



LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RIO GRANDE DO NORTE

FORMULÁRIO DE PROJETO DE EXTENSÃO / 2013.2

Título: Curso para Gestantes

Parcerias do Projeto: Cursos de Psicologia, fisioterapia, nutrição, educação física, enfermagem e informática.

A – IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO

I – CARACTERIZAÇÃO DO PROJETO

1 – O projeto é de responsabilidade social ? () Não (x) Sim

2 – O projeto está vinculado a algum programa ? () Não (x) Sim

2.1 - Qual programa:

- | | |
|------------------------------------------|-----------------------------------|
| () Mãos dadas | () Inclusão digital |
| () Pelotão Jovem | () Casa do Menor Trabalhador |
| () Educação e desenvolvimento Ambiental | () Esporte, Lazer e Saúde |
| () Atendimento a grupos Comunitários | (x) Programa de Atenção a Saúde |
| () Cultura e Memória Social | |
| () Educação Continuada | |
| () Educação à Distância | |

3 – Principal área de Atuação ÁREA TEMÁTICA

- | | |
|--------------------------|--------------------------------|
| () Comunicação | () Direitos Humanos e justiça |
| () Cultura | (x) Saúde |
| () Educação e Cidadania | () Tecnologia |
| () Meio Ambiente | () Trabalho |

4 – Área de Conhecimento

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| () Ciências Sociais Aplicadas | () Engenharia / Tecnologia |
| () Ciências Exatas e da Terra | () Ciências Agrárias |
| (x) Ciências da Saúde | () Ciências Humanas |
| () Ciências biológicas | () Lingüística Letras e Artes |

5 – Curso de graduação Vinculado

- | | |
|--------------------------------------------|---------------------------------------|
| () Administração | (x) Enfermagem |
| () Bacharelado em Educação Física | (x) Fisioterapia |
| (x) Bacharelado em Sistema de Informação | (x) Licenciatura em Educação Física |
| () Ciências Contábeis | (x) Nutrição |
| () Direito | (x) Psicologia |

6 – Tipo do Projeto: Curso.

7- Local de Realização: Clínicas Integradas da UNI-RN
8- Período de Realização: Início: 30/09/2013 Fim: 30/10/2013
9- Público Alvo: 3.1) Descrição: Gestantes independente do mês de gravidez e acompanhante.

B – EQUIPE DE TRABALHO

1- PARTICIPANTES ENVOLVIDOS NA EXECUÇÃO

Nº	NOME COMPLETO	Categoria	Telefones
01	Coordenadora: Romeica Cunha Lima Rosado	()Docente (x)Funcionário, ()Externo	
02	Coordenador: Acácia de Brito Coelho	(x)Docente ()Funcionário, ()Externo	9913 7272
03	Glaubene Lima Pereira	()Docente (x)Funcionário, ()Externo	
04	Ilka Soares P. Ferreira	(x)Docente ()Funcionário, ()Externo	

05	Emerson Levy D. Almeida Filho	(x)Docente ()Funcionário, ()Externo	
06	Lorena dos Santos Tinoco	()Docente (x)Funcionário, ()Externo	
07	Vanderson Macêdo de Oliveira	(x)Docente ()Funcionário, ()Externo	

3- DISCENTES ENVOLVIDOS NA EXECUÇÃO

Nº	NOME COMPLETO	Curso	Bolsista	Telefones
01	Ana Paula de Sousa Torquato	Psicologia	Não	
02	Marília Araújo Leite		Não	
03	Palloma Nunes		Não	
04	Rogélia de Araújo P. Machado	Fisioterapia	Não	
05	Gisele Santana	Enfermagem	Não	
06	Késia Eliane	Serviço social	Não	

C – PLANEJAMENTO

1 – JUSTIFICATIVA

Este trabalho justifica-se pela importância da prevenção e promoção da saúde da futura mãe e família como também o conhecimento a respeito das modificações do seu corpo, tipos de parto, cuidados no puerpério, com o seu bebê e o aleitamento materno.

Sabe-se que tanto o crescimento físico quanto o desenvolvimento emocional podem ser traduzidos em uma única história, ou seja, escrita antes, durante e depois do nascimento. Logo, é notória a influência dos pais quanto aos comprometimentos sofridos pela criança em seu processo de maturação. A relevância, portanto, do curso está diretamente relacionada à importância da prevenção e promoção da saúde psicológica e física da criança e dos futuros pais nos processos relacionados ao pré-natal, parto, pós-parto e à relação mãe-bebê.

2 - OBJETIVOS

Este projeto tem como objetivo ampliar o conhecimento da gestante e de seu companheiro, por meio de palestras e vivências, sobre as mudanças experienciadas nesse período, bem como sobre o processo de desenvolvimento da criança desde a concepção, até a formação da personalidade, dando ênfase na atuação dos pais como forma de prevenção dos distúrbios físicos e emocionais na promoção da saúde do bebê. Dessa maneira, busca-se mostrar a ação do corpo no desenrolar dos sentimentos e das emoções durante a gestação, mostrando a importância da conscientização de suas potencialidades.

Além disso, proporcionar conhecimentos sobre gravidez, parto, puerpério e cuidados com o recém-nascido dentro de uma visão holística, ampliando, assim, o conhecimento da gestante, por meio de práticas e vivências, realizadas por uma equipe multidisciplinar, no intuito de torná-la mais ativa e participativa no seu processo relacionado ao pré-natal, parto, pós-parto e à relação mãe-bebê.

- a) Promover o conhecimento da futura mãe quanto ao trabalho de parto, tipos de parto.
- b) Esclarecer suas dúvidas sobre os primeiros cuidados com o bebê.
- c) Preparar a gestante para as modificações fisiológicas do puerpério.
- d) Orientar quanto à importância do aleitamento materno e oportunizar os meios que possam estimular a sua prática.
- e) Esclarecer sobre os processos de desenvolvimento da criança desde feto até a formação de personalidade e atuação dos pais na prevenção de distúrbios emocionais.
- f) Informar sobre a melhor alimentação para a gestante e para o bebê.
- g) Proporcionar conhecimentos sobre a importância da relação mãe-bebê do desenvolvimento afetivo do bebê;
- h) Elucidar a importância da atuação dos pais na prevenção de distúrbios emocionais;
- i) Ministrar vivências que proporcionem um contato com a relação mente e corpo;
- j) Promover a inclusão digital fazendo com que as pessoas atendidas nas clínicas integradas possam ter acesso aos conhecimentos mínimos necessários para utilizar os recursos da tecnologia da informática e de comunicação (TIC), como também que compreendam o uso da internet.

3 – METODOLOGIA

--

Roda de conversas, exposição dialogada, vídeos e vivências.

Vivências:

- Toque Terra: Tem como objetivo proporcionar segurança ao bebê;
- Viagem no tempo: Refletir sobre os acontecimentos na relação mãe-bebê desde o momento da fecundação idealizando o nascimento;
- Exercício de Alongamento: Trabalhar as articulações e os músculos, proporcionando relaxamento;
- Exercício do Holding: Exercitar o vínculo mãe-bebê e o ato de sustentar afetivamente e proporcionar proteção;
- Toque Borboleta: Estimular o desenvolvimento cognitivo, motor, afetivo e de auto-percepção;
- Cantigas de Roda: Resgatar a cultura e valores através de atividades lúdicas;
- Exercício de Respiração e Meditação: Oferecer momento de reflexão e relaxamento.
- Mandala: Tem finalidade de integração, confraternização e de fechamento do curso.

4 – CRONOGRAMA FÍSICO-FINANCEIRO**LISTA DE MATERIAL – ORÇAMENTO**

ÍTEM	MATERIAL	QUANT	PREÇO Unidade	CUSTO (R\$)
01	Foder de divulgação Curso de gestantes	1000		
02	Banner: Curso para gestantes	01		
03	Camisetas: Professores/ Coordenadores	10		
	Estagiários	20		
	Usuários	20		
04	Pastas com caneta e bloco	20		
05	Garrafas para água	20		
06	Bonés	20		
07	Faixa para atividades externas	02		
08	Serviço de transporte para atividades externas - ônibus	00		
09	Lanches	02		
10	Cópias	20		
11	Som portátil	01		
12	Tesouras sem ponta	15		
13	Coleção de lápis de cera	15		
14	Coleção de hidrocor	15		
15	Lápis grafite	15		
16	Caixa de tintas colorida	15		
17	Pincel de vários tamanhos: 06 e 08	10		
18	Cola branca	15		
19	Resma de papel ofício	03		
20	Miçangas coloridas (vinte de cada modelo ou cor)	100		
21	Saco de bolas de encher	03		
22	Fitas coloridas (10 fitas de um metro de cada cor - 6 cores)	60 metros		
23	Argila	3 Kg		
24	DVD virgem	20		
25	Capa e adesivo para CD	20		

5 – REFERENCIAL TEÓRICO:

A saúde da mulher e particularmente da mulher gestante, se constitui no caráter de atenção em nível de saúde pública, determinada por múltiplos fatores importantes na prevenção e promoção da saúde. No Brasil, observa-se que a falta de informação e de educação a respeito das condições de funcionamento do seu próprio corpo e da interferência do meio ambiente no estabelecimento de sua saúde que corresponde a um grave fator de exclusão social. Muitas mulheres, por não terem acesso a esse tipo de conhecimento, ignoram a possibilidade de realizar o planejamento familiar, utilizam meios equivocados de anticoncepção, principalmente durante o puerpério. Tem dificuldades de acesso à maternidade segura, sendo privadas do direito ao cuidado com sua própria saúde. Seguido de dúvidas quanto a atitudes saudáveis frente a gravidez, parto, primeiros cuidados maternos, amamentação e educação de seus filhos.

O período gravídico e puerperal é marcado por inúmeras e intensas modificações e adaptações no organismo materno. As alterações que mais afetam o dia-a-dia da gestante são as dos sistemas musculoesquelético, gastrointestinal, circulatório, respiratório e urinário. Dentre essas mudanças destacam-se: alteração postural, que pode acarretar dores e desconfortos articulares e musculares; constipação e formação de gases; inchaço nos membros, principalmente nas pernas; sensação de falta de ar; aumento do volume residual da bexiga, que pode cursar com infecções do tracto urinário. Essas adaptações, apesar de fisiológicas, podem culminar em limitações durante a realização das atividades diárias da mulher. O fisioterapeuta pode auxiliar a mulher a adaptar-se a essas mudanças corporais, de maneira que seu estresse e seus desconfortos sejam minimizados. O conhecimento dessas alterações e a prática de atividade física na gravidez são partes integrantes de um programa de assistência pré-natal, sendo o fisioterapeuta um dos profissionais responsáveis pelo seu planejamento e aplicação, prevenindo e tratando disfunções, a fim de assegurar gestação e parto mais saudáveis e tranquilos.

O período gestacional caracteriza-se por grandes modificações biológicas e a saúde do embrião e da gestante vai depender da condição nutricional pré-gestacional da mãe, não apenas quanto a suas reservas energéticas, mas também quanto às reservas de vitaminas e minerais. Assim o monitoramento da alimentação é primordial para este grupo de vida. A informação de como melhor se alimentar e do que oferecer ao bebê no primeiro ano de vida é muito importante para a gestante principalmente as mães de primeira vez. Uma alimentação saudável durante o período gestacional pode prevenir doenças associadas a gravidez, como obesidade, diabetes gestacional e hipertensão, que mesmo após o parto podem persistir e passarem a ser crônicas.

O trabalho do grupo de Psicologia é fundamentado pela Psicologia Corporal, que estuda as manifestações comportamentais e energéticas da mente sobre o corpo e do corpo sobre a mente. Uma abordagem humana que busca compreender todo o ser vivo como uma unidade de energia que contém em si dois processos paralelos: o psiquismo (mente) e o soma (corpo). (Reich, 1989)

Dentro da Psicologia Corporal, enfatizamos a Biossíntese, que significa “a integração da vida”. É uma abordagem neo-reichiana idealizada por David Boadella. Esta escola parte do princípio da funcionalidade e interação da psique e o do soma na organização do indivíduo, valorizando sua vida pré e Peri-natal, caracterizando-se como uma psicoterapia somática e transpessoal. Esta se apresenta como uma abordagem multidimensional do ser humano que observa sua história integral compreendendo a origem na vida uterina à dimensão espiritual, bem como os distúrbios psíquicos no que tange a ruptura na integração do organismo, provocada pelo choque entre os desejos e necessidades humanas e o processo civilizatório. (Boadella,1985)

REFERÊNCIAS:

ASSISTÊNCIA ao parto normal: um guia prático. Maternidade Segura. OMS/SRF/MSM/96. Genebra, 1996. 24 p.

ARAÚJO, Iaperi. **Aspectos antropológicos do parto.** Natal,(RN).Ed. Ácqua,2000.77 p.

BACHA, Clóvis Antônio; REZENDE, César Alencar de Lima. **Puerpério Fisiológico.** In: CORRÊA, Mario Dias et al. **Noções Práticas de Obstetrícia.** 13. ed. Belo Horizonte: Coopmed Editora Médica, 2004. Cap. 59, p. 849-854.

BALASKAS, Janet. **Parto ativo: guia prático para o parto normal..**2. ed. São Paulo,Ground, 1993. 317 p.

BARACHO, Elza. **Fisioterapia Aplicada à Obstetrícia, Uroginecologia e Aspectos de Mastologia.** 4. ed. Ver. E ampliada. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

BASELI, Anatalia Lopes de Oliveira ,PINHEIRO, Mônica de Souza Bomfim, MIYASHITA, Newon Tomio . **Centro de parto normal:** o futuro no presente, implantação e treinamento.Bartira gráfica .2004.158 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Assistência a Saúde. Departamento de assistência e promoção à Saúde. Coordenação de Saúde da comunidade. Acompanhando a saúde da mulher. **Parte I: gestação, parto e puerpério.** Brasília, 1995.

GARDIN, S.K., ARTAL, R. **Perspectivas Históricas.** In: ARTAL, R., WISWELL, R.A., DRINKWATER, B.L. **O Exercício na Gravidez.** 2ed. São Paulo: Manole, 1999, p.1-7.

LARGURA, Marília.**Assistência ao parto no Brasil.**2.ed.São Paulo,2000.154 p.

O’CONNOR, L.J.; STEPHENSON, R.G. **Fisioterapia aplicada à Ginecologia e Obstetrícia.** 2ed. São Paulo: Manole, 2004, p.153-227.

Manzano. André Luiz N. G. **Estudo dirigido de Informática Básica.** Erica, São Paulo – 2003.

Manzano. André Luiz N. G. **Internet – Guia de Orientação**. Erica, São Paulo. 2010.

PAVITRA, Livia. Dar a luz ...Renascer: gravidez e parto. Alto Paraíso(Goiás)Ed. Articum.1995. 108

Polden M, Mantle J. **Fisioterapia em Ginecologia e Obstetrícia**. 2ed. São Paulo: Santos, 1997.

RATTNER, Daphne, TRENCH, Belkis. **Humanizando nascimentos e partos**. São Paulo Senac, 2005. 198 p.

REZENDE, Jorge. **Obstetrícia Fundamental**. Rio de Janeiro: Guanabara, Koogan, 1999.

RODRIGUES, Livia Pena Firme. **Lobas a grávidas: guia prático de preparação para o parto de mulher selvagem**. São Paulo. Ed. Ágora, 1999.

SILVA FILHO, A. M. da. **Os três pilares da inclusão digital**. Disponível em: <http://www.espacoacademico.com.br/024/24amsf.htm> Acesso em 05 de março de 2010.

SILVA. M. O. G. da. **Exclusão digital: uma nova forma de analfabetismo em um novo milênio**. Disponível em: <http://www.economiabr.net/columas/silva/exclusaodigital.html>. Acesso em 06 de março de 2010.

STRIGHT, B. **Enfermagem materna e neonatal**. Rio de Janeiro. Guanabara. Koogan, 1998.

VAZ, F. A. C; MANISSADJIAN, A; ZUGAIB. B. M. **Assistência à gestante de alto risco e ao recém-nascido nas primeiras horas**. São Paulo, Atheneu, 1993.

VITOLLO, Márcia Regina. **Nutrição da Gestação ao envelhecimento**. – Rio de Janeiro: Ed. Rubio, 2008.
www.amigasdoparto.org.br/2007/index.php?option=com_content&task=view&id=516&Itemid=72

REICH, W. **Análise do Caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1989.

BOADELLA, D. **Correntes da Vida**. São Paulo: Sammus, 1985.

SAFRA, G. **Curando com Histórias**. Edições Sobornost, 2005.

WINNICOTT, D. W. **O Brincar e a Realidade**. Rio de Janeiro. Imago.1975.

ABERASTURY, A. **A Criança e seus Jogos**. Porto Alegre. Ed. Artmed. 1992.

CHAUÍ, M. **Repressão Sexual: Essa nossa (des)conhecida**. São Paulo. Ed. Brasiliense, 1984.

CARVALHO, P. A., ROJAS, J.. **A Música: Uma Linguagem no Aprender Infantil**. Disponível em: http://www.ded.ufms.br/listprof/currc1/jucimara/1063%20%20Trabalho-2-4-5-2006_16-25-27.pdf

MAHLER, Margaret S. **A psicanálise da criança**. Porto Alegre. Editora Artmed.1992

VOLPI. José Henrique e VOLPI, Sandra Mara. **Crescer é uma aventura! Desenvolvimento emocional segundo a psicologia corporal**. Curitiba. Centro Reichiano. 2002



LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RIO GRANDE DO NORTE
CLÍNICAS INTEGRADAS UNI-RN



PROJETOS DE EXTENSÃO: CURSO PARA GESTANTES PROGRAMAÇÃO 2013.2

PERÍODO: 30 de setembro a 30 de outubro de 2013 Segundas, quartas e sextas – 8:00 às 11:30

DATA CURSO ATIVIDADE

01 30/09	TODOS	Abertura Oficial – Programação; Apresentação da equipe Entrevista psicológica e avaliações de enfermagem, nutrição, fisioterapia. Confecção de crachás
02 02/10	PSICOLOGIA	1.Dinâmica de Apresentação e cumprimento. Centramento: Respiração hara Embriologia e emoções Dinâmicas: Aprofundando a respiração e entrando em contato com o bebê
03 04/10	NUTRIÇÃO	1.Alimentação da gestante 2.Aleitamento materno
04 07/10	ENFERMAGEM	1.Alterações fisiológicas no organismo materno durante a gravidez. 2.Bacia obstétrica e posições do RN no útero materno. Amamentação materna exclusiva
05 09/10	FISIOTERAPIA	1.Orientações sobre atividades da vida diária (AVD'S) 2.Preparação e cuidados das mamas
06 11/10	NUTRIÇÃO	3.Patologias relacionadas à gestação. 4.Alimentação complementar da gestante. Prática
08 16/10	FISIOTERAPIA S. SOCIAL DIREITO	3.Exercícios de estabilização e alongamento 4.A importância da respiração, treino respiratório. Direitos da gestante e do RN na sala de parto.
09 18/10	PSICOLOGIA	2.Aliamento de chakras Parto: Bem vindo ao mundo, dupla expectativa e vídeo. Vivência uterina
10 21/10	NUTRIÇÃO ENFERMAGEM	5.Alimentação complementar da gestante. Teórico e prático 3.Sinais e sintomas do trabalho de parto. Humanização do parto e nascimento. 4.Toxemias Gravídicas. Sinais e sintomas de alerta.
11 23/10	FISIOTERAPIA PSICOLOGIA	5.Orientações para o momento do parto (Prática) 6.Orientação para o pós-parto imediato e tardio. Shantala 3.Respiração: coração/braços A importância do “holding” na vida do bebê. Exercícios de holding
12 25/10	ENFERMAGEM MÉDICO	5.Modificações fisiológicas no pós-parto. Orientações gerais, individuais e planejamento familiar. Características e cuidados imediatos com o RN normal. Gravidez e parto
13 28/10	PSICOLOGIA	4.Respiração: cardíaco/hara Cuidados maternos e saúde mental: amamentação/desmame, treino ao “toilette” e sexualidade. Toque terra 5.Respiração: terceiro olho/cardíaco Desenvolvimento afetivo da criança Vivência: Toque borboleta
14 30/10	PSICOLOGIA TODOS	6.Trabalho com as articulações. Distúrbios na infância. Vivência: Alongamento 7.Dinâmica: Brinquedo preferido A importância do brinquedo, música e história para o desenvolvimento emocional da criança. Mantra do bebê. Dinâmica de Encerramento: cordão/bolas . Dança circular: Colheita Entrega dos CDs e Certificados

Encontros 14: Serviço Social e direito 01, Enfermagem 05, Nutrição 05, Fisioterapia 06, Medicina 01 e Psicologia 07

D - RELATÓRIO DE EXECUÇÃO DO PROJETO:

1– Título: Curso para gestantes
Diretora das Clínicas integradas UNI-RN: Romeica Cunha Lima Rosado
Coordenadora: Acácia de Brito Coelho
Professores: Glaubene Lima Pereira Ilka Soares P. Ferreira

Emerson Levy D. Almeida Filho
Lorena dos Santos Tinoco
Vanderson Macêdo de Oliveira

RESULTADOS DO PROJETO:

Trabalhar com a prevenção da saúde mental e física é um ganho muito grande para todos nós, diminui as angústias das grávidas evitando estresses durante a gestação, mas principalmente evita transtornos maiores ao longo do desenvolvimento da criança. Professores e alunos que participaram desse projeto puderam testemunhar a magnitude de cuidar do futuro.

Houve problemas nas matrículas e demora para início do curso do segundo semestre permanecendo apenas três usuários.

É extremamente necessário uma divulgação mais ampla desse projeto para os próximos anos.

DISCENTE	COMENTÁRIO
Marília Araújo Leite	Eu me senti contribuindo para a construção do ser pai/mãe de uma forma mais consciente e conectada com os sentimentos.
Emerson Levy D. Almeida Filho	O curso foi bastante válido em relação ao conteúdo ministrado, tanto para mim, como para os alunos e os participantes. No meu ponto de vista, o que não foi válido foi o número de participantes muito baixo.
Palloma Nunes	Para mim foi uma experiência de encontro e integração
COMUNIDADE	COMENTÁRIO
Bárbara Aparecida da Silveira Costa	Trabalhar com a respiração relaxa, sensação de liberdade e acolhimento. Interessante o conteúdo do curso. Principalmente os esclarecimentos sobre fecundação.
Clediomar Farias Carneiro Pistolesi	Relaxamento e contato corporal são muito importantes. O bebê se acalma. Muita emoção ao ver os slides sobre o parto.
Renata Furtado Nogueira Medeiros	Fim da gravidez muito acelerada, está servindo para desacelerar.

OBSERVAÇÃO:

DO REGISTRO DO EVENTO



FISIOTERAPIA



PSICOLOGIA



PSICLOGIA



PSICOLOGIA

LISTAS DE FREQUÊNCIAS COM RESPECTIVAS CARGAS HORÁRIAS:

N °	DOCENTES	FREQUÊNCIA	CARGA HORÁRIA
01	Romeica Cunha Lima Rosado	Apoio	---
02	Coordenadora: Acácia de Brito Coelho	13 Encontros	52 horas
03	Glaubene Lima Pereira	02 Encontros	08 horas
04	Ilka Soares P. Ferreira	03 Encontros	40 horas
05	Emerson Levy Dutra de Almeida Filho	03 Encontros	16 horas
06	Lorena dos Santos Tinoco	03 Encontros	40 horas

N °	2. DISCENTES	FREQUÊNCIA	CARGA HORÁRIA
01	Ana Paula de Sousa Torquato	20 Encontros	40 horas
02	Marília Araújo Leite	03 Encontros	06 horas
03	Palloma Nunes	11 Encontros	22 horas
04	Rogélia de Araújo P. Machado	11 Encontros	22 horas
05	Gisele Santana	08 Encontros	16 horas
06	Késia Eliane	17 Encontros	34 horas

N °	3. PARTICIPANTES	FREQUÊNCIA	CARGA HORÁRIA
01	Bárbara Aparecida da Silveira Costa	08 Encontros	32 horas
02	Clediomar Farias Carneiro Pistolesi	07 Encontros	28 horas
03	Renata Furtado Nogueira Medeiros	03 Encontros	12 horas