Trabalho apresentado no 19º CBCENF

Título: ALTERAÇÕES POSTURAIS NA GESTAÇÃO E PREVENÇÃO DE LESÕES ARTICULATÓRIAS: ATIVIDADE EDUCATIVA COLETIVA

Relatoria: GRACIANE CORDEIRO CORREA MEDRADO

Autores: Thais Fernanda de Paula Rodrigues
Aline Domiciano de Souza
Camila Alves de Sousa
Daniela do Carmo Oliveira

Modalidade: Pôster

Área: Inovação, Tecnologia e Cuidado

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: A gravidez é um processo fisiológico com diversas transformações no corpo da mulher. É um período de intensas adaptações físicas e emocionais, incluindo modificações músculoesqueléticas e adequações posturais compensatórias comuns ao ciclo gravídico-puerperal. Estas podem provocar lombalgia, sintoma comum em mulheres gestantes, com características específicas e fatores agravantes que podem ser identificados e abordados durante consulta pré-natal. OBJETIVO: Relatar a experiência de acadêmicas de Enfermagem em uma atividade educativa coletiva com mulheres gestantes sobre alterações posturais na gestação e prevenção de lesões articulatórias. METODOLOGIA: Trata-se de um estudo descritivo, na modalidade de relato de experiência de acadêmicas de Enfermagem da Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT), campus Tangará da Serra-MT em uma atividade do projeto de extensão: “Assistência pré-natal de enfermagem a trabalhadoras gestantes de um frigorífico em Tangará da Serra-MT”,realizada em abril de 2016. O público alvo da atividade foi constituído porum grupo degestantes trabalhadoras de um frigorífico no município referido. O projeto foi aprovado e institucionalizado pela Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da UNEMAT, sob o parecer nº 047/2015-PROEC. RESULTADOS E DISCUSSÕES: Durante a atividade educativa coletiva as gestantes conheceram as alterações posturais de cada semestre gestacional, identificando e compartilhando as adaptações vivenciadas. As acadêmicas demonstraram, através de dinâmicas e recursos audiovisuais, as posições confortáveis e adequadas que previnem agravos articulatóriose a cronicidade de lesões caso elas venham a ocorrer. Foi evidente a preocupação evidenciada pelas gestantes,já que muitas adotavam, mesmo que de forma casual, posturas incorretas. Dessa forma, a atividade educativa permitiu o empoderamento de gestantes para o autocuidado durante a gestação, referente às alterações posturais e aos cuidados que previnem lesões articulatórias. CONCLUSÃO:Conclui-se que para as acadêmicas de Enfermagem, foi possível aprimorar o senso crítico e perceptivo da atuação educativa do enfermeiro, com abordagem de temáticas ampliadas e que comumente não são trabalhadas na prática clínica.