

## X Congresso Virtual de Gestão, Educação e Promoção da Saúde

### Roda de gestantes virtual: um relato de experiência em tempos de pandemia

Milena Cristo Martins<sup>1</sup>; Lara Mabelle Milfont Boeckmann<sup>2</sup>; Magali Melo dos Santos<sup>3</sup>; Mônica Chiodi Toscano de Campos<sup>4</sup>; Rejane Antonello Griboski<sup>5</sup>; Luíza Gomes da Cruz Cóssio<sup>6</sup>; Letícia de Cássia Rodrigues de Oliveira<sup>7</sup>; Bárbara Karolinne Reis Costa<sup>8</sup>; Camila Barbosa Albernaz<sup>9</sup>; Ana Júlia Cardoso de Lima<sup>10</sup>; Ana Clara Souza dos Santos Veras<sup>11</sup>

**Introdução:** A educação é ferramenta fundamental que envolve um conjunto de saberes e práticas orientadas para a prevenção de doenças e promoção da saúde, sendo uma atividade inerente à enfermagem<sup>1</sup>. No contexto da saúde reprodutiva, a integração entre três docentes coordenadores do projeto de extensão Promoção da Saúde sexual e reprodutiva: roda de gestantes e casais grávidos da Universidade de Brasília, uma Doula e educadora perinatal, e seis discentes extensionistas de enfermagem exerceram papel preponderante para promover a educação em saúde sexual e reprodutiva junto à comunidade por meio de diversas atividades realizadas em uma roda de gestantes. As ações se desenvolveram semanalmente de modo remoto devido à pandemia pelo COVID-19 a partir de um Projeto de Extensão de Ação Contínua da Universidade de Brasília. A condução de intervenções de educação em saúde é de grande valor para o empoderamento dos participantes, em especial, das mulheres que vivenciam a gestação, o parto e o pós-parto, bem como outros fatores que permeiam este universo a fim de que se apropriem de conhecimentos e práticas embasadas cientificamente que auxiliem no plano terapêutico, proporcionando autonomia e responsabilidade ao longo de todo o processo que vivenciam<sup>2</sup>. O grupo é voltado para o compartilhamento de experiências e oferta de orientações sobre diversas questões, muitas delas que surgem a cada encontro por demandas espontâneas e necessidades de mulheres e homens que vivenciam a maternidade, a paternidade ou almejam a experiência do processo reprodutivo. Por meio de uma escuta qualificada e diálogos em um espaço gratuito, estudantes, educadores e participantes interagem de modo a

---

<sup>1</sup>Enfermeira. Bacharel em Enfermagem. Universidade de Brasília, Campus Universitário Darcy Ribeiro, CEP 70910-900, Brasília-DF, Brasil. E-mail: milenamartins.unb@gmail.com. Telefone: (61) 991287000.

<sup>2</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília. Brasília, DF, Brasil.

<sup>3</sup>Doula, Arteterapeuta e Educadora Perinatal. Coordenadora da Roda de Gestantes do Hospital Universitário de Brasília. Brasília, DF, Brasil.

<sup>4</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília. Brasília, DF, Brasil.

<sup>5</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília. Brasília, DF, Brasil.

<sup>6</sup>Acadêmica de Enfermagem. Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil.

<sup>7</sup>Acadêmica de Enfermagem. Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil.

<sup>8</sup>Acadêmica de Enfermagem. Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil.

<sup>9</sup>Acadêmica de Enfermagem. Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil.

<sup>10</sup>Acadêmica de Enfermagem. Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil.

<sup>11</sup>Acadêmica de Enfermagem. Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil.

## X Congresso Virtual de Gestão, Educação e Promoção da Saúde

permitir um ambiente virtual acolhedor onde são promovidas atividades de relaxamento, meditação, orientação e encaminhamentos quando necessários. O projeto de extensão proporciona ao estudante aprender e desenvolver habilidades relacionadas ao atendimento e educação em saúde e comunicação assertiva com base no conhecimento científico. Desse modo, objetivou-se descrever um relato de experiência da vivência de discentes e educadoras acerca das atividades desempenhadas. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, elaborado a partir das vivências de discentes de enfermagem e educadoras relacionadas a um projeto de extensão de uma instituição pública de ensino superior do Distrito Federal no período de julho de 2020 a julho de 2021. **Resultados:** No total, 54 encontros foram realizados com uma carga horária semanal de duas horas e por meio de links gerados com antecedência e divulgados em dois grupos de whatsapp, um de gestantes e outro de puérperas e do instagram do projeto de extensão (rodadegestantes\_). No período de julho de 2020 a julho de 2021, mais de 200 mulheres participaram. Foram captadas na comunidade interna da UnB e externa, ou seja, qualquer pessoa interessada em aprender sobre o processo reprodutivo de todas as localidades do Brasil e do exterior puderam participar dos encontros. Tivemos a presença não somente de mulheres do Distrito Federal, mas de todos os estados do Brasil e até de outros países, como França, Uruguai e Argentina. Este Projeto de extensão existe desde 1998 e acontecia de modo presencial no Hospital Universitário em uma sala destinada para os encontros. Em virtude da Pandemia, houve a adaptação em julho de 2020 quando os encontros passaram a ser virtuais por meio da *plataforma Zoom ou googlemeet*. Verificou-se que o grupo era composto majoritariamente por mulheres em seu processo gravídico-puerperal, embora, ocasionalmente, casais e mulheres que desejam engravidar também participaram das reuniões. O grupo é coordenado por educadoras, professoras e estudantes. Como ponto central, o protagonismo das gestantes é respeitado em todo o processo, sendo as temáticas geralmente direcionadas por elas de modo espontâneo. Os relatos das participantes proporcionaram trocas de conhecimento, experiências e compartilhamento de saberes populares e científicos, o que promoveu aprendizagem significativa, alívio do estresse e gerenciamento de conflitos quando presentes. As temáticas mais discutidas versaram sobre o processo da gravidez, as consultas de pré-natal, o parto natural e humanizado, exercícios e práticas não farmacológicas para alívio da dor, preparação para o trabalho de parto, amamentação, o papel de ser mãe e o impacto na saúde física e mental frente à pandemia pelo COVID-19, entre outros assuntos. Todas as seis estudantes participantes no projeto de extensão contribuíram significativamente para a organização do ambiente virtual, para proporcionar minicursos e eventos para divulgação do projeto de extensão, além da participação ativa nos diálogos e na escuta qualificada dos participantes. Diversas evidências científicas reforçam a importância de grupos de gestantes, não somente para promover a educação em saúde e prepará-las para a vivência saudável do processo reprodutivo, bem como para a formação de profissionais de enfermagem que

## **X Congresso Virtual de Gestão, Educação e Promoção da Saúde**

atuam nesses projetos. Um estudo brasileiro constatou que estudantes de enfermagem participantes de um projeto voltado para educação e promoção da saúde às gestantes desenvolveram habilidades interacionais com a comunidade de forma a compreender os aspectos de saúde das mulheres com maior profundidade e respeito ao seu contexto social, cultural e de valorização de suas experiências<sup>1</sup>, além do desenvolvimento de uma abordagem humanística. Para as mulheres participantes, as rodas tornaram-se um espaço de compartilhamento de experiências e saberes, maior aproximação da gestante com o serviço de saúde, despertando o protagonismo do cuidar e incentivando a capacidade de fazer escolhas conscientes<sup>2</sup>. Por ser um espaço de socialização de vivências, é uma oportunidade para a gestantes, puérperas e família expressarem seus medos, ansiedades e sentimentos, como também para relacionar-se com outras pessoas que estavam vivendo o mesmo processo, o que possibilitou um melhor enfrentamento das mudanças e situações que envolveram o processo gravídico-puerperal<sup>1</sup>. As gestantes constituem foco do processo de aprendizagem, porém é preciso atuar, também, entre os companheiros e familiares<sup>3</sup>. A partir do momento em que o grupo se tornou parte do acompanhamento da gestação de forma ativa e enriquecedora, as parturientes passaram a tomar escolhas informadas baseadas nas melhores evidências, o que pode promover a melhoria da assistência prestada pelos profissionais de saúde<sup>4</sup>. Somam-se além da participação e orientação disponibilizadas, o planejamento, organização e condução dos encontros que ocorreram com foco no acolhimento e por meio da utilização de metodologias ativas, tais como, brainstorming, dinâmicas de grupos, meditação online e arteterapia com pinturas de barrigas. Outras técnicas envolvendo dinâmicas, jogos, reflexões, relaxamento, palestras, roda de conversa, escuta qualitativa foram desenvolvidas a fim de promover o envolvimento, a educação perinatal e o esclarecimento de dúvidas e resolução de problemas. Os momentos foram descontraídos, produtivos e voltados para a promoção da saúde psíquica e física.

**Conclusão:** O projeto de extensão em questão foi capaz de proporcionar grande aprendizado e contribuir para a formação profissional e pessoal, possibilitando o amadurecimento de discentes e educadores no processo de coordenação/facilitação de grupos. O papel discente foi essencial para o desenvolvimento das habilidades cognitivas, humanísticas e técnico-científicas proporcionadas pela vivência interacional com todos os envolvidos, o que resultou em aprendizagem significativa. Por meio da supervisão de educadores, os discentes participaram ativamente como mediadores e colaboradores na construção do conhecimento a partir da troca de experiências. As contribuições deste estudo corroboraram outras pesquisas que comprovaram a importância das rodas de conversa para promoção da saúde e protagonismo da mulher e sua família em todo o seu processo reprodutivo.

### **Referências:**

1 Santos DS, Andrade ALA, Lima BSS, Silva YN. Sala de espera para gestantes: uma estratégia de educação em saúde. Rev Brasileira de Educação Médica. 36 (1, Supl. 2): 62-67; 2012. Disponível

## **X Congresso Virtual de Gestão, Educação e Promoção da Saúde**

em: <<https://www.scielo.br/pdf/rbem/v36n1s2/a10v36n1s2.pdf>>.

2 Domingues F, Pinto FS, Pereira VM. Grupo de gestantes na atenção básica: espaço para construção do conhecimento e experiências na gestação. Rev Fac Ciênc Méd Sorocaba. 2018;20(3):155-9. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/RFCMS/article/view/30648>>.

3 Valença CN, Germano RM. Prevenindo a depressão puerperal na estratégia saúde da família: ações do enfermeiro no pré-natal. Rev. Rene. Fortaleza, v. 11, n. 2, p.129-139, abr./jun. 2010. Disponível em: <<http://periodicos.ufc.br/rene/article/view/4541>>.

4 Gomes RPC, Silva RS, Oliveira DCC, Manzo BF, Guimarães GL, Souza KV. Plano de parto em rodas de conversa: escolhas das mulheres. REME – Rev Min Enferm. 2017;21:e-1033. Disponível em: <<https://cdn.publisher.gn1.link/reme.org.br/pdf/e1033.pdf>>.