

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE RESIDÊNCIA INTEGRADA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE

GABRIELA DE ALMEIDA ROCHA

**USO DE APLICATIVO DE MENSAGEM PARA TROCA DE INFORMAÇÕES
SOBRE O CICLO GRAVÍDICO E PUERPERAL EM TEMPOS DE PANDEMIA**

Florianópolis

2021

GABRIELA DE ALMEIDA ROCHA

**USO DE APLICATIVO DE MENSAGEM PARA TROCA DE INFORMAÇÕES
SOBRE O CICLO GRAVÍDICO E PUERPERAL EM TEMPOS DE PANDEMIA**

Artigo apresentado na disciplina Trabalho de Conclusão no Programa de Residência Integrada Multiprofissional em Saúde da Universidade Federal de Santa Catarina .
Orientadora: Prof^a. Dr^a. Margarete Maria de Lima

Florianópolis

2021

USO DE APLICATIVO DE MENSAGEM PARA TROCA DE INFORMAÇÕES SOBRE O CICLO GRAVÍDICO E PUERPERAL EM TEMPOS DE PANDEMIA

Orientadora: Prof^ª. Dra. Margarete Maria de Lima

RESUMO

Objetivo: identificar como as participantes de um grupo de gestantes interagem em um aplicativo de mensagem para a troca de informações sobre a vivência do ciclo gravídico e puerperal em tempos de pandemia. **Metodologia:** estudo em base documental, qualitativo, descritivo e exploratório. Os dados analisados para a pesquisa são provenientes dos grupos de mensagem por aplicativo, de um Grupo de Gestantes e Casais Grávidos desenvolvido em uma universidade federal do sul do país. A coleta de dados foi realizada entre outubro e novembro de 2020. **Resultados:** Os dados obtidos foram apresentados em quatro categorias, sendo elas: compartilhamento de sentimentos gerados pelo isolamento social, destacaram-se os sentimentos em relação a ausência do contato físico com família e amigos durante a gestação, dúvidas em relação às visitas ao recém-nascido e desafios encontrados no puerpério; assistência pré-natal durante a pandemia, onde as participantes interagiram a respeito da frequência das consultas, cancelamentos, modalidade da consulta; Presença do acompanhante e/ou doula no parto e nascimento, as participantes compartilharam a lei que regulamenta a presença de um acompanhante, relataram medo e incertezas em relação às proibições; Relatando o parto e nascimento, por meio do aplicativo de mensagens as mulheres puderam compartilhar seus relatos de parto transmitindo às outras participantes suas experiências pessoais. **Considerações finais:** O grupo de gestantes mediado por aplicativo de mensagens mostrou ser um grande aliado da educação em saúde e também uma alternativa para as mulheres criarem uma rede de apoio respeitando o distanciamento social.

Descritores: Gestantes. Isolamento Social. Infecções por Coronavírus. Tecnologias da Informação e Comunicação.

THE USAGE OF MESSAGING APPLICATIONS TO EXCHANGE INFORMATION ON THE GRAVIDIC AND PUERPERAL CYCLES DURING PANDEMIC TIMES

Objective: To identify how pregnant women use a messaging application to exchange information about the pregnancy experience and puerperal cycle in times of pandemic. **Methodology:** This is a documental based study, qualitative, descriptive and exploratory. The data analyzed in this research proceeds from messaging application group used by a Group of Pregnant Women and Pregnant Couples and developed at a federal university in the south of the country. The messages were exchanged during the period of social isolation imposed by the pandemic of the new coronavirus. **Results:** The data obtained were presented in four categories that emerged after the analysis, namely: sharing of feelings generated by social isolation, feelings regarding the absence of physical contact with family and friends during pregnancy, doubts regarding visits to the newborn and challenges found in the puerperium; Prenatal care during the pandemic, where the participants interacted on the frequency of consultations, cancellations, type of consultation; Presence of the companion and / or doula at delivery and birth, the participants shared the law that regulates the presence of a companion, reported fear and uncertainty regarding the prohibitions; By reporting delivery and birth through the messaging application the women were able to share their birth and personal experiences with other participants. **Final considerations** the group of pregnant women mediated by the messaging application proved to be a great ally of health education and also an alternative for women to create a support network respecting social distance. **Keywords:** Pregnant women. Social Isolation. Coronavirus Infections. Information and Communication Technologies.

EL USO DE LA APLICACIÓN DE MENSAJES PARA INTERCAMBIAR INFORMACIÓN SOBRE EL CICLO GRAVIDICO Y PUERPERAL EM TIEMPOS DE PANDEMIA

Objetivo: Identificar como las participantes de un grupo de gestantes utilizan una aplicación de mensajes para intercambiar información sobre la experiencia del embarazo y el ciclo puerperal en tiempos de pandemia. **Metodología:** estudio cualitativo, descriptivo y exploratorio. Los datos analizados para la investigación provienen de los grupos de mensajes por aplicación, de un Grupo de Embarazadas y Parejas Embarazadas desarrollado en una universidad federal del sur del país, que ocurrió durante el período de aislamiento social impuesto por la nueva pandemia de coronavirus. **Resultados:** Los datos obtenidos fueron presentados en cuatro categorías que surgieron luego del análisis, a saber: 1. Compartir sentimientos generados por el aislamiento social, los sentimientos respecto a la ausencia de contacto físico con familiares y amigos durante el embarazo, dudas en relación a visitas al recién nacido y desafíos encontrados en el puerperio; 2. Atención prenatal durante la pandemia, donde las participantes interactuaron con respecto a la frecuencia de consultas, cancelaciones, modalidad de consulta; 3. Presencia del acompañante y / o doula en el parto y nacimiento, las participantes compartieron la ley que regula la presencia de un acompañante, informaron temor e incertidumbre respecto a las prohibiciones. 4. Al informar sobre el parto y el nacimiento, a través de la aplicación de mensajería, las mujeres pudieron compartir sus informes de nacimiento al transmitir sus experiencias personales a otros participantes. **Consideraciones Finales:** El grupo de gestantes mediado por la aplicación de mensajería resultó ser un gran aliado de la educación para la salud y también una alternativa para que las mujeres creen una red de apoyo respetando la distancia social. **Descriptores:** Mujeres Embarazadas .. Aislamiento Social. Infecciones por Coronavirus. Tecnologías de la información y la comunicación.

INTRODUÇÃO

A gravidez é um evento singular e marcante na vida da mulher, provocando alterações psicológicas, hormonais e físicas que preparam o organismo materno para gerar o novo ser. São modificações complexas e individuais, que variam entre as mulheres e podem propiciar medos, dúvidas, angústias ou simplesmente a curiosidade de saber o que está acontecendo com seu corpo¹. Estes sentimentos tornam-se mais evidentes à medida que o parto e nascimento se aproximam, pois, é durante o trabalho de parto que a mulher precisa exercer sua autonomia, decidindo ativamente sobre seu próprio cuidado².

O aconselhamento adequado durante o pré-natal pode minimizar as dúvidas e medos, estimular sentimentos positivos e empoderar a mulher para o exercício da sua autonomia e protagonismo durante o processo de parto e nascimento³. Da mesma forma, o apoio da equipe de saúde é fundamental para que a mulher conheça a fisiologia do trabalho de parto e nascimento, e esteja orientada e preparada para lidar com os desafios e os desconfortos vivenciados durante esta etapa vivida pela mulher e sua família⁴. Nesta perspectiva, a Organização Mundial de Saúde (OMS) tem recomendado que a atuação de profissionais de saúde qualificados não seja restrita às consultas de pré-natal e assistência ao parto e nascimento, mas que se estendam a atividades educativas desenvolvidas em grupos de gestantes, buscando promover a troca de conhecimento e o apoio à gestante⁵.

Atualmente os aplicativos de mensagens têm mediado a troca de informações e aprendizado por meio de *smartphones*, facilitando a interação dos participantes, a fluidez do diálogo e a troca de informações em tempo real⁶.

As Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) vêm desenvolvendo inúmeros dispositivos e possibilitam a comunicação *online* como, por exemplo, as redes sociais, que ampliam as possibilidades e o acesso à informação bem como permite uma interação entre diversos atores. Esses dispositivos podem de acordo com a sua utilização favorecer e enriquecer

o processo educativo⁷.

Diante de uma situação de tamanha gravidade, como o contexto da pandemia imposta pelo coronavírus, as medidas adotadas têm o intuito de preservar a vida e diminuir o risco de transmissão das gestantes e de seus bebês, assim como dos profissionais de saúde⁸. No momento, o mundo entende que as gestantes e puérperas constituem grupo de risco frente à Covid-19 e no Brasil, o Ministério da Saúde classifica gestantes e puérperas até o 14º dia de pós-parto como grupo de risco para Covid-19⁹⁻¹⁰.

Neste sentido, por se tratar de um assunto tão atual e importante, por ter impacto direto nos objetivos do Desenvolvimento Sustentável este estudo tem por objetivo identificar como as participantes de um grupo de gestantes interagem em um aplicativo de mensagem para a troca de informações sobre a vivência do ciclo gravídico e puerperal em tempos de pandemia

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa em base documental, qualitativa, descritiva e exploratória. O contexto do estudo foi um grupo de gestantes e casais grávidos, que faz parte de um projeto de extensão de uma Universidade Federal do Sul do Brasil. O Grupo de Gestantes e Casais Grávidos foi criado em 1996, sendo uma ação coordenada por docentes do Departamento de Enfermagem e por psicóloga do Hospital Universitário. É uma atividade de extensão gratuita, educativa e interdisciplinar dirigida às gestantes e acompanhantes atendidos na rede pública ou privada. Guia-se pelos pressupostos da humanização da assistência em saúde; a autonomia e protagonismo da mulher durante a gestação, parto, nascimento e puerpério. Participam da equipe do projeto docentes enfermeiras, socióloga e educadora perinatal, psicóloga, alunas de graduação em psicologia e enfermagem².

Diante das medidas de isolamento impostas pelo novo coronavírus as atividades presenciais do grupo foram suspensas. Desta maneira o grupo se readequou

passando a utilizar as tecnologias da informação e comunicação para mediar os encontros online e o grupo de aplicativo por mensagem. Nesta fase os grupos de aplicativos de mensagens tem se mostrado fundamentais para a troca de informações, vivências e apoio. Participaram desta pesquisa 102 mulheres inscritas no grupo de gestantes de número 96, 97 e 98 realizados no ano de 2020. Essas mulheres participaram das atividades educativas desenvolvidas online e dos grupos de aplicativos de mensagens.

Como critérios de inclusão foram estabelecidos: ser maior de 18 anos, ter participado dos encontros e atividades online do grupo de gestantes e ter participado do grupo de aplicativos de mensagens. O critério de exclusão foi o não preenchimento completo da ficha de inscrição do grupo.

A coleta de dados foi realizada nos meses de outubro a novembro de 2020. Os dados foram coletados a partir dos arquivos de conversas de aplicativos de mensagens dos três grupos realizados em 2020 incluídos nesta pesquisa. A coordenadora do projeto acessou os grupos de mensagens e enviou as conversas por e-mail. A seguir, as mesmas foram salvas em arquivos de texto em uma pasta no Google Drive destinada a esta pesquisa. As informações foram acessadas e lidas na íntegra. Foram incluídas nesta pesquisa 1499 páginas de conversas entre as participantes.

A análise dos dados foi baseada na proposta operativa de Minayo¹¹, que destaca a ordenação dos dados, classificação dos dados e análise final dos resultados. Os dados foram organizados, descritos, sintetizados e analisados, dando origem às categorias do estudo. Partindo deste pressuposto, a organização e coleta dos dados foi realizada em arquivos de editor de texto, e após foi realizada a leitura horizontal, das conversas do aplicativo de mensagens. Posteriormente foi realizada a leitura transversal permitindo identificar semelhanças e conexões com as ideias centrais das participantes, culminando em quatro categorias. Essa etapa foi realizada pela pesquisadora principal e sua orientadora.

Este estudo faz parte do

Macroprojeto intitulado “20 anos do Grupo de Gestantes e Casais Grávidos: trajetória histórica, perfil, impacto, percepções e contribuições para os envolvidos”, aprovado sob parecer n.4.079.102 do Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos. Para identificar as participantes e garantir o anonimato, foram utilizadas a letra P de participante, seguida por ordem numérica da sequência das conversas.

As participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido no momento da inscrição no Grupo de Gestantes e após a explicação dos objetivos da pesquisa, autorizaram o as informações para fins de estudos, sempre respeitando o anonimato e os preceitos éticos da resolução 466/12.

RESULTADOS

Os resultados desse estudo estão estruturados em quatro categorias: 1. Compartilhamento de sentimentos gerados pelo isolamento social. 2. Assistência pré-natal durante a pandemia. 3. Presença do acompanhante ou doula durante o parto e nascimento. 4. Relatando o parto e nascimento no grupo de mensagem coletiva.

1. Compartilhamento de sentimentos gerados pelo isolamento social

No decorrer da análise das mensagens dos grupos de aplicativos de mensagens percebe-se que as participantes compartilham sentimentos decorrentes do isolamento social. Neste sentido, destaca-se a ausência do contato físico com família e amigos durante a gestação, dúvidas em relação às visitas ao recém-nascido e desafios encontrados no puerpério.

Uma participante compartilhou um texto autoral no qual relatou como foi gestar durante a pandemia:

GESTANTE NA PANDEMIA

No começo da gestação tinha muitos sonhos e planos.

Planejei cada detalhe do chá de bebê (local, data, comida, decoração) e não pude realizá-lo presencialmente.

Sonhei em desfilar o meu barrigão nas ruas, só que ele cresceu e nem os meus amigos puderam contemplá-lo presencialmente.

E aquela alegria gostosa de partilhar em tempo real com o pai as novidades das consultas e ultras do pré-natal? Não foi possível na maior parte da gestação devido a restrição de acompanhante nos atendimentos médicos.

Planejava os locais que iríamos para comprar as coisas da bebê, mas acabamos comprando tudo pela internet sem sair de casa.

Eram tantos planos e sonhos, dos mais profundos aos mais bobos como pegar a senha preferencial da Caixa.

O que falar do ensaio fotográfico de gestante? Sonhei muito. Planejei cada detalhe, sabia qual pose faria em cada local da cidade que eu havia escolhido. Chegamos a agendar, mas precisamos cancelar. O sorriso não ficaria legal atrás da máscara.

E a gente entende que nem tudo é como planejamos e que na verdade muitas coisas não são realmente importantes nem necessárias. Na verdade tudo que precisamos é de AMOR. É o amor que nos sustenta e dá sentido em nossas vidas.

Assim adaptamos e reformulamos nossos sonhos, lembrando sempre do que verdadeiramente é essencial. O papai arrastou os móveis e fizemos mais uma série de fotos em casa com o mesmo cenário de fundo. Assim esperamos nunca esquecer do que realmente importa em qualquer circunstância da vida: ALL WE NEED IS LOVE.

Vem (nome do bebê)! O mundo parece louco, mas de AMOR estamos cheios para te receber. (P1)

Outro tema recorrente nas interações entre as participantes é em relação às visitas ao recém-nascido. Uma participante questionou como as outras mães estariam se organizando quanto às visitas e convivência dos familiares. Outras participantes interagem com relatos semelhantes, abaixo segue um diálogo entre 3 participantes a respeito do tema:

Bom dia, meninas. Queria saber de vocês, como estão lidando com as visitas e convivência com a família diante da pandemia? Por aqui seguimos bem isolados. Apenas os 4 avós conheceram a bebê. Confesso que é muito difícil manter

assim. Pergunto a todos os médicos com quem temos contato, sobre até quando e qual a melhor forma de levar essa situação, e ninguém tem resposta certa. Alguns mais permissivos, outro não. Passados os 2 meses, em que eu e ela somos grupo de risco, venho pensando em liberar mais algumas visitas. Quem sabe exigir que usem uma roupa especial... Enfim, queria saber como está sendo para as demais. Ver se somos os únicos nesse isolamento todo ou se tem mais gente assim. Tô sofrendo com a distância e pressão das pessoas querendo vir aqui. (P2)

Aqui estamos isolados, recebemos somente uma visita (e eles estavam em um sítio longe da cidade antes tb) . Eles vieram, tomaram banho e trocaram de roupa antes de chegar perto dela. E ficaram de máscara o tempo todo. Tá difícil mesmo, mas eu morro de medo de arriscar. (P3)

Oi, estou passando exatamente pela mesma situação! Apenas os avós conheceram e visitam. Mas a pressão do restante da família é grande, e a fala é: Quando a mamãe liberar nós visitamos! Como se eu tivesse inventado a pandemia. Nossos planos são: após a vacina dos 2 meses, os padrinhos vem visitar, com todos cuidados de máscara, vindo direto de casa... Mas TB tô pensando como fazer em relação a pegar no colo, pq apenas eu e meu marido pegamos até então Não sei se vejo um

aventil de TNT.... A gente se sente neurótica né??? Mas quando surgem notícias de casos em bebês, vejo o quanto é necessário! E pior, fiquei sabendo que as tias e primos que estão pressionando pela visita nem estão se cuidando, até festa estão fazendo Como liberar visita Assim?? (P4)

Na interação realizada no grupo de aplicativos de mensagens, uma participante compartilha os sentimento e experiências do puerpério em meio a pandemia.

Gente, mães, como vocês se sentem emocionalmente? Eu no geral dentro de tudo bem mas tem dias que fico angustiada , choro, sinto culpa, cansaço, me sinto só, nossa como é difícil. A pega ainda não tá certa e esse momento de amamentar não é tranquilo. E praticamente tudo o que eu faço no dia é amamentar. Não sei. Tô achando importante de repente compartilhar nossas emoções, nosso estado muito peculiar . Ainda no meio do isolamento. (P5)

Também penso nisso! Essa é minha maior insegurança, tomara a Deus que tudo isso passe... e nossos bebês não precisem saber o que é usar máscara para sair na rua..(P6)

Acho válido essa troca, esses desabafos...ontem liguei pra uma gestante que nem conheço pessoalmente só pra conversar porque sei que ela iria me entender. É difícil desabafar com outras pessoas que não estão vivenciando isso também. Agora com 15 dias a questão da amamentação está melhor. A dor já diminuiu bastante. Mas tem a questão do cansaço, do corpo que está voltando pro lugar ainda...os problemas pessoais e financeiros. E a tal da pandemia que até evito ficar pensando muito nisso pra não pirar.. (P7)

2. Assistência pré-natal durante a pandemia

Uma das principais dúvidas trazidas pelas participantes no grupo de mensagens é a respeito da assistência pré-natal durante a pandemia. Uma participante questionou como estariam sendo as consultas das outras gestantes já que a sua teria sido cancelada pelo posto de saúde.

Quem faz pré natal pelo posto?? Como estão as consultas? Eu teria consulta hoje, estou de 29 semanas, fui na última consulta há pouco mais de um mês. Me ligaram do posto falando que devido ao coronavírus estão desmarcando todas as consultas das gestantes que não são de alto risco. Daí perguntei quando vão remarcar e ela disse que vai esperar passar essa situação. Será que está certo isso, ficar sem acompanhamento? (P7)

Uma gestante que fez o acompanhamento particular relata que também teve sua consulta cancelada

Como está o pré natal de vocês? O meu faço particular e as consultas foram canceladas até segunda ordem...(P8)

Também houve relatos de participantes que tiveram suas consultas mantidas, mas sentiam medo de comparecer ao posto de saúde em virtude da pandemia e do medo de contaminação. Entretanto, destacaram que todas as medidas de proteção para evitar o contágio

foram tomadas, deixando assim mais tranquilas durante o atendimento presencial.

Tava com medo de como iria estar o postinho, mas fiquei admirada com as precauções deles. Acabei de voltar da consulta do pré natal aqui no posto e estava bem tranquilo, eles estão só atendendo com hora marcada e fica alguém na porta fazendo uma triagem de quem pode ou não entrar, só tinha eu no postinho e uma gestante que estava saindo da sala e o pessoal que trabalha no posto tudo de máscara e o ambiente bem higienizado. (P9)

Faço no posto e não foi cancelado pq estou muito perto do parto acho. Mas tô morrendo de medo de ir no posto. (P3)

As participantes também compartilharam os sentimentos em relação às consultas intercaladas online e presencial. Uma gestante relata que no primeiro e no segundo trimestre de gestação as consultas foram via aplicativo de mensagens e no terceiro trimestre iniciaram as consultas presenciais. Ela também destaca que devido a gestação de alto risco por hipertensão, ela foi atendida em algumas consultas emergenciais durante a gestação.

No meu caso faço as consultas online intercaladas com presenciais. Hoje me informaram que na próxima vão pedir os exames do terceiro trimestre. A partir de agora as consultas serão quinzenais. (P10)

Eu tô fazendo pré natal todo pelo SUS e fiquei desde o início da pandemia só fazendo consulta por whatsapp. Como tive pressão alta, eles me atenderam como se fosse consulta de emergência algumas vezes nas 32 semanas e agora com 36 semanas que começaram as consultas mesmo. Daí agora toda semana tem consulta. Mas foi bem complicado, pq só ouvi o coraçãozinho nos exames de ultrassom. (P11)

As participantes ressaltaram que apesar de ser um momento atípico, o pré-natal é direito da mulher e do bebê. Algumas gestantes compartilharam que recorreram ao atendimento particular

devido às incertezas e em alguns casos ao desamparo do SUS. Em contrapartida, outras mulheres relataram que o acompanhamento gestacional no sistema foi mantido.

Eu entendo que o momento tá complicado, e que estão priorizando emergência. Mas o pré natal é direito de toda mulher. (P12)

Nas consultas de pré-natal no posto sou atendida sempre por uma equipe (médico, enfermeiro e residentes). Além disso, também tenho acompanhamento semanal com psicólogo e dentista, nutricionista (quando necessário). (P10)

Eu descobri a gravidez bem no início da pandemia e já me falaram que não tinha previsão para voltar os atendimentos à gestante. Daí fui direto pro particular e nem tentei mais. (P13)

3. Presença do acompanhante ou doula no parto e nascimento

Antes que se estabelecessem protocolos, algumas maternidades proibiram a presença do acompanhante e da doula durante todo o trabalho de parto, parto e puerpério imediato. As próprias participantes do grupo compartilharam a lei federal que regulamenta a presença de um acompanhante. A possibilidade de ter que passar pelo parto sem a presença do acompanhante e/ou doula gerou sentimentos de apreensão, incerteza e medo.

Olá, bom dia! Desculpem trazer esse assunto à tona, mas desde que conversamos sobre a possibilidade do pai do bebê não poder entrar na hora do parto com a mãe eu busquei informações jurídicas e meus direitos e o direito do bebê. E encontrei a seguinte ementa: “Lei Federal Nº 11.108, o SUS é obrigado a permitir a presença de um acompanhante” eu particularmente terei um colapso nervoso se entrar sozinha. (P15)

Posso estar errada mas achei desnecessário isso, a Doula é de extrema importância e fico triste só de pensar que vou ficar sem o atendimento no parto. (P16)

Nas interações no grupo, as participantes conversam sobre quais as

possibilidades para enfrentar as proibições do direito do acompanhante ou da doula no momento do parto. E foi levantada a possibilidade de requerer via judicial o direito ao acompanhante no momento do parto. Uma participante levanta o questionamento a respeito de uma alta hospitalar precoce devido a angústia de ficar sozinha durante a internação.

Tomara que possamos pelo menos ser liberadas mais cedo... (P17)

Medos e incertezas a respeito de um parto hospitalar surgem no grupo, principalmente em relação a permanência do acompanhante em um período onde os protocolos não são estabelecidos e estão em constante mudança. A ideia de um parto domiciliar é levantada por uma das participantes.

Olha.. o estado de calamidade pública faz alguns direitos ficarem “disponíveis”, coisa que numa situação normal não seria possível. Eu, sinceramente, fiquei um pouco chocada com essa decisão do hospital. Eu e meu marido estamos pensando em algumas medidas judiciais para resguardar. É direito dele me acompanhar, mas tudo é incerto. Não sei se esse entendimento será seguido pelas outras maternidades... Confesso que fiquei bem apreensiva e já começo a reconsiderar a possibilidade do parto domiciliar.. (P2)

4. Relatando o parto e nascimento

Por meio do aplicativo de mensagens as mulheres puderam compartilhar seus relatos de parto transmitindo às outras participantes suas experiências pessoais.

Relato do parto hospitalar por meio do aplicativos de mensagens:

Compartilho minha experiência de parto, para vermos como podemos ressignificar a gravidez gemelar e uma cesariana!! Com o coração explodindo de amor, compartilho que as bebês nasceram no dia 10/08/2020, A primeira às 23:15 com 3,284kg e a segunda às 23:18 com 2,986kg. Duas leoninas lindas!! Chegamos às 39 semanas e 2 dias, felizes da vida rsrsrsrsrsrs, e como não tínhamos nenhum sinal de trabalho de parto, nosso

médico indicou que realizamos uma indução, pois a partir dali as complicações e riscos poderiam aumentar para as bebês se continuassem na barriga da mamãe.

Foi um processo de 10h de duração, com as contrações evoluindo até que “ploc”, a bol rompeu e saiu também o tampão mucoso. A partir dali, foram mais 4h muito intensas, com contrações muito fortes, quase sem nenhum intervalo, uma dor que eu não sabia que poderia sequer existir!! Rrsrsrsrsrsrs Porém, foi quando veio a surpresa: meu colo do útero ainda estava totalmente fechado, “lacrado” que nem disse o médico que realizou o parto, e voltado para trás, zero dilatação! Então ele achou mais seguro para as meninas irmos para uma cesariana e sugeri esse caminho. Na hora tudo fez muito sentido para mim e fiquei em paz com essa decisão.

Por algum motivo, que nem a medicina explica, meu colo do útero não estava dilatando e forçar um caminho é justamente não deixar acontecer “naturalmente”. Nosso corpo é sábio e se não estava fluindo desta forma, era por algum motivo.

Tivemos uma cesariana maravilhosa, humanizada e cheia de amor!! Toda a equipe foi incrível, amorosa, respeitosa, humana, sensível e muito competente. Gratidão ao médico, que foi incrível em todo nosso caminho, seu pai que nos brindou com sua presença e experiência, e à amada enfermeira obstétrica, cuja presença amorosa fez total diferença no nosso parto!!

Vimos as meninas literalmente saindo da barriga, acompanhar seu nascimento foi muito emocionante!! Lindo demais esse momento!! (P18)

Na sequência o relato do parto domiciliar planejado e a importância do atendimento pelo grupo envolvido e da participação do marido desde o início das contrações até o nascimento.

Meu relato de parto: Desde o começo da gestação eu queria o parto mais natural possível, então depois de ler e pesquisar muito, optamos pelo parto domiciliar planejado.

Há dias vinha perdendo o tampão e tendo contrações sem ritmo, no dia 14/10, nada estava fora do comum e fui me deitar, a 1:45 da manhã ouvi um "ploc" e água escorreu na cama, era a bolsa estourando, fui pro banho quente, 40 minutos, enquanto meu marido organizava tudo e entrava em contato com a equipe de parto, logo as contrações começaram, no banho mesmo, antes das 6 da manhã já estavam

com intervalo de 5 em 5 minutos, as 8 horas eu estava com muita dor e o pai da bebê fazendo de tudo pra manter o controle da situação, sempre me dando força. A equipe de parto me apoiou em todos os momentos, me deixou muito a vontade e soube a hora exata de falar que ela ia nascer, deitei na cama em uma posição confortável e meu corpo começou a fazer força a cada contração, senti a cabecinha dela no canal vaginal e senti a necessidade de mudar de posição, assim que fiquei de quatro, fiz mais 3 forças e a cabeça saiu, mais 1 força longa e saiu o resto do corpo! A bebê nasceu às 10:38 da manhã, de parto totalmente natural, sem laceração, pesando 2,9kg e medindo 47cm, de 38 semanas e 6 dias. Um parto cheio de amor, respeito e no tempo dela!

Em algumas contrações achei que não fosse aguentar até o final, 1 ou 2 vezes cheguei e me perguntar onde eu estava com a cabeça de não querer ter a oportunidade de analgesia, na hora do expulsivo senti uma dor absurda, mas ela sumiu assim que peguei a bebê no colo. A equipe de parto fez os primeiros exames com ela no meu colo, tivemos a hora dourada, enquanto eu almoçava com ela nos braços e o papai está empenhado nas trocas de fraldas e cuidados com a bebê enquanto eu estou aqui descansando agora e a minha equipe de parto está sendo maravilhosa e de um apoio incondicional.(P17)

DISCUSSÃO

O Grupo de Gestantes e Casais Grávidos apresenta-se de forma a agregar conhecimentos, ao favorecer aspectos psicológicos e socioculturais da mulher e do acompanhante e, assim, contribuir para a tomada de decisões com embasamento científico¹¹.

As Redes Sociais *Online* são uma ferramenta de comunicação que possui uma dimensão global, e com relevante interatividade, que permite a participação de diversas pessoas, o compartilhamento de informação, opinião e experiência¹². São exemplos de redes sociais *online* o *Facebook*®, *Twitter*®, *WhatsApp*®, entre outros, o compartilhamento de informações dentro do contexto das redes pode ocorrer por meio de textos, imagens, áudio e vídeos¹³.

Em decorrência da pandemia, o atendimento online às gestantes se tornou

necessário para diminuir o risco de contaminação pelo Covid-19. Com isso os grupos de aplicativo de mensagens se tornaram uma ferramenta onde as participantes puderam compartilhar suas dúvidas e anseios relacionados às vivências do ciclo gravídico e puerperal durante a pandemia.

As mídias sociais são ferramentas de comunicação que podem ser utilizadas com o propósito de tranquilizar e elucidar a população sobre os reais motivos do isolamento social sanando e prevenindo o pânico e as *fake news*¹⁴. Dessa forma, quando a função do isolamento social é bem explicada ela pode ser relacionada ao altruísmo, gerando melhor adesão e reduzindo consideravelmente o seu impacto psicológico¹⁵.

A pandemia de coronavírus tem atravessado todo o tecido social, não poupando praticamente nenhuma área da vida coletiva ou individual, com repercussões na esfera da saúde mental¹⁶.

Vivenciar a pandemia da Covid-19 e ser gestante pode levar a sentimentos de medos e incertezas e é nesse contexto que as(os) profissionais necessitam repensar sua atuação de modo a amenizar ou impedir os impactos da doença para o binômio mãe-bebê. Além disso, requer que sejam pensadas estratégias de cuidado que acolham e proporcionem bem-estar às mulheres durante todo o período gravídico-puerperal.

Por conta da nova realidade imposta pelo novo coronavírus, a gestante pode vivenciar impactos psicológicos que alterem seu comportamento habitual. Tais aspectos podem estar relacionados à ansiedade, à raiva, à diminuição da concentração, ao desânimo e à perda de energia¹⁷. Nesta perspectiva, as atividades de educação em saúde atuam como ferramentas para promoção da saúde e desenvolvimento de uma consciência crítica e reflexiva¹⁸.

No momento não existem protocolos estabelecidos em relação à visita domiciliar ao recém nascido e à puérpera. Entretanto, deve-se levar em consideração que durante a gravidez, parto e pós-parto a mulher, assim como o recém-nascido, apresenta

uma maior suscetibilidade ao novo coronavírus, especialmente, gerando preocupação para os profissionais da saúde, pois ainda existem poucas informações que apontem as consequências da infecção ao binômio¹⁹.

Os protocolos que asseguram mesmo em tempos de pandemia o pré natal deve ser garantido, este é um momento oportuno para que os profissionais da saúde realizem orientações para mulheres e seus companheiros acerca de todos os direitos que compreendem a fase da gravidez até o puerpério.

De acordo com a Fundação Oswaldo Cruz deve-se manter o mínimo de 6 consultas no pré-natal (1 no 1º trimestre, 2 no 2º trimestre e 3 no 3º trimestre) para mulheres que não apresentam comorbidades e não são de alto risco²¹. O intervalo de tempo entre as consultas deverá ser determinado, levando em consideração a idade gestacional, a presença ou não de doenças maternas ou fetais, comorbidades e a evolução da gestação. Pode-se considerar a utilização da teleconsulta, com o intuito de espaçar as consultas mantendo o cuidado, mantendo o registro adequado no prontuário da gestante²⁰.

No início da pandemia diante das incertezas e da ausência de protocolos em relação ao Covid-19 alguns hospitais adotaram medidas restritivas em relação aos acompanhantes no momento do parto, em alguns casos contrariando a Lei nº 11.108, de 7 de abril de 2005, que garante às parturientes o direito à presença de acompanhante durante o trabalho de parto, parto e pós-parto imediato. Posteriormente o Ministério da saúde determinou que o acompanhante pode estar presente durante o parto, mesmo que a mulher seja positiva para o Sars-Cov-2, com as seguintes ressalvas: não deve haver revezamentos e o visitante não deve pertencer a grupos de risco para Covid-19. De acordo com os protocolos de saúde, o parto normal pode ser realizado em mães infectadas, caso elas não apresentem nenhuma complicação. Para as gestantes e puérperas assintomáticas que não testaram positivo para SARS-CoV-2, a presença do

acompanhante é aceita sem restrições²¹.

A atuação desse acompanhante perpassa, também, por transmitir confiança, aconchego, um melhor bem-estar físico e psicológico. Dessa forma, o parto torna-se um fenômeno inigualável e aprazível para ambos, colaborando assim para o fortalecimento da união entre a família²². Dentre esses motivos, manifesta-se também a redução das dores, das intervenções desnecessárias, das complicações que possam surgir durante o trabalho de parto, além de possibilitar um momento mais humanizado²³.

Durante todo o processo de parturição a mulher experimenta diversos sentimentos como entusiasmo, medo e dor, fazendo-se necessário a presença de um acompanhante de sua escolha.

A Organização Mundial de Saúde recomenda que as mulheres façam a escolha pelo local de nascimento baseadas em seu sentimento de segurança, seja em casa, centro de parto normal ou hospital²⁴

Os relatos de parto levantam a discussão acerca da autonomia da mulher na escolha do local de nascimento. Nas interações das participantes no grupo do aplicativo de mensagens houveram relatos de partos hospitalares e partos domiciliares. Atualmente a decisão a respeito do local de nascimento pode estar relacionada pelo medo e insegurança atrelados à pandemia

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia pelo novo coronavírus tem sido desafiadora para toda a sociedade, em especial para gestantes e puérperas as quais se encontram classificadas como grupo de risco e tiveram a orientação de permanecer em isolamento social, para assim minimizar o risco de contágio pelo Covid-19. Diante disso, evidencia-se a necessidade de uma boa rede de apoio e atividades de educação em saúde alternativas às presenciais.

Neste contexto, o grupo de gestantes online e o grupo de mensagens

por aplicativo se tornou um espaço onde as mulheres puderam compartilhar suas vivências do ciclo gravídico puerperal em meio a pandemia. Amparadas por profissionais da saúde capacitados para sanar as dúvidas levantadas. O grupo de mensagens por aplicativo tornou-se uma ferramenta para a construção de uma rede de apoio no qual as mulheres puderam compartilhar suas vivências diárias e minimizar os efeitos do isolamento social de forma segura. As limitações do estudo estão relacionadas à coleta de dados, pois a mesma foi realizada no arquivo das conversas do aplicativo de mensagens, o que dificultou o aprofundamento nas categorias levantadas. Sugere-se que as pesquisas futuras com esta temática sejam articuladas com outras técnicas de coleta de dados, como por exemplo, entrevistas ou questionários que permitam maior aprofundamento nas temáticas levantadas nas interações no aplicativo de mensagens.

REFERÊNCIAS

1. Piccinini, C. A., Gomes, A. G., De Nardi, T., & Lopes, R. S (2008). *Gestação e a constituição da maternidade*. *Psicologia em Estudo*. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722014000100013. Acesso em 03 fev de 2021.
2. Zirr, Greice de Medeiros; Gregório, Vitoria Regina Petters; Lima, Margarete Maria DE; Collaço, Vania Sorgatto. Women's autonomy in child labor: contributions from a group of pregnant women. **REME rev. min. enferm** ; 23: e-1205, jan.2019. Disponível em: <http://www.dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20190053>. Acesso em 09 abr. 2020.
3. Lennon, Roisin. Pain management in labour and childbirth: Going back to basics. **British Journal of Midwifery**. v 26, n.10; 2018. Disponível em: <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=26&sid=c9fcacfd-6b62-4d84-be43-864e0e73f0c1%40sdc-v-sessmgr> 03. Acesso em: 18 abr 2020.
4. Organização Mundial DE Saúde. **Recomendações da OMS sobre cuidados pré-natais para uma experiência positiva na gravidez**. 2016. Disponível em: http://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5288:mulheres-gravidas-devem-ter-acesso-aos-cuidados-adequados-no-momento-certo-afirma-oms&Itemid=821>. Acesso em: 29 maio 2020.
5. Paulino, Danilo Borges et al. WhatsApp® como Recurso para a Educação em Saúde: Contextualizando Teoria e Prática em um Novo Cenário de Ensino-Aprendizagem. *Rev. bras. educ. med.*, Brasília , v. 42, n. 1, p. 171-180, jan. 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022018000100171&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 11 jan. 2021.
6. Silva Mac, Chaves MA, Silva RSU. Grupo de gestante pingo de gente: uma experiência exitosa. *South American Journal of Basic Education, Technical and Technological*, v. 5, n. 1, 2018.
7. Rasmussen, A.S; Smulian, J.C; Lednický, J.A. et al. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and pregnancy: what obstetricians need to know. **American Journal of Obstetrics & Gynecology**. 2020; Feb 24. pii: S0002-9378(20)30197-6. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.02.017>. Acesso em 21 abr. 2020.
8. Knight M, Bunch K, Vousden N, Morris E, Simpson N, Gale C, et al. Characteristics and outcomes of pregnant women admitted to hospital with confirmed .
9. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Manual de Recomendações para a Assistência à Gestante e Puérpera frente à Pandemia de Covid-19** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2020.
10. Minayo, M. C. de S. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. 14 ed. São Paulo : Hucitec. 2014. 407.
11. Lima, Rossano Cabral. Distanciamento e isolamento sociais pela **Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental**. *Physis*, Rio de Janeiro , v. 30, n. 2, e300214, 2020 . Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312020000200313&lng=en&nrm=iso>. access on 07 Jan. 2021. Epub July 24, 2020.
12. Vermelho. S.C., Velho, A.P., Bonkovoski a., Pirola. Refletindo sobre as redes sociais digitais. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302014000100011. Acesso em 03 de jan. 2021.

13. Dezfouli FN, Dehghantanha A. Investigating Social Networking applications on smartphones detecting Facebook, Twitter , LinkedIn and Google+ artefacts on Android and iOS platforms. *Australian Journal of Forensic Sciences*, v. 1, n. 1, p. 4–30, 2015.
14. Wilder-Smith, A., & Freedman, D. O. (2020). Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. *J. Travel Med*, 27(2), 1–4. Disponível em: <https://academic.oup.com/jtm/article/27/2/taaa020/5735321>
15. Rubin, G. J., & Wessely, S. (2020). The psychological effects of quarantining a city. In *The BMJ*, 368(1), 368. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.m313>
16. Park, Seong-doo; YU, Seong-hun. The effects of abdominal draw-in maneuver and core exercise on abdominal muscle thickness and oswestry disability index in subjects with chronic low back pain. *J exerc rehabil.* , v. 9, n. 2, p. 286-291, abr. 2013.
17. Teixeira, Marta de Betânia. **Novas regras para acompanhantes na hora do parto.** Disponível em: <https://www.agenciabrasilia.df.gov.br/2020/04/01/novas-regras-para-acompanhantes-na-hora-do-parto/> . Acesso em 26 de dez. de 2020.
18. Gutiérrez M, Zelaya S, Castellanos E, Domínguez R. Evidencia disponible sobre COVID-19 en mujeres embarazadas y lactancia materna. Instituto Nacional de Salud[Internet]. El Salvador; 2020 [acesso 2020 Maio 13]. Disponível em: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/04/1087778/evidencia-cientifica-sobre-embarazo-y-lactancia-covid-19-v2.pdf>. Acesso em 29 de dezembro de 2020.
19. Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz), Ministério da Saúde, Brasil. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/art-encao-mulher/principais-questoes-covid-19-gestacao-atencao-pre-natal-e-em-materni-dades/>. Acesso em 03 de jan de 2021.
20. Aziz A, Zork N, Aubey J, Baptiste, cd, d'alton me, emeruwa un, fuchs km, goffman d, gyamfi-bannerman c, haythe jh, lasala ap, madden n, miller e c, miller rs, monk c, moroz l, ona s, ring le, sheen jj, spiegel es, simpson ll, yates hs, friedman hs. Telehealth for High-Risk Pregnancies in the Setting of the Covid-19 Pandemic. *Am J Perinatol* 2020, 37(8): 800-808. doi:10.1055/s-0040-1712121
21. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Manual de Recomendações para a Assistência à Gestante e Puérpera frente à Pandemia de Covid-19** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2020.
22. Lima MM De, Dutra S, Estácio Jr, Costa R, Roque Atf, Maia C Do C. Contribuições de um grupo de gestantes e casais grávidos para seus participantes. **Cogitare enferm.** [Internet]. 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.DOI>. Acesso em: 24 nov. 2020.
23. Silva MZN, Andrade AB, Bosi MLM. **Acesso e acolhimento no cuidado pré-natal à luz de experiências de gestantes na Atenção Básica.** *Saúde em Debate*, v. 38, p. 805-816, 2014.
24. Motta MF, Adrya S, Silva Feitosa D, Bezerra ST, Melo Dodt RC, Moura M, DE Jesus D. Implementação Da Humanização Da Assistência Ao Parto Natural. *JournaNursing UFPE/Revista de Enfermagem UFPE*. 2016 Feb 1;10(2).

