

## Educação e informação garantem gestação e parto tranquilos

---

Amanda Sakumoto

A gravidez é uma fase que gera mudanças biológicas, fisiológicas, psicológicas e emocionais na mulher e o acesso à informação, a chamada educação perinatal, ajuda a garantir uma gestação e parto mais tranquilos. No ABC, apenas Rio Grande da Serra não oferece curso, palestra ou roda de conversa que promovam o acesso à informação perinatal, destinado às futuras mães e família.

O obstetra Mauro Sancovski, professor titular de ginecologia e obstetrícia do Centro Universitário da Faculdade de Medicina do ABC, afirma que a educação perinatal auxilia a mulher a entender o que pode acontecer com o corpo na gravidez, desfaz mitos e diminui o medo causado pelas transformações. “Por exemplo, muitas mães reclamam de dor no conhecido ‘pé da barrida’, no baixo ventre, se assustam e têm medo que essa dor possa significar algum problema para o bebê, mas é normal. Com as informações corretas ela se sente mais tranquila e confortável”, explica.

Muitas informações são obtidas durante o pré-natal. O médico, além de acompanhar a gravidez e investigar se a paciente tem algum risco, verifica o bem-estar do bebê, dá orientações nutricionais e ainda é responsável pelo suporte emocional e por aspectos sociais que envolvem a paciente. “É preciso entender o contexto de vida dessa paciente, se há um suporte familiar, se a gravidez foi planejada ou desejada, qual o trabalho da mãe, seus medos e anseios. Assim, damos a orientação e o suporte necessário para que ela consiga seguir bem durante essa fase”, afirma Sancovski.

Para o obstetra Rogério Guidoni, coordenador da maternidade do Hospital Brasil, o empoderamento da mulher é essencial na maternidade e o acesso à informação é fundamental, bem como o acolhimento da família e do médico. “Ela deve se empoderar, não está doente e nem deve permitir que a tratem assim. Durante a gravidez a mulher está mais bonita, a pele e o cabelo ficam mais brilhantes e

fortes, é o ápice e ela deve se sentir exuberante. Sai do padrão de beleza imposto, que precisa ser revisto e o empoderamento resgatado”, afirma.

Guidoni defende que a gestante e a família devem buscar informações sobre esse período da vida e suas transformações. “A educação é muito importante, pois esclarece sobre as adaptações do corpo da mulher, que entende as mudanças e desconstrói mitos. Pode ajudar no relacionamento com o marido, por exemplo, quando ela entende que o ato sexual na gravidez não traz prejuízos. É um período de grande aprendizado”, orienta.

A presença da família durante o pré-natal ou na busca de informações, ajuda no processo. Mas mesmo que a mulher não tenha com quem contar, também é importante que ela saiba que vai conseguir. “Por isso, o acesso à informação é importante. Se ela tiver apoio é bom, mas se estiver sozinha nesta fase, tudo bem. Ela vai conseguir. Ela vai entender, por exemplo que a dor no parto é normal e o corpo dela é preparado para isso e que após o nascimento a mãe é fundamental ao bebê. A mãe é poderosa, não precisa ser perfeita e super-mulher, mas ela consegue e vai aprender”, reforça o obstetra.

## **Serviços no ABC**

Santo André oferece grupos para gestantes e familiares nas unidades de saúde da rede municipal. As futuras mães devem buscar a unidade mais próxima da residência. A Prefeitura informa que geralmente são realizados encontros no primeiro e no terceiro trimestre, ministrados por profissionais de enfermagem, odontologia, pediatria e ginecologia.

Em Ribeirão Pires, a cidade oferece grupo de conversa e orientação na unidade de saúde da família do Jardim Luso, realizado por um ginecologista, voltado às mães que realizam pré-natal na unidade. São abordados temas, como o cuidado com a mulher, amamentação, hora do parto e cuidados com o bebê.

São Caetano promove palestras às pacientes que procuram as unidades básicas de saúde e abordam temas, como amamentação, parto, importância da vacinação para gestante e bebê. Além da ação, a Prefeitura estuda retomar as visitas monitoradas à maternidade com as futuras mães e papais, para esclarecimentos e orientações, bem como os cursos oferecidos pela Casa da Gestante, ambos suspensos por conta da pandemia.

Para as gestantes de São Bernardo, atendidas nas unidades de saúde, o Hospital Municipal Universitário (HMU) promove visitação ao hospital e atendimento para que as futuras mães entendam o processo de internação, pré-parto, parto e pós-parto. As visitas são agendadas pelas unidades de saúde e Caism (Centro de Atenção Integral à Saúde da Mulher) e durante as visitas, os participantes também têm acesso a aulas ministradas por enfermeiros, médicos, fonoaudiólogos, psicólogos e assistente social.

Em Diadema, atualmente, oferece a cerca de 350 gestantes, além do pré-natal, a possibilidade de participar de grupos de planejamento familiar, que aborda assuntos comuns à maternidade, ao puerpério e à saúde do casal no pós-parto, bem como amamentação, entre outros.

### **Curso online**

A Rede Dor São Luiz Hospital e Maternidade Brasil, oferece o curso Preparatório para Pais, desde março de 2017, em Santo André. Por conta da pandemia, o conteúdo é disponibilizado de forma online atualmente. A enfermeira líder da unidade, Elaine Sabino de Oliveira Angelini, afirma que durante os encontros presenciais, com duração entre 4h e 5h, a maternidade orientou mais de 880 casais. Com a disponibilização do conteúdo, já foram registrados mais de mil acessos, desde 2020.

No conteúdo oferecido, gestante e familiares podem obter informações sobre a importância do pré-natal, alterações no corpo, alterações para o parto, apresentação e quando ir à maternidade, banho do nenê e amamentação. “Queremos retornar os encontros presenciais até dezembro. A troca de experiência no presencial é muito melhor. É um curso muito gratificante, pois quem nos procura quer aprender para tornar esse momento mais fácil e tranquilo”, conta Elaine.

Além do curso, a maternidade Brasil oferece visitas gratuitas às instalações. Para se inscrever no curso e obter o link das aulas, os interessados devem acessar o site da maternidade. Mais informações pelo e-mail [curgestante.hmb@hospitalbrasil.com.br](mailto:curgestante.hmb@hospitalbrasil.com.br) ou pelo telefone (11) 2127-6500.

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3101700/educacao-e-informacao-garantem-gestacao-e-parto-tranquilos/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Repórter Diário - Santo André/SP

**Seção:** Cidades