



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

JÔNATAS DE SOUZA PEDROSO

MINIMIZAÇÃO DAS DIFICULDADES ENFRENTADAS PELAS GESTANTES
ADOLESCENTES ATRAVÉS DE UM GRUPO DE APOIO CENTRADO NO
ATENDIMENTO HUMANIZA

SÃO PAULO
2020

JÔNATAS DE SOUZA PEDROSO

MINIMIZAÇÃO DAS DIFICULDADES ENFRENTADAS PELAS GESTANTES
ADOLESCENTES ATRAVÉS DE UM GRUPO DE APOIO CENTRADO NO
ATENDIMENTO HUMANIZA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: MARIANA CRISTINA LOBATO DOS SANTOS

SÃO PAULO
2020

Resumo

O tema gravidez na adolescência é de suma importância na sociedade brasileira devido à notória vulnerabilidade pelas quais estas pacientes estão expostas. Este público alvo apresenta duas características principais de vulnerabilidade: baixo perfil socioeconômico-cultural e localizada em uma área de risco urbano/ambiental.

O presente trabalho observou a necessidade da criação de um grupo de apoio, a gestantes adolescentes, que tenha um olhar humanístico ao público que se encontra vulnerável em todas as áreas (física, sentimental, financeira e social) onde serão tratados diversos temas coerentes com seu estado físico e emocional, incentivando-as a prática de atividades físicas, terapia ocupacional bem como o compartilhamento de experiências vividas pelas integrantes do grupo.

O principal resultado esperado dessas atividades em grupo é atenuar as dificuldades encontradas pelas mesmas neste período, sendo primeiramente criar a sensibilização da equipe de trabalho no acolhimento das mesmas; conscientizar a importância do pré-natal; o fortalecimento do vínculo familiar; gerar vínculo mãe-bebê e a importância da periodicidade das consultas com o bebê; a conscientização da importância do planejamento familiar para seu futuro.

Palavra-chave

Sexualidade. Relações Familiares. Promoção da Saúde. Pré-Natal. Planejamento Familiar. Gravidez na Adolescência. Gravidez não Planejada. Acolhimento. Aleitamento Materno. Baixo Peso ao Nascer.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

Mauá, sudeste da Região Metropolitana de São Paulo faz parte do chamado ABC paulista, uma de suas principais características: uma ocupação aparentemente desordenada, resultado de um crescimento industrial e do processo de metropolização que tem início na década de 1940 (NUNES, 2017).

O Jardim Zaíra, bairro mais populoso de Mauá, concentra 20% dos 364 mil moradores do município, ..., o Jardim Zaíra reflete o fenômeno dos fluxos migratórios (a maior parte vinda do norte e nordeste do Brasil) que adensaram as periferias da Região Metropolitana de São Paulo nos anos 70 e 80 (OLIVEIRA, 2001).

Hoje temos em nosso município (01/11/2019 a 30/01/2020 - dados obtidos junto a Secretaria de Saúde - Mauá) 585 gestantes dentre elas 71 são adolescentes (correspondendo a 12% do total). Na UBS Jardim Zaira 2 temos cadastradas 40 gestantes sendo que 4 são adolescentes (correspondendo a 10% do total).

Ao focar unicamente neste público alvo, identificamos uma população com duas características principais de vulnerabilidade: baixo perfil sócio-econômico-cultural e localizada em uma área de risco urbano/ambiental. Um dos diversos problemas encontrado nessa comunidade em que trabalho e que chama minha atenção é a gravidez na adolescência, um problema cada vez mais crescente e que contribui para evasão escolar ou o seu adiamento, total dependência dos seus pais (suporte financeiro e educacional), sabendo que seguirão morando com os pais mesmo após o nascimento do filho, pois em sua grande maioria o pai da criança também é adolescente; desestruturação do núcleo familiar, diminuição da renda familiar por moradores, dentre outros. Mesmo diante a todas essas dificuldades é bastante comum escutar durante as consultas de pré-natal, em sua grande maioria, dizerem que estão feliz/contente com a ideia de ser mãe e que querem ter o bebê.

Observamos que a reação das famílias das adolescentes diante da gravidez de suas filhas varia de acordo com a classe social. As famílias das jovens de classes populares apresenta uma melhor aceitação dessa situação, especialmente a mãe e a avó, contrariamente às famílias das adolescentes de classe média, que não desejam a gravidez das filhas adolescentes (Silva & Pinotti, 1987).

“O exposto merece que os profissionais de saúde reflitam profundamente suas atitudes ao oferecer seus serviços a esse grupo vulnerável, de forma a facilitar os agentes na adaptação da jovem gestante à sua nova condição de vida, tornando-se uma importante rede de apoio social para que as mulheres jovens tenham aconselhamento e orientação oportunos, diante dos múltiplos problemas e dificuldades que surgem nesse estágio transcendental de seu ciclo de vida pessoal.” (Prías-vanegas, 2009).

O propósito deste estudo tem como objetivo identificar as gestantes adolescentes, dar um suporte psicológico durante a gestação, fortalecer vínculo familiar mediante as dificuldades que giram em torno da gestante adolescente. Oferecendo atendimento médico (atendimento humanizado e maior atenção ao estado psicológico), psicológico, assistência social, atividades físicas, dinâmicas em grupo, palestras com temas que irão desde a evolução da gestação até amamentação e cuidados com o bebê e terapia ocupacional.

ESTUDO DA LITERATURA

O Ministério da Saúde segue como definição de adolescência a prescrita pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que caracteriza o período de 10 a 19 anos e compreende como juventude a população dos 15 a 24 anos (BRASIL, 2010, p. 46). O Estatuto da Juventude (Lei nº 12.852, de 5 de agosto de 2013) define juventudes a partir de faixas etárias dos 15 a 17 anos são adolescentes-jovens; dos 18 a 24 anos de jovens-jovens e entre os 25 a 29 anos são denominados jovens-adultos. A adolescência tem início com as mudanças corporais da puberdade (características sexuais secundárias) e termina com a inserção social, profissional e econômica na sociedade adulta (Formigli, Costa & Porto, 2000).

“Existe uma diferença de perspectiva em relação ao papel social desempenhado pela mulher, o seu nível socioeconômico e a gravidez na adolescência. Um estudo realizado por Doering (1989) com adolescentes grávidas mostrou que as adolescentes de classe média atendidas em clínica privada rejeitavam a gravidez, afirmando que essa situação iria atrapalhar as suas perspectivas de estudo e de trabalho, visto que a maternidade não é prioridade nessa classe social. Entre as adolescentes atendidas em hospital público, 58% referem uma maior aceitação da gravidez por “gostarem de criança”. A maternidade aparece como a única perspectiva de vida para essas jovens de classes populares, onde o papel social mais importante por elas desempenhado é o de ser mãe.” (DADOORIAN, Diana, 2003).

“... as adolescentes vivenciam a gravidez como um evento traumático, com sentimentos de desagrado relacionados à angústia, medo, medo e tristeza que, por sua vez, levam a estados de incerteza, solidão, instabilidade e frustração, com ideias negativas relacionadas a as formas de divulgar a gravidez, as reações das pessoas com significado afetivo para elas e também a ideia do aborto. No adolescente, elas são atenuadas quando ele encontra pessoas e espaços para compartilhar o que está acontecendo com ele...as adolescentes que engravidam precisam de apoio, compreensão e ajuda, pois são mais sensíveis, lábeis, inseguras e com baixa autoestima; Essa situação exige que a equipe de saúde desenvolva e mostre competências na área humanística, abordagem pessoal, comunicação empática e tratamento humanizado e individualizado, nos momentos em que os adolescentes demandam serviços de saúde...” (Prías-vanegas, 2009).

Por ser um período rico e intenso de vivências emocionais e que por si só traz, para o relacionamento familiar, novas atitudes e responsabilidades, percebemos como é fundamental compartilhar e esclarecer questões referentes às ansiedades e preocupações que envolvem a responsabilidade de se ter um filho. Tendo por base essas premissas, pensamos então, na elaboração e concretização de um grupo oferecido para adolescentes que vivenciam precocemente uma gestação.

“Desenvolver dinâmicas de grupo com gestantes adolescentes no espaço do pré-natal favoreceu aproximação do profissional com as adolescentes resultando em momentos de ação-reflexão e sugestões que nortearam o planejamento e a efetivação do grupo de gestantes adolescentes...”(Queiroz,2016)

Sendo assim, garantir que as integrantes deste grupo tenham uma gestação saudável, oferecendo apoio emocional, físico e social; proporcionando um ambiente saudável que dê condições para um desenvolvimento positivo e apego na relação mãe/bebê principalmente período pré-natal e perinatal, dando suporte psicológico para que assumam o papel de mãe

para exercer este papel de forma responsável e promovendo o desenvolvimento saudável (emocional/psicológico/físico) dos seus bebês, para ter condições de quebrar um ciclo transgeracional de violência e gravidez precoce existente em suas famílias.

AÇÕES

Tendo como base uma gestação normal (9 meses), de igual maneira serão **9 Encontros** realizados mensalmente com todas as gestantes adolescentes.

Para ter acesso aos Encontros a gestante deverá cumprir os seguintes requisitos:

- ♦ Gestante com idade menor ou igual 19 anos, independente do seu número de gestações;
- ♦ Ser cadastrada na UBS Jardim Zaira 2;
- ♦ Participar voluntariamente dos Encontros;

Por ser um grupo experimental, serão ofertadas apenas 10 vagas, priorizando as gestantes que cumpram os requisitos acima citados, as vagas remanescentes poderão ser preenchidas por gestantes que cumpram os seguintes requisitos:

- ♦ Ser cadastrada na UBS Jardim Zaira 2;
- ♦ Idade maior ou igual 20 anos e nulíparas;
- ♦ Participar voluntariamente dos Encontros;

De igual maneira, caso hajam vagas não preenchidas, poderão ser disponibilizadas em ultima hipótese por gestantes:

- ♦ Ser cadastrada na UBS Jardim Zaira 2;
- ♦ Idade maior ou igual 20 anos e primíparas;
- ♦ Participar voluntariamente dos Encontros;

Os Encontros serão sequenciais e cíclicos, não sendo necessário que a gestante aguarde o início de um novo grupo, facilitando a inclusão, pois todas as gestantes irão passar pelos 9 Encontros. O seu desligamento do grupo será automático em decorrência do término da gestação (aborto, parto, etc.), caso tenha um parto prematuro, aborto, natimorto será ofertado acompanhamento multidisciplinar de acordo com a disponibilidade da unidade/rede, tais como: médico, psicológico, assistente social e planejamento familiar.

Metodologia do Encontro:

Cada Encontro terá uma duração de aproximadamente 1 hora e 30 minutos divididos da seguinte maneira:

- ♦ 20 minutos iniciais reservados para **atividade física**: Lian Gong (A técnica chinesa, que se auto define como ginástica para a saúde, é feita com movimentos suaves, que lembram o tai chi chuan e trabalham postura, equilíbrio, respiração enquanto lubrificam as articulações e alivia dores), serão entregues as 6 séries impressas para cada gestante (em anexo as imagens).OBS: somente com previa avaliação e autorização médica.
- ♦ 50 minutos para **palestras**.
- ♦ 20 minutos para **perguntas e respostas**, interação e trocas de experiências entre as gestantes.

Temas de cada palestra:

*** Estou grávida, e agora?**

- * Explicação de todos os temas que serão abordados.
- * Direitos e deveres (saúde, educação, assistência médica e psicológica).
- * Como lidar com: rótulos e crenças (cultural econômica e religiosa).
- * Conquistando o apoio familiar?
- * Qual importância dos pais e parceiro?
- * Brigas e discussões podem influenciar na gestação?
- * Ansiedade, eu?

*** Pré-natal: qual sua importância?**

- * Cuidados básicos.
- * Acompanhamento: devo ou não fazer?
- * O que devo evitar?
- * Perdendo o medo: como é uma consulta de pré-natal?
- * Tratamento odontológico.
- * Evolução natural da gestação: vou engordar muito?

*** Perdendo o medo (abordagem psicológica)**

- * O que irá mudar na minha vida com a chegada do bebê?
- * Quais as minhas responsabilidades?
- * Traumas: Violência, abuso sexual, bullying.
- * Entorno familiar.
- * Ambiente saudável para a gestante e o futuro bebê.

*** Alimentação saudável**

- * O que comer? A cada quantas horas devo comer?
- * Como melhor utilizar os alimentos que temos em nossa casa?
- * Evitando a anemia gestacional.
- * H₂O, qual sua importância?
- * Os dois vilões: Açúcar e Sal.

*** Cuidados na gestação: O que posso e não posso fazer?**

- * Viagem?
- * Esporte?
- * Trabalho?
- * Escola?
- * Estética: evitando estrias, cuidados com os seios.
- * Posso tomar um remédio que o médico não receitou?

*** Saúde da mulher: Gravidez não é doença!**

- * A evolução natural da gestação.

- * * Engordar! Quantos quilos?
 - * Atividade física.
 - * Pré-natal e sua importância.
 - * Importância da consulta ginecológica.
- * **Importância da amamentação**
 - * Porque amamentar? Quais os Benefícios da amamentação?
 - * Quem pode amamentar?
 - * Quantos meses?
 - * Diferença entre leite materno e fórmula.
 - * Extração e armazenamento, como fazer?
 - * Cuidados com os seios.
- * **Higiene do bebe**
 - * Socorro, meu bebe nasceu, o que devo fazer?
 - * Como cuidar do cordão umbilical.
 - * Alergias: fralda, lenços umedecidos, amaciantes, etc.
 - * Com esse clima, que tipo de roupa devo colocar?
 - * Hora do banho, e agora?
- * **Planejamento familiar**
 - * Quantos filhos pretendo ter?
 - * Qual intervalo ideal entre cada gestação.
 - * Diferença entre: Vasectomia X Laqueadura; qual melhor método?
 - * Filho, quanto custa: Tempo, Educação, Ensino e Responsabilidades.

Atividade extra:

Durante o decorrer dos Encontros serão sugeridas atividades extras tendo com objetivo único gerar um elo de amor e apego mãe/bebê, deste modo, despertando melhor acolhimento e inclusão da gestante no entorno familiar.

* **Pasta de documentos do Pré-natal:**

Customização da pasta (pasta arquivo) e a organização dos exames e ultrassonografias em seu interior, será ofertado no 1º Encontro para cada gestante, independente do tema da palestra.

* **Agenda da gestante**

Criação de uma agenda onde a gestante poderá registrar cada data importante, suas medidas, pesos, vontade e desejos, fotos com a evolução da gestação, etc.

* **Bolsa térmica para bebê**

Com materiais simples que todos dispomos em nossa casa para aliviar cólicas: meia e arroz cru.

♦ **Travesseiro com camomila**

Quais os benefícios da camomila para o sono do bebê?

♦ **Aliviando dores**

Emplastro: com um absorvente limpo e chá gelado de camomila sobre a região.

♦ **Dia da beleza, autoestima em alta!**

Receita (será entregue um impresso para cada gestante contendo: Ingrediente, preparo e como aplicar) máscara caseira para hidratar a pele: iogurte natural, mel, aloe vera, pepino e ovo.

Método para a Avaliação:

Cada gestante ao concluir o seu 7º Encontro, receberá um questionário com perguntas (múltipla escolha e dissertativa), com o intuito de avaliar: temas abordados, aprendizagem, interesse e participação, grau de importância das palestras e sugestão para novos temas que julga ser importante.

RESULTADOS ESPERADOS

- ♦ Criar uma sensibilização por parte da equipe de trabalho, na importância do acolhimento das gestantes adolescentes que estão em um momento de fragilidade emocional;
- ♦ Acolher a adolescente gestante; conscientizando a mesma da importância do pré-natal;
- ♦ Grupo de apoio em um período de tantas dúvidas e incertezas;
- ♦ Fortalecimento do vínculo no entorno familiar;
- ♦ Incutir/gerar vínculo mãe-bebê;
- ♦ Evitar baixo peso ao nascer;
- ♦ Fortalecer o aleitamento materno;
- ♦ Conscientização dos cuidados e a importância da periodicidade das consultas com o bebê;
- ♦ Conscientização da importância dos cuidados ginecológicos e da sua periodicidade;
- ♦ Conscientização da importância do planejamento familiar;

REFERÊNCIAS

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm>. Acesso em: 17 fev. 2020.

_____. Ministério da Saúde. **Marco Legal**: saúde, um direito de adolescentes. Brasília, 2007. 58 p.

_____. **Presidência da República. Lei nº 12.852, de 5 de agosto de 2013**. Institui o Estatuto da Juventude e dispõe sobre os direitos dos jovens, os princípios e diretrizes das políticas públicas de juventude e o Sistema Nacional de Juventude - SINAJUVE. 2013k. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2011-2014/2013/Lei/L12852.htm>. Acesso em: 18 fev. 2020.

CHACRA, F. C. **Vulnerabilidade e resiliência**: repensando a assistência integral à saúde da pessoa e da família. Campinas, [s.n.], 2000. Cópia não editada.

DADOORIAN, Diana. **Gravidez na adolescência**: um novo olhar. *Psicol. cienc. prof.*, Brasília, v. 23, n. 1, p. 84-91, mar. 2003. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932003000100012&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 28 mar. 2020. <https://doi.org/10.1590/S1414-98932003000100012>.

FORMIGLI, V. L. A., COSTA, M. C. O., & PORTO, L. A. (2000). **Evaluation of a comprehensive adolescent health care service**. *Cadernos de Saúde Pública*, 16(3), 831-841.

NUNES, J. **O processo de ocupação do Município de Mauá: a metropolização vista da periferia**. In: XVII Encontro Nacional da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Planejamento Urbano e Regional, 2017, São Paulo. Encontro Nacional da Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Planejamento Urbano e Regional (XVII. : 2017 : São Paulo, SP) Caderno de Resumos. São Paulo, 2017.

OLIVEIRA, Raymundo de; ABC, Diário do Grande (Org.). **Bairro Zaira, em Mauá, é quase uma cidade**. 2001. Disponível em: <<https://www.dgabc.com.br/Noticia/376693/bairro-zair-em-maua-e-quase-uma-cidade>>. Acesso em: 29 jan. 2020.

PRÍAS-VANEGAS, H. E.; MIRANDA-MELLADO, C. M. **Experiencias de adolescentes embarazadas en control prenatal**. *Chía, Colombia*, v. 9, n. 1, p. 93-105, abril 2009. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972009000100008>. Acesso em: 26 fev. 2020.

QUEIROZ MVO, MENEZES GMD, SILVA TJP, BRASIL EGM, SILVA RM. **Grupo de gestantes adolescentes: contribuições para o cuidado no pré-natal**. *Rev Gaúcha Enferm.*2016;37(esp):e2016-0029. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2016.esp.2016-0029>>. Acesso em: 26 fev. 2020.

SILVA, J. L. & PINOTTI, J. (1987). **A saúde reprodutiva da adolescente**. *Femina*, 5, n.6.