

REDES SOCIAIS COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO À SAÚDE DE PUÉRPERAS

Eloisa de Almeida Lopes (Universidade Estadual de Maringá)

Leticia de Oliveira (Universidade Estadual de Maringá)

Flávia Alessandra da Silva Cham Barbosa (Universidade Estadual de Maringá)

Maria Eduarda Vettorazzo Defendi (Universidade Estadual de Maringá)

Flávia Cristina Vieira Frez (Universidade Estadual de Maringá)

Viviane Cazetta de Lima Vieira ((Universidade Estadual de Maringá)

ra134750@uem.br

Resumo:

Introdução: O puerpério é um período onde ocorrem alterações involutivas do período gestacional e adaptações à vida pessoal e familiar que em geral repercutem em dúvidas e desafios para a mulher e sua família. Assim, o projeto de telemonitoramento de puérpera pós-alta hospitalar, incorporou a ferramenta do *Whatsapp*® e do *Instagram*® como ferramentas de apoio e promoção à saúde de mulheres no pós parto. **Objetivo:** relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem acerca da utilização das redes sociais como ferramenta de promoção à saúde materno-infantil em um projeto de extensão. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência vivenciado pela equipe do projeto de extensão “Telemonitoramento de Puérperas Após Alta Hospitalar: Estratégia para o Autocuidado”. O projeto capta mulheres que tiveram seu parto no Hospital Universitário de Maringá e acompanha essas mulheres pelo whatsapp e pelo Instagram auxiliando nas dúvidas e cuidados inerentes ao período puerperal. **Resultados e Discussão:** O grupo do whatsapp conta com 144 puérperas, Atualmente o Instagram incorpora 101 seguidores, 9.545 visualizações, sendo 25,9% de seguidores e 74,1% não seguidores, com um total de 3.482 contas alcançadas. A experiência demonstrou o potencial das redes sociais como ferramenta de promoção à saúde materno-infantil, que se beneficiam com os conteúdos postados semanalmente. A elaboração de *posts* e *stories* interativos permitiu a comunicação direta com o público-alvo. **Considerações:** A experiência reforçou a integração entre o *WhatsApp* e o *Instagram*, evidenciando a importância da continuidade do uso das redes sociais para uma comunicação mais dinâmica e responsiva à necessidade das puérperas.

Palavras-chave: Educação em saúde; Meios de comunicação; Período pós-parto; Promoção à saúde; Rede social.

1. Introdução

O puerpério é o período que inicia logo após o parto, com saída da placenta e seu término apresenta divergências na literatura. Durante este período ocorrem

alterações involutivas do período gestacional culminando com a recuperação do organismo materno. Para além de repercussões físicas, o período puerperal é permeado por mudanças psicológicas, conjugais, familiares, profissionais e socioeconômicas, que em geral repercutem em dúvidas e dificuldades para a mulher e sua família (MENCHETE, 2024).

Nesta fase de tamanhos desafios, as redes sociais, particularmente o WhatsApp® e o Instagram®, têm demonstrado eficácia estratégica na promoção da saúde, permitindo a valorização das experiências individuais e atendendo às necessidades específicas de cada puérpera. A literatura destaca o papel fundamental das tecnologias digitais na disseminação de informações essenciais para uma vivência saudável do período puerperal, mediante uma linguagem acessível e acolhedora (RIBEIRO, 2023). Nesse sentido, as redes sociais emergem como ferramentas importantes para o cuidado puerperal.

Compreendendo essas necessidades o projeto "Acolhimento Materno e Apoio no Retorno ao Lar (AMAR)" contribuem para a disseminação de informações que auxiliam na adaptação à maternidade e nos cuidados com o recém-nascido, por meio de um acompanhamento on-line no WhatsApp® e ações educativas no Instagram®. Frente ao exposto, a presente pesquisa teve como objetivo relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem acerca da utilização das redes sociais como ferramenta de promoção à saúde materno-infantil em um projeto de extensão.

2. Metodologia

Trata-se de um relato de experiência realizado por acadêmicas de graduação do curso de enfermagem na Universidade Estadual de Maringá (UEM), participantes de um projeto de extensão intitulado "Telemonitoramento de Puérperas Após Alta Hospitalar: Estratégia para o Autocuidado". O projeto de extensão acontece todas as sextas-feiras e telemonitora puérperas 45 dias após alta da maternidade do Hospital Universitário de Maringá (HUM).

O projeto conta com 14 participantes, sendo 12 acadêmicos de enfermagem e 2 docentes do curso. Para além da monitorização via telefone, o projeto expandiu sua atuação incorporando a ferramenta do Whatsapp® apresentado com o nome

“Telemonitoramento-HU/UEM” e por um perfil no Instagram® denominado “AMAR - Acolhimento Materno e Apoio no Retorno ao Lar”.

3. Resultados e Discussão

A criação do *WhatsApp*® e do Instagram®, foi uma necessidade, uma vez que apenas as ligações telefônicas uma vez por semana não possibilita uma comunicação interação para resolução de dúvidas pontuais mas que não poderia demorar dias para serem esclarecidas. A nova ferramenta contribui ainda com a divulgação de vídeos educativos que auxiliam visualmente o entendimento de técnicas como por exemplo as posições para amamentação e a identificação de problemas dermatológicos.

Para a elaboração dos posts no Instagram, as acadêmicas adotam uma metodologia rigorosa que envolve: (1) pesquisa em fontes científicas confiáveis, garantindo a legitimidade e atualidade das informações; (2) desenvolvimento da arte da publicação utilizando aplicativos de design gráfico; e (3) revisão e validação pela professora orientadora, assegurando a precisão e qualidade do conteúdo. Dessa forma, é possível garantir que as puérperas e outros públicos tenham acesso a materiais educativos com informações claras, precisas e baseadas em evidências científicas.

Atualmente o perfil conta com 11 publicações e 101 seguidores, 9.545 visualizações, sendo 25,9% de seguidores e 74,1% não seguidores, com um total de 3.482 contas alcançadas. Durante o período de 15 de maio a 31 de julho foram realizadas 111 publicações, com diversidade de temas relacionados ao período gestacional, neonatal e primeiros cuidados com lactentes.

A equipe recebe periodicamente capacitações que nos últimos meses incluíram: desmame guiado; introdução alimentar pelo método BLW; Capacitação em relação ao teleatendimento em amamentação. Os materiais divulgados no perfil incluíram temas que envolveram as capacitações e também que respondiam a dúvidas do whatsapp e das ligações telefônicas que incluíram: vestimenta do bebê de acordo com o clima; Importância da vacinação; cólicas em recém-nascidos, como identificar e manejar.

Os dados deste projeto são consonantes a de outro estudo apontando que as mídias digitais são eficazes na divulgação de conteúdos à saúde da mulher no ciclo

gravídico-puerperal, estreitando vínculo e interação da comunidade com a equipe executora do projeto (MARINHO,2023). A experiência com o perfil “Amar_UEM” demonstrou a relevância de acesso a informações confiáveis sobre a saúde materno-infantil e contribuiu com o aprimoramento da formação acadêmica dos estudantes de enfermagem.

4. Considerações

A experiência reforçou a integração entre o *WhatsApp*® e o *Instagram*®, que evidenciou a importância da continuidade do uso das redes sociais para uma comunicação mais dinâmica e responsiva à necessidade das puérperas. A troca de informações e adesão ao conteúdo oferecido fortaleceu o vínculo entre as acadêmicas e as puérperas, proporcionando uma maior troca de experiências.

Referências

MENCHETE, Tainara. **Protocolo clínico: assistência ao puerpério. Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (HC-UFTM)**. Versão 2. Uberaba: Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares, 2024.

DA SILVA RIBEIRO, Ellen Letícia; NUNES DA SILVA, Ana Maria; SHIRLEY SINIAK DOS ANJOS MODES, Priscilla; SILVA MARCON, et al. Uso do WhatsApp em um grupo de educação em saúde com mulheres. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 44, 2023.

MARINHO, Rebeca Rayane et al.. Utilização do Instagram para divulgação de informação em saúde da gestante: relato de experiência. **Anais do Congresso Regional de Enfermagem Obstétrica e Neonatal**. Belém(PA) ICJ - UFPA, 2023.