

RELATO DE EXPERIÊNCIA: GESTAÇÃO, VIDA E SAÚDE

Experience report: pregnancy, life and health

Marta Helena Souza De Conti¹
Letícia da Silva Rodrigues²
Talessa Botero dos Santos²
Isabela Cristina Florentino³
Nicole Terni de Mello⁴
Amanda de Oliveira Navarro⁴
Larissa Biazoti Azanha⁴

¹Doutora em Ginecologia,
Obstetrícia e Mastologia,
Professora adjunta especial
do Centro Universitário Sa-
grado Coração, Bauru/S.P.

²Fisioterapeutas graduadas
pelo do Centro Univer-
sitário Sagrado Coração,
Bauru/SP.

³Nutricionista graduada
pelo do Centro Univer-
sitário Sagrado Coração,
Bauru/SP.

⁴Discentes do curso de
Fisioterapia do Centro Uni-
versitário Sagrado Coração,
Bauru/SP.

Autor correspondente:
Marta Helena Souza De Conti
marta.conti@unisagrado.edu.br

Recebido em: 05/04/2021

Aceito em: 02/06/2021

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gesta-
ção, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.

RESUMO

O nível de informação de gestantes e da família que a assiste é fator determinante de sucesso e qualidade de vida do binômio mãe-filho. Nesse sentido programas de educação em saúde podem contribuir no ciclo gravídico puerperal. Objetivo: Relatar as experiências vivenciadas num projeto de extensão, com ações de promoção a saúde no ciclo gravídico puerperal. Método: Trata-se de um relato de experiência referente a vivência no projeto de extensão intitulado “Gestação, Vida e Saúde” (PGVS), realizado por docente e estudantes do UNISAGRADO, que contempla ações de extensão comuns a vários

cursos. Esta ação é composta de atividades de promoção à saúde e prevenção de disfunções que podem ocorrer na gestação, parto e puerpério, enfocando atividades educativas a gestante e a puérpera. Relato de Experiência: No período de 2010 a 2020, o PGVS teve a participação de 594 gestantes assistidas pelo programa de educação em saúde, composto de ações e temas relacionados ao ciclo gravídico puerperal e 208 estudantes certificados, promovendo impacto importante na comunidade interna e externa. Os estudantes, além de experimentarem a vivência de problemas reais na comunidade, praticam a interdisciplinaridade e desenvolvem habilidades práticas no processo de aprendizagem por meio do projeto. Destaca-se também como produto, a articulação com a pesquisa, sendo 42 estudos apresentados em eventos e nove artigos científicos publicados em periódicos indexados. Considerações finais: O PGVS de caráter interdisciplinar, fundamentado em princípios humanistas proporciona um ambiente favorável à articulação dos três pilares da educação: ensino, pesquisa e extensão, além de promover a interdisciplinaridade. Os discentes, assim como, a comunidade assistida compartilha experiências de vida e contribuem para o crescimento pessoal de ambos. As ações desenvolvidas visam acrescer nos estudantes extensionistas, a reflexão sobre as mudanças na realidade social e, conseqüentemente, contribuem para melhorar a qualidade de vida do binômio mãe-filho.

Palavras chave: Gestação. Extensão. Programa de Educação em Saúde.

ABSTRACT

The level of information of the pregnant woman and the family that assists her is a determining factor for the success and quality of life of the mother-child binomial. In this sense, health education programs can contribute to the postpartum pregnancy cycle. Objective: To report the experiences lived in an extension project, with health promotion actions in the postpartum pregnancy cycle. Method: This is an experience report referring to the experience in the extension project entitled "Pregnancy, Life and Health (PLH) carried out by UNISAGRADO professors and students, which includes extension actions common to several courses. This action is composed of activities to promote health and prevent dysfunctions that may occur during pregnancy, childbirth and the puerperium, focusing on educational activities for pregnant women and women who have

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.

CONTI, Marta Helena
Souza De et al. Relato de
experiência: gestação,
vida e saúde. *InterAção*,
Bauru, v. 01, n. 01,
p. 69-82, 2021.

recently given birth. Experience report: In the period from 2010 to 2020, the PGVS had the participation of 594 pregnant women assisted by the health education program composed of actions and themes related to the postpartum pregnancy cycle and 208 certified students, promoting an important impact on the internal community. Students, in addition to experiencing the real experience of problems in the community, practice interdisciplinarity in the process of learning the practical skills developed in the project. The articulation with the research also stands out as a product, with 42 studies presented at events and nine scientific articles published in indexed journals. Final considerations: PGVS of an interdisciplinary nature, based on humanist principles, provides a favorable environment for the articulation of the three pillars of education: teaching, research and extension, in addition to promoting interdisciplinarity. The students, as well as the assisted community, share life experiences and contribute to the personal growth of both. The actions developed aim to increase extension students' reflection on changes in social reality and, consequently, contribute to improving the quality of life of the mother-child binomial.

Keywords: *Pregnancy. Extension. Health Education Program.*

INTRODUÇÃO

A gestação pode ser considerada um processo fisiológico com adaptações físicas, psicológicas e sociais, constituída aproximadamente por 40 (quarenta) semanas, em que a mulher passa por intensas mudanças que mudam de intensidade e ocorrência de gestante para gestante variável ao período gestacional. Nesse período essas adaptações promovem a homeostasia corporal e o crescimento fetal, que favorecem o bem-estar da gestante (CABELLO *et al.*; 2021).

Desta maneira, na gravidez ocorrem adaptações em todos os sistemas corpóreos, ressaltando o sistema cardiovascular, urinário, respiratório, metabólico, digestivo, tegumentar, enzimático, neuromusculoesquelético, além das alterações biomecânicas (KATONIS *et al.*, 2011). Tais adaptações podem gerar algumas queixas específicas, que podem desaparecer diminuir ou se intensificar ao longo da gravidez (RODRIGUES *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2021)).

As repercussões da gravidez no sistema músculo esquelético contribuem para relatos constantes de desconfortos e resultam em grandes ajustes nas posturas estática e dinâmica das mulheres (DE CONTI *et al.*, 2003). Os desconfortos musculoesqueléticos são con-

siderados relatos de percepções físicas desagradáveis (PINHEIRO, TRÓCCOLI, CARVALHO, 2002) relacionados a dor, sensação de peso, formigamento ou parestesia. Estes sintomas de percepção física desagradável associados à ansiedade e medos advindos do período gestacional podem comprometer o enfrentamento cognitivo da gestante e assim, tolher possíveis sensações prazerosas da gestação (CONSONNI *et al.*, 2010).

Além das mudanças físicas, o período gravídico é considerado uma fase crítica para a imagem corporal da mulher, podendo interferir no relacionamento do casal, originar opções de não engravidar e, então, conter a vivência da maternidade. As adaptações corporais vivenciadas pela gestante deveriam ser integradas a sua imagem corporal, significando aceitabilidade e enfrentamento positivo. Apesar dos relatos de atenção psicológica e física durante a gestação serem antigos, os cuidados pré-natais destinados às gestantes são imprescindíveis e, sobretudo, com controle médico e exames específicos para se detectar possíveis problemas (DE CONTI *et al.*, 2006).

O nível de informação da mulher, assim como da família que a assiste, é fator determinante de sucesso e qualidade de vida no binômio mãe-filho. Nesse sentido programas de educação em saúde podem contribuir para com o ciclo gravídico puerperal.

Ressalta-se que programas de educação associados ao objetivo extensionista são ferramentas importantes, subsidiadas pelo subsistema “Saúde da Mulher”, vinculado à linha temática “Promoção da Saúde” que preconizam itens como implementação e desenvolvimento dos programas de atenção integral à saúde da mulher na atenção básica; apoio para as ações de atenção à saúde da mulher no período pré-natal, peri-parto e puerperal; apoio para as ações de estímulo ao aleitamento materno.

Pautados por este referencial teórico o Projeto de Extensão Gestação, Vida e Saúde (PGVS) propõe um programa de educação em saúde, com ações multi e interdisciplinares, que assiste gestantes de baixa renda com acompanhamento pré-natal na Rede de Atenção Básica Municipal.

Os ambientes de educação em saúde para gestantes são de suma importância, sendo métodos que proporcionam interação com a sociedade e podem trazer benefícios maternos e fetais. Frequentemente são utilizados pelos profissionais da saúde, por se tratar de formas mais eficazes de prevenção das morbidades maternas. O direcionamento adequado das atividades educativas confere à gestante qualidade de vida e estímulo à boa condução da saúde materno infantil. Diversos pesquisadores têm investido muitos recursos na condução destes programas, durante a gestação, a fim de evitar futuros proble-

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.

mas de saúde pública, discutidos e tratados mundialmente, sendo as atividades educativas amplamente aplicadas à população obstétrica. Os desfechos desta dinâmica educativa revelam que o processo de ensino aprendizagem contribui para a construção de saberes e qualidade de vida materno infantil mais adequada, favorecimento da conduta interdisciplinar e confere segurança ao casal neste período (RODRIGUES *et al.*, 2021).

Portanto, este artigo tem como objetivo relatar as experiências vivenciadas em um projeto de extensão, com ações de promoção a saúde no ciclo gravídico puerperal.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência referente a vivência no projeto de extensão intitulado PGVS realizado por docente e estudantes do UNISAGRADO, que contempla atividades de promoção à saúde e prevenção de disfunções que podem ocorrer na gestação, parto e puerpério.

O PGVS é realizado desde 2008, por estudantes de vários cursos da Área da Saúde com atividades presenciais, em parceria com a Paróquia Santa Rita de Cássia, Bauru/SP, que cede um local para os encontros com as gestantes e, ao término de cada grupo, é oferecido um enxoval para as futuras mães.

As atividades propostas aos estudantes permitem a interdisciplinaridade e a relação próxima entre docente, estudantes e comunidade além de proporcionar a vivência do tripé da educação superior (ensino, pesquisa e extensão). As ações de Programa de Educação para a saúde são constituídas de palestras e dinâmicas práticas sobre temas relacionados à gestação, parto e puerpério, elencados em entendimento sobre o período gravídico puerperal, calendário vacinal, adaptações corporais, alimentação, aleitamento materno, vias de parto, violência obstétrica, cuidados no puerpério e sexualidade durante a gestação. As atividades são realizadas no período vespertino, uma vez por semana, das 14 às 16 horas e 20 minutos, que se alternam semanalmente, sendo uma para a elaboração do material didático, realizada na Clínica de Fisioterapia do UNISAGRADO, e a outra, para os encontros com as gestantes, na sede da Paróquia Santa Rita de Cássia, Bauru. Todo o processo é acompanhado e supervisionado pela docente responsável pelo PGVS. Cada grupo de gestantes participa de quatro encontros com duração de duas horas. Ao término de cada grupo, as gestantes são agraciadas com um enxoval

confeccionado pelas senhoras voluntárias da Paróquia Santa Rita de Cássia, de Bauru, parceira deste projeto.

Para a documentação e informações que subsidiam estudos e acompanhamento dos discentes são elaborados relatórios semestrais do projeto contendo informações quantitativas (números de gestantes assistidas com seus dados obstétricos, clínicos e antropométricos; doação de enxovais; estudantes participantes; número de encontros, e dados qualitativos (nível de informação das gestantes e satisfação em participar do projeto), com frequentes registros fotográficos.

Em decorrência da pandemia provocada pelo novo coronavírus - Covid-19, iniciada em meados de março de 2020, o modelo presencial do PGVS teve que ser reestruturado, para atender a necessidade do isolamento social. Subsidiados pela Portaria do MEC nº 544, de 16 de junho de 2020, que estabeleceu um período de substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais, optou-se pelo encontro *on line*, por meio da ferramenta de videoconferência “*Google Meet*”, escolhida pelos estudantes e gestantes.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Após análise dos registros referente ao período dos últimos 10 anos, observou-se que o PGVS teve a participação de aproximadamente 208 estudantes certificados e 594 gestantes assistidas pelo programa de educação em saúde.

Tabela 1 - Retrospectiva dos últimos 10 anos referente aos dados quantitativos (número de estudantes envolvidos e certificados e gestantes assistidas) do PGVS.

Informações	ANOS										
	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Nº estudantes	16	12	14	47	22	17	15	17	19	16	13
Nº Gestantes	42	60	79	35	59	36	43	78	62	36	64

Fonte: Elaborada pela autora

Destaca-se também a elaboração de 42 estudos com coleta de dados no PGVS que resultaram em trabalhos de conclusão de curso, iniciação científica, dissertação de mestrado e parte da coleta de dados de uma defesa de doutorado, apresentados em eventos científicos. Além disso, como produto, nove artigos científicos foram publicados em periódicos indexados (Quadro 1), que contribuíram para firmar o

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.

tripé ensino, pesquisa e extensão, desenvolvimento de competências dos estudantes e docente envolvidos, assim como, incremento em seus currículos.

Quadro 1 - Artigos científicos publicados no período de 2010 a 2021 com dados completos ou parciais coletados de gestantes do PGVS.

Autores	Título do artigo	Periódico/ Ano de publicação
QUEIROZ, S. K. D.; RODRIGUES, G. S. C.; DE CONTI, M.H.S.	Técnica de Microagulhamento tratamento de estrias: uma revisão de literatura	Brazilian Journal of Development, v. 7, p. 4497-4519; 2021.
RODRIGUES, L. S.; SIMEAO, S. F. A. P.; LANDGRAF, F. M.; RODRIGUES, G. S.C.; MARINI, G.; DE CONTI. M.H.S.	Aspectos físicos, dor lombar e diástase abdominal em gestantes.	Brazilian Journal of Health Review, v. 4, p. 1502-1517, 2021.
CABELLO, L. R. C.; CARREIRA, T.C.; RODRIGUES, L. S.; GATTI, M. A. N.; SIMEAO, S. F. A. P.; DE CONTI, M.H.S.	Effects of the type of feeding on maternal aspects and health conditions of breast-feeding-aged children	International Journal Of Development Research, v. 11, p. 43492-43497, 2021.
FERREIRA, L.; MARINI, G.; AMARAL, A. L.; SANTOS, T. C.; DE CONTI, M. H. S.	Translation, cultural adaptation and validation of 'Pregnancy Experience Scale' for Brazilian pregnant.	Fisioterapia em Movimento, v. 33, p. 1-11, 2020.
JERONIMO, A. C. S.; JERONIMO, D. S.; DE CONTI, M.H.S.	Ocorrência de disfunções dermatológicas em gestantes.	Brazilian Journal of Health Review, v. 2, p. 304-314, 2019.
SANTOS, T. B.; RODRIGUES, L. S.; PENTEADO, S. F.A; DE CONTI, M.H.S.	Existe relação entre dor lombar, diástase abdominal e capacidade funcional em gestantes?	Brazilian Journal of health Review, v. 2, p. 1980-1999, 2019.
CABELLO, L. R. C.; TRIZZE, D.M.; NACAMURA, C. A.; MARTA, S.N.; DE CONTI. M.H.S.	Level of information to pregnant women in the prevention and health promotion in the prenatal period.	Salusvita (Online), v. 37, p. 599-613, 2018.
MELO, P. G. B.; Saes, S.O; DE CONTI. M.H.S.; SIMEAO, S. F. A. P.; MARTA, S.N.	Análise dos hábitos de amamentação e sucção não nutritiva em crianças de 0 a 12 anos.	Revista Uningá, v. 53, p. 73-80, 2017.
MIRA, T.A.A.; SIMEÃO, SFAP; BARRILE, S. R.; SAES, S.O.; DE VITTA, A; GATTI, M.A.N.; DE CONTI. M.H.S.	Avaliação de desconfortos musculoesqueléticos em gestantes saudáveis e com diabetes gestacional.	Salusvita (Online), v. 3, p. 41-54, 2012.

Nos encontros realizados com as gestantes observou-se que os estudantes realizaram ações extensionistas de caráter multi e interdisciplinar e asseguraram a indissociabilidade entre a extensão, ensino e pesquisa. (FIGURAS 1 e 2).



Figura 1 - Encontros em pequenos grupos de gestantes para informações e treinamento sobre amamentação



Figura 2 - Encontro com gestantes, voluntárias da Paróquia Santa Rita de Cássia, estudantes e docente do UNISAGRADO.

Ao término de quatro encontros as gestantes recebem um enxoval (FIGURA 3) confeccionado pelas voluntárias da Paróquia Santa Rita de Cássia – Bauru

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.



Figura 3 - Momento de entrega do enxoval confeccionado pelas voluntárias da Paróquia.

Em março de 2020, em decorrência do início de pandemia pelo novo coronavírus o PGVS encontrou alternativas para não interromper as atividades com os discentes e gestantes. Inicialmente, decidiu-se realizar os encontros de maneira virtual, utilizando a plataforma *Google Meet*, que a maioria das gestantes conseguiram o acesso gratuito. Da mesma forma, deu-se a continuidade da parceria com a Paróquia Santa Rita de Cássia e os enxovais eram doados ao término de cada grupo.

Ressalta-se que o PGVS promoveu impacto importante na formação dos estudantes, que além de experimentarem a vivência real de problemas na comunidade, praticaram a interdisciplinaridade no processo de aprendizagem e das habilidades práticas desenvolvidas no projeto. Exemplo característico desta vivência aconteceu no ano de 2019. As estudantes extensionistas foram tocadas emocionalmente pela pobreza extrema de uma gestante, que relatou ter tentando vários abortos, pela situação financeira e relacional conturbada que vivia. Foram realizadas rodas de conversas entre as estudantes, docente e esta gestante, com o objetivo de refletir sobre situações positivas da gestação e do amor que flui com a maternidade. Aos poucos a gestante foi interagindo e relatou que esta ação contribuiu para a melhora do seu quadro depressivo. Além dos encontros e da atividade educativa as estudantes se mobilizaram em seus entornos e arrecadaram roupas, cobertor, fraldas, produtos de higiene (FIGU-

RA 4) para o recém-nascido, que completaram o enxoval ganho na Paróquia Santa Rita-Bauru.

Ainda, as estudantes também arrecadaram produtos de higiene pessoal, assim como alimentos (duas cestas básicas), que foram entregues em no domicílio da gestante pelas estudantes.



Figura 4 - Produtos arrecadados pelas alunas extensionistas, dispostos na sala de reuniões do PGVS, no UNISAGRADO/Bauru.

Em *feedback* realizado, ao término de cada semestre de realização do projeto, é possível entender a contribuição de tais ações na formação integral e generalista do estudante de graduação. Muitos depoimentos ressaltam a importância da extensão na formação discente com enfoque na percepção de problemas que afligem a vida humana.

Ressalta-se também a relevância social do PGVS ao despertar no universitário a atitude de atenção às necessidades de sua comunidade e conhecer os Programas de Atenção à Saúde da mulher do Ministério da Saúde. Quando um jovem consegue transformar o entorno da Instituição, ou de onde reside, está cumprindo seu papel cidadão e a Universidade sua contribuição social.

A humanização e a colaboração no atendimento aos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) é uma das metas do Ministério da Saúde. O Programa de Humanização do Pré-Natal e do Nascimento (PHPN) estabeleceu os princípios da atenção a ser prestada nos diferentes níveis de atenção à saúde pública e garantiu à mulher o direito de dar à luz recebendo uma assistência humanizada e de boa qualidade.

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.

CONTI, Marta Helena
Souza De *et al.* Relato de
experiência: gestação,
vida e saúde. *InterAção*,
Bauru, v. 01, n. 01,
p. 69-82, 2021.

Em 2021 o PGVS foi redesenhado com modelo que permitisse a continuidade do programa de educação em saúde. Foram planejadas ampliação das ações, utilizando-se ferramentas tecnológicas para auxiliar no processo de informação do programa de educação em saúde.

Com o olhar no cenário mundial ainda preocupante, pela pandemia provocada pela COVID-19, o projeto foi reestruturado e planejado de maneira totalmente digital, com o mesmo intuito de ser um programa de educação em saúde, buscando atender ao 3º Objetivo do Desenvolvimento Sustentável (ODS) que se refere a “Saúde e Bem-estar” e incentiva comportamentos saudáveis e melhora o acesso do indivíduo aos cuidados de saúde.

Desta forma, o planejamento foi realizado a partir dos objetivos de implantar cursos tecnológicos num programa de educação em saúde (PGVS) para gestantes e avaliar a satisfação delas e dos discentes participantes. Para atingir estes objetivos foi proposto um projeto interdisciplinar ampliando a participação de discentes de três áreas de conhecimento: Ciências da Saúde, Humanas e Exatas representadas pelos cursos de Fisioterapia, Estética e Cosmética, Farmácia, Biomedicina, Nutrição, Psicologia e Jogos Digitais. Os procedimentos serão realizados em sete etapas: **1ª:** Reuniões virtuais com os estudantes extensionistas para integrações sobre as ações que serão desenvolvidas: Estas reuniões serão conduzidas pela docente coordenadora do projeto, que irá nortear os caminhos a seguir. Neste momento cada estudante refletirá sobre sua colaboração no projeto, dentro dos temas propostos. **2ª:** Elaboração do conteúdo que será disponibilizado virtualmente às gestantes, pautado pela literatura científica, transformado numa linguagem de fácil compreensão para todos os níveis de escolaridade das gestantes. Temas: adaptações corporais do período gravídico puerperal, importância do acompanhamento pré-natal, serviços oferecidos pela rede pública, vias de partos, direitos da parturiente, importância do aleitamento materno exclusivo, cuidados no pós-parto e com o recém-nascido. **3ª:** Desenvolvimento de um estudo multidisciplinar sobre conceitos de educação em saúde para gestantes, *m-learning*, jogos, *softwares* educativos e dispositivos móveis, elaboração e implementação de um jogo educacional mobile e uma revista digital, que transmita informações básicas, ao mesmo tempo que, auxilia e incentiva gestantes a comportamentos saudáveis e melhora nos cuidados com a saúde (orientação de um docente da ciência da computação). **4ª:** Elaboração das ferramentas tecnológicas: serão disponibilizados aos estudantes com versões *free*, que na pandemia, podem ser utilizadas em suas residências. Versões: UML: A UML (*Unified Modeling Language* - em português

Linguagem Unificada de Modelagem), Linguagem de Programação *Dart e Framework Flutter: Visual Studio Code; Astah Community; QLite Administration*. **5^a**: Divulgação da pesquisa por meio das mídias digitais, com contato para as interessadas. **6^a**: Implementação do APP: Ao acessar o APP a gestante será convidada a responder um breve formulário sobre: idade, arranjo familiar, cor da pele. Não será permitida sua identificação (nome ou endereço); escolaridade e renda familiar. Dados obstétricos: número de gestações e de partos, via de parto e se já amamentou anteriormente. Logo a seguir, as gestantes receberão as informações sobre o acesso ao conteúdo do jogo digital. **7^a**: Avaliação da contribuição e da satisfação das gestantes em participar da implantação de recursos tecnológicos num programa de educação, analisada por questionário que será aplicado no término do aplicativo (APP) e da revista digital, com 12 questões de múltipla escolha, relacionadas ao preparo para a gestação, parto, amamentação e cuidados para com o recém-nascido; ao desempenho e segurança no parto e à experiência de parir; e uma questão aberta, de resposta opcional, para expressar suas críticas e sugestões, considerando os pontos fortes e fracos do programa de educação. Os discentes também responderão a um questionário pelo *Google forms* sobre a satisfação em participar do PGVS.

O projeto foi aprovado pela Pró Reitoria de Extensão e Pastoral Universitária, iniciando suas atividades em março de 2021.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto Gestação, Vida e Saúde tem caráter interdisciplinar, fundamentado em princípios humanistas proporciona um ambiente favorável à articulação dos três pilares da educação: ensino, pesquisa e extensão, além de promover a interdisciplinaridade. Os estudantes, assim como a comunidade assistida, trocam experiências de vida e assim, contribuem para o crescimento pessoal de ambos. As ações desenvolvidas visam crescer, nos estudantes extensionistas, a reflexão de mudanças na realidade social e, conseqüentemente, sua contribuição para melhorar a qualidade de vida do binômio mãe-filho.

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.

CONTI, Marta Helena
Souza De *et al.* Relato de
experiência: gestação,
vida e saúde. *InterAção*,
Bauru, v. 01, n. 01,
p. 69-82, 2021.

REFERÊNCIAS

CABELLO, L. R. C.; CARREIRA, T.C. ; RODRIGUES, L. S. ; GATTI, M. A. N. ; SIMEAO, S. F. A. P. ; DE CONTI, M.H.S . Effects of the type of feeding on maternal aspects and health conditions of breastfeeding-aged children. **International Journal of Development Research**, v. 11, p. 43492-43497, 2021.

CABELLO, L. R. C.; TRIZZE, D.M.; NACAMURA, C. A. ; MARTA, S.N.; DE CONTI, M.H.S . Level of information to pregnant women in the prevention and health promotion in the prenatal period. **REVISTA SALUSVITA (ONLINE)**, v. 37, p. 599-613, 2018.

CONSONNI, E.B.; CALDERON, I.M.P.; CONSONNI, M. *et al.* A multidisciplinary program of preparation for childbirth and motherhood: maternal anxiety and perinatal outcomes. **Reprod Health** 7, 28 (2010). <https://doi.org/10.1186/1742-4755-7-28>.

DE CONTI, M. H. S. Avaliação de um programa multiprofissional de preparo para a gestação e parto – repercussões maternas e perinatais. 2006. 85 f. Tese (Doutorado em Ginecologia, Obstetrícia e Mastologia) – Faculdade de Medicina de Botucatu da Universidade Estadual Paulista, Departamento de Ginecologia, Obstetrícia e Mastologia, Botucatu, 2006.

DE CONTI, M. H. S. et al. Efeitos das técnicas fisioterápicas sobre os desconfortos músculo-esqueléticos da gestação. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 25, n. 9, p. 647-654, out. 2003.

FERREIRA, L. ; MARINI, G. ; AMARAL, A. L. ; SANTOS, T. C. ; DE CONTI, M.H.S. Translation, cultural adaptation and validation of ‘Pregnancy Experience Scale’ for Brazilian pregnant. **Fisioterapia em Movimento**, v. 33, p. 1-11, 2020.

JERONIMO, A. C. S.; JERONIMO, D. S.; DE CONTI, M.H.S . Ocorrência de disfunções dermatológicas em gestantes. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 2, p. 304-314, 2019.

KATONIS, P.; KAMPOUROGLOU, A.; AGGELLOPOULOS, A.; KAKAVELAKIS, K.; LYKOUDIS, S.; MAKRIGIANNAKIS, A.; ALPANTAKI, K. Pregnancy-related low back pain. *Hippokratia*, v.15, n. 3, p. 205-210, 2011.

MIRA, TAA ; SIMEÃO, S.F.A.P. ; BARRILE, S. R. ; SAES, S.O.; DE VITTA, A ; GATTI, M.A.N.; DE CONTI, M.H.S. Avaliação de desconfortos musculoesqueléticos em gestantes saudáveis e com diabetes gestacional. **Revista Salusvita (Online)**, v. 3, p. 41-54, 2012.

PINHEIRO, F. A.; TRÓCCOLI, B. T.; CARVALHO, C.; Validação do Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares como medida de morbidade. **Revista Saúde Pública**, v.36, n.3, p.307-312, 2002.

QUEIROZ, S. K. D.; RODRIGUES, G. S. C.; DE CONTI, M.H.S . Técnica de Microagulhamento no tratamento de estrias: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, p. 4497-4519, 2021.

RODRIGUES, L. S. ; SIMEAO, S. F. A. P. ; LANDGRAF, F. M. ; RODRIGUES, G. S. C. ; MARINI, G. ; DE CONTI, M.H.S . Aspectos físicos, dor lombar e diástase abdominal em gestantes. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, p. 1502-1517, 2021.

SANTOS, T. B.; RODRIGUES, L. S.; PENTEADO, S. F. A. ; CONTI, M.H.S . Existe relação entre dor lombar, diástase abdominal e capacidade funcional em gestantes?. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 2, p. 1980-1999, 2019.

CONTI, Marta Helena Souza De *et al.* Relato de experiência: gestação, vida e saúde. *InterAção*, Bauru, v. 01, n. 01, p. 69-82, 2021.