

**GRUPO DE GESTANTES E/OU CASAIS GRÁVIDOS:
A UNIVERSIDADE INTERAGINDO COM A COMUNIDADE**

Carolina Vieira Deucher, Cristiane dos Santos Buzzello

Acadêmicas do Curso de Enfermagem da UFSC

Maria de Fátima Mota Zampieri

Docente do Departamento de Enfermagem da UFSC (Coordenadora)

mfatima@nfr.ufsc.br

Resumo

Relato de experiência que enfoca o impacto e as contribuições do grupo de gestantes ou casais grávidos, desenvolvido desde 1996, no Hospital Universitário, para as gestantes, acompanhantes, profissionais de saúde e, para as bolsistas de extensão. Reforça a importância das atividades de extensão para o crescimento pessoal e profissional dos discentes, bem como reafirma o papel da Universidade junto à comunidade, como instituição de formação crítica e de produção de conhecimentos.

Palavras Chaves: Grupo de gestantes ou casais grávidos; enfermagem, comunidade.

Introdução

A Universidade busca produzir, sistematizar e socializar o saber filosófico, científico, ético, artístico e tecnológico, ampliando e aprofundando a formação do ser humano para o exercício de uma profissão. O papel que exerce junto à população reafirma seu compromisso social como instituição de formação crítica e de produção de conhecimentos; como órgão formador e transformador da realidade. Sua atuação dá-se através do desenvolvimento de ações de ensino, pesquisa e extensão, que visam, sobretudo, a melhoria da qualidade de vida das pessoas e fortalecimento de seus potenciais (UFSC, 1993).

A extensão universitária tem caráter educativo, cultural e científico, articula-se com o ensino e a pesquisa de forma indissociável; propicia e viabiliza as transformações do contexto: aproxima o acadêmico e o popular, ao possibilitar o compartilhamento de ações e saberes (UFSC, 1993).

Nesta perspectiva, está sendo desenvolvido como extensão, o Grupo de Gestantes ou Casais Grávidos¹. Trata-se de um espaço de socialização de conhecimentos, vivências e experiências sobre o ciclo grávido puerperal, possibilitando as gestantes e familiares vivenciarem de forma mais tranqüila, segura e saudável o processo de nascimento.

A gravidez é um evento do ciclo do desenvolvimento humano que tem um caráter individual já que todas as mulheres o vivenciam de forma diversa. Contudo, a gravidez também é um evento social, envolve o coletivo, uma vez que mobiliza a atenção do meio, no qual a mulher vive e daqueles com os quais esta se relaciona, se estendendo a toda a sociedade (ZAMPIERI, 1998).

A experiência de ter um filho inaugura um momento de extrema importância no ciclo vital da mulher e do homem. O casal e toda a família revivem emocionalmente toda sua história de vida e buscam um novo equilíbrio para se adaptarem as transformações da gravidez, sejam elas, físicas, psicológicas, sociais, as alterações de papéis, de estilo de vida, de relações e de sentimentos.

A formação da maternidade e da paternidade envolve, segundo Maldonado (2000), a necessidade de reestruturação e reajustamento em várias dimensões. Verifica-se a mudança de identidade e uma nova definição de papéis, a mulher passa a se olhar e a ser olhada de uma maneira diferente e; este mesmo processo acontece com o homem. Neste período, as pessoas envolvidas no processo de gestar um bebê têm a oportunidade de crescer e amadurecer. Surge uma nova mulher, um novo ser, um novo pai e uma nova família (NORONHA, 1993).

A vivência desse processo complexo é facilitada através da participação em grupos, os quais, possibilitam maior aprendizagem e desenvolvimento pessoal. O trabalho em grupo favorece a participação dos indivíduos no processo educativo em saúde; através das experiências vivenciadas no seu cotidiano; amplia as possibilidades das pessoas se autoconhecerem e diversificarem mais suas relações, uma vez que um

¹ O projeto conta, ainda, com as co-coordenadoras: Vitória Regina Peters Gregório (Docente do Departamento de Enfermagem da UFSC), Zaira Custódio de Oliveira (Psicóloga do Hospital Universitário) e Isabel Regis (Docente do Departamento de Psicologia da UFSC)

grupo se constrói no espaço heterogêneo das diferenças existentes entre os participantes (SAID, 1995).

Considerando o exposto, os grupos educativos realizados durante a gestação não devem se restringir à mulher grávida, devendo abranger o companheiro, os familiares e outras pessoas do meio e, considerar as questões sócio-econômicas, educacionais, culturais e o contexto, no qual estes estão inseridos. A troca de experiências e conhecimentos propicia a mulher e familiares compreenderem melhor este período da vida, expressarem e elaborarem sentimentos e medos, esclarecerem dúvidas e enfrentarem as dificuldades interiores, preparando-os para a maternidade, paternidade e para a vida (ÁVILA, 1998).

O Grupo de Gestantes ou Casais Grávidos, realizado desde 1996 no Hospital Universitário (HU) e ainda ativado, coordenado por professores de Departamento de Enfermagem e por profissionais do serviço de psicologia do HU, têm buscado favorecer a mulher e a família a vivência mais plena e tranqüila do processo de nascimento.

Tem como objetivo geral do, segundo Zampieri, Santos e Custódio (1996, 2001, 2002), prestar um atendimento interdisciplinar, em nível de prevenção primária, as gestantes e/ou casais grávidos do terceiro ao oitavo mês de gestação. Para tanto, buscase: desenvolver uma tomada de consciência corporal e postural; propiciar técnicas de respiração e relaxamento; orientar e compartilhar conhecimentos e experiências sobre o ciclo grávido-puerperal; permitir a expressão de vivências emocionais; oportunizar a troca de experiências entre os participantes; promover a visita à maternidade e informar sobre suas rotinas; oportunizar a participação de profissionais de outras instituições; realizar atividades de ensino e pesquisa e, realizar encontro de pais e bebês.

Material e Métodos

Participam deste projeto, gestantes e seus acompanhantes, pessoas significativas para as gestantes (pais, mães, amigos); professores do Departamento de Enfermagem, profissionais da Equipe Interdisciplinar do HU; alunas de graduação de enfermagem e psicologia; bolsistas de extensão; profissionais afins que tem interesse em desenvolver este tipo de atividade. Os encontros são realizados semanalmente, nas quintas-feiras, no horário das 14:00 às 18:00 horas, na sala do Grêmio do HU, durante um período de oito

semanas consecutivas, atualmente nove semanas. São oportunizadas 20 vagas por grupo, sendo esta atividade divulgada no ambulatório, na maternidade do HU e Universidade, através de cartazes.

Cada encontro consta de três momentos distintos, segundo Zampieri, Santos e Custódio (1996, 2001, 2002):

a) *Conscientização Corporal*, que permite as gestantes aprenderem algumas técnicas de relaxamento e respiração, as quais ajudam a manter a saúde física e mental da mulher e acompanhante durante o período gestacional, parto e pós-parto.

b) *Lanche*, que facilita o entrosamento entre os participantes.

c) *Tematização*, momento em que se discute os temas de interesse do grupo.

A construção do programa é feita no primeiro encontro, a partir das necessidades e expectativas dos participantes, através de técnicas lúdicas. Posteriormente, os conteúdos são desenvolvidos através de discussão, oficinas, vivências, exposição do tema, troca de experiências, apresentação de vídeos, demonstração de práticas relacionadas ao tema (banho do recém nascido, massagem, curativo do coto, exercícios, etc.) e atividades lúdicas e artísticas (teatro, pintura, jogos).

Em todos os encontros, é feita uma avaliação informal das atividades realizadas no dia. No último encontro os participantes fazem uma avaliação de todas as atividades desenvolvidas, da atuação dos profissionais, das estratégias adotadas, da carga horária, do número de encontros e da estrutura física. Além disso, a avaliação busca detectar o que significa para os envolvidos participarem desta atividade e se os temas abordados atendem seus anseios (ZAMPIERI, SANTOS E CUSTÓDIO, 1996, 2001, 2002).

Neste dia é realizado o amigo invisível, a visita à maternidade e agendado o encontro de pais e bebês.

Resultados e Análise

Nos anos de 2002 e 2003, foram realizados oito grupos, grupos 23 ao 30, nos quais participaram 123 gestantes e 57 acompanhantes (companheiro, familiares, ou pessoa significativa para a gestante).

Neste período foram realizados também oito reencontros de pais e bebês, com a participação média de 10 gestantes e seus acompanhantes.

Foram desenvolvidos, até 2003, 30 grupos de gestantes ou casais grávidos, cada qual com 8 encontros, sendo realizados 2 por semestre.

Excepcionalmente, no grupo 26 realizamos nove encontros, em razão das reivindicações dos grupos anteriores. Buscamos realizar também novas estratégias como o teatro, atividades de pintura e depoimentos dos participantes, propiciando, através do lúdico, a expressão das reais ansiedades, expectativas e medos e; a efetiva troca de vivências.

As gestantes que participaram dos grupos 23 ao 30, na sua maioria, estavam nas faixas etárias de 19 a 25 anos (35%) e de 26 a 32 anos (36,3%); 60,7% das participantes eram casadas e 37,8% solteiras; 60,1% delas tinham o terceiro grau completo ou incompleto; 31,4% o segundo grau, 7,3% o primeiro grau completo ou não; 59,7% eram católicas. Em relação ao número de gestações 82,6 % eram primigestas. A quase totalidade das gestantes, com percentual de 98,7%, faziam o pré -natal, sendo que 34,7% delas na rede pública e 59,2% na privada.

Muitos dos participantes que freqüentaram estes grupos eram alunos da Graduação e Pós- Graduação da UFSC, clientes de profissionais de saúde lotados no Hospital Universitário (HU), gestantes atendidas no Ambulatório do HU. A maioria dos participantes foi encaminhada, principalmente, por casais que participaram de grupos anteriores e profissionais de saúde da rede pública e privada que conheciam o trabalho, outros procuraram o grupo em razão da divulgação feita através de cartazes, trabalhos apresentados em eventos e programas eventuais de televisão que divulgaram os encontros.

Os temas abordados foram relativos ao desenvolvimento do ciclo gravídico-puerperal, ou seja, relacionados à gravidez, ao parto, puerpério, aos cuidados com aleitamento materno, com o bebê e nascimento de uma nova família. Observamos que os temas centrais que nortearam os programas se repetiram, porém o enfoque e os subtemas eram diferentes de um grupo para o outro. Tal fato reafirmou a idéia que tínhamos inicialmente de que deveríamos desenvolver os conteúdos, a partir das necessidades e anseios de cada grupo, respeitando a sua singularidade.

O grupo, segundo avaliação dos participantes, foi extremamente importante para a compreensão deste período novo em suas vidas, significando: fortalecimento pessoal e ciência de que a mulher é capaz de gestar e dar a vida a um novo ser; aprendizagem; quebra de mitos que surgem durante a gravidez e parto; tranqüilidade; segurança, aquisição de confiança; um espaço para compartilhar e trocar sentimentos, vivências, dúvidas, conhecimentos e receios com outros casais e profissionais; oportunidade para criar novos laços de amizade e de se conscientizar da importância da gestação e do parto humanizado; oportunidade de vivenciar a gestação mais intimamente; uma forma de amadurecer e preparar-se para a recepção de uma nova vida e para o exercício dos papéis paternos e maternos; a compreensão de que sempre que possível o processo de nascimento deve ser vivido de forma natural; e; aprofundamento da vinculação com meu bebê.

Muito importante, pois tive a oportunidade de compartilhar com outras mulheres as experiências que estou vivenciando pela 1a.vez (gestante grupo 28).

Acompanhar a minha esposa e me preparar o máximo possível para a gestação, o parto, o puerpério e os cuidados com o nenê. Acho que foi muito positivo (acompanhante grupo 25)

Significou a tranqüilidade para coisas primariamente difíceis e complicadas, e que, com o conhecimento adquirido me parecem menos desconfortáveis e normais (gestante grupo 25).

Os participantes, num percentual de 91%, consideraram que os temas abordados atingiram suas expectativas. Acharam importante a realização de exercícios para a conscientização corporal, uma vez que estes proporcionaram maior conhecimento e compreensão do corpo, sendo essenciais em todas as etapas da vida e para melhor condução do parto. Segundo eles, os exercícios físicos e respiratórios favoreceram a vivência mais tranqüila do período gestacional e maior vínculo como bebê. As atividades foram consideradas descontraídas, relaxantes e divertidas. No entanto, relataram que algumas técnicas corporais precisariam ser mais aprofundadas, sendo necessário reforçar alguns exercícios em relação ao parto e focar mais profundamente a questão respiratória.

Achei muito bom! Mas um instrumento para um parto ativo e inteiro a mulher instruindo seu corpo (gestante grupo 25).

Com relação ao número de encontros, 78% dos participantes consideraram suficientes e 22% pediram ampliação, para possibilitar o desenvolvimento de outros temas e aprofundamento das relações de amizade. Alguns sugeriram que o grupo fosse contínuo e aberto durante toda a gestação; fosse realizado também no período noturno e/ou nos fins de semana e tivesse horário ampliado para aprofundar ainda mais os temas e dar oportunidade aos que trabalham ou não tem liberação de suas atividades.

Eu gostaria de participar durante toda a gravidez de um grupo como este.

É claro que há sempre mais para aprender e que se tivéssemos mais encontros, as profissionais nos passariam mais informações. No entanto acredito que tenham sido suficientes. Gostaria que houvessem mais, pois é muito prazeroso estar trocando informações principalmente nesta fase tão importante para nossas vidas (gestante grupo 28).

O local foi considerado adequado por 77% dos participantes. A grande maioria considerou o ambiente agradável, harmônico e tranquilo, porém alguns participantes relataram a necessidade deste ser mais arejado e mais espaçoso para poder acomodar um maior número de participantes. O trajeto até local foi considerado agradável e bonito, porém alguns se queixaram da distância e do difícil acesso nos dias de chuva.

O lugar foi muito agradável e aconchegante.

O local é adequado, porém o telhado/material utilizado- amianto, é inadequado e provoca excesso de calor nos dias mais quentes.

Poderia ser mais arejado(Gestantes do grupo 27).

De maneira geral, sugeriram a construção de um espaço específico que tenha um contato maior com a natureza. Ainda segundo os participantes, as profissionais envolvidas no grupo, apresentaram uma boa qualificação técnica, conhecimento, didática, segurança, coerência, paciência para expor os temas. No entendimento dos envolvidos, estas tinham concepção de cidadania e uma visão humanística, o que facilitava a compreensão da maternidade de uma forma mais ampla. Eram prestativas, amorosas, carinhosas, dispostas a ajudá-los, quando possível. Atuavam com simplicidade e de forma interdisciplinar.

Com uma abordagem sempre muito coerente e uma simpatia e atenção que por si só já elevam o astral. Realizam um trabalho de conscientização e educação ao meu ver bastante eficaz (acompanhante 26).

De acordo com Zampieri, Custódio, Conceição e Regis (2001), esta atividade de extensão contribuiu e ainda continua contribuindo para que as gestantes e os casais grávidos vivenciem de forma mais tranqüila, confiante, prazerosa, segura, feliz o momento da internação e todo o processo do nascimento. Segundo a avaliação de um dos participantes contribuiu para esclarecer os direitos de cidadania das mulheres e casais grávidos durante o ciclo grávido puerperal, favorecendo a autonomia daqueles que vivenciam o processo de nascimento.

Uma iniciativa de caráter social e comunitário que engrandecem a área da saúde em Florianópolis é o que significa este grupo de gestantes e casais grávidos. A principal qualidade do curso é a sua capacidade em eliminar o medo e proporcionar independência para as famílias. Conhecer os detalhes da gravidez, do parto e do bebê, sejam detalhes técnicas, sociais ou psicológicas, é materializar a saúde pública e a cidadania. Neste sentido estão todas as profissionais de parabéns (participante do grupo 26).

A realização do grupo de gestantes tem favorecido o aprimoramento pessoal de gestantes e seus familiares e aperfeiçoamento pessoal e profissional da equipe de saúde e de estudantes, sendo considerado de grande valia. Tem propiciado a realização de um trabalho interdisciplinar, favorecendo uma interpenetração de ações com o objetivo de dar suporte para aqueles que vivenciam o processo da gravidez.

Sobretudo, têm contribuído para subsidiar mudanças de atitudes dos profissionais de saúde em direção a um cuidado mais humanizado e personalizado, que fortaleça os potenciais e capacidades das gestantes, do companheiro e/ ou familiares para decidirem e agirem no processo de gestar e parir. Desta forma, tem servido de mola propulsora para estabelecimento de uma nova mentalidade na assistência ao binômio mãe e filho, criando novos espaços junto a outras instituições de saúde da comunidade (ZAMPIERI, 2001).

Além de atender as expectativas das gestantes e familiares, tem propiciado uma maior aprendizagem por parte dos acadêmicos, tem favorecido a participação de profissionais de outras instituições e permitido o desenvolvimento de novas pesquisas

Para os acadêmicos, o grupo se constituiu e se constitui em uma oportunidade para interagir com a comunidade, relacionar o conteúdo teórico com a prática, aprimorar

o ensino-aprendizagem, estabelecer novas relações; trabalhar de forma interdisciplinar e retribuir a sociedade um investimento que lhe foi e está sendo oferecido, o ensino gratuito.

O Grupo de Gestantes permitiu-me interagir com outras pessoas e crescer com suas experiências, aumentando assim a minha confiança e segurança para desenvolver trabalhos grupais [...]possibilitou ainda ampliar meus conhecimentos na área, aproximar-me da equipe do hospital, aprendendo com eles, facilitando assim minhas ações durante o estágio curricular, bem como participar de eventos na área de obstetrícia.,
[...]contribuindo assim, para a minha formação acadêmica e pessoal, enriquecendo-me como futura profissional.
[]Permitiu compreender que, além de conhecimentos técnicos, devemos valorizar os aspectos humanos como a empatia, interação, sensibilidade, amor, respeito, compromisso e responsabilidade (bolsista de enfermagem).

Considerações Finais

Este trabalho que a Universidade desenvolve junto à população, reafirma e continua reafirmando o compromisso social desta instituição como órgão de formação crítica e de produção do saber, fortalece as potencialidades das gestantes e dos familiares envolvidos, para que resgatem os seus papéis de sujeitos no processo do nascimento, dando-lhes mais autonomia para decidir e agir. Ressalta o papel relevante da extensão universitária para a sociedade e comunidade acadêmica. Através da extensão universitária, segundo Souza (2000), a Universidade interage com a sociedade, participa da identificação de demandas, estabelece canais de comunicação, articula ensino e pesquisa, aproxima o acadêmico e o popular, proporcionando a criação de novos saberes, produzindo relações transformadoras entre a Universidade e a Sociedade. Contribui para o desenvolvimento sociocultural da população, propiciando o acesso a novas oportunidades. É essencial para alunos, professores, e principalmente para a comunidade, tendo grande repercussão na transformação de condutas e comportamentos e na melhoria das condições e qualidade de vida da população envolvida, ao buscar alternativas de desenvolvimento que possibilitem a construção de um futuro melhor.

Referências

ÁVILA, A. **Socorro, Doutor! Atrás da barriga tem gente!**. São Paulo: Ateneu, 1998. 215p.

MALDONADO, M. T. **Psicologia da Gravidez: parto e puerpério**. São Paulo: Saraiva, 2000. 229p.

SAID, .F.A. **No “ser com”, o cuidar pelo re-significar do cotidiano de um grupo de mulheres em gestação**. Florianópolis, UFSC, 1995. Dissertação (Mestrado em Assistência de Enfermagem). Curso de Pós Graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Santa Catarina, 1995.

SOUZA, L. F. C. **O Compromisso da Universidade com o Desenvolvimento Regional: I Salão de Cultura e Extensão da Universidade Federal de Santa Catarina**. ANAIS. Florianópolis: UFSC, Pró Reitoria de Cultura e Extensão, 2000. 213p.

UFSC, Missão aprovada pela Assembléia Estatuinte, 1993.

ZAMPIERI, M. de F. Mota; SANTOS, O. M. B.; CUSTÓDIO, Z. A. de O. **Projeto de Extensão: Grupo de Gestantes ou Casais Grávidos**, 1996, 2001 e 2002.

ZAMPIERI, M. de F. M.. **Vivenciando o processo educativo em enfermagem com gestantes de alto risco e seus acompanhantes**. Florianópolis, UFSC, 1998. 179p.

ZAMPIERI, M. de F. Mota; SANTOS, O. M. B.; CUSTÓDIO, Z. A. de O.; CONCEIÇÃO, R. A. da; REGIS, M. I.. **Avaliar para transformar e sedimentar uma Prática Educativa e Coletiva**. Poster apresentado no 53º Congresso Brasileiro de Enfermagem, Curitiba, 2001.

ZAMPIERI, M. de F. M.. **Relatório do grupo de gestantes ou casais grávidos**, 2001