

 <https://doi.org/10.56344/2675-4827.v7n3a2025.51>

## **Cartilha da gestante: a informação como estratégia de fortalecimento da experiência das gestantes em Ribeirão Preto/SP**

Camila Rodrigues de Amorim<sup>1</sup>; Luana Matias Teixeira<sup>1</sup>; Maria Eduarda Soubhia Ferreira<sup>1</sup>; Rafaela Lopes<sup>1</sup>; Licério Miguel<sup>2</sup>; Tamara Cristina Gomes Ferraz Rodrigues<sup>2</sup>.

### **INTRODUÇÃO**

A gestação é um período marcado por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, que demandam atenção integral e acolhimento qualificado por parte dos profissionais de saúde (Mesquita, 2024). Nesse contexto, o acesso à informação clara, confiável e acessível configura-se como ferramenta essencial para o empoderamento das gestantes e para a promoção de uma experiência mais segura e participativa no ciclo gravídico-puerperal (Queiroz, 2023). A educação em saúde, especialmente no âmbito do pré-natal, contribui para o fortalecimento do vínculo entre a gestante e os serviços de saúde, favorecendo a adesão ao acompanhamento e a tomada de decisões conscientes (Souza, 2023).

### **OBJETIVO**

Levar informações de qualidade para as gestantes, através de distribuição da “Cartilha da Gestante” e aprimorar os conhecimentos dos alunos no momento da revisão e elaboração do material.

<sup>1</sup>Acadêmicas do curso de Medicina do Centro Universitário Barão de Mauá. Contato: milaamorim2009@hotmail.com.

<sup>2</sup>Docente do Centro Universitário Barão de Mauá. Contato: tamara.ferraz@baraodemaua.br.

## **MÉTODOS/DESENVOLVIMENTO OU METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência da realização da "Cartilha da Gestante" (acesso pelo QR code), pelos alunos da monitoria em Saúde da Mulher e docentes responsáveis do curso de Medicina do Centro Universitário Barão de Mauá (CUBM), em RP, no ano de 2024, em parceria com Hospital Santa Casa de Misericórdia de Ribeirão Preto.

O material foi confeccionado no aplicativo Canva e sua divulgação realizada a partir de cartilha impressa na íntegra, além de folders contendo o QR code, com acesso ao arquivo digitalizado da cartilha e banner exposto na sala de espera do ambulatório com o QR code de acesso. O documento é entregue a todas as pacientes gestantes do ambulatório, tanto as do Projeto nascer (pré-natal de risco habitual após 36 semanas), quanto as em seguimento pré-natal de alto risco naquele serviço. A confecção do material impresso e banner foi realizada pela gráfica do CUBM, com custeio total, com previsão de novas impressões conforme necessidade.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A cartilha contém, em linguagem simples, acessível e de fácil compreensão, informações em geral sobre o processo gravídico e intraparto, amamentação e contracepção pós-parto, de modo a incentivar o empoderamento feminino, necessário ao processo gestacional e puerperal (Queiroz, 2023).

O material contém imagens ilustrativas sobre a apresentação fetal intraútero, número de consultas recomendadas e comparação da idade gestacional em semanas e meses. Além disso, contém orientações sobre a prática de atividade física, o uso de cosméticos, como melhorar as náuseas, os malefícios do uso de álcool e drogas e quais os sinais de alerta para procurar atendimento hospitalar. Em relação às comorbidades, a cartilha apresenta os principais fatores de risco do diabetes e da hipertensão, possíveis complicações e indicações de alteração nos hábitos de vida. Assim, o acesso à educação em saúde é facilitado, garantindo a dominação desse tema, que é de extrema relevância para a boa condução gestacional (Sousa, 2023).

Sobre as vias de parto, são apresentadas as diferenças entre os partos vaginal e cesáreo e listados métodos de alívio não farmacológicos da dor. É estimulada a elaboração de plano de parto e fornecido modelo de lista para a maternidade. Dessa

forma, a cartilha promove o conhecimento dos direitos da mulher durante a gestação e o parto, que é de suma importância (Mesquita, 2024).

Além disso, são explicados os métodos de contracepção de longa duração possíveis de serem realizados/inseridos ainda na internação hospitalar, reforçando a educação em saúde que é de importante aplicação (Sousa, 2023). Em relação à amamentação, são listadas as vantagens do aleitamento materno, tanto para a paciente, quanto para o recém-nascido e orientados os sinais de pega mamária adequada.

## CONCLUSÃO

Acredita-se que a gestação seja uma jornada intensa e transformadora e que a melhor forma de se fortalecer e seguir com confiança é através da informação. Ao sanar as principais dúvidas das pacientes, o pré-natal, parto e puerpério são engrandecidos e dotados de mais autonomia e participação.

Conflito de interesses: Os autores não têm conflitos de interesse a divulgar.

Palavras-chave: Gravidez; Comunicação em saúde; Assistência médica.

## REFERÊNCIAS

MESQUITA, N. R. de et al. Educação em saúde acerca dos direitos gestacionais durante o acompanhamento pré-natal: uma revisão integrativa. **Revista Interdisciplinar de Promoção da Saúde**, v. 7, n. 3, p. 49–63, 2024.

QUEIROZ, Y. M.; SOUSA, M. N. A. de. Empoderamento materno: a importância de abordar sobre via de parto durante pré-natal. **Revista Brasileira de Filosofia e História**, v. 13, n. 1, 2023.

SOUSA, A. P. de et al. Importância da educação em saúde durante a assistência pré-natal: uma revisão de literatura. **Revista Coopex**, v. 12, n. 1, 2023.