

O papel do Profissional de Educação Física no grupo de gestantes: Uma parceria do Núcleo Ampliado de Saúde da Família (NASF) com a equipe de Estratégia de Saúde da Família (ESF), em um território vulnerável da CORES I

Bruno de Oliveira Rodrigues; Diego Paiva Rego; Ana Lúcia Araújo Gomes

NASF- Prefeitura de Fortaleza
Escola de Saúde Pública- ESP-CE
Centro Universitário Fametro - Unifametro.
educadorfisico.bruno@hotmail.com

Título da Sessão Temática: *Promoção da saúde e tecnologias aplicadas*

Evento: Conexão Unifametro 2019: Diversidades e tecnológicas e seus impactos sustentáveis

Introdução: Visando reduzir a mortalidade materna, o Ministério da Saúde tem implementado políticas para fortalecer a humanização do atendimento das gestantes, como melhorar a atenção pré-natal, nascimento e pós-parto. Cerca de 92% das mortes maternas são por causas evitáveis. Há relação entre a prevenção de complicações obstétricas e a prática de exercício físico; dessa forma, recomenda-se que a grávida pratique, de forma leve a moderada, atividades físicas aeróbicas e exercícios resistidos no mínimo três vezes por semana. O ganho excessivo de peso e o sedentarismo nas gestantes contribuem para o desenvolvimento de complicações, tais como diabetes gestacional, doença gestacional hipertensiva específica da gravidez, macrosomia, entre outras. **Objetivos:** Destacar o papel do profissional de Educação Física em grupo de gestantes desenvolvido pela Estratégia de Saúde da Família (ESF), em um território vulnerável, com baixo IDH da CORES I. **Métodos:** A Unidade de Atenção Primária à Saúde (UAPS) em que o grupo vem se desenvolvendo tem uma área de cobertura de 127 mil pessoas, localiza-se na área adscrita à Barra do Ceará e assiste, de forma sistemática e contínua, 104 gestantes de risco baixo e intermediário, sob os cuidados da ESF e do NASF. Visando atender as premissas da rede Cegonha, foi implementado o grupo de gestantes, após sensibilização da gestão local, com envolvimento de Agentes Comunitários de Saúde (ACS). As gestantes foram convocadas a participarem de atividades coletivas mediante diferentes estratégias: convite impresso entregue no domicílio pelos ACS, agenda de encontros com temas específicos anexada no cartão de gestantes nas consultas de pré-natal, além de telefonemas. Os encontros aconteceram no espaço da própria Unidade Francisco Domingos da Silva, todas às quintas-feiras pela manhã, antes da consulta de pré-natal médica e de enfermagem. Foram explorados, mediante exposição dialogada, 10 temas relacionados à saúde do binômio mãe-filho, dentre esses: “a importância da atividade física na gestação”; “os benefícios da atividade física na redução do ganho de peso excessivo no processo gestacional”; “como fortalecer o assoalho pélvico para o pré e pós-parto”; “prevenção de lombalgias”. Foi enfatizada a repercussão de todos esses benefícios, com impactos positivos na saúde materno-fetal. Durante os encontros, exercícios físicos foram executados, utilizando como recursos metodológicos músicas, cadeiras, audiovisual e um guia prático direcionados à continuidade das atividades em domicílio. Salienta-se que, em todos os

momentos, encontrava-se presente uma equipe multidisciplinar, com sua devida importância na coletividade e na promoção da saúde. **Resultados:** Dos dez encontros, três tiveram efetiva participação do Profissional de Educação Física. Mediante controle de frequência, foi observado que 70 gestantes participaram de pelo menos um encontro. Associou-se o absenteísmo às atividades laborativas, bem como à cultura da consulta individual em detrimento da atividade coletiva. Dessa forma, cabe à equipe buscar estratégias de fortalecimento da saúde do binômio mãe-filho mediante atividades grupais, além de divulgar a importância dos benefícios da prática de atividade física na Atenção Básica. **Conclusão:** Gestantes atendidas na UAPS Francisco Domingos da Silva receberam estímulo para a prática de atividade física durante a consulta pré-natal; porém, ao participarem da atividade coletiva, mediante intervenção do profissional de Educação Física, praticaram exercícios de forma correta e direcionada, receberam também informações para manutenção dessa prática, que possui impactos positivos na diminuição da incidência de complicações peri e pós-parto.

Referências:

BRASIL. Ministério da saúde. **Manual instrutivo do Pmaq para as equipes de Atenção Básica (Saúde da Família, Saúde Bucal e Equipes Parametrizadas) e Nasf.** Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica (PMAQ), Brasília, Terceiro ciclo, 89 p., 2015-2017.

ALVES J.G., ALVES G.V. Activity Effects of physical growth on children's. **Jornal de Pediatria** , Rio de Janeiro, v. 95, p.72-78, 2019.

CARVALHAES M. A.ET AL. Sobrepeso pré-gestacional associa-se a ganho ponderal excessivo na gestação. **Rev bras ginecol obstet.** v. 35, n. 11, p. 523-529, 2013.

Descritores: Atividades Físicas; Gestantes; Educação em Saúde