



Ministério da Educação – Brasil  
Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM  
Minas Gerais – Brasil  
Revista Vozes dos Vales: Publicações Acadêmicas  
Reg.: 120.2.095 – 2011 – UFVJM  
ISSN: 2238-6424  
QUALIS/CAPES – LATINDEX  
Nº. 16 – Ano VIII – 10/2019  
<http://www.ufvjm.edu.br/vozes>

## **GESTANTE EM FOCO: UMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR DE VALORIZAÇÃO DA AUTOESTIMA**

Simone de Paula Santos  
Docente de Língua Portuguesa e Linguística da UFVJM  
Coordenadora de Gestão de Processos Educacionais do PIBID-UFVJM  
Coordenadora do Estágio Integrado dos cursos de Letras.  
<http://lattes.cnpq.br/0697972547607328>  
E-mail: [simone.mendes@ufvjm.edu.br](mailto:simone.mendes@ufvjm.edu.br)

Bárbara Ribeiro Barbosa  
Acadêmica de Enfermagem pela UFVJM.  
<http://lattes.cnpq.br/8330650655083206>  
E-mail: [barbara@dtna.com.br](mailto:barbara@dtna.com.br)

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Liliane da Consolação Campos Ribeiro  
Doutora em Ciências da Saúde: Saúde da Criança e do Adolescente UFMG.  
Docente do Mestrado Ensino em Saúde e do Departamento de Enfermagem da UFVJM.  
<http://lattes.cnpq.br/4721367057858836>  
E-mail: [liliane.consolacao@ufvjm.edu.br](mailto:liliane.consolacao@ufvjm.edu.br)

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Daisy de Rezende Figueiredo Fernandes  
Doutora em Ciências da Saúde: Saúde da Criança e do Adolescente UFMG  
<http://lattes.cnpq.br/6031880280960582>  
E-mail: [daisy.rezende@oi.com.br](mailto:daisy.rezende@oi.com.br)

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Helisamara Motta Guedes  
Doutora em Enfermagem pela UFMG.  
Docente do Mestrado Ensino em Saúde e do Departamento de Enfermagem da UFVJM.  
<http://lattes.cnpq.br/6031880280960582>  
E-mail: [helisamaraguedes@gmail.com](mailto:helisamaraguedes@gmail.com)

Jessica Sabrina Costa  
Bolsista do Projeto PIBEX  
Acadêmica de Enfermagem UFVJM  
<http://lattes.cnpq.br/60318776280960582>  
E-mail: [jsc.xneo@gmail.com](mailto:jsc.xneo@gmail.com)

**Resumo:** Este estudo objetivou relatar a experiência de um projeto multiprofissional realizado com gestantes no período de abril de 2017 a maio de 2018. Foram trabalhadas questões de autoestima, valorização da mulher, importância do pré-natal, aleitamento materno, cuidados na gestação, parto e puerpério, informações sobre exames realizados, sexualidade e outras dúvidas. Em cada encontro, realizou-se um ensaio fotográfico e a gestante recebeu uma foto impressa. Acreditamos que este projeto contribuiu com a autoestima das gestantes, empoderando-as para esta nova fase de suas vidas a fim de melhorar a relação mãe e filho.

**Palavras-chave:** Autoimagem. Fotografia. Gravidez. Educação em Saúde. Saúde da família.

## Introdução

A gestação é conhecida como uma fase em que as mulheres sofrem modificações físicas, metabólicas, psicológicas, ou mesmo, sociais, as quais, muitas vezes, refletem na sua autoestima, podendo trazer consequências tanto para a mulher quanto para a criança (MAÇOLA, VALE, CARMONA, 2010).

A autoestima pessoal refere-se à percepção positiva ou negativa que o indivíduo faz de si, constituindo-se, assim, em um aspecto central do eu, que desempenha papel fundamental no processo de construção da identidade (SILVA et al., 2010).

As alterações ocorridas no corpo durante a gestação ocasionam, muitas vezes, certo desconforto entre as mulheres, principalmente em relação à aparência. Nessa perspectiva, o período pré-natal é um momento de preparação tanto para o nascimento do bebê quanto para a maternidade, sendo, também, uma época de muito aprendizado.

De acordo com RIOS, a gravidez é um dos momentos, na vida da mulher, em que ela vivencia uma gama de sentimentos, que se desejada, traz alegria, se não esperada, pode gerar surpresa, tristeza e, até mesmo, negação. Ansiedade, dúvidas, baixa autoestima com relação às modificações pelas quais vai passar, sobre como está se desenvolvendo a criança, medo do parto, de não poder

amamentar, entre outros, são também sentimentos comuns presentes na gestante (RIOS, 2007).

A realização de ações educativas no decorrer de todas as etapas do ciclo grávido-puerperal é muito importante, mas é no pré-natal que a mulher deverá ser mais bem orientada para que possa viver o parto de forma positiva, ter menos riscos de complicações no puerpério e mais sucesso na relação mãe e filho (RIOS,2007).

É imprescindível que os profissionais, atuem diretamente nesta fase, contribuindo na construção do binômio mãe e filho e ultrapassem os limites do modelo biomédico, visando atender às necessidades dos indivíduos como um todo (BARLEN et al.,2016).

Trabalhar a mulher, a sua singularidade, a autoestima e a compreensão que cada uma é única, pode contribuir com maior aceitação, melhor relação da gestante com a família e o bebê.

Algumas mulheres relataram um declínio significativo na satisfação da imagem corporal da pré-gravidez até a gravidez precoce ( HARRIS, ELLISON, CLEMENT, 1999) e esta variação é estendida para o período pós-parto (BOSCAGLIA N, SKOUTERIS H, WERTHEIM ,2003).

No ano de 2017, o município de Datas/MG, pensando nisso, propôs uma ação para as gestantes cadastradas na Equipe de Saúde da Família do município, juntamente com o Curso de Graduação em Enfermagem da UFVJM e da Especialização em Enfermagem Obstétrica do Programa do Ministério da Saúde, Rede Cegonha, por meio de uma ação de extensão intitulada: “Dia da Gestante”, em que as puerpérias participaram de uma atividade educativa, de uma consulta de enfermagem e foram fotografadas.

Já no segundo encontro, outras gestantes apareceram, de um total de 52, 48 eram do primeiro e estavam presentes, mostrando o resultado da primeira ação. Elas assistiram ao vídeo das fotos e receberam cada uma a sua fotografia impressa pela Prefeitura Municipal.

O evento foi um sucesso e as gestantes que participaram, ficaram imensamente satisfeitas com o resultado, nunca imaginaram que as fotos ficariam tão bonitas e começaram a solicitar que isso não fosse uma ação pontual, mas durante todo o ciclo gravídico. O número de gestantes que começaram a participar

dos grupos e dos atendimentos aumentou e, com isso, a Prefeitura Municipal solicitou que o projeto continuasse.

Os alunos da especialização do curso de enfermagem e os docentes compreenderam o processo e se sentiram motivados a continuar com as atividades.

É nessa perspectiva que surgiu em 2017 o projeto de extensão: Gestantes em foco: o resgate da autoestima, que visa articular a utilização da fotografia na promoção da autoestima na gestação e contribuir com a participação das mesmas ao pré-natal.

### **Desvelando as atividades desenvolvidas e seus resultados**

Trata-se de um relato de experiência das atividades desenvolvidas em um projeto de extensão universitário intitulado “Gestante em foco: o resgate da autoestima.”

O Projeto teve a duração de um ano, entre os meses de abril de 2017 a maio de 2018, sendo desenvolvido nas Unidades básicas de Saúde do Município de Datas, Diamantina e Gouveia, Minas Gerais, com apoio das Prefeituras Municipais e da Pró Reitoria de Extensão.

Foi aprovado pelo Edital do Programa Institucional de Bolsas de Extensão (PIBEX) 001/2017 e 001/2018 da UFVJM. Por este motivo, os materiais de consumo foram financiados pela Pró-Reitoria de Extensão e Cultura (PROEXC), e os materiais permanentes foram disponibilizados pelo Programa Nacional de Reorientação da Formação Profissional em Saúde (PRÓ-SAÚDE) do Curso de Graduação em Enfermagem da UFVJM.

O projeto teve um caráter inter e multidisciplinar, sendo a sua equipe composta por uma bolsista do curso de Educação Física, uma bolsista do curso de Enfermagem, uma coordenadora enfermeira, uma pedagoga, uma enfermeira do serviço, três docentes, um técnico administrativo, acadêmicos do Departamento de Enfermagem, alunos do Mestrado Profissional Ensino em Saúde e da Especialização em Enfermagem Obstétrica. Foram convidados, em encontros distintos, nutricionista, fisioterapeuta e odontólogo.

Houve reuniões quinzenais com a equipe do projeto, semanalmente com os alunos voluntários e bolsistas para avaliação, monitoramento do trabalho e estudo do tema a ser trabalhado com as gestantes.

As intervenções, juntamente com as gestantes, foram planejadas, implementadas e realizadas com o apoio e participação da equipe das Unidades Básicas de Saúde.

Primeiramente foi realizado um convite impresso e entregue pelos Agentes Comunitários de Saúde para cada gestante. Houve uma reunião com elas para a apresentação da equipe e dos objetivos propostos pelo projeto.

Mensalmente, elas foram convidadas para participar do grupo em que trabalharia questões de autoestima e valorização da mulher. Nestes nove encontros, elas também foram estimuladas a participar das consultas de pré-natal e esclarecidos assuntos como aleitamento materno, cuidados na gestação, parto e puerpério, informações sobre a evolução da gestação, informações sobre exames realizados, sexualidade e outras dúvidas que vieram a surgir.

Após cada encontro, houve um ensaio fotográfico na própria unidade básica de saúde ou em um estúdio montando pela equipe para confecção de um book, sendo este disponibilizado às gestantes em CD e impresso.



Fonte: arquivos do projeto

Foram beneficiadas 101 gestantes: destas, 46,4% eram casadas, a média das idades das gestantes foi de 28,3 anos (DP=9,4), 42,8% com Ensino Superior Completo, 50% possuíam plano de saúde. A média da Idade Gestacional foi de 23,4 semanas. Em relação ao hospital de preferência de parto, 100% das gestantes responderam o Hospital Nossa Senhora da Saúde (HNSS) em Diamantina - MG. Em relação ao tipo de parto, 78,5% optaram por um parto normal. Sobre o pré-natal, 33,9% das gestantes procuraram serviços particulares, seguido de 26,7% que fizeram o pré-natal em serviços públicos. O local do pré-natal foi respondido com 67,8% das gestantes em Diamantina, 28,5% em Datas e 3,57% em Gouveia.

Durante os encontros com as gestantes, percebemos sentimentos de insegurança, medo, autoestima baixa, notou-se também, desvalorização do próprio corpo perante o tempo de gestação, a pouca vontade de se cuidar e de experimentar as novas mudanças com o olhar de estar gerando um bebê fez-se com que a gestante achasse ruim seu corpo.

As mudanças fisiológicas do próprio corpo, mostrou-se como algo bonito pois, durante os encontros, estimulou-se o diálogo entre gestante x gestante, gestante x enfermeira, para que elas pudessem se sentir mais a vontade e tirassem suas dúvidas e passassem a enxergar as mudanças.

A gestação é um período de grandes mudanças para a gestante, desde ser mãe, como também se sentir mulher, dar-se o valor que merece. As discussões, nos dez encontros, foram com o intuito de permitir que a gestante se sentisse bonita, compartilhasse e integrasse com as outras gestantes suas angústias, suas expectativas.

A vivência e a experiência do encontro com variadas gestantes propiciaram novas informações de saúde no ambiente coletivo, promoveram a saúde com olhar individual tanto quanto coletivo, aumentaram o número de pré-natais entre as gestantes, e através das fotografias foram valorizadas próprias as gestantes.

A partir das novas experiências e vivências obtidas, as gestantes passaram a compreender e valorizar a gestação com novos olhares, sentindo-se mais confiantes, mais bonitas, mais próximas dos seus bebês.

Durante a realização do ensaio fotográfico, utilizamos diversos acessórios para acompanhar a mãe e o seu bebê, optando por objetos coloridos como: roupas para as gestantes, roupinhas de bebê, brinquedos que deram mais vida e alegria às

fotografias e cada gestante poderia escolher o que desejasse para usar em sua foto, de acordo com sua preferência. Buscamos a todo momento valorizar a gestante e sua “barriga”, com o intuito de mostrarmos que essas mudanças no corpo são lindas, são de um momento único e exclusivamente de mãe e filho.

Muitas gestantes, no início, se recusavam a ser fotografadas, mas ao enxergarem a empolgação de algumas que já estavam aceitando tirar as fotos, também quiseram ter uma lembrança daquele momento histórico de cada uma delas.

A emoção, por meio de expressões simples, fez o projeto valer a pena. Acreditamos que proporcionamos às gestantes uma maior interação com o seu bebê de uma maneira prazerosa, harmoniosa, valorizando suas histórias pessoais de vida que pudemos ter a honra de conhecer um pouco.

Na entrega das fotos, as gestantes pareciam surpresas e satisfeitas, expressando felicidade no olhar, aprenderam a se valorizar quanto mãe e mulher. Cabe destacar que as imagens mostraram a realidade, a real história e beleza de cada uma das gestantes, foi bom também para uma melhor discussão entre profissional e a gestante.

## **Conclusão**

Por meio dos sentimentos manifestados e relatos feitos pelas gestantes, foi possível concluir a efetividade do projeto, apontando a diversidade de sentimentos que uma gestação pode trazer, as dificuldades enfrentadas por muitas mães durante a maternidade e tudo isso foi trabalhado nos encontros, procurando sempre esclarecer todas as gestantes e sempre integrá-las umas com as outras.

Por fim, é necessário o apoio de profissionais da equipe de saúde para atuarem e orientarem as gestantes, acalmarem-nas e mostrarem o quão lindo é essa fase da vida, mesmo quando diversidades aparecem, potencializando assim o cuidado e a atenção com a mãe e o bebê, fortalecendo o vínculo desses e aumentando a educação em saúde, valorizando a gestação como um momento único.

## Referências

BARLEN, J.G.T et al. Promovendo a autoestima na gestação foco no acolhimento. *Enferm.Foco* 2016;7 (2)83-86.

BOSCAGLIA N, SKOUTERIS H, WERTHEIM Alterações na satisfação da imagem corporal durante a gravidez: uma comparação do exercício elevado e do exercício físico baixo. *Australian and New Zealand Journal of Obstetrics and Gynecology* 2003; 43: 42-45.

FREISLEBEN, A.P. Como os professores usam a fotografia no ensino de geografia. 2015, 930-942.

HARRIS HE, ELLISON GT, CLEMENT S. As mudanças psicossociais e comportamentais que acompanham a maternidade influenciam o impacto da gravidez no aumento de peso a longo prazo? *J Psychosom Obstet Gynaecol* 1999 ;20: 65-79.

MAÇOLA L, NOGUEIRA V.I, CARMONA E.V. Avaliação da autoestima de gestantes com uso da Escala de Autoestima de Rosenberg. *Rev Esc Enferm USP*. 2010; 44(3):570-7.

MENEZES, K. K. P., AVELINO, P. R.; Grupos operativos na Atenção Primária à Saúde como prática de discussão e educação: uma revisão; *Caderno de Saúde Coletiva*, 2016, Rio de Janeiro, 24 (1): 124-130.

SILVA, R.A, ORES, L.C, MONDIN, T.C, RIZZO, R.N.R, MORAES, I.G.S, JANSEN, K, PINHEIRO, R.T. Transtornos mentais comuns e auto-estima na gestação: prevalência e fatores associados. *Cad Saúde Pública*. 2010; 26(9):1832-8.

RIBEIRO et al. *Diagnóstico Administrativo e Situacional de Datas MG*. 256p.

RIOS, C. T. F.; VIEIRA, N. F. C.; Ações educativas no pré-natal: reflexão sobre a consulta de Enfermagem como um espaço para a educação em saúde. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro, v. 12, n.2, mar/abr. 2007.

Processo de Avaliação por Pares: (*Blind Review* - Análise do Texto Anônimo)  
Publicado na Revista Vozes dos Vales - [www.ufvjm.edu.br/vozes](http://www.ufvjm.edu.br/vozes) em: 10/2019

Revista Científica Vozes dos Vales - UFVJM - Minas Gerais - Brasil

[www.ufvjm.edu.br/vozes](http://www.ufvjm.edu.br/vozes)

[www.facebook.com/revistavozesdosvales](https://www.facebook.com/revistavozesdosvales)

UFVJM: 120.2.095-2011 - QUALIS/CAPES - LATINDEX: 22524 - ISSN: 2238-6424