REUNI ATENAS Revista de Extensão Universitária Atenas Passos - MG

GESTAR COM SABER: PRÁTICAS EXTENSIONISTAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PROMOÇÃO DA AUTONOMIA NA GESTAÇÃO

Beatriz Bonifácio Martins Neves[1]; Isabelly Adriana Araújo da Silva[1]; Júlia Andrade Martins[1]; Karina Borges da Silva[1]; Luana Oliveira de Souza Silva[1]; Rafaela de Oliveira Gonçalves[1]; Iácara Santos Barbosa Oliveira[2]; Amanda Aparecida Borges[2]; Nariman de Felicio Bortucan Lenza[2]; Camilla Borges Lopes Souza[2].

[1] Discentes do Curso de Enfermagem da Universidade do Estado de Minas Gerais – Passos.

[2] Docente do Curso de Enfermagem da Universidade do Estado de Minas Gerais – Passos.

RESUMO

Introdução: A educação em saúde durante o ciclo gravídico-puerperal constitui uma estratégia essencial para a promoção da saúde materno-infantil, favorecendo o desenvolvimento da autonomia, do protagonismo e da tomada de decisões informadas pelas gestantes. Nesse contexto, as ações educativas desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde contribuem para a prevenção de agravos, fortalecimento do vínculo com os serviços de saúde e qualificação da assistência pré-natal, sendo a enfermagem protagonista na promoção do cuidado integral à mulher. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação extensionista voltada à educação em saúde para gestantes, desenvolvida na Atenção Primária à Saúde. **Método:** Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo, referente a uma atividade extensionista desenvolvida por acadêmicas do Curso de Enfermagem da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), em parceria com uma Estratégia Saúde da Família do município de Passos, Minas Gerais. A intervenção foi realizada por meio de rodas de conversa e atividades educativas, utilizando metodologias participativas e linguagem acessível para abordar temas relacionados ao pré-natal, parto, puerpério, aleitamento materno, direitos da gestante e cuidados com o recém-nascido. **Resultados:** Participaram da atividade nove gestantes e três acompanhantes. Observou-se participação ativa dos envolvidos, interesse pelos conteúdos abordados e ampla interação entre participantes e equipe de saúde. As ações educativas favoreceram o esclarecimento de dúvidas relacionadas ao plano de parto, sinais de alerta na gestação, trabalho de parto, cuidados no puerpério e aleitamento materno, além de estimular a troca de experiências e fortalecer o vínculo entre as gestantes e os profissionais da Atenção Primária à Saúde. A atividade também contribuiu para ampliar o conhecimento sobre autocuidado, direitos reprodutivos e importância da continuidade do acompanhamento pré-natal. Para as acadêmicas extensionistas, a experiência proporcionou o desenvolvimento de competências relacionadas à educação em saúde, comunicação, acolhimento, trabalho em equipe e cuidado humanizado. **Considerações finais:** A ação extensionista evidenciou a importância da educação em saúde como estratégia para fortalecer a autonomia das gestantes, qualificar o cuidado durante o ciclo gravídico-puerperal e promover uma assistência humanizada. Além de contribuir para a disseminação de informações baseadas em evidências científicas e para o fortalecimento da rede de apoio às gestantes, a experiência reafirmou o papel da extensão universitária na integração entre ensino, serviço e comunidade e na formação crítica e socialmente comprometida dos futuros enfermeiros.

Palavras-chave: Educação em Saúde. Cuidado Pré-Natal. Gestantes. Enfermagem. Atenção Primária à Saúde.

INTRODUÇÃO

A saúde materno-infantil constitui uma das prioridades das políticas públicas de saúde no Brasil por apresentar impacto direto nos indicadores de morbimortalidade materna e neonatal. Apesar dos avanços observados nas últimas décadas, a mortalidade materna ainda representa um importante desafio para o Sistema Único de Saúde (SUS), especialmente diante das desigualdades sociais, econômicas e regionais que interferem no acesso oportuno e na qualidade da assistência prestada às gestantes (Brasil, 2024a).

Com o objetivo de fortalecer a atenção materna e infantil, o Ministério da Saúde instituiu, em

2024, a Rede Alyne, estratégia nacional voltada à reorganização da assistência à gestação, ao parto, ao nascimento e ao puerpério. A iniciativa busca reduzir em 25% a mortalidade materna até 2027, por meio da ampliação do acesso aos serviços de saúde, da qualificação da assistência e da garantia de cuidado integral, humanizado e oportuno, especialmente para mulheres em situação de maior vulnerabilidade (Brasil, 2024d).

Nesse contexto, a Atenção Primária à Saúde (APS) desempenha papel estratégico como principal porta de entrada do SUS e coordenadora do cuidado. Por meio da Estratégia Saúde da Família (ESF), a APS promove o acompanhamento longitudinal das gestantes, assegurando o acesso às consultas de pré-natal, aos exames preconizados, às ações de promoção da saúde, prevenção de agravos e identificação precoce de fatores de risco maternos e fetais (Brasil, 2024a).

Além da assistência clínica, o cuidado pré-natal deve contemplar práticas educativas capazes de promover o protagonismo da mulher durante o ciclo gravídico-puerperal. A educação em saúde favorece a construção do conhecimento, o esclarecimento de dúvidas, o fortalecimento da autonomia e a adoção de práticas de autocuidado, contribuindo para melhores desfechos maternos e neonatais. Quando desenvolvidas de forma participativa, essas ações estimulam o diálogo entre profissionais de saúde, gestantes e familiares, fortalecendo o vínculo com os serviços de saúde e qualificando a assistência prestada (Peixoto et al., 2020; Brasil, 2024b).

Entre os profissionais da APS, o enfermeiro ocupa posição de destaque no desenvolvimento das ações educativas, atuando na assistência pré-natal, no acompanhamento da gestação de baixo risco e na promoção da saúde materno-infantil. Além da realização das consultas de enfermagem, esse profissional desenvolve atividades coletivas voltadas à orientação sobre gestação, parto, puerpério, aleitamento materno, cuidados com o recém-nascido, planejamento reprodutivo e direitos da gestante, contribuindo para o fortalecimento da autonomia das mulheres e para a humanização do cuidado (Almeida et al., 2023; Lopes e Moura; Lopes e Moura; Brunherotti, 2025).

Os cursos de gestantes constituem importantes estratégias de educação em saúde na APS, por oferecerem espaços de acolhimento, escuta qualificada, compartilhamento de experiências e construção coletiva do conhecimento. Essas atividades favorecem o esclarecimento de dúvidas, reduzem medos e inseguranças relacionados ao período gravídico-puerperal, incentivam a participação da família e fortalecem a rede de apoio, promovendo maior segurança para a mulher durante a gestação, o parto e o puerpério (Lopes e Moura; Lopes e Moura; Brunherotti, 2025).

Diante da importância das ações educativas para qualificação da assistência pré-natal e fortalecimento da autonomia das gestantes, foi desenvolvido o projeto extensionista Gestar com Saber na ESF Nossa Senhora Aparecida, no município de Passos, Minas Gerais. A iniciativa buscou criar um espaço de diálogo entre gestantes, acompanhantes, estudantes e profissionais de saúde, promovendo educação em saúde sobre gestação, parto, puerpério, aleitamento materno e direitos da mulher, fortalecendo o vínculo com os serviços de saúde e a participação ativa das gestantes no cuidado.

Assim, o presente estudo teve como objetivo relatar a experiência de uma ação extensionista de educação em saúde desenvolvida com gestantes na APS, destacando sua contribuição para a promoção da autonomia, do autocuidado e da assistência humanizada durante o ciclo gravídico-puerperal.

MÉTODO

Trata-se de um projeto de extensão de caráter descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido por acadêmicos do curso de Enfermagem, sob supervisão docente, no âmbito da Atenção APS. A ação foi realizada no dia 18 de maio, na ESF Nossa Senhora Aparecida, tendo como público-alvo gestantes acompanhadas pela unidade.

Inicialmente, foi realizado o planejamento da atividade, com definição dos temas a serem abordados, elaboração de materiais educativos e organização do espaço físico da unidade para acolhimento das participantes. A equipe executora foi composta por discentes de Enfermagem, responsáveis pela condução das atividades educativas, com apoio da equipe de saúde local.

A intervenção foi estruturada em dois momentos principais, contemplando os temas “pré-natal e cuidados na gestação” e “parto, puerpério e amamentação”. As atividades tiveram início com

acolhimento das gestantes, apresentação da equipe e levantamento das expectativas das participantes. Em seguida, foi realizada abordagem educativa, utilizando linguagem acessível e fundamentada em evidências científicas, abordando a importância do pré-natal, sinais de alerta na gestação, alimentação saudável, cuidados com o corpo e bem-estar emocional.

No segundo momento, foram discutidos os tipos de parto, sinais de início do trabalho de parto, cuidados no puerpério e orientações sobre aleitamento materno, enfatizando seus benefícios e práticas adequadas. Durante toda a atividade, foram utilizadas metodologias ativas, com destaque para rodas de conversa, incentivando a participação, troca de experiências e esclarecimento de dúvidas.

Ao final, foi realizado o encerramento com síntese das principais orientações, espaço para dúvidas finais e fortalecimento do vínculo entre as gestantes e a equipe de saúde. A atividade também contou com momento de interação e sorteio de brindes, visando promover maior engajamento das participantes.

RESULTADOS

A atividade contou com a participação de nove gestantes e três acompanhantes. As principais dúvidas apresentadas pelas gestantes estavam relacionadas ao plano de parto, aos cuidados prestados durante o período de trabalho de parto e também sobre amamentação. Durante o curso, também foram realizadas orientações e esclarecimento de dúvidas sobre mudanças físicas e emocionais durante a gestação e puerpério , saúde bucal, higiene corporal, sinais de alerta na gestação e importância do acompanhamento de pré-natal.

Figura 1 – Curso de gestantes "Gestar com Saber" realizado por acadêmicas do Curso de Enfermagem da UEMG – Unidade Passos, em parceria com a equipe da Estratégia Saúde da Família Nossa Senhora Aparecida, durante ação extensionista de educação em saúde. Passos, Minas Gerais, Brasil, 2026.



Fonte: Acervo pessoal (2026)

As gestantes tiveram participação ativa e demonstram interesse durante grande parte da atividade. Durante o curso, ocorreu realização de perguntas e esclarecimento de dúvidas a cerca dos temas apresentados e interação entre as participantes por meio do compartilhamento de experiências pessoais e interação entre a equipe da ESF, as acadêmicas e as participantes, o que foi essencial para gerar um ambiente acolhedor e seguro para as gestantes.

As gestantes avaliaram o encontro de forma positiva, com destaque para as informações compartilhadas durante o encontro, troca de experiências e do espaço seguro para esclarecer dúvidas e adquirir conhecimento, além do ambiente acolhedor gerado pela equipe. Ao final da atividade, elas demonstraram-se satisfeitas e relataram sentir - se mais seguras e informadas sobre a gestação, parto e o puerpério.

A atividade contribuiu para possibilitar e ampliar o conhecimento das gestantes sobre gestação, trabalho de parto humanizado, direitos das gestantes durante o período de trabalho de parto, dos cuidados no pós parto e na amamentação. O encontro também favoreceu a conscientização sobre a importância do acompanhamento do pré natal adequado e da participação ativa da gestante nas decisões relacionadas ao parto.

O encontro possibilitou para as acadêmicas, o desenvolvimento através da prática, de habilidades importantes para a formação, como comunicação, acolhimento, escuta ativa, educação em saúde e trabalho em equipe. Também contribui para o fortalecimento da prática humanizada voltada para o atendimento e acolhimento e uma abordagem aprofundada em temas voltados para o cuidado materno.

O encontro promoveu uma experiência compartilhada entre o grupo de acadêmicas e a equipe da ESF reunidas em um trabalho conjunto para oferecer a comunidade uma ação voltada para a promoção de saúde, gerando assim, maior aproximação entre os usuários do serviço de saúde e a unidade, contribuindo diretamente para o fortalecimento de vínculo entre eles.

DISCUSSÃO

Os resultados evidenciaram que o curso de gestantes constituiu uma importante estratégia de educação em saúde no contexto da APS, favorecendo o compartilhamento de conhecimentos, experiências e sentimentos relacionados à gestação, ao parto e ao puerpério. As atividades educativas desenvolvidas por meio de metodologias participativas fortaleceram o vínculo entre gestantes, equipe da ESF e acadêmicas de Enfermagem, corroborando estudos que apontam os grupos de gestantes como espaços privilegiados para promoção da autonomia, construção do conhecimento e fortalecimento da rede de apoio durante o ciclo gravídico-puerperal (Almeida et al., 2023; Peixoto et al., 2020).

A participação ativa das gestantes durante as rodas de conversa demonstra que estratégias dialógicas favorecem o protagonismo feminino no processo de cuidado. A troca de experiências entre mulheres que vivenciam diferentes fases da gestação possibilita o compartilhamento de saberes e contribui para reduzir inseguranças, medos e dúvidas comuns nesse período. Além disso, a interação entre usuárias e profissionais fortalece o vínculo com os serviços de saúde, favorecendo a adesão ao acompanhamento pré-natal e à assistência puerperal (Brasil, 2024a; Brasil, 2024b).

Entre os principais temas discutidos destacaram-se as alterações fisiológicas e emocionais da gestação, o trabalho de parto, os direitos da gestante, o puerpério e o aleitamento materno. As modificações anatômicas e fisiológicas próprias da gravidez fazem parte do desenvolvimento gestacional; entretanto, é imprescindível que as mulheres sejam orientadas quanto aos sinais de alerta que podem indicar complicações obstétricas. A identificação precoce dessas situações possibilita intervenções oportunas e reduz riscos maternos e neonatais, reforçando a importância da educação em saúde durante todo o acompanhamento pré-natal (Brasil, 2024a).

O Ministério da Saúde recomenda que o cuidado pré-natal seja contínuo, humanizado e centrado nas necessidades da gestante, contemplando não apenas procedimentos clínicos, mas também ações educativas, acolhimento, escuta qualificada e construção compartilhada do plano de cuidados. Dessa forma, o pré-natal configura-se como importante espaço para promoção da saúde, prevenção de agravos e fortalecimento da autonomia da mulher, contribuindo para melhores desfechos obstétricos e neonatais (Brasil, 2024b; Brasil, 2024c; Brasil, 2024d).

Outro aspecto relevante observado durante o curso foi o desconhecimento de algumas gestantes acerca dos direitos assegurados durante a gestação, parto e puerpério. A abordagem de temas como plano de parto, direito ao acompanhante, vinculação prévia à maternidade e parto humanizado mostrou-se fundamental para fortalecer o protagonismo feminino e favorecer a participação ativa das mulheres nas decisões relacionadas ao nascimento. Estudos recentes demonstram que o conhecimento dos direitos reprodutivos está diretamente relacionado à maior satisfação com a assistência

recebida e à redução de práticas de violência obstétrica (Peixoto et al., 2020; Almeida et al., 2023; World Health Organization, 2023; Lopes e Moura; Lopes e Moura; Brunherotti, 2025).

A alimentação saudável, a prática de atividade física orientada e o acompanhamento multiprofissional também foram amplamente discutidos durante o encontro. Evidências demonstram que hábitos de vida saudáveis durante a gestação contribuem para o adequado desenvolvimento fetal, redução de complicações obstétricas e melhoria da qualidade de vida materna, sendo recomendados desde o planejamento reprodutivo até o puerpério (Brasil, 2023).

O aleitamento materno destacou-se como um dos temas que despertou maior interesse entre as participantes, especialmente entre as primigestas. As principais dúvidas estiveram relacionadas à técnica correta da pega, às dificuldades iniciais da amamentação e aos mitos frequentemente associados ao "leite fraco". Essas inseguranças são frequentemente descritas na literatura como fatores associados ao desmame precoce. Nesse sentido, demonstrações práticas, utilização de materiais educativos e compartilhamento de experiências entre as participantes mostraram-se estratégias efetivas para fortalecer a autoconfiança das gestantes e incentivar o aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida, conforme recomendado pelo Ministério da Saúde e pela Organização Mundial da Saúde (Brasil, 2023; World Health Organization, 2023).

Além dos aspectos físicos, o puerpério foi abordado sob a perspectiva da saúde mental e da importância da rede de apoio familiar. As transformações emocionais vivenciadas nesse período podem repercutir significativamente no bem-estar materno e na relação mãe-bebê, tornando imprescindível o acompanhamento contínuo pela equipe multiprofissional. A APS possui papel estratégico nesse acompanhamento, favorecendo a identificação precoce de situações de vulnerabilidade, sofrimento psíquico e dificuldades relacionadas aos cuidados com o recém-nascido (Brasil, 2024a; Brasil, 2024c).

Os resultados também evidenciaram os benefícios da extensão universitária para a formação das acadêmicas de Enfermagem. A participação nas atividades possibilitou o desenvolvimento de competências relacionadas à comunicação, educação em saúde, trabalho em equipe, acolhimento, escuta qualificada e assistência humanizada, aproximando o processo formativo das necessidades reais da comunidade. Essa integração entre universidade, serviços de saúde e população fortalece o compromisso social da formação em enfermagem e contribui para a qualificação da assistência prestada na APS (Lopes e Moura; Lopes e Moura; Brunherotti, 2025).

Apesar dos resultados positivos, algumas limitações foram identificadas, como o número reduzido de participantes, a realização de apenas um encontro e a ausência de instrumentos formais para avaliação do conhecimento antes e após a intervenção. Tais aspectos limitam a mensuração objetiva do impacto das ações educativas. Entretanto, a elevada participação das gestantes, o interesse demonstrado durante as atividades e os relatos de satisfação reforçam o potencial dos cursos de gestantes como estratégia de promoção da saúde, fortalecimento da autonomia feminina e qualificação da assistência materno-infantil, indicando a necessidade de continuidade e ampliação de iniciativas semelhantes na APS.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência extensionista desenvolvida por meio do curso de gestantes evidenciou a relevância da educação em saúde como estratégia para qualificar a assistência durante o ciclo gravídico-puerperal, promovendo o acesso à informação, o fortalecimento da autonomia das gestantes e o protagonismo feminino no cuidado à própria saúde. A utilização de metodologias participativas favoreceu a construção de um ambiente acolhedor, no qual gestantes, acompanhantes, acadêmicas de Enfermagem e profissionais da ESF puderam compartilhar experiências, esclarecer dúvidas e construir conhecimentos de forma coletiva.

As atividades educativas contribuíram para ampliar o conhecimento das participantes acerca das mudanças fisiológicas e emocionais da gestação, do trabalho de parto, do puerpério, do aleitamento materno e dos direitos da gestante, além de reforçar a importância da adesão ao pré-natal e da participação ativa da mulher nas decisões relacionadas ao parto e ao nascimento. Da mesma forma, a inclusão dos acompanhantes durante o curso fortaleceu a compreensão sobre o papel da rede de apoio, favorecendo maior envolvimento familiar e contribuindo para uma assistência mais humanizada durante a gestação, o parto e o puerpério.

Sob a perspectiva da formação acadêmica, a ação extensionista possibilitou às estudantes o desenvolvimento de competências essenciais para o exercício profissional, como comunicação em saúde, educação em saúde, acolhimento, escuta qualificada, trabalho em equipe, liderança e atuação ética e humanizada. Além de aproximar a universidade da comunidade, a experiência fortaleceu a integração entre ensino, serviço e população, reafirmando o papel social da extensão universitária na formação de profissionais comprometidos com os princípios do SUS.

Conclui-se que cursos de gestantes constituem importantes ferramentas para a promoção da saúde materno-infantil, contribuindo para a prevenção de agravos, fortalecimento do vínculo entre usuárias e serviços de saúde e qualificação da assistência pré-natal. Recomenda-se a continuidade e ampliação dessas ações na APS, de forma sistemática e interdisciplinar, contemplando gestantes, familiares e rede de apoio, a fim de fortalecer o cuidado integral, humanizado e centrado nas necessidades das mulheres durante todo o ciclo gravídico-puerperal.

REFERÊNCIAS

ACRIS, Margacy Souza; CARDOSO, K. C. D. A. S. C.; ANDRADE, Jerusa Souza. Importância do acompanhamento nutricional para promoção da alimentação saudável no período gestacional. **Brazilian Journal of Development,** São José dos Pinhais, v. 8, n. 11, p. 73385-73402, 2022. DOI: https://doi.org/10.34117/bjdv8n11-210.

ALMEIDA, Larissa Kelly Alves Machado; OLIVEIRA, Ana Clara Diniz de. Assistência da enfermagem para gestantes na Atenção Primária. **Revista Saúde dos Vales**, Diamantina, v. 6, n. 1, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderneta da Gestante**. 8. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024a. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_gestante_8ed_rev.pdf. Acesso em: 25 jun. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia do Pré-natal e Puerpério na Atenção Primária à Saúde.** Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024b.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual Técnico de Gestação de Alto Risco**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024c. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_gestacao_alto_risco.pdf. Acesso em: 25 jun. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Rede Alyne: atenção integral à saúde materna e infantil**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024d. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/r/rede-alyne. Acesso em: 25 jun. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementar**. 3. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023.

LOPES E MOURA, Francini Viscondi; LOPES E MOURA, Sabrina Viscondi; BRUNHEROTTI, Marisa Afonso Andrade. A Consulta Pediátrica Pré-Natal no Curso De Gestante. **Aracê** , [S. l.], v. 7, n. 8, p. e7618, 2025. DOI: 10.56238/arev7n8-162. Disponível em: https://periodicos.newsciencepubl.com/arace/article/view/7618. Acesso em: 25 jun. 2026.

PEIXOTO, Isabela Vieira Pereira et al. A importância da educação em saúde para as gestantes durante o acompanhamento do ciclo gravídico-puerperal**. Saúde Coletiva (Barueri),** Barueri, n. 57, p. 3607-3620, 2020. DOI: https://doi.org/10.36489/saudecoletiva.2020v10i57p3607-3620.

RIOS, Jeane Vieira et al. A importância da assistência de enfermagem no aleitamento materno. **Revista Saúde dos Vales**, Diamantina, v. 5, n. 1, p. 1-17, 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global breastfeeding scorecard 2023:** rates of breastfeeding increase around the world through improved protection and support. Geneva: World Health Organization, 2023. Disponível em: https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HEP-NFS-23.17. Acesso em: 25 jun. 2026.