



# 23<sup>o</sup> CONGRESSO BRASILEIRO DE PERINATOLOGIA

14 a 17 de setembro de 2016 - EXPOGRAMADO - Gramado / RS

## Trabalhos Científicos

**Título:** Um Olhar Diferenciado Buscando Cuidar De Quem Cuida: atividade Física E Educação Em Saúde Para Puérperas Acompanhantes De Prematuros Ingressadas Em Alojamento Conjunto Da Maternidade Do Hospital Univer

**Autores:** VALDEREZ ARAUJO DE LIMA RAMOS (UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAIBA); ÁDILA ROBERTA ROCHA SAMPAIO (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY); LUZIANE JUZI CARVALHO (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY); ADRIANA GONÇALVES BARROS (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY); RIVALDO COELHO (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY); KARINE CARVALHO (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY); MARIA DE LOURDES FERNANDES BASTOS (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY)

**Resumo:** . Introdução: Alojamento conjunto é um sistema hospitalar com técnica de acomodação do recém-nascido (RN) ao lado da mãe até a alta da maternidade. A permanência do RN sadio ao lado de sua mãe propicia orientações e cuidados assistenciais, racionalização do trabalho hospitalar, redução do risco de infecção hospitalar e do custo operacional. Com relação ao RN prematuro, sentimentos de angústia, estresse emocional, insatisfação frente à assistência e momentos de ócio refletem diretamente na capacidade de cuidar e de manter a lactação dos seus filhos. É notório o crescente número de puérperas acima do peso, hipertensas e com variados problemas bio-psico-sociais. Objetivo: Promover a saúde integral e interdisciplinar das puérperas, através de ações voltadas a atividades físicas como musculação, pilates, ginástica laboral, treinamento funcional e seções de alongamento/relaxamento, aulas de ritmo/aeróbica realizadas dentro das instalações do Hospital Universitário. Métodos: O Projeto será realizado no HULW, tendo como público-alvo as puérperas de longa permanência, que esperam a estabilização de seus bebês patológicos. A atividade física é realizada da seguinte forma: um grupo às segundas e quartas, e outros dois grupos às terças e quintas, todos com duração aproximada de 45 minutos. Cada grupo está limitado a quatro(4) pacientes. Resultados: Os resultados desta pesquisa apontam para a importância da atividade educativa favorecendo a interação e a troca de experiências. Tais intervenções educativas foram planejadas para aumentar o conhecimento e a autoconfiança das puérperas ao assumirem o cuidado e a responsabilidade com o bebê. Conclusão: Se espera troca de experiências entre as mães, discussões sobre mitos, autocuidados e os cuidados dos bebês, a fim de que as mulheres possam ter mais liberdade para expressar suas dúvidas, após preparo da equipe, gerar assistência humanizada, mais criativa e participativa, facilitando o aprendizado das mulheres, além de ser uma proposta acessível, viável e de baixo custo.