

PROJETO CANGURU – ACOMPANHAMENTO INTEGRAL DA SAÚDE MATERNA

RESUMO:

No período puerperal acontecem mudanças físicas, hormonais e mentais muito intensas, além da maior percepção do contraste entre a expectativa da maternidade, muitas vezes imposta pela sociedade, e a realidade do cotidiano do cuidado de uma criança. Todas essas mudanças são potencializadas no caso das mães cujos filhos nascem prematuros, em que a mãe, além de lidar com os fatores estressores comuns à gestação e ao período pós-parto, fica sujeita a uma condição de maior preocupação em relação a seus filhos. Ocorre uma sensação de impotência e culpabilização associados ao estado fragilizado de saúde de seu bebê. As participantes do projeto, as mulheres que acompanham seus filhos na Unidade de Cuidado Intermediário Neonatal Canguru do Hospital da Criança e Maternidade, são mães que passaram por essa situação e cujos filhos se estabilizaram e agora devem ganhar peso antes de sua alta hospitalar. Essas mães, muitas vezes com um estado emocional abalado devido a longa permanência no hospital e pela distância de casa e da família, somados a própria fragilização da saúde do filho, foram o alvo deste projeto, que visou ao acolhimento dessas mulheres em seu aspecto físico, emocional e social. Nosso objetivo foi levá-las, por meio de rodas de conversa e dinâmicas de grupo, informações relacionadas ao universo materno, na forma de encontros temáticos — amamentação; relação mãe e filho; desenvolvimento infantil; mudanças físicas na gravidez; autoestima; e romantização e culpabilização materna — os quais, mais do que informarem, tiveram como preceito o oferecimento de suporte emocional, empoderamento e garantia de seus direitos humanos, por meio de um espaço em que pudessem se abrir e partilharem suas experiências, angústias e anseios. Foram realizados ao todo seis encontros, nos meses de maio e junho de 2019, em geral às sextas-feiras às 13:30h no HCM, além de suas respectivas capacitações, geralmente ocorridas nas quartas-feiras no horário de almoço, com uma equipe multiprofissional, composta por médicos, enfermeiros, psicólogos e fisioterapeutas funcionários do HCM —, supervisionados por uma enfermeira especializada no atendimento às mães e bebês da ala Canguru. Participaram seis alunos da graduação da Famerp, os quais foram divididos em dois grupos de três, os quais se alternavam a cada encontro, além de quatro coordenadores do Comitê de Direitos Humanos e Paz da IFMSA Brazil Famerp.

INTRODUÇÃO:

Com a chegada de um bebê a termo, a mulher insere-se em uma nova e temporária organização psíquica, experimentando aspectos emocionais diversos, como felicidade, amor, ansiedade, medo, desejos, insegurança, entre outros sentimentos (1). As transformações biológicas, somáticas, psicológicas e sociais pelas quais a mulher passa durante a gestação, não terminam no parto. Sendo assim, o puerpério (pós-parto), passa a ser significativamente influenciado por tais mudanças, as quais passam a atuar no estabelecimento da relação mãe-bebê e nas alterações da rotina e do relacionamento familiar (2). Porém, em uma situação de parto prematuro, a mãe terá de vivenciar, além das adaptações mencionadas, um período puerperal diferenciado, em que o parto antecipado, rompe com os seus projetos e desejos, ou seja, desfazendo uma situação idealizada. A puérpera defronta-se com o bebê real na UTI Neonatal e logo vem-lhe o sentimento de ansiedade a respeito da saúde do seu filho, que se vê inserido num ambiente associado a dor, em vista dos procedimentos hospitalares de que necessita. Assim, essa mãe pode passar por um processo de autotortura psicológica e culpabilização por se ver como uma geradora de um ser “incompleto, doente” (3). Diante do nascimento do filho prematuro, os pais, em especial a mãe, sentem medo de o bebê não sobreviver e de não saberem cuidar do filho. Além disso, são levados a momentos de tensão, sofrimento, angústia, dor e ainda, a dificuldade de aproximação com o bebê (4). Entretanto,

quando o bebê sai da UTI e é encaminhado com sua mãe para a Ala Canguru, dá-se início a uma fase de maior aproximação: o bebê começa a aprender a amamentar na mãe, mãe e filho tentam recuperar o contato prejudicado pela distância na UTI, de forma que o bebê é beneficiado, reduzindo sua permanência no hospital (5). Sabendo que, durante a internação do bebê na UTI Neonatal, 44% das mães apresentam sintomas clínicos de ansiedade, disforia e/ou depressão (6), o Projeto Canguru, em parceria com a equipe multidisciplinar na Unidade de Cuidado Intermediário Neonatal Canguru (UCINCA) do Hospital da Criança e Maternidade (HCM), levou auxílio a essas mães, uma vez que as diversas alterações físicas e mentais pelas quais a puérpera enfrenta, em conjunto com o impacto psicológico provocado pelo parto prematuro, fazem com que o cuidado com a saúde mental da mãe seja de suma importância nesse período (7).

DESCRIÇÃO DO RELATO:

O comitê permanente de Direitos Humanos e Paz da IFMSA Brazil FAMERP, com a participação de 10 discentes dos cursos de medicina e de enfermagem da FAMERP, realizou durante os meses de Maio e Junho de 2019 a segunda edição do projeto Canguru – Acompanhamento Integral da Saúde Materna na UCINCA do HCM de São José do Rio Preto. Os temas abordados nos seis encontros foram, em sequência: autoestima, mudanças físicas na gravidez, desenvolvimento infantil, romantização e culpabilização materna, relação mãe e filho e amamentação. Antes de cada encontro, foi realizada uma capacitação com um profissional da equipe do HCM sobre o tema, que forneceu as informações abordadas nos encontros pelos participantes, e os encontros eram supervisionados por uma enfermeira da ala, que auxiliou na condução destes. Além de abordarem a parte teórica e abrirem espaço para que as mães retirassem suas dúvidas, possuíam uma atividade prática que visava ao reforço das informações transmitidas e à distração das puérperas da intensa preocupação para com seus bebês.

O primeiro encontro, sobre autoestima, abordou as mudanças físicas, a influência da prematuridade na autoconfiança da mulher e a importância do autocuidado. Ao final, foi realizada uma dinâmica na qual foi passada entre as mães e os participantes uma caixa fechada dentro da qual havia um espelho. Foi orientado que dentro havia a imagem de alguém conhecido, a qual cada um deveria olhar e então citar uma qualidade sobre aquela pessoa. O objetivo era que elas se vissem e fossem obrigadas a refletir sobre si mesmas de forma positiva, o que foi alcançado, como demonstraram as avaliações de impacto.

O segundo encontro, mudanças físicas, explicou as alterações físicas e emocionais causadas pela gravidez e o tempo de reversão de algumas delas, esclarecendo que essas mudanças são normais e não tornam as mulheres inferiores a quem elas eram antes da gravidez. Para auxiliar nesse objetivo, foi realizada uma dinâmica na qual cada participante deveria escrever, em uma mão, as qualidades que enxergava em si, e na outra, as qualidades que via na pessoa ao lado. O objetivo era torná-las conscientes do quão críticas as pessoas são consigo mesmas, e que apesar das mudanças, elas possuem muitas qualidades a serem admiradas.

O terceiro encontro, sobre desenvolvimento infantil, levou às mães informações sobre as diferenças entre o desenvolvimento de um bebê a termo e um bebê pré-termo. Foram realizadas muitas perguntas, o que evidenciou o interesse das mulheres no assunto, que esclareceu e acalentou muitos dos medos e anseios que elas possuíam quanto aos cuidados de seus filhos dentro do hospital.

O quarto encontro, romantização e culpabilização materna, abordou questões sociais e pessoais que dificultam o enfrentamento da prematuridade pelas mães. O tema, de grande impacto emocional para essas mulheres, forneceu um espaço para desabafo e troca de experiências. Para ajudar na descontração, foi realizada como atividade prática uma sessão de arteterapia, na qual foi pedido que elas desenhassem seus maiores sonhos no momento. Todas representaram o momento

de ir embora com seus filhos saudáveis, expressando o desejo delas de deixar o sofrimento enfrentado no hospital para trás.

O quinto encontro, relação mãe e filho, abordou as esferas social e psicológica da maternidade, bem como a pressão cultural sobre os deveres da mulher quanto a esse papel. Além disso, foi abordado também o desenvolvimento do vínculo entre a mãe e o bebê, focando nas dificuldades e na quebra da expectativa sobre o “ser mãe”, enfatizando a importância da conversa com o bebê para seu desenvolvimento e a ruptura do conceito de que a inexperiência é sinônimo de inaptidão na maternidade.

O sexto encontro, amamentação, buscou trazer um novo foco sobre o assunto, explicitando que a amamentação é importante, mas que não deve ser realizada com o sacrifício da saúde física, mental e emocional da mãe. Além disso, foram abordados os benefícios da amamentação trazidos para as mães e para os bebês. As mulheres mostraram interesse nas informações fornecidas, relatando suas próprias experiências, medos e inseguranças, deixando explícito que a apologia ao aleitamento materno exclusivo é um fardo que prejudica psicologicamente muitas mães, principalmente aquelas na ala Canguru, que às vezes encontram dificuldades em amamentar seus filhos.

DISCUSSÃO:

O Projeto Canguru contou com a participação de dez alunos de graduação da FAMERP, dentre eles seis participantes e quatro coordenadores e visou ao acolhimento das mulheres que acompanhavam seus bebês nascidos prematuros que foram transferidos à UCINCA com o intuito de ganharem peso após sua hospitalização pós-parto. Buscou-se levar às mães, por meio de encontros temáticos no modelo de rodas de conversa e dinâmicas de grupo ao final, um espaço de suporte emocional em que pudessem se abrir e partilharem suas experiências, além de informações sobre questões relacionadas à gravidez, à mãe e ao cuidado com o bebê.

Ao final de cada encontro, passou-se um breve questionário (Figura 1) sem identificação pessoal de avaliação para as mães presentes que continham os seguintes campos: “Você aprendeu alguma coisa hoje?” (figuravam entre as escolhas “Sim” e “Não”); “Se sim, o quê?”; “Você achou importante essa conversa que tivemos hoje?” (entre as escolhas, “Sim” e “Não”); “Que nota você daria para a parte da conversa?” (avaliada de 0 a 5); “Que nota você daria para a parte da dinâmica?” (avaliada de 0 a 5); e “Sugestões, críticas, elogios?”. Ao todo, contando os seis encontros realizados, 19 mães responderam ao questionário.

Feedback

Você aprendeu alguma coisa hoje?

Sim Não

Se sim, o quê?

Você achou importante essa conversa que tivemos hoje?

Sim Não

Que nota você daria para a parte da conversa?

0 1 2 3 4 5

Que nota você daria para a parte de dinâmica?

0 1 2 3 4 5

Sugestões, críticas, elogios?

Figura 1. Formulário de avaliação passado às mães ao final de cada encontro.

Quanto aos resultados quantitativos: a pergunta “Você aprendeu alguma coisa hoje?” recebeu 100% de respostas “Sim” (Figura 2); sobre o campo “Você achou importante essa conversa que tivemos hoje?”, 100% das mães marcaram “Sim” (Figura 3); sobre o campo “Que nota você daria para a parte da conversa?”, a totalidade das respostas (100%) foi “5” (Figura 4); por último, a questão “Que nota você daria para a parte da dinâmica?” recebeu 100% de respostas “5” (Figura 5). Em relação aos resultados qualitativos, a pergunta “Se sim, o quê?”, que buscou avaliar os aspectos positivos do tema do encontro sobre o tema discutido e a dinâmica realizada, recebeu reflexões positivas sobre os assuntos discutidos como respostas; entre elas, “Aprendi que também tenho que cuidar de mim pois meu filho precisa eu esteja bem”, “Ser forte é importante, mas não é errado estar mal às vezes e aceitar isso não vai nos fazer mais fracas” e “O quanto é importante partilhar experiências e ouvir as experiências dos demais; saber que não estamos sozinhas nessa”. A pergunta “Sugestões, críticas, elogios?”, que buscou orientar a condução de futuros encontros de maneira a corrigir pontos que pudessem ser melhorados, recebeu respostas muito positivas, elogios como “Esse trabalho faz toda a diferença, ter alguém que nos escuta” e “Pessoas muito simpáticas inspiradoras e muito criativos”, e sugestões sobre como conduzir os encontros, tal como “Sempre perguntar, porque às vezes ficamos perdidas e/ou inseguras em falar sobre nós”.



Figura 2. Campo 1 do questionário de avaliação. A totalidade (100%) delas respondeu "Sim".

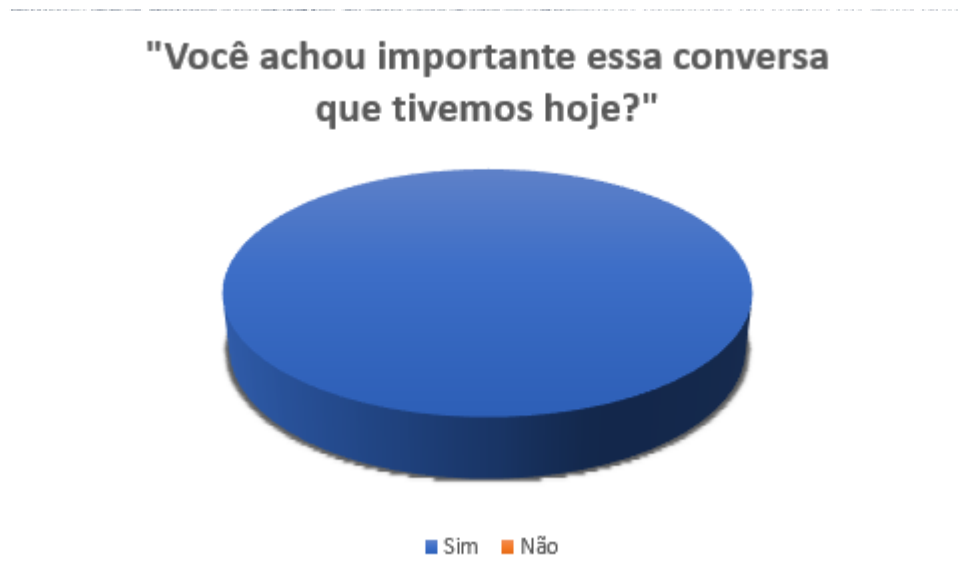


Figura 3. Campo 3 do questionário de avaliação. A totalidade (100%) delas respondeu "Sim".

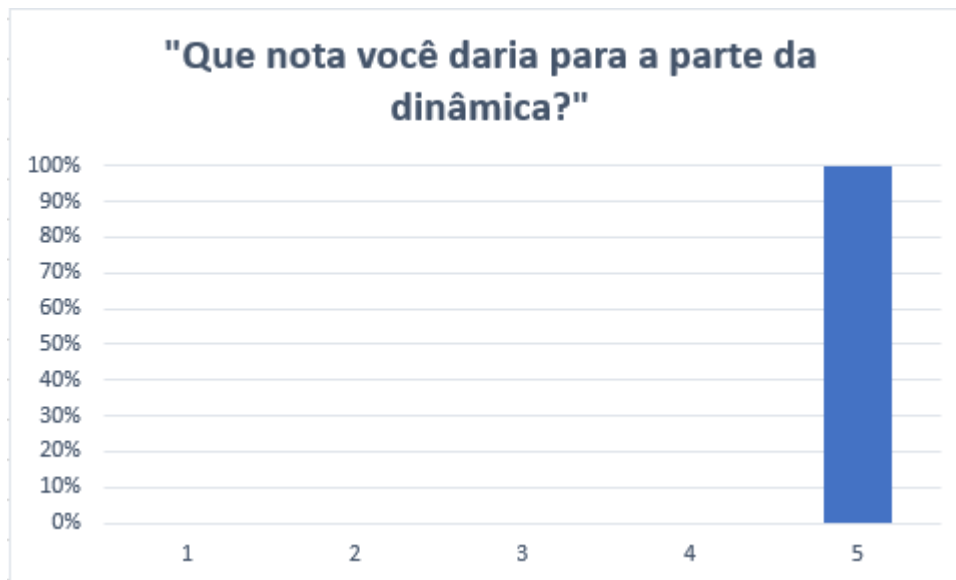


Figura 4. Campo 4 do questionário de avaliação. Todas as respostas, 100%, foram "5".

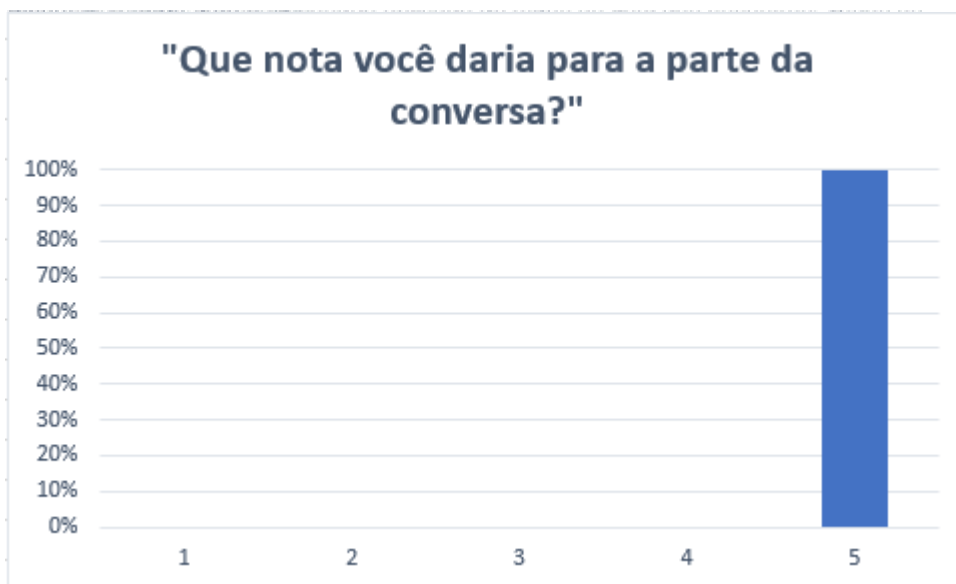


Figura 5. Campo 5 do questionário de avaliação. Todas as respostas, 100%, foram "5".

Apesar de uma inconstância no número de avaliações recebidas por encontro (por exemplo, recebemos no segundo encontro cinco avaliações, mas apenas uma no quarto encontro), uma vez que nem todas as mães podem estar presentes até o final por terem que cuidar de seus filhos, os resultados mostraram que as mulheres que acompanham seus filhos na ala Canguru do HCM de São José do Rio Preto aproveitaram os espaços de discussão e indicaram que as rodas de conversa e dinâmicas realizadas foram positivas e contribuíram para a conscientização dessas mulheres sobre diferentes temas relacionados a si mesmas e ao seu filho.

Portanto, tendo em vista os resultados obtidos, sugere-se que seja positiva a discussão de temas relacionados ao corpo e mente maternos durante e pós-gestação, bem como ao desenvolvimento de seus filhos, com as mães de Unidades de Cuidados Intermediários Canguru, uma vez que lhe fornecem conhecimentos, muitas vezes não discutidos em grupo no âmbito intra-hospitalar, os quais contribuem para uma melhor relação da mãe com a sua situação e, além disso, os encontros servem de suporte emocional para as mulheres se abrirem, partilharem suas experiências e seus pensamentos e medos e, dessa forma, assim como colocado por uma das mães, perceberem que não estão enfrentando essa situação sozinhas.

CONCLUSÃO:

O Projeto Canguru atingiu seu objetivo ao auxiliar no fortalecimento da saúde mental das mães que acompanham seus filhos na Ala Canguru do HCM, levando temas que ajudassem no alívio de sentimentos como culpa, impotência, baixa autoestima, entre outros. Por meio de conversas teóricas e atividades práticas, o projeto sempre buscou confortá-las, tranquilizá-las, empoderá-las e auxiliá-las nessa fase difícil, bem como no resto das suas vidas.

A parte teórica do projeto permitiu que as mães perguntassem e retirassem dúvidas tanto em relação aos temas abordados, quanto à prematuridade de seus bebês e à ala Canguru, o que deu a elas maior apoio para lidar com a realidade vivenciada. Pode-se observar que, através de tópicos levantados, essas mães encontravam espaço para refletir e descobrir a importância de conversar sobre seus problemas e não apenas guardá-los para si.

As atividades práticas foram a parte dos encontros que mais chamavam a atenção das mães, constatando-se que a participação delas era maior nesses momentos. Era durante as atividades práticas que elas encontravam um momento de descontração e resiliência.

Mediante às avaliações de impacto, pode-se perceber a gratidão demonstrada pelas mães em relação ao projeto Canguru, o qual promoveu, através de um espaço de conversa descontraída, quebra de rotina e oportunidade de criação de laços entre as mães, por meio de desabafos e compartilhamento de experiências.

O Projeto Canguru gerou grande interesse por parte dos alunos dos cursos de Medicina, Psicologia e Enfermagem da FAMERP. Entretanto, pela falta de espaço da Ala Canguru, foi necessário a realização de um sorteio devido ao grande número de inscrições. Entretanto, esse grande público dentro da faculdade disponível para atuar, estimula a continuidade desse projeto em mais edições, uma vez que a demanda da Ala Canguru, em relação a saúde mental das mães nesse local, estará sempre presente devido a internação de novas mães e bebês quase todas as semanas.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICAS:

1. Giaretta Davisson Gonçalves, Fagundez Fabiana. Aspectos psicológicos do puerpério: Uma revisão. Psicologia.pt. [Internet] 2015 Out [citado 2019-07-30].
2. Maldonado Maria Teresa Pereira. Psicologia da gravidez: parto e puerpério. 17. ed. Rio de Janeiro: Saraiva, 1996.
3. Scarabel, Camila Alessandra. A experiência da puérpera com o parto prematuro e internação do seu recém-nascido numa unidade de terapia intensiva neonatal: estudo a partir da psicologia

analítica [dissertação]. São Paulo: Universidade de São Paulo, Instituto de Psicologia; 2011 [citado 2019-07-30].

4. Cunha Elza Francisca Corrêa, Carvalho Margarida Maria Silveira Britto de, Santos Cristiane Aragão, Ferreira Emanuelle Loyolla, Barros Maria Mércia dos Santos, Mendonça, Ana Carolina melo. Aspectos socioemocionais de mães de bebês prematuros. *Rev. Psicol. em Foco.* [Internet]. 2009 Dez [citado 2019-07-30] ; 2(1): 35-44.
5. Andrade Izabella Santos Nogueira de, Guedes Zelita Caldeira Ferreira. Sucção do recém-nascido prematuro: comparação do método Mãe-Canguru com os cuidados tradicionais. *Rev. Bras. Saude Mater. Infant.* [Internet]. 2005 Mar [citado 2019-07-30] ; 5(1): 61-69.
6. Padovani Flávia Helena Pereira, Linhares Maria Beatriz Martins, Carvalho Ana Emília Vita, Duarte Geraldo, Martinez Francisco Eulógio. Avaliação de sintomas de ansiedade e depressão em mães de neonatos pré-termo durante e após hospitalização em UTI-Neonatal. *Rev. Bras. Psiquiatr.* [Internet]. 2004 Dez [citado 2019-07-30] ; 26(4): 251-254.
7. Rabelo Maria Zuleide da Silva, Chaves Edna Maria Camelo, Cardoso Maria Vera Lúcia Moreira Leitão, Sherlock Maria do Socorro Mendonça. Feelings and expectations of mothers of preterm babies at discharge. *Acta paul. enferm.* [Internet]. 2007 Set [citado 2019-07-30] ; 20(3): 333-337.