

**DESENVOLVIMENTO DE CARTILHA DIGITAL PARA ORIENTAÇÕES DE
ENFERMAGEM NA CONSULTA PRÉ-NATAL**

Daniel Coutinho dos Santos¹, Antonia Mariene Fontelles de Moura², Francisca Nayara dos Santos Madeira³, Pátilla Deise da Silva⁴, Marcela de Oliveira Feitosa⁵

¹Universidade Federal do Maranhão - UFMA, (daniel.coutinho@discente.ufma.br)

²Universidade Federal do Maranhão - UFMA, (antonia.mariene@discente.ufma.br)

³Universidade Federal do Maranhão - UFMA, (nayara.francisca@discente.ufma.br)

⁴Enfermeira da Estratégia Saúde da Família (Patiladeise@gmail.com)

⁵Docente da Universidade Federal do Maranhão – UFMA (marcela.feitosa@ufma.br)

Resumo

Objetivo: Apresentar o desenvolvimento de uma cartilha digital para orientações de enfermagem na consulta pré-natal. **Método:** Trata-se de um relato de experiência, um estudo descritivo sobre a criação e o desenvolvimento de uma cartilha digital para orientações de enfermagem na consulta pré-natal. **Resultados:** O enfermeiro precisa realizar ações de forma eficaz, protegendo a gestante de negligência, imperícia e imprudência, agindo de forma ética e responsável, para garantir o nascimento de um feto saudável. **Considerações Finais:** As orientações fornecidas pelo enfermeiro durante a consulta pré-natal são imprescindíveis para que as gestantes consigam entender o processo gestacional.

Palavras-chave: Educação em Saúde; Enfermagem; Pré-Natal.

Área Temática: Inovações e Tecnologias em Saúde da Família e da Comunidade.

Modalidade: Resumo expandido

1 INTRODUÇÃO

O intuito da consulta de enfermagem do pré-natal é garantir uma gestação segura para a mulher e o nascimento de um recém-nascido saudável. Para que isso aconteça, a Organização Mundial de Saúde preconiza, no mínimo, seis consultas que podem ser intercaladas entre médico e enfermeira (DA SILVA, 2019).

Nestas, é primordial a realização de orientações sobre a fisiologia fetal e gestacional, desconfortos comuns neste período e as condutas necessárias, exames, imunizações e demais cuidados com a saúde materno-infantil (BATISTA, 2010).

Durante a gravidez, várias adaptações hormonais e biomecânicas ocorrem no corpo da mulher. O útero da gestante apresenta um crescimento persistente, formando um abdômen protuberante. Portanto, ocorre o deslocamento de seu centro de gravidade, gerando uma lordose acentuada, sobrecarregando a musculatura lombar e posterior da coxa, causando conseqüentemente um processo doloroso (DA SILVA RODRIGUES, 2021).

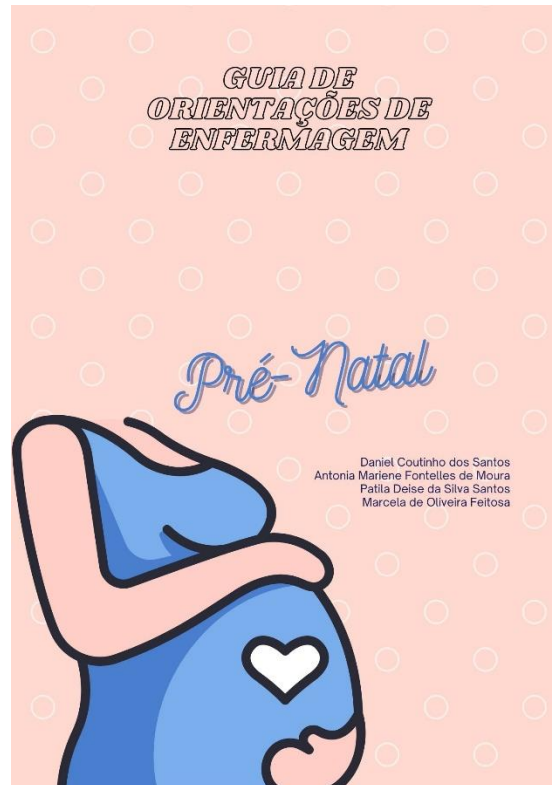
Essas alterações fisiológicas no corpo materno podem ser vistas como respostas humanas, estando relacionadas à grande descarga hormonal produzida nesse período e ao crescimento do feto. Durante esta fase, podem ocorrer mudanças emocionais e psicológicas que variam de uma mulher para outra (REIS, 2020). Diante disso, o objetivo desse trabalho é apresentar o desenvolvimento de uma cartilha digital para orientações de enfermagem na consulta pré-natal.

2 MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência, um estudo descritivo sobre a criação e o desenvolvimento de uma cartilha digital para orientações de enfermagem na consulta pré-natal. O estímulo para a criação de uma ferramenta voltada a essa temática surgiu durante a disciplina de Estágio Obrigatório I: Rede Básica de Saúde do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Maranhão (CCSST), que ocorreu no Centro de Saúde Vila Lobão localizado na cidade de Imperatriz no estado do Maranhão. Onde foi observado carência de protocolos de orientações às gestantes em acompanhamento pré-natal. A cartilha foi desenvolvida com foco nos profissionais para que servisse como um guia em formato checklist para que não houvesse nenhuma lacuna nas intervenções dadas pelos profissionais.

À vista disso, criou-se, através da plataforma CANVA, versão premium online, a cartilha. A construção de textos se deu pela leitura de artigos científicos e manuais do Ministério da Saúde e da Anvisa, utilizando linguagem simples e objetiva. A cartilha é composta pelas queixas mais comuns na gestação, além de um guia nutricional e foi batizada de “GUIA DE ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM” a Figura 1 mostra a capa da Cartilha.

Figura 1: Capa Da Cartilha Guia De Orientações De Enfermagem



Fonte: Elaboração própria

A cartilha possui as seguintes queixas mais comuns na gestação: Náuseas, vômitos e tonturas, Pirose (azia), Sialorreia, Fraquezas e desmaios, Dor abdominal, cólicas, flatulência e obstipação intestinal, Hemorroidas, Corrimento vaginal, Queixas urinárias, Falta de ar, Mastalgia (dor nas mamas), Lombalgia (dor lombar), Cefaleia (dor de cabeça), Sangramento nas gengivas, Varizes, Câimbras, Cloasma gravídico e Estrias. A Figura 2 mostra uma das páginas do Guia de orientações de enfermagem

Figura 2: Página 3 do Guia De Orientações de Enfermagem

QUEIXAS MAIS COMUNS NA GESTAÇÃO
Pré-Natal

HEMORROIDAS Recomende à gestante: Alimentação rica em fibras, a fim de evitar a obstipação intestinal. Se necessário, prescreva supositórios de glicerina; Que não use papel higiênico colorido ou áspero (nestes casos, deve-se molhá-lo) e faça higiene perianal com água e sabão neutro, após a evacuação; Que faça banhos de vapor ou compressas mornas. Agende consulta médica, caso haja dor ou sangramento anal persistente.	CORRIMENTO VAGINAL Explique que um aumento de fluxo vaginal é comum na gestação; Não prescreva cremes vaginais, desde que não haja diagnóstico de infecção vaginal; Agende consulta se ocorrer fluxo de cor amarelada, esverdeada ou com odor fétido ou caso haja prurido
QUEIXAS URINÁRIAS Explique que, geralmente, o aumento do número de micções, é comum no início e no final da gestação (devido ao aumento do útero e à compressão da bexiga). Mesmo sendo incômodo o aumento do número de micções, é de extrema importância incentivar a ingestão hídrica adequada;	FALTA DE AR Tais sintomas são frequentes na gestação, em decorrência do aumento do volume do útero por compressão pulmonar, assim como por consequência da ansiedade da gestante. Recomende repouso em decúbito lateral esquerdo; Ouça a gestante e converse sobre suas angústias, se for o caso;
MASTALGIA (DOR NAS MAMAS) Oriente a gestante quanto à normalidade de incômodo mamário, pela fisiologia da gestação, devido ao aumento mamário e ao desenvolvimento de suas glândulas; Recomende à gestante o uso constante de sutiã, com boa sustentação, após descartar qualquer intercorrência mamária; Oriente a gestante sobre o colostro (principalmente nas fases tardias da gravidez), que pode ser eliminado em maior quantidade, obrigando o diagnóstico diferencial com anormalidades.	LOMBALGIA (DOR LOMBAR) Recomende que a gestante: faça a correção de sua postura ao se sentar e ao andar; use sapatos com saltos baixos e confortáveis; faça a aplicação de calor local; eventualmente, a critério e por orientação médica, use analgésico (se não for contraindicado) por tempo limitado.

Fonte: Elaboração própria

A cartilha possui até o momento 5 páginas em tamanho A4 (297x210mm) com coloração em diversos tons de rosa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os profissionais de enfermagem têm papel fundamental na orientação da gestante durante o pré-natal, esclarecendo dúvidas, mantendo a mulher orientada sobre a importância das consultas e exames necessários durante a gestação (DIAS, 2018).

Nesse sentido, o enfermeiro precisa realizar ações de forma eficaz, protegendo a gestante de negligência, imperícia e imprudência, agindo de forma ética e responsável, para garantir o nascimento de um feto saudável (SILVA, 2004).

Além disso, a gestante pode se sentir mais acolhida diante das descobertas que surgem a cada semana de gestação, proporcionando assim uma gravidez mais segura (RODRIGUES, 2011). A consulta de enfermagem auxilia a gestante a enfrentar esta fase da vida com mais tranquilidade, pois permite compreender e expressar os diferentes sentimentos vivenciados (LIMA, 2006).

No entanto, as atividades educativas, entendidas como atividades adjacentes à consulta, que incluem orientações sobre o planejamento familiar e cuidados ao recém-nascido, que inclui a prática e a amamentação, baseiam-se no modelo tradicional de transmissão de informações, em que a mulher é colocada em regime de passividade. posição, o que impede a exploração de seus conhecimentos prévios, consequentemente negociando os cuidados necessários (SILVA, 2015).

Faz-se necessário, portanto, garantir a adesão da gestante aos cuidados prestados na consulta de enfermagem, aprofundar a abordagem, principalmente a partir do conhecimento de suas principais necessidades, que se fundamentam em seu modo de vida, em sua cultura (FAGUNDES, 2015).

4 CONCLUSÃO

As orientações fornecidas pelo enfermeiro durante a consulta pré-natal são imprescindíveis para que as gestantes consigam entender o processo gestacional. É necessário, finalizar o desenvolvimento da Cartilha, além de logo após, validar o seu conteúdo com juízes especialistas além de testar a cartilha com os profissionais de enfermagem para verificar se a mesma é útil ou não.

REFERÊNCIAS

BATISTA, Carina Pimentel Souza. **Atenção à saúde materno-infantil no Programa Saúde da Família (PSF): limites e possibilidades para a prevenção de deficiências na infância.** 2010.

DA SILVA RODRIGUES, Letícia et al. **Aspectos físicos, dor lombar e diástase abdominal em gestantes.** Brazilian Journal of Health Review, v. 4, n. 1, p. 1502-1517, 2021.

DA SILVA, Muriel; PRATES, Lisie Alende. **A importância das orientações fornecidas pelo enfermeiro no pré-natal.** Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão, v. 11, n. 1, 2019.

DIAS, Ernandes Gonçalves et al. **Ações do enfermeiro no pré-natal e a importância atribuída pelas gestantes.** Revista Sustinere, v. 6, n. 1, p. 52-62, 2018.

FAGUNDES, Caio Brandão et al. **Percepção de gestantes, puérperas e enfermeiros sobre a atuação da enfermagem no pré-natal: revisão integrativa da literatura.** 2015.

LIMA, Maria Goreti de. **Representações sociais das gestantes sobre a gravidez e a consulta de enfermagem no pré-natal.** 2006.

REIS, Guilherme FF. **Alterações fisiológicas maternas da gravidez.** Brazilian Journal of Anesthesiology, v. 43, n. 1, p. 3-9, 2020.

RODRIGUES, Edilene Matos; NASCIMENTO, Rafaella Gontijo do; ARAÚJO, Alisson. **Protocolo na assistência pré-natal: ações, facilidades e dificuldades dos enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família.** Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 45, n. 5, p. 1041-1047, 2011.

SILVA, Andréa Lorena Santos et al. **Atividades educativas no pré-natal sob o olhar de mulheres grávidas.** Revista Cubana de Enfermería, v. 30, n. 1, 2015.

SILVA, Raimunda Magalhães da; GURGEL, Almerinda Holanda; MOURA, Escolástica Rejane Ferreira. **Ética no processo ensino-aprendizagem em enfermagem obstétrica.** Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 38, n. 1, p. 28-36, 2004.