

EDUCAÇÃO EM SAÚDE INTEGRAL DURANTE A GRAVIDEZ E O PÓS-PARTO - VIVÊNCIAS DO GRUPO DE GESTANTES DA UBS SANTA CECÍLIA 2023

Coordenador: MICHELE DREHMER

O grupo de gestantes da Unidade Básica de Saúde (UBS) Santa Cecília tem o objetivo de promover a educação em saúde, proporcionando o acolhimento das gestantes e de suas famílias, bem como a troca de experiências e vivências sobre maternidade e puerpério. O grupo conta com equipe multidisciplinar, incluindo nutrição, enfermagem, medicina, psicologia, educação física, residentes de nutrição, de enfermagem e de medicina, graduandos em nutrição e psicologia, equipe do Centro Obstétrico do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) e equipe do Banco de Leite Humano (BLH) do HCPA. Desde 2020, o grupo é ofertado em formato virtual. O convite às gestantes é realizado por telefonemas e/ou mensagens de WhatsApp, a partir de uma lista encaminhada pelos profissionais de enfermagem, durante as consultas, bem como através de pôsteres dispostos na UBS. O WhatsApp é utilizado para informar cronograma e links de acesso dos encontros e para divulgar materiais educativos. O grupo tem um perfil no Instagram no qual publicações a respeito da gestação e do pós-parto são compartilhadas. Os encontros ocorrem semanalmente, às quintas-feiras pela manhã, com duração de 1 a 2 horas; a escuta ativa é priorizada e a promoção de diálogo é estimulada. Os temas abordados, em 2023, foram modificações corporais na gestação; alimentação e ganho de peso na gestação; preparo para o parto; tour virtual ao centro obstétrico do HCPA; cuidados com o recém-nascido; aspectos emocionais na gestação e no pós-parto; atividade física na gestação; aleitamento materno; introdução da alimentação complementar saudável; encontro com a equipe do BLH do HCPA; oficina de introdução da alimentação complementar. Esta última acontece em formato presencial, no laboratório de técnica dietética da faculdade de medicina da UFRGS, para que gestantes e familiares possam aprender, na prática, a montar pratos com alimentos saudáveis e nas quantidades e consistências adequadas para bebês dos 6 meses aos 2 anos de idade. Em 2023, foram ofertadas 2 edições do grupo em que participaram 24 gestantes e 2 familiares. Das gestantes participantes, 9 realizaram pré-natal na UBS. A maioria passava pela 1ª experiência de gestação, estando entre o 2º e o 3º trimestre gestacional. O acompanhamento das gestantes continua após o parto. As puérperas são contatadas por mensagem de WhatsApp e/ou visitadas no HCPA e convidadas a ingressarem no grupo de mães, pais e bebês, cujas atividades são presenciais, a cada quinze dias, na UBS. Assim, é

possível realizarmos educação em saúde durante a gravidez e, de forma contínua, no pós-parto.