

DEMOCRATIZANDO O CONHECIMENTO SOBRE TRANSTORNOS PÓS PARTO E TÉCNICAS CORRETAS DE PEGA EM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Iale Guilherme Araujo¹; Maria Eduarda Marinho Barros²; Vanessa Toscano de Moraes³; Vinícius Lima do Nascimento⁴; Wigna Élen de Oliveira⁵; Yasmim Martins Amancio⁶; Renata Cardoso Oliveira⁷.

¹Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Santa Cruz, RN. <http://lattes.cnpq.br/4091462990206419>.

²Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Santa Cruz, RN. <http://lattes.cnpq.br/9220177528393015>.

³Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Santa Cruz, RN. <https://lattes.cnpq.br/0006122817338733>.

⁴Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Santa Cruz, RN. <https://lattes.cnpq.br/5903631873371886>.

⁵Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Santa Cruz, RN. <https://lattes.cnpq.br/6675878107471708>.

⁶Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Santa Cruz, RN. <http://lattes.cnpq.br/2431598461897364>.

⁷Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), Santa Cruz, RN. <http://lattes.cnpq.br/0956324322195962>.

DOI: 10.47094/IIICOLUBRAIS.2023/RE/31

PALAVRAS-CHAVE: Educação em Saúde. Puerpério. Aleitamento.

ÁREA TEMÁTICA: Saúde da Mulher.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS), em 1946, definiu saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como a ausência de doença ou enfermidade”. Assim, ações voltadas para saúde são necessárias, pois desempenham um papel categórico na prevenção de doenças e na promoção de hábitos saudáveis. Os benefícios substanciais provenientes do investimento em ações de saúde refletem não apenas no bem-estar individual, mas também gera impactos positivos nas esferas econômicas, sociais e emocionais (Brasil, 2020a).

Desse modo, as ações direcionadas às gestantes, especificamente abordando temas como pega correta ao amamentar, “baby blues” e depressão pós-parto, desempenham um papel importante no desenvolvimento de uma maternidade leve e saudável. A orientação sobre a pega adequada ao amamentar desempenha um papel crucial ao prevenir lesões nos seios, proporcionando uma amamentação mais eficaz e prazível. Além disso, é essencial abordar o “baby blues” e a depressão pós-parto, uma vez que são termos conhecidos, mas pouco discutidos, de modo que, ao serem identificados, é plausível oferecer suporte emocional a essas mulheres, desse modo, destaca-se aqui a importância dos profissionais de enfermagem que estão em contato direto com essas gestantes e que atuam tanto na

identificação quanto nos encaminhamentos necessários (Santos *et al.*, 2023).

No âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), a pega correta acontece quando o posicionamento do bebê está correto, de forma que a criança abra a boca e abocanhe totalmente a região mamilo areolar (Brasil, 2012b). Além disso, segundo Dantas *et al.* (2020), a amamentação feita de forma correta, permite não apenas que o bebê fique saciado, mas também possui o propósito de prevenir o desenvolvimento de lesões nos seios. Sendo assim, uma pega adequada garante uma sucção efetiva e evita problemas como fissuras nos mamilos.

Por conseguinte, o baby blues é uma condição comum que afeta muitas mulheres após o parto. Se caracteriza por sentimentos de tristeza, irritabilidade, ansiedade, cansaço e sensibilidade emocional (Brasil, 2012b). Geralmente, ocorre nas primeiras semanas do puerpério. Esses sentimentos estão associados às mudanças hormonais que ocorrem durante o pós-parto. Normalmente, o baby blues desaparece paulatinamente à medida que a mãe vai se adaptando e recebendo apoio emocional na nova vida.

Por outro lado, a depressão pós-parto (DPP) é uma condição mais séria. Envolve os sentimentos mais intensos e persistentes, como sentimento de tristeza profunda, desinteresse pelas atividades diárias, alteração de sono, de apetite e dificuldade de vínculo com o bebê e em casos mais severos pensamentos suicidas (Brasil, 2020b). Portanto, é necessário buscar ajuda médica se seus sinais e sintomas persistirem por mais de quatro semanas. Por fim, tanto a DPP quanto o baby blues devem ser considerados como um problema de saúde pública, uma vez que se caracterizam como uma condição que afeta tanto a mãe quanto o filho. Sabendo disso, é imprescindível que a equipe de enfermagem esteja atenta a qualquer sinal que possa estar relacionado ao baby blues e a DPP, permitindo uma identificação precoce da patologia (Gonçalves; Almeida *et al.*, 2019).

OBJETIVO

Relatar a experiência de estudantes de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, campus da Faculdade de Ciências de Saúde do Trairi (FACISA/UFRN) na prática de pré-natal, realizado no Hospital Universitário Ana Bezerra (HUAB/EBSERH/UFRN).

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência acerca de uma ação educativa realizada por estudantes do quinto período do curso de enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, campus da Faculdade de Ciências de Saúde do Trairi (FACISA-UFRN). A ação foi desenvolvida e aplicada às gestantes que estavam em tratamento, aguardando o momento do parto ou puérperas que estavam no Hospital Universitário Ana Bezerra (HUAB/EBSERH/UFRN) no município de Santa Cruz/RN no dia 24 de outubro de 2023.

Durante a intervenção, foram implementadas diversas estratégias educativas como cartazes expositivos contendo imagens elucidativas que destacavam a anatomia das mamas, enfocando regurgitação e fissuras. Para promover um maior aprendizado e compreensão sobre as técnicas corretas da pega, foram utilizados manequins simulando bebês e de mamas artificiais. Dessa maneira, foi proporcionado às gestantes a oportunidade de esclarecer dúvidas acerca da pega e do posicionamento do bebê. Outra estratégia adotada foi a distribuição de panfletos informativos, abordando a distinção entre baby blues e depressão pós-parto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No decorrer das ações educativas no Hospital Universitário Ana Bezerra, notou-se que as gestantes apresentavam dúvidas e até desconhecimento sobre informações como a técnica adequada da pega durante a amamentação e as consequências de uma pega inadequada. Além disso, temas sobre o "baby blues" eram assuntos novos diante de uma gestação primigesta ou multigesta. Porém, ao adentrar sobre o tema da depressão pós-parto, embora muitas conhecessem o termo, desconheciam sua gravidade.

Com isso, por meio da educação em saúde oferecida às gestantes, foi permitido que os estudantes tivessem a oportunidade de conhecer e compreender os anseios e questionamentos referentes a uma gestação. A prática de estágio, além de preparar as mulheres para lidar com suas dúvidas, ofereceu aprendizado e vivências sobre a realidade enfrentada durante o pré-natal e puerpério aos estudantes de enfermagem.

Portanto, os resultados obtidos revelam que há necessidade de ações educativas a serem realizadas durante o período do pré-natal. Visando não somente a promoção de saúde, mas também os saberes. Desse modo, é possível contribuir para redução de complicações da amamentação e que as gestantes e parturientes saibam lidar ao se deparar com situações que afetam seu estado mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática referida permitiu que dúvidas comuns sobre novos desafios que serão enfrentados pelas gestantes fossem sanadas, promovendo educação para um público que necessita de bastante conhecimento sobre uma nova rotina que está próxima à ser moldada. Dessa forma, nota-se a importância de ações voltadas para esse grupo, que podem ser adequadas conforme o estágio da gestação ou puerpério que a mulher encontra-se, tendo em vista que o campo de informações sobre a temática é enorme e muitas vezes a chegada de um(a) filho(a) é coberta de ansiedade e dúvidas. Por fim, ao analisar a ação realizada, é possível concluir que os objetivos foram alcançados, prezando pelo compartilhamento de conhecimentos e promoção de educação em saúde para mulheres grávidas e puérperas.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderno de Atenção Básica: Atenção ao pré-natal de Baixo**

Risco. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012a, p.108.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderno de Atenção Básica: Atenção ao pré-natal de Baixo Risco**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012b, p.271.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Depressão pós-parto: causas, sintomas, tratamento, diagnóstico e prevenção**. [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2020b. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao-pos-parto>. Acesso em: 28 nov. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **O que significa ter saúde?**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020a. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-exercitar/noticias/2021/o-que-significa-ter-saude>. Acesso em: 28 nov. 2023.

DANTAS, Bárbara Peixoto; TASSARA, Kennia Rodrigues; MORAES, Pedro Henrique Ataiades de; OLIVEIRA, Ricardo Ansaloni de; ANSALONI, Livia Vieira Simões A importância do enfermeiro na assistência ao aleitamento materno: os cuidados na amamentação nos diferentes cenários. **Saúde Coletiva (Barueri)**, n. 57, p. 3417-3428, 21 out. 2020c. Disponível em: <https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2020v10i57p3417-3428>. Acesso em: 2 dez. 2023.

GONÇALVES, Fabiana Braga Ataíde Cardoso.; ALMEIDA, Miguel Correa. A Atuação da Enfermagem Frente à Prevenção da Depressão Pós-Parto. **Ensaios e Ciência C Biológicas Agrárias e da Saúde**, [S. l.], v. 23, n. 2, p. 140-147, 2019. DOI: 10.17921/1415-6938.2019v23n2p140-147. Disponível em: <https://ensaioseciencia.pgsscogna.com.br/ensaiociencia/article/view/6655>. Acesso em: 2 dez. 2023.

SANTOS, Débora Iamara Menezes dos et al.. Atuação da Enfermagem na identificação de fatores desencadeantes da depressão pós-parto: uma revisão integrativa. **Educação, Ciência e Saúde**, v. 10, n. 1, 2 ago. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.20438/ecs.v10i1.510>. Acesso em: 2 dez. 2023.