gestação. A metodologia utilizada priorizou a participação ativa das participantes, promovendo diálogo, troca de experiências e esclarecimento de dúvidas. Resultados: A ação favoreceu a interação entre gestantes e acadêmicos, proporcionando um ambiente acolhedor para compartilhamento de experiências e construção coletiva do conhecimento. Observou-se interesse e participação ativa das gestantes durante as discussões, especialmente nos temas relacionados aos cuidados durante a gravidez e à importância do acompanhamento pré-natal. A atividade contribuiu para ampliar conhecimentos, fortalecer o autocuidado e estimular hábitos saudáveis durante o período gestacional. Conclusão: As ações educativas em saúde voltadas para gestantes constituem estratégias importantes para promoção da saúde e prevenção de agravos, favorecendo o empoderamento das mulheres e incentivando a adoção de práticas saudáveis durante a gestação. Além disso, fortalecem o vínculo entre comunidade, universidade e serviços de saúde.

Palavras-chave: Saúde da Mulher; Gestantes; Educação em Saúde; Cuidado Pré-Natal; Atenção Primária à Saúde.

Introducción: El embarazo es un período marcado por importantes cambios físicos, emocionales y sociales, que requiere seguimiento adecuado y acceso a información confiable para promover la salud maternoinfantil. En este contexto, las acciones educativas desarrolladas en la Atención Primaria de Salud contribuyen al fortalecimiento del autocuidado, la prevención de enfermedades y la construcción de vínculos entre las gestantes y los servicios de salud. Objetivo: Describir la experiencia de una actividad educativa dirigida a la promoción de la salud de mujeres embarazadas atendidas en la atención primaria. Método: Se trata de un relato de experiencia realizado por integrantes de un proyecto de extensión universitaria en una Unidad Básica de Salud. La actividad se desarrolló mediante una rueda de conversación con gestantes de la

comunidad, abordando temas relacionados con alimentación saludable, importancia del control prenatal, hidratación y práctica segura de actividad física durante el embarazo. La metodología priorizó la participación activa y el intercambio de experiencias. Resultados: La actividad favoreció la interacción entre gestantes y estudiantes, proporcionando un ambiente acogedor para compartir experiencias y construir conocimientos. Se observó interés y participación activa en las discusiones, especialmente sobre los cuidados durante el embarazo y la importancia del seguimiento prenatal. La actividad contribuyó a fortalecer el autocuidado y promover hábitos saludables. Conclusión: Las acciones educativas dirigidas a mujeres embarazadas constituyen estrategias importantes para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades, favoreciendo el empoderamiento femenino y fortaleciendo los vínculos entre comunidad, universidad y servicios de salud.

Palabras clave: Salud de la Mujer; Mujeres Embarazadas; Educación en Salud; Atención Prenatal; Atención Primaria de Salud.

Introduction: Pregnancy is a period characterized by significant physical, emotional, and social changes, requiring adequate follow-up and access to reliable information to promote maternal and child health. In this context, educational activities developed in Primary Health Care contribute to strengthening self-care, preventing health problems, and building bonds between pregnant women and healthcare services. Objective: To report the experience of an educational activity aimed at promoting the health of pregnant women receiving primary healthcare services. Method: This is an experience report conducted by members of a university extension project in a Primary Health Care Unit. The activity consisted of a discussion group with pregnant women from the community, addressing healthy eating, the importance of prenatal care, hydration, and safe physical activity during pregnancy. The methodology emphasized active participation, dialogue, and exchange of experiences. Results: The activity promoted interaction between pregnant women and students, providing a welcoming environment for sharing experiences and building knowledge. Active participation and interest were

observed, especially regarding pregnancy care and the importance of prenatal follow-up. The initiative contributed to strengthening self-care and encouraging healthy habits during pregnancy. Conclusion: Educational health activities aimed at pregnant women are important strategies for health promotion and disease prevention, empowering women and encouraging healthy practices during pregnancy. Furthermore, they strengthen the relationship between community, university, and healthcare services.

Keywords: Women’s Health; Pregnant Women; Health Education; Prenatal Care; Primary Health Care.

Palavras-chave: saúde da mulher; gestantes; educação em saúde; cuidado pré-natal; atenção primária à saúde.