Título**: EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM PUÉRPERAS SOBRE AUTOCUIDADO: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Autores: Nayelle Rodrigues Maciel ¹, Lourrany Vieira Silva², Kellma Suely Oliveira Paiva², Isabelle Yasmin Costa Ferreira³, Jenniffer de Souza Serafim4

Instituições: 1 – Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário da Grande Fortaleza - Unigrande. Fortaleza, Ceará. Brasil Apresentadora. 2 - Acadêmicas do Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário da Grande Fortaleza - Unigrande. Fortaleza, Ceará. Brasil. 3- Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Faculdade de Tecnologia do Nordeste - Fatene. Caucaia, Ceará. Brasil. 4- Enfermeira. Pós-graduanda em Enfermagem Ginecológica e Obstétrica pela Faculdade de Quixeramobim - UNIQ. Fortaleza, Ceará. Brasil. Orientadora.

O Puerpério é compreendido como o período que decorre desde o parto até que o corpo e o estado geral da mulher voltem às condições anteriores à gestação, este período é marcado por grandes modificações, em um curto espaço de tempo, o que pode gerar desconfortos, dúvidas, instabilidade emocional e mesmo com esses fatores a puérpera necessita ter um autocuidado adequado e também uma rede de apoio para que consiga cuidar de si e o seu Recém-Nascido – RN. Com isso faz-se necessários que exista uma maior preocupação com a qualidade da educação em saúde prestada para que as pacientes tenham conhecimento adequado e isso reflita positivamente para que haja cautela necessária nessa etapa tão conturbada O presente estudo objetivou relatar a experiência de acadêmicas de Enfermagem em uma ação educativa sobre Autocuidado no puerpério com puérperas. Este estudo consiste em um relato de experiência, acerca da execução de uma ação educativa realizadas com quatro pacientes na faixa etária entre 23 e 29 anos de um Hospital Público em Fortaleza-CE. Foi trabalhada a temática, em relação as queixas das parturientes, que foram: Dor na ferida Operatória, gases, fissura mamária. Dadas as devidas orientações no que diz respeito a dor na ferida operatória, foi explicado a mulher que a mesma passou por um procedimento cirúrgico, por esse motivo elas estavam com dores, porém as mesma tinha medicações de horários para o alívio dessas dores, em relação a fissura mamária as mesma foram orientadas sob a pega correta para que cause mais fissuras, também para utilizarem nenhum tipo de pomadas e nenhuma outra substância, apenas para colocarem a o leite materno nas fissuras e nas mamas para cicatrizar e proteger as mamas. Após esse momento foi feita orientações sobre os lóquios, sobre banho de sol nas mamas em casa, benefícios do aleitamento materno, pega correta, amamentação exclusiva até os 6 meses da criança. As mulheres demonstravam interesse no assunto, pois com a utilização da educação em saúde no modelo dialógico ou Radical, permitia as parturientes expor suas dúvidas abertamente, assim como compartilhar experiências e desvendar alguns mitos. O planejamento da atividade para iniciar a partir das suas queixas proporcionou um ambiente descontraído e produtivo, onde foi possível discutir a temática, explorando principalmente os pontos nos quais as participantes demonstraram maior bloqueio. Conclui-se que o planejamento de ações educativas em relação ao autocuidado da puérpera, possibilitou autonomia e a melhor qualidade de vida dessa mulher nesse período tão delicado que está vivendo, por meio da promoção da saúde, que visa provê saúde no seu conceito ampliado não se atendo apenas a ausência de doenças. É importante ressaltar que por meio de exemplos como esses, o enfermeiro possa superar modelos meramente bancários e crescer rumo a uma prática dialógica pautada na troca de experiências.

Descritores: educação em saúde; enfermagem; período pós-parto.