

Mostra de Projetos 2011

Curso de Gestante

Mostra Local de: Paranavaí

Categoria do projeto: I - Projetos em implantação, com resultados parciais

Nome da Instituição/Empresa: Unimed de Paranavaí - Cooperativa de Trabalho Médico

Cidade: Paranavaí

Contato: medicinapreventiva@unimedparanavai.com.br

Autor(es): Carlos Alberto Nannini Costa; Caroline Ramos Fachin Danielli Nogueira Ruiz dos Santos, Fernanda Rodrigues José, Jeane Borin Graciotto Costa, Jhenifer Zezak Rodrigues.

Equipe: - Jeane Borin Graciotto Costa: Médica Responsável

- Carlos Alberto Nannini Costa: Fisioterapeuta/ Coordenador

- Jhenifer Zezak Rodrigues: Nutricionista

- Taise Pedrosa Vinci: Nutricionista

- Caroline Ramos Fachin: Educadora Física

- Danielli Nogueira Ruiz dos Santos: Educadora Física

- Rosyenne Correa de Moraes: Recepcionista/ Secretaria

- Zenaide Spina Cruz: Serviços Gerais

Parceria: Segue abaixo a listagem com o nome dos parceiros envolvidos (Brindes) no curso de gestante da Medicina Preventiva – Unimed Paranavaí:

§ Akakia Cosméticas

§ Bipharma Farmácia de Manipulação

§ Farmácia Fortefarma

§ Farmácias Nossa

§ Farmaútil

§ Floricultura Casinha Verde

§ Gilvana Maestrer Fotografias

§ Hospital Unimed

§ KD Bebê

§ Labelle Lingerie

§ Pontal Fórmulas

§ Satin Magazine

§ Texana Modas

§ Unimed Paranavaí

Objetivo(s) de Desenvolvimento do Milênio trabalhado(s) pelo projeto:

4 - Reduzir a mortalidade infantil.

5 - Melhorar a saúde da gestante.

RESUMO

O Curso iniciou em 2008 e é direcionado às gestantes e familiares, envolvendo seis encontros com palestras quinzenais ministradas por cooperados da área. Também é oferecida a realização de atividades físicas direcionadas às gestantes (duas vezes na semana), assim como atividades educativas e lúdicas. O programa é acompanhado por educadores físicos, nutricionistas, fisioterapeuta e médica. A participação nos encontros é assídua, não só das gestantes como dos familiares.

Palavras-chave: Gestante, amamentação, nutrição, atividade física.

INTRODUÇÃO

No que concerne à saúde materna e do recém nato, constata-se que os elevados índices de morbidade e de mortalidade materna e neonatal, que a busca das gestantes para um bom atendimento ao parto e que a ausência de programas e ações de saúde pertinentes ao ciclo gravídico- puerperal, são freqüentemente citados na literatura como necessidade básicas nos serviços de saúde. A educação em saúde constitui um conjunto de conhecimentos, de práticas orientadas para prevenção de doenças e promoção da saúde, intermediado por profissionais de saúde, e que atinge a vida cotidiana das pessoas, uma vez que a compreensão dos fatores do processo saúde doença oferece subsídio para adoção de novos hábitos e condutas de saúde.

No decorrer da gravidez, a mulher está mais preocupada em obter informações sobre o desenvolvimento saudável para o seu bebê, portanto, estar consciente das

mudanças corporais que se processam no corpo durante a gravidez é um dos caminhos mais seguros para viver essa fase com bastante tranquilidade.

E é no período da gravidez o melhor momento para que as atividades preventivas sejam assumidas, pois em situações emergenciais de tratamento, a prevenção não é priorizada, e que também ao nascimento do filho os pais estão mais motivados para obter informações e realizar cuidados com a saúde.

Portanto, assistência pré-natal não deve se restringir apenas às ações clínico-obstétricas, mas incluir ações rotineiras de educação em saúde, bem como conhecer os aspectos antropológicos, sociais, econômicos e culturais das gestantes, buscando entendê-las no contexto em que vivem, agem e reagem.

1. JUSTIFICATIVA

O projeto foi desenvolvido com intuito de informar, orientar e esclarecer as futuras mães, as principais questões que envolvem a gravidez.

2. OBJETIVO GERAL

Contemplar conhecimentos e habilidades que favoreçam a gestação e o pós-parto, preparando a família para esta importante fase da vida, que é a gestação.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Tem o objetivo de:

v Preparar e orientar as gestantes e sua família, através de informações sobre os

aspectos relacionados ao ciclo grávido-puerperal, favorecendo a evolução da gestação de forma saudável;

v Conscientizar sobre a importância da amamentação e dos cuidados com o bebê no seu regresso ao lar;

v Estimular o parto normal;

v Tranqüilizar o casal em relação às alterações físicas e psicológicas que ocorrem nesse período;

v Desfazer mitos e tabus que ainda persistem sobre a gestação e o pós parto

4. METODOLOGIA

O curso é oferecido duas vezes ao ano (um por semestre). São seis encontros por curso, realizados quinzenalmente, onde são abordados temas direcionados à gestação, ministrados por especialistas de áreas específicas, tais como:

v Alterações morfofisiológicas da gestante;

v Alimentação na Gestação e Importância da Prática de Atividade Física;

v Alterações Psicológicas do casal durante a gestação;

v Importância da Amamentação;

v Tipos de Partos e Anestesia;

v Regresso ao Lar;

As gestantes começam a participar do nosso programa, após busca ativa nos consultórios dos obstetras, onde nos é fornecida uma listagem com nome e telefone das gestantes. Para cada encontro, as gestantes são comunicadas previamente sobre o curso, tema e o palestrante. No decorrer dos encontros, todas as gestantes são convidadas a participar da prática da atividade física do programa. Ao término de cada encontro promovemos uma confraternização, com sorteio de brindes oferecidos pelos nossos parceiros.

5. MONITORAMENTO DOS RESULTADOS

Disponibilizado um questionário de satisfação e de desempenho pessoal onde a gestante avalia o curso, os palestrantes e o seu próprio desempenho / conhecimento após as palestras ministradas, e como isso reflete após o nascimento do bebê. Sendo assim o curso tem um método para avaliar a satisfação e o desempenho dos participantes. De uma maneira geral, temos quase a totalidade de satisfação quanto ao curso, muitas gestantes sentiram-se mais seguras e confiantes para enfrentar o parto, bem como o pós. Quanto aos números de beneficiadas:

- 2008: 18 gestantes (100% de beneficiárias Unimed)
- 2009: 30 gestantes, sendo 27 beneficiárias Unimed e 3 não beneficiárias;
- 2010: 40 gestantes, sendo 20 beneficiárias Unimed e 20 não beneficiárias;
- 2011 (dados até maio): 31 gestantes, sendo 13 beneficiárias Unimed e 20 não beneficiárias.

6. VOLUNTÁRIOS

- Ana Claudia Guimarães Soares Fursel - Ginecologia e Obstetrícia

- Carolina M. Fernandes – Pediatra

- Célia Regina Ferreira – Psicóloga

- Elen Foster Ferreira Bressan – Pediatra

- Fernanda Rua Barbiratto Costa – Psicóloga

- Fernanda Rodrigues José – Enfermeira

- Gisele Erédia Blasczyk – Ginecologia e Obstetrícia

- Jaqueline Stuani – Pediatra

- Márcia Beltrame – Psicóloga

- Pedro Yones - Ginecologia e Obstetrícia

- Salete Maria M. Pelisson - Pediatra

7. CRONOGRAMA

1º Curso - Ano: 2008

Data Encontro Palestrante

13/08/2008 Alterações Morfofisiológicas da Gestante Drª Gisele Erédia – Obstetra

27/08/2008 Alimentação na Gestação e Importância da Prática de Atividade Física

Jhenifer Zezak Rodrigues – Nutricionista

Caroline Fachin e Danielli Nogueira – Educadoras físicas

10/09/2008 Alterações Psicológicas do casal durante a gestação Célia Regina Ferreira Costa – Psicóloga

24/09/2008 Importância da Amamentação Drª Salete Pelisson – Pediatra

08/10/2008 Tipos de Partos e Anestesia Drº Pedro Yones – Obstetra

Drº Renato Livio – Anestesista

22/10/2008 Regresso ao Lar Drª Salete Pelisson – Pediatra

Atividade Física

À partir de 14/08/2008 As terças e quintas-feiras das 18:30 às 19:20 horas Caroline Ramos Fachin - Educadora Física

2º Curso - Ano: 2009

Data Encontro Palestrante

09/09/2009 Alterações Físicas da Gestante Drª Gisele Erédia – Obstetra

23/09/2009 Alimentação na Gestação e Importância da Prática de Atividade Física

Jhenifer Zezak Rodrigues – Nutricionista

Caroline Fachin e Danielli Nogueira – Educadoras físicas

07/10/2009 Alterações Psicológicas do casal durante a gestação Márcia Beltrame – Psicóloga

21/10/2009 Importância da Amamentação Dr^a Jaqueline Stuani – Pediatra

04/11/2009 Tipos de Partos e Anestesia Dr^a Ana Claudia Fursel

18/11/2009 Regresso ao Lar Fernanda Rodrigues – Enfermeira

Atividade Física

À partir de 17/02/2009 As terças e quintas-feiras das 18:30 às 19:20 horas Caroline Ramos Fachin - Educadora Física

3º Curso - Ano: 2010

Data Encontro Palestrante

10/03/2010 Alterações Físicas da Gestante Dr^a Gisele Erédia – Obstetra

24/03/2010 Alimentação na Gestação e Importância da Prática de Atividade Física

Jhenifer Zezak Rodrigues – Nutricionista

Caroline Fachin e Danielli Nogueira – Educadoras físicas

07/04/2010 Alterações Psicológicas do casal durante a gestação Márcia Beltrame – Psicóloga

14/04/2010 Importância da Amamentação Drª Jaqueline Stuani – Pediatra

05/05/201 Tipos de Partos e Anestesia Drª Ana Claudia Fursel

19/05/2011 Regresso ao Lar Fernanda Rodrigues – Enfermeira

Atividade Física

À partir de 01/03/2010 As segundas e quartas-feiras das 19:30 às 20:15 horas Caroline Ramos Fachin / Danielli N. R. dos Santos - Educadoras Físicas

4º Curso - Ano: 2010

Data Encontro Palestrante

04/08/2010 Alterações Físicas da Gestante Drª Ana Claudia Fursel

18/08/2010 Alimentação na Gestação e Importância da Prática de Atividade Física

Jhenifer Zezak Rodrigues – Nutricionista

Caroline Fachin e Danielli Nogueira – Educadoras físicas

01/09/2010 Alterações Psicológicas do casal durante a gestação Fernanda B. Costa – Psicóloga

15/09/2010 Importância da Amamentação Drª Jaqueline Stuani – Pediatra

29/09/2010 Tipos de Partos e Anestesia Drª Gisele Erédia – Obstetra

13/10/2010 Regresso ao Lar Fernanda Rodrigues – Enfermeira

Atividade Física

À partir de 01/03/2010 As segundas e quartas-feiras das 19:30 às 20:15 horas Caroline Ramos Fachin / Danielli N. R. dos Santos - Educadoras Físicas

5º Curso - Ano: 2011

Data Encontro Palestrante

06/04/2011 Alterações na Física da Gestante Drª Gisele Erédia – Obstetra

20/04/2011 Alimentação na Gestação e Importância da Prática de Atividade Física Jhenifer Zezak Rodrigues – Nutricionista

Caroline Fachin – Educadora física

04/05/2011 Alterações Psicológicas do casal durante a gestação Fernanda B. Costa – Psicóloga

18/05/2011 Alterações Morfofisiológicas Carlos Naninni – Fisioterapeuta

01/06/2011 Importância da Amamentação Drª Jaqueline Stuaní – Pediatra

15/06/2011 Tipos de Partos e Anestesia Drª Ana Claudia Fursel

29/06/2011 Regresso ao Lar Fernanda Rodrigues – Enfermeira

Atividade Física

À partir de 17/01/2011 As segundas e quartas-feiras das 19:30 às 20:15 horas Caroline Ramos Fachin Danielli N. R. dos Santos - Educadoras Físicas

6º Curso - Ano: 2011

Data Encontro Palestrante

10/08/2011 Alterações na Físicas da Gestante Drª Gisele Erédia – Obstetra

24/08/2011 Alimentação na Gestação e Importância da Prática de Atividade Física

Jhenifer Zezak Rodrigues – Nutricionista

Caroline Fachin – Educadora física

01/09/2011 Alterações Psicológicas do casal durante a gestação Fernanda B. Costa – Psicóloga

21/09/2011 Importância da Amamentação Drª Jaqueline Stuari – Pediatra

05/10/2011 Tipos de Partos e Anestesia Drª Ana Claudia Fursel

19/10/2011 Regresso ao Lar Fernanda Rodrigues – Enfermeira

Atividade Física

À partir de 17/01/2011 As segundas e quartas-feiras das 19:30 às 20:15 horas Caroline Ramos Fachin / Danielli N. R. dos Santos - Educadoras Físicas

8. RESULTADOS ALCANÇADOS

Apesar do grande volume de informações a que todos tem acesso, a gestação e o parto ainda são cercados de incertezas, ansiedade e medo. Assim, observamos que após o início do curso, as gestantes obtiveram um maior conhecimento dos temas apresentados, sanando suas dúvidas e também relataram sentirem-se mais seguras com as informações transmitidas. Constatamos ainda que a procura pelo curso vem aumentando semestralmente, inclusive com a participação dos demais familiares.

9. ORÇAMENTO

As despesas são apenas com panfletagem, banner e coffee brack. Tendo um gasto até o presente momento de aproximadamente R\$ 2.700,00 (2008 – 2010). A previsão orçamentária para 2011 é de R\$ 1.500,00.

10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

No desenvolvimento desse projeto, constatamos que os casais grávidos, adquiriram novos conhecimentos relacionados à evolução da gravidez, por meio da equipe multidisciplinar da Medicina Preventiva da Unimed, demonstrando maior confiança, credibilidade e participação efetiva dos familiares.

REFERÊNCIAS

Agência Nacional de Saúde Complementar. www.ans.gov.br

DUARTE & ANDRADE. O significado do pré-natal para mulheres grávidas: uma experiência no município de Campo Grande, Brasil. Saúde Soc. São Paulo, v. 17, n. 2, jun. 2008. www.scielo.br.

MELO, J. Mendes; et al . Conhecendo a captação de informações de mães sobre cuidados com o bebê na estratégia Saúde da Família. Texto contexto - enfermagem. Florianópolis, v. 16, n. 2, jun. 2007. www.scielo.br.

TRONCHIN & Et al. O olhar dos usuários de um hospital de ensino: uma análise da qualidade assistencial às gestantes e aos recém-nascidos. Texto contexto - enfermagem. Florianópolis, v. 15, n. 3, set. 2006. www.scielo.br