



## A EXTENSÃO COMO APOIO EMOCIONAL FRENTE A INVISIBILIDADE DO PUERPÉRIO MATERNO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Fernanda Damasceno Silva<sup>1</sup>  
Giselle Santos Costa de Oliveira<sup>2</sup>  
Laura Pereira da Silva Dantas<sup>3</sup>  
Raquel Fontes Cavalcanti<sup>4</sup>  
Sonnaly Alexandre Pinto<sup>5</sup>

### RESUMO

O puerpério é marcado por transformações do processo de adaptação entre mãe e filho, e também por questões emocionais, físicas e biológicas. O objetivo desse estudo é apresentar a vivência de discentes de Enfermagem no projeto de extensão voltado para grávidas e puérperas, em ações que visam o apoio diante da invisibilidade que a mulher sofre após o parto. As ações educativas do “Mãe Conectada”, incentivado pelo Programa de Extensão da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte e oportunizado pelo Departamento de Enfermagem do Campus de Pau dos Ferros contribuem para o empoderamento das puérperas, por meio de informações, possibilitando um cuidado eficaz ao binômio mãe/bebê. Tais ações oportunizaram disseminação de conhecimentos acerca do puerpério, englobando assuntos importantes a essas mulheres, uma vez que há necessidade de uma atenção maior nessa etapa, juntamente com a existência da invisibilidade materna durante o puerpério. No modo presencial, foram oferecidas orientações sobre puerpério, cuidados maternos, apoio psicológico, amamentação e orientações sobre saúde do recém-nascido, juntamente com a disponibilização de material educativo à beira do leito de uma maternidade. Já as ações virtuais foram publicadas no instagram e compartilhadas no whatsapp, abordando o significado do puerpério e suas fases, e discutindo sobre baby blues. A extensão mostrou-se como uma ferramenta para oferecer auxílio à mulher-mãe sobre

1 Graduada em Enfermagem na Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. fernandadamasceno@alu.uern

2 Docente do curso de Enfermagem da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. Mestre em Ambiente, tecnologia e sociedade pela Universidade Federal Rural do Semiárido. gisellesantos@uern.br

3 Graduada em Enfermagem na Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. lauradantas@alu.uern.br

4 Bacharel e Licenciada em Enfermagem pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. raquelfontes@alu.uern.br

5 Graduada em Enfermagem na Universidade do Estado do Rio Grande do Norte. sonnalyalexandre@alu.uern.br





maternidade, puerpério e cuidados maternos e com o bebê. O projeto apresentou-se como uma estratégia positiva em oferecer informações, prestar apoio às mães e para estimular habilidades e competências nos discentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Extensão universitária; Puerpério; Enfermagem.

**UNIVERSITY EXTENSION PROGRAM AS EMOTIONAL SUPPORT  
CONSIDERING WOMEN'S INVISIBILITY DURING POSTPARTUM:  
AN EXPERIENCE REPORT**

**ABSTRACT**

The postpartum period is marked by transformations in the adaptation process between mother and child, and also by emotional, physical and biological issues. The main purpose of this study is to present the experience of nursing students in a extension project aimed at pregnant and postpartum women, focusing on the invisibility that women experience after giving birth. The educational actions of "Mãe Conectada", encouraged by the Extension Program of the State University of Rio Grande do Norte and provided by the Nursing Department of the Pau dos Ferros Campus, contribute to the empowerment of postpartum women through information, enabling effective care for the mother/baby binomial. Such actions provided an opportunity to disseminate knowledge about the puerperium, covering important issues for these women, given the need for greater attention at this stage, considering also the existence of maternal invisibility during this time. In person, guidance was offered on the postpartum period, maternal care, psychological support, breastfeeding and guidance on newborn health, along with the provision of educational material at the bedside of a maternity ward. The virtual actions were published on Instagram and shared on WhatsApp, addressing the meaning of the postpartum period and its phases, and discussing "baby blues". The extension project proved to be a tool in providing assistance to mothers regarding maternity, postpartum care and maternal and baby care. The project presented itself as a positive strategy in offering information, providing support to mothers and stimulating skills and competencies in students.

**KEYWORDS:** University extension; Postpartum; Nursing.

**1 INTRODUÇÃO**

O puerpério consiste no período após o parto, fase em que os aspectos físicos e psicológicos buscam recuperar-se da gravidez. É um momento repleto de mudanças, onde o corpo da mulher objetiva retornar ao que era anteriormente à gravidez. Estima-se que o período puerperal dê início a par-





tir do momento do parto, e que dure aproximadamente seis semanas (Brasil, 2020).

Durante o puerpério, a mulher enfrenta alterações biológicas, mentais e sociais, isso, concomitantemente, a uma nova experiência que exige constantes adaptações, que é a maternidade. Dessa maneira, a mulher pode apresentar uma fragilidade emocional e social durante essa etapa. Dito isso, a enfermagem deve atuar promovendo saúde e prestando o apoio necessário com uma assistência integral, que ofereça orientações para os cuidados do Recém-Nascido (RN) e que não esqueça de ofertar a atenção que a mãe precisa (Cheffer; Nenevê; Oliveira, 2020).

Entretanto, existe uma discussão voltada para a invisibilidade do puerpério. Isto é, a assistência puerperal é repleta de lacunas relacionadas a gênero e ao papel que a sociedade impôs para as mulheres. Dessa forma, as necessidades da maternidade acabam sendo amenizadas, refletindo em um cuidado mais direcionado ao poder reprodutivo da mulher, limitando-se mais ao pré-natal (Mateus, 2022).

Diante do exposto, a extensão universitária direcionada à maternidade pode proporcionar ações de educação em saúde que empoderam as mulheres e ofereçam apoio. Por esse motivo, o projeto “Mãe conectada: educação em saúde na gravidez, parto e puerpério” da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN) surge como um meio de ampliar os conhecimentos, esclarecer dúvidas e gerar mais segurança para o enfrentamento do gestar e do pós gestar.

Com isso, o estudo justifica-se pela necessidade de discutir a existência da invisibilidade do puerpério, sendo relevante por apresentar maneiras de amenizar essa situação a partir de um projeto de extensão. Portanto, o objetivo desse artigo é apresentar a vivência de discentes do curso de Enfermagem em um projeto de extensão voltado para grávidas e puérperas, em ações que visam o apoio diante da invisibilidade que a mulher sofre após o parto.

## **2 RELATO DA EXPERIÊNCIA**

Trata-se de um estudo qualitativo, do tipo relato de experiência, que se originou das vivências dos estudantes participantes do Projeto de Extensão “Mãe Conectada”, vinculado ao Programa de Extensão (PIBEX) do curso de graduação de Enfermagem da UERN, do Campus Avançado de Pau dos Ferros (CAPF). Fundamenta-se nos conhecimentos teóricos e práticos adquiridos nos componentes curriculares Semiologia e Semiotécnica, Enfermagem no Processo de Reprodução Humana e Enfermagem no Processo Saúde/Doença da Criança.

O principal propósito do projeto é desenvolver ações direcionadas para a prevenção e promoção da saúde das mulheres durante as diferentes





fases da maternidade, que incluem desde a gravidez até o puerpério. O “Mãe Conectada” conta com a participação de 16 discentes, 1 professora coordenadora e membros da comunidade local. Possui o apoio da instituição de ensino, e parceria com a Maternidade Santa Luiza de Marillac.

As ações do referido projeto de extensão ocorreram em duas vertentes: atividades presenciais de educação em saúde e publicações compartilhadas através das redes sociais, como Instagram e WhatsApp (por meio de um grupo criado com alunos, professores, mulheres grávidas ou puérperas). Ambas as abordagens visavam criar uma rede de apoio materno, proporcionando interação de confiança, suporte e auxílio nos momentos em que as mulheres necessitavam.

As atividades presenciais foram realizadas nos dias 25 de julho, e 01, 08, 15 e 22 de agosto na Maternidade Santa Luiza de Marillac. Nesses dias, os discentes de Enfermagem, acompanhados pela orientadora do projeto, abordaram individualmente as recém-mães presentes à beira leito. Foram oferecidas orientações sobre o puerpério, cuidados maternos, apoio psicológico, amamentação, cuidados com o recém-nascido, encaminhamentos sobre as consultas de Crescimento e Desenvolvimento (CeD), e vacinação. Além disso, foi distribuído material educativo com orientações sobre cuidados com o bebê, como forma de tranquilizá-las diante das novas responsabilidades.

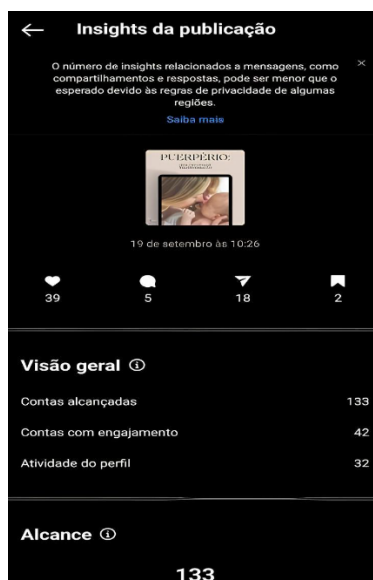
As ações virtuais ocorreram através de duas publicações via Instagram e compartilhadas no grupo de WhatsApp. A primeira publicação relacionada a essa temática (figura 1), foi realizada no dia 19 de setembro, com o intuito de desmistificar o puerpério, trazendo o seu significado e as suas fases. A publicação conseguiu alcançar 133 contas, 39 curtidas, 5 comentários e 18 compartilhamentos, sendo a postagem com mais likes do Instagram do projeto até o momento.

A segunda publicação (figura 2) foi realizada em forma de reels, com a temática do Baby Blues, esclarecendo seu significado, sintomas e como ela se difere da depressão pós-parto. A postagem contou com 2.170 reproduções, 16 curtidas, 2 comentários e 12 compartilhamentos, conseguindo alcançar 1.907 contas, onde 77 eram seguidores e 1.830 não. As imagens abaixo demonstram, respectivamente, os dados apresentados:



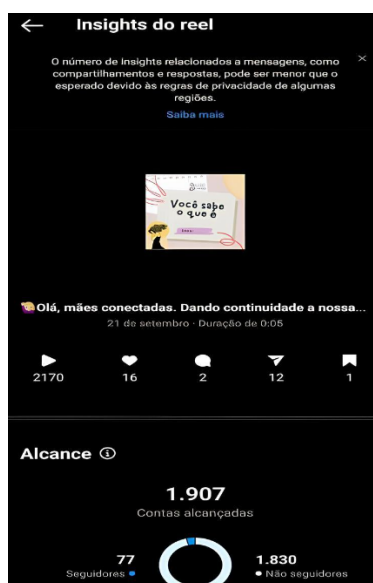


Figura 1 – Dados da publicação 1 sobre puerpério.



Fonte: Arquivo Pessoal, 2023.

Figura 2 - Dados da publicação 2 sobre baby blues.



Fonte: Arquivo Pessoal, 2023.

As ações educativas do “Mãe Conectada” contribuíram para o empoderamento das puérperas, fornecendo informações desde o período do puerpério imediato até o remoto. Essas ações se mostraram eficazes ao auxiliar no cuidado ao binômio mãe/bebê, discutir temas que favorecem a compreensão e criar engajamento com profissionais capacitados para responder às dúvidas e interesses das participantes.





As postagens e os encontros presenciais foram bem recebidos pelas mulheres, isso evidenciado pela postura participativa e pela disposição em adotar os conhecimentos adquiridos, desmistificando cuidados relacionados à maternidade. Essas intervenções ampliaram os sentimentos positivos em relação à maternidade, promovendo interação, vínculo, autonomia e conforto. Assim, o projeto atuou como uma rede de apoio efetiva.

Ao identificarmos a falta de esclarecimento sobre determinados assuntos, os encontros eram direcionados para atender às sugestões e sanar as dúvidas das participantes. Isso fazia com que as gestantes e puérperas se sentissem ouvidas, valorizadas e pertencentes ao grupo, uma vez que suas solicitações eram atendidas e suas angústias esclarecidas. Muitas dessas mulheres tiveram seu primeiro contato com o processo de amamentação e orientações por meio do projeto.

À medida que as mulheres questionam, procuram sanar suas dúvidas e apresentam suas queixas no grupo, ocorre uma troca de saberes e experiências entre elas e os membros da extensão. Isso favorece a construção de um vínculo e mantém aberto o espaço para fortalecer o diálogo nas conversas que vão surgindo. O puerpério é um período de grandes transformações, durante o qual a mulher passa a cuidar de um novo ser que dependerá exclusivamente de seus cuidados.

Além disso, existem fatores inerentes a essa fase, como sobrecarga emocional, exaustão física, medo, ansiedade, entre outros. Possuir uma rede de apoio é imprescindível nesse momento, assim como ter o auxílio de uma equipe de saúde, que faz toda a diferença nesse cuidado. Isso contribui para que a puérpera vivencie essa fase com melhores percepções e controle emocional (Kawatsu *et al.*, 2019).

Segundo Livramento *et al.*, (2019), a assistência puerperal é imprescindível para que a mulher se sinta acolhida e segura para demonstrar e compartilhar suas fragilidades. Ao se deparar com apoio profissional, às puérperas passam a vivenciar esse período de uma forma mais positiva, uma vez que ao aprender uma técnica, entender sobre determinado assunto e executar um cuidado ensinado por profissionais, beneficia a construção de uma maior autonomia para as mães cuidarem de si e do seu bebê.

As ações realizadas presencialmente foram percebidas como positivas pelas mulheres, e o engajamento ocorreu através da construção de confiança e apoio emocional. Durante esses encontros, foram debatidas temáticas que fazem parte de suas vivências, como amamentação, pega correta do seio, cuidados com o cordão umbilical, rotina de sono, planejamento familiar, entre outros assuntos relevantes.

Ademais, com a criação do grupo de gestante no whatsapp foi possível ofertar um espaço de debate entre as mulheres, pois elas trocavam dicas e relatavam suas experiências, sendo possível confortar as mães que ainda irão passar ou estavam passando por determinado período do maternal,





principalmente aquelas que são mães de “primeira viagem”.

Além disso, o grupo ajudou as participantes a se sentirem vistas e compreendidas. A invisibilidade durante o puerpério revela uma grande fragilidade nos serviços de saúde, pois, na maioria das vezes, a atenção está voltada prioritariamente para a criança, deixando as mulheres de lado. Essa realidade demonstra uma lacuna assistencial em uma fase tão importante, tornando essencial a discussão constante sobre esses impasses.

Em seus estudos, Kawatsu *et al.*, (2019) apontam que a ausência de assistência de saúde, especialmente de enfermagem, no pós-parto pode despertar sentimentos de tristeza, abandono e afastamento do próprio serviço de saúde na mulher. Além disso, essa falta de suporte pode causar desinteresse na usuária em procurar outros serviços, como vacinação e acompanhamento de Crescimento e Desenvolvimento (CeD) da criança.

Para o enfrentamento dessa problemática, a educação em saúde se faz essencial, por ser caracterizada como a base para o caminhar das atividades propostas para elas, possibilitando uma maior interação com o grupo. A comunicação efetiva, a escuta qualificada, e a associação da teoria com a prática são os meios mais eficazes para se promover a educação em saúde (Salci *et al.*, 2013).

Dessa forma, os estudantes puderam vivenciar a linha de cuidado do puerpério com uma abordagem humana e dialogada. Ademais, essa experiência proporcionou a integração teórico-prática, criando um espaço de ensino-aprendizagem que se aproxima da realidade. Isso não só alinhou-se com os objetivos da extensão, mas também ajudou a formar uma rede de multiplicadores de informações verídicas, contribuindo para a atenção à saúde materna e infantil.

E para assegurar ainda mais esse cuidado, os estudantes se revezavam para garantir prontidão em responder quaisquer dúvidas que surgissem, fornecendo informações de qualidade, uma vez que o grupo era a primeira fonte de consulta. Participar de um projeto de extensão como este proporciona a aquisição de novas habilidades e enriquecimento de conhecimentos. Isso ocorre devido à necessidade de contínua capacitação sobre temas relevantes e à adoção de um olhar mais focado no atendimento humanizado, o que contribui significativamente para a formação acadêmica e futura prática profissional.

Também vale ressaltar o papel fundamental da coordenadora, que acompanha de perto todas as etapas do grupo, orientando e guiando a equipe pelos melhores caminhos. Sua presença constante é um ponto positivo e diferencial para a aplicação das atividades no Projeto de Extensão Mãe-Conectada, favorecendo o bom andamento das ações e a criação de conteúdos.

### **3 CONCLUSÃO**







Dado o exposto, o projeto de extensão apresentou-se como uma estratégia positiva em questão de oferecer informações, assim como, de prestar apoio para as mães. Na mesma proporção, o projeto possui valia diante das habilidades e competências que estimula nos discentes do curso de Enfermagem, isso porque ocorre o incentivo para que sejam futuros profissionais que realizem um atendimento holístico, humano e competente, a partir do partilhar de orientações, bem como, de uma escuta qualificada, visando compreender a paciente além dos seus aspectos físicos.

Diante disso, vê-se a necessidade de ampliar as ações do projeto voltadas para as puérperas, objetivando atuar cada vez mais na diminuição da invisibilidade das necessidades do puerpério, contudo, existe o empecilho do pouco tempo disponível visto a carga horária integral do curso de Enfermagem em questão, algo que deve ser contornado com estratégias bem planejadas. Além disso, outra meta é aumentar o alcance das publicações. Por fim, fica o incentivo para produções futuras relacionadas a essa temática, sejam elas práticas ou teóricas.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Consulta puerperal**. Gov.br, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/servicos-estaduais/consulta-puerperal-1#:~:text=O%20que%20%C3%A9%3F,da%20conclus%C3%A3o%20da%20assist%C3%A2ncia%20obst%C3%A9trica>. Acesso em: 11 set. 2023.

CHEFFER, M.H.; NENEVÊ, D.A.; OLIVEIRA, B.P. **Assistência de enfermagem frente às mudanças biopsicossociais da mulher no puerpério: uma revisão da literatura**.

Varia Scientia - **Ciências da Saúde**, [S. l.], v. 6, n. 2, p. 157-164, 2021. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/variasaude/article/view/26526>. Acesso em: 11 set. 2023.

KAWATSU, Marcela Mika et al. Percepção das puérperas em relação ao atendimento recebido na unidade básica de saúde durante a consulta de pré-natal. **Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba**, v. 21, n. 4, p. 170-176, 2019. Disponível em <https://revistas.pucsp.br/RFCMS/article/view/35311>. Acesso em: 16 set de 2023.

LIVRAMENTO, Débora do Vale Pereira do et al. Percepções de gestantes acerca do cuidado pré-natal na atenção primária à saúde. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 40, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rngenf/a/BBmdvmww53KqpSdCrLYJZ5s/>. Acesso em: 16 set de 2023.







MATEUS, L.M.A. **Fragilidades da Atenção à Saúde das Mulheres no puerpério na Atenção Primária à Saúde**. Monografia de especialização de enfermagem obstétrica. Escola de enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/55145>. Acesso em: 11 set. 2023.

SALCI, Maria Aparecida et al. Educação em saúde e suas perspectivas teóricas: algumas reflexões. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 22, p. 224-230, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/VSDJRGcjGyxnhKy8KvZb-4vG/?lang=pt>. Acesso em: 16 set de 2023.

