

IDENTIFICAÇÃO DO RESUMO

- Tipo de relato – **Relato de pesquisa**
- Eixo transversal – **Educação e Saúde**
- Financiamento e apoio: **Sem financiamento**
- Título: **Um Cuidar Baseado nas Forças: Plano Pós-parto para uma Vivência Positiva do Quarto Trimestre**
- Palavras-chave: *Women's Health; Strengths-Based Care; Postpartum Period*
- Autores:
 - Berta Susana de Almeida Nunes da Pena (Mestre em Enfermagem de Saúde Materna e Obstetrícia, Enfermeira na ULS Arco Ribeirinho – USF Querer Mais e Membro do Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa) pena@ampus.esel.pt (ou berta.pena@arslvt.min-saude.pt)
 - Maria Anabela Ferreira dos Santos (Professora Coordenadora da ESEL. Membro do Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem de Lisboa)

RESUMO

Introdução

O quarto trimestre ou período pós-parto é um conceito que coloca no centro dos cuidados a mulher (recém-nascido e casal) inserida na família e que engloba todas as práticas que simulam o ambiente intrauterino, contemplando uma gestação externa e que tem por princípio que o bebé necessita de pelo menos um período de 3 meses de adaptação ao meio extrauterino.

O pós-parto é um período de recuperação física e psicológica, esta definição é corroborada por vários autores, no entanto embora a Organização Mundial de Saúde considere as primeiras 6 semanas após o nascimento, alguns autores consideram que este período pode ser alargado até um ano pós-parto.

Vivência positiva ou experiência pós-natal positiva é definida pela Organização Mundial de Saúde como aquela em que mulheres, parceiros, pais, cuidadores e famílias recebem informações e garantias de forma consistente de profissionais de saúde motivados. As necessidades de saúde, sociais e de desenvolvimento das mulheres e dos

bebés são reconhecidas, dentro de um sistema de saúde com recursos e flexível que respeita o seu contexto cultural.

Existem vários autores que reforçam a necessidade de preparar a mulher para o pós-parto, assim como o trabalho com a família no fortalecimento das relações e na preparação da rede de apoio.

Neste estudo desenvolveu-se um instrumento que permite à puérpera/casal planear e organizar o pós-parto, de modo a facilitar a adaptação neste período, tendo sido norteador deste processo o referencial teórico do Cuidar em Enfermagem Baseado nas Forças de Laurie Gottlieb.

Objetivos

Este estudo inicia-se com a pergunta de pesquisa: Quais as dificuldades experienciadas pela puérpera no pós-parto?

Tendo como objetivos: identificar as necessidades bio-psico-sociais da tríade nas primeiras 12 semanas pós-parto, as estratégias da puérpera/casal para ultrapassar as dificuldades percebidas e os itens a incluir no plano pós-parto, na perspetiva materna.

Métodos

Estudo descritivo exploratório com abordagem mista, com a aplicação de um questionário a mães com idades entre os 18 e os 39 anos na altura do parto, obtendo-se 141 respostas com critérios de elegibilidade entre 14 de abril e 5 de maio de 2023. Foi partilhado o instrumento de colheita de dados através de grupos de mães nas redes sociais (*Facebook, Instagram, WhatsApp*). A análise de conteúdo foi realizada segundo Bardin e foi utilizada a categorização semântica no tratamento dos dados qualitativos e a análise estatística dos dados quantitativos.

De modo a garantir os procedimentos éticos em todo o processo de investigação o questionário só foi aplicado após a receção do parecer positivo do Conselho de Ética da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa com o número 6932/2022.

Resultados

A idade das participantes do estudo a que se refere o questionário é na sua maioria dos 26 aos 34 anos (n=99), seguindo-se as idades dos 35 aos 39 anos (n=33) e dos 18 aos 25 anos (n=9) na altura do parto. A maioria das participantes têm mestrado e licenciatura.

Do estudo emergiram as dificuldades, as necessidades da tríade na perspetiva das participantes, as estratégias ou forças para superar as dificuldades e os itens sugeridos para o plano pós-parto.

As dificuldades identificadas foram nos cuidados ao bebê, na amamentação, na recuperação física e psicológica, na transição para a parentalidade, no relacionamento conjugal, no planejamento familiar, com a rede de suporte e na gestão do cotidiano. Os itens para a construção do plano pós-parto foram obtidos através dos dados quantitativos e qualitativos do estudo.

Considerações finais

Conclui-se que o plano pós-parto é um conceito inovador, uma vez que as grávidas/casais se focam na elaboração do plano de parto, desconhecendo ou não valorizando o plano pós-parto. No entanto a maioria das participantes consideraram o planejamento como uma das forças ou estratégias para uma vivência positiva do quarto trimestre.