



Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN
Secretaria de Educação à Distância – SEDIS
Laboratório de Inovação Tecnológica em Saúde - LAIS
Programa de Educação Permanente em Saúde da Família – PEP SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

**A ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE NO PRÉ-NATAL PRECOCE E NA
PROMOÇÃO E APOIO AO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO ATÉ
OS 6 MESES, NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE UNIDADE BÁSICA DE
SAÚDE - MARIA HELENA COSTA DE COSTA - MAZAGAO-AP**

JOSE ALBERTO ALVES ORELLANA

NATAL/RN
2021

A ATENÇÃO BÁSICA À SAÚDE NO PRÉ-NATAL PRECOCE E NA PROMOÇÃO E APOIO AO ALEITAMENTO MATERNO EXCLUSIVO ATÉ OS 6 MESES, NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE - MARIA HELENA COSTA DE COSTA - MAZAGAO-AP

JOSE ALBERTO ALVES ORELLANA

Trabalho de Conclusão apresentado ao Programa de Educação Permanente em Saúde da Família, como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Saúde da Família.

Orientador: RAFAEL SOARES DIAS

NATAL/RN
2021

Primeiramente a Deus que me permitiu concluir a faculdade e por ter me dado essa oportunidade de estar realizando essa pós-graduação.

Aos meus pais que sempre me apoiaram nos meus estudos, sem eles eu não estaria aqui. A UFRN, pela oportunidade de fazer o curso online, devido a pandemia e a distância seria impossível realizar de maneira presencial.

A todos que direta ou indiretamente fizeram parte dessa pós-graduação.

Dedico esse trabalho à meus pais, sem eles eu nunca estaria aqui.

RESUMO

A atenção básica à saúde engloba desde a prevenção até recuperação de saúde, em todas as fases da vida do indivíduo. Neste contexto foram desenvolvidas as microintervenção na Unidade Básica de Saúde Maria Helena Costa de Costa, município de Mazagão, Estado do Amapá. Com a preocupação da concepção aos primeiros anos de vida e com a necessidade de melhoria na assistência nestas fases, além da percepção da insuficiente participação ativa da população alvo, foram realizadas intervenções que se embasaram na promoção de saúde no pré-natal precoce e na promoção e apoio ao aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida. Motivados pelas circunstâncias da pandemia, foram utilizados principalmente meios de comunicação digitais e redes sociais. O objetivo principal é a redução de agravos preveníveis, além de minimizar os danos, através diagnóstico precoce, melhorando a saúde e qualidade de vida do binômio mãe e bebê. As ações de busca ativa, promoção da saúde através da educação e capacitação da equipe, estreitaram o vínculo com a população alvo, porém mais resultados deverão ser percebidos a longo prazo.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	7
2. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO 1	9
3. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO 2.....	14
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS	17
5. REFERÊNCIAS	18
6. APÊNDICES.....	20
7. ANEXOS	27

1. INTRODUÇÃO

O início da vida se dá, desde a concepção, e a atenção primária a saúde, começa antes disso, na pré-concepção. É importante que em cada fase da vida do ser humano este possa receber cuidados destinados a suas necessidades, por isso a importância do assunto tratado neste trabalho, a adequada assistência da gestante durante o pré-natal, e primeiros meses de vida do bebê. O acompanhamento oportuno e regular, propicia tanto o diagnóstico precoce, quanto tratamento apropriado quando necessário. Um dos objetivos do milênio é a idealização de um mundo em que todas as mulheres e recém-nascidos recebam cuidados de qualidade durante toda a gravidez, parto e período pós-natal. O controle pré-natal e o aleitamento materno podem salvar vidas.

É de suma importância para o processo, que exista uma comunicação efetiva com as mulheres acerca de todas as mudanças e fases, para esta interação é primordial um apoio respeitoso e efetivo pela equipe que as assiste, por isso a necessidade de capacitação da equipe.

Com objetivo de melhorar a assistência e promover o início precoce ao pré-natal para garantir a prevenção e redução de riscos à mãe e ao bebê, bem como proporcionar melhorias no processo de crescimento e desenvolvimento saudável através da promoção ao aleitamento materno, foram abordados os temas durante a realização das microintervenções na unidade de saúde.

A Unidade Básica de Saúde - Maria Helena Costa de Costa, fica localizada na zona rural, distrito do Maracá, no município de Mazagão, Estado do Amapá. A Vila Maracá, como é conhecida, tem aproximadamente 1600 pessoas que moram na localidade, porém além destes existem vários ribeirinhos que às vezes descem o rio, levam de um a dois de viagem para chegarem na Vila, e receber atenção Médica. A maioria das pessoas na vila, vivem de agricultura, na colheita de castanha, uma vez por ano, e o resto do ano realizam o plantio de mandioca para fabricação de farinha e também utilizam como meio de sobrevivência a pesca e da caça. Uma minoria da população vive do salário da prefeitura, trabalhando nas escolhas e na própria unidade de saúde. A distância até o município é de aproximadamente 100 km de estrada de terra, onde existe uma unidade mista de apoio, que é o lugar de referência para encaminhar emergências, em dias sem chuva este trajeto é feito em aproximadamente uma hora e meia.

A dificuldade de acesso e condições socioeconômicas são alguns dos desafios enfrentados, pois muitas mães acabam não realizando acompanhamento precoce, e ou recebem orientações para aleitamento materno, por não conseguirem realizar as consultas de maneira adequada tendo em vista as condições para chegada até a unidade de saúde. Por isso, a forma de conseguir levar o máximo de informações através dos meios de comunicação ameniza a problemática, não substitui a consulta presencial, porém minimizam os danos, uma vez que as informações de maneira adequada podem transformar ações e com o tempo reordenar

comportamentos.

2. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO 1

É primordial e prioritário na Atenção Primária da saúde da gestante, o acompanhamento adequado ao longo do pré-natal, com consultas em quantidade e qualidade suficiente (entre outros elementos), é capaz de identificar problemas pré-existentes e aqueles desenvolvidos ao longo da gestação, propiciando diagnóstico precoce e tratamento apropriado. Isso aumenta as chances de uma gravidez saudável com o desenvolvimento correto do feto e um parto no tempo certo. A realização do pré-natal representa papel fundamental na prevenção e/ou detecção precoce de patologias tanto maternas como fetais, permitindo um desenvolvimento saudável do bebê e reduzindo os riscos da gestante.

Desde 2016, a Organização Mundial da Saúde (OMS) alerta para o tema, início da era dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS), a morbidade e mortalidade evitáveis relacionadas com a gravidez já estavam excessivamente elevadas. A OMS, descreve a idealização de um mundo em que todas as mulheres e recém-nascidos recebam cuidados de qualidade durante toda a gravidez, parto e período pós-natal. Dentro do ciclo dos cuidados de saúde reprodutiva, os cuidados pré-natais (CPN) constituem uma plataforma para importantes funções dos cuidados de saúde, incluindo a promoção da saúde, o rastreio, o diagnóstico e a prevenção das doenças. De acordo com a OMS (OMS/2016), está comprovado que, com a implementação oportuna e adequada de práticas baseadas em evidências, os CPN podem salvar vidas. Em última análise, os CPN constituem ainda uma oportunidade para comunicar e apoiar as mulheres, as famílias e as comunidades, em fases críticas da vida das mulheres. O processo de elaboração destas recomendações sobre os CPN tem sublinhado a importância de estabelecer uma comunicação efetiva com as mulheres grávidas acerca de questões fisiológicas, biomédicas, comportamentais e socioculturais, e de um apoio respeitoso e efetivo, incluindo seus aspectos sociais, culturais, emocionais e psicológicos. Estas funções de comunicação e apoio aos CPN são essenciais, não só para salvar vidas, mas também para melhorar a vida, a utilização dos cuidados de saúde e a sua qualidade. As experiências positivas das mulheres durante os CPN e o parto podem constituir a base de uma maternidade saudável.

No Brasil, o controle pré-natal, no ano de 2019 passou a ser um dos indicadores de desempenho, do novo modelo de financiamento da Atenção Primária –O programa Previne Brasil foi instituído pela Portaria nº2.979, de 12 de novembro de 2019. O novo modelo de financiamento altera algumas formas de repasse das transferências para os municípios, que passam a ser distribuídas com base em três critérios: capitação ponderada, pagamento por desempenho e incentivo para ações estratégicas. A proposta tem como princípio a estruturação de um modelo de financiamento focado em aumentar o acesso das pessoas aos serviços da Atenção Primária e o vínculo entre população e equipe, com base em mecanismos que induzem à responsabilização dos gestores e dos profissionais pelas pessoas que assistem.

Dados do Ministério da Saúde (MS) revelam que, entre 2011 e 2015, o Amapá registrou 47 óbitos maternos, sendo que, 92% deles, estão ligados a razões obstétricas diretas, como abortos involuntários e doenças durante a gestação, que podem ser tratadas e evitadas, se detectadas no pré-natal. Apesar de baixo índice de mortalidade materna na cidade que atuo, Mazagão Área Sudoeste, no estado do Amapá (5 mortes maternas em 2019 e 03 em 2020 até o momento), enfrentamos a dificuldade do início do pré-natal que ocorre tardiamente ou insuficiente, situação eu preocupo na unidade que atuo, Unidade Básica de Saúde - Maria Helena Costa de Costa, pois a área de abrangência da UBS possui zonas ribeirinhas, além da estrada de terra para chegar até lá, o que dificulta o acesso da comunidade, e somados a estes encontramos as questões culturais e nível de escolaridade (grande parcela da população analfabetos), situações que propulsionam a situação descrita.

A abordagem da microrintervenção, foi desenvolvida com base na temática exposta, com objetivo de maximizar as ações de promoção à saúde das gestantes, e assim realizar a melhoria na assistência e início precoce ao pré-natal, e desta forma garantir a prevenção e redução de riscos das mortes maternas evitáveis, relacionadas à gestação, afinal a prematuridade e a morte materna são situações diretamente ligadas à falta do acompanhamento pré-natal. Com isso, diagnosticar doenças que estão silenciosas; conduzir o tratamento de enfermidades preexistentes; prevenir complicações; orientar sobre os tipos de partos e alimentação; alertar sobre intercorrências, cuidados do pós-parto e com os recém nascidos; informar sobre o calendário vacinal, dentre inúmeras outras funções que reduzam fatores de riscos, enfim realizar de forma humanizada o acolhimento e um pré-natal bem feito, o quanto antes, pois quanto mais precoce possível, estaremos passos à frente de possíveis complicações.

A unidade básica de saúde (UBS) deve ser a porta de entrada preferencial da gestante no sistema de saúde. É o ponto de atenção estratégico para melhor acolher suas necessidades, inclusive proporcionando um acompanhamento longitudinal e continuado, principalmente durante a gravidez, por isso a necessidade de atenção humanizada e de qualidade por isso após identificado a problemática, a primeira ação, no início de outubro, foi qualificação da equipe para incorporação de condutas acolhedoras e sem intervenções desnecessárias; do fácil acesso a serviços de saúde de qualidade, com ações que integrem todos os níveis da atenção (promoção, prevenção e assistência) à saúde da gestante e do recém-nascido. Momento que além do treinamento, foi realizada apresentação do projeto, e discussão da integração da equipe nas ações subsequentes. Na ocasião foi utilizado o Caderno de Atenção Básica, a Gestante de Baixo Risco do Ministério da Saúde e no Guia De Orientação Para As Secretarias Estaduais E Municipais De Saúde.

Posteriormente, através da busca ativa realizado com apoio da equipe de Agentes Comunitários (ACS's), conseguimos aumentar o registro de Gestantes em acompanhamento no pré-natal, atualmente contamos com o total de vinte e uma gestantes cadastradas.

Para melhor qualidade e atendimento, reforçamos a temática de que para gestantes a agenda está sempre aberta, permitindo a elas escolherem o melhor dia/período para consulta.

Para ações de educação continuada, conscientização e promoção do início precoce ao pré-natal, considerando a situação de pandemia, originada pelo novo coronavírus, a solução proposta foi de adoção de tecnologias/plataformas, de mídias digitais como ferramentas estratégica para a educação e trabalho com a equipe e comunidade. Então foi criado cronograma e material para divulgação tanto via whatsapp, quanto na conta que foi criada na plataforma Instagram@, exclusiva para o acompanhamento das mães de nossa Comunidade. De forma aberta e interdisciplinar o conteúdo atualmente segue o cronograma, porém o objetivo é conseguir, além da conscientização da importância do pré-natal, o estreitamento de vínculo e mais um canal para apoio realizado com a iniciativa de todos, a intenção é que os assuntos abordados ao logo do tempo tenham origem das principais queixas e dúvidas, das gestantes e puérperas da comunidade. Atualmente a gestão da plataforma está sob minha responsabilidade, porém com apoio da equipe, o que acredito ser possível em breve compartilhar com a enfermagem o acesso como forma de continuidade das ações. A Atividade Educativa, como forma de saúde digital, já provocou diversas manifestações positivas, tanto da equipe quanto da comunidade.

CONTA NO INSTAGRAM: @minhagravidez123

Descrição: Grupo formado para promoção à saúde da mulher, com informações, acolhimento e fortalecimento em todas as fases da gestação

1. POST 1: BOAS VINDAS E APRESENTAÇÃO DA REDE SOCIAL (Apêndices FIGURAS 1 e 2)
2. POST 2 QUANDO SUSPEITAR DE GRAVIDEZ: Saiba alguns dos sintomas que devem lhe fazer pensar que está grávida (Apêndices FIGURAS 3 E 4)
3. POST 3: PRÉ -NATAL: Quais exames complementares são realizados (Apêndices FIGURA 5)

Apesar de na maioria das vezes a gestação de baixo risco transcorrer sem complicações, é necessário realizar o monitoramento de algumas doenças comuns a esse período no intuito de detectar precocemente e conduzir de maneira efetiva para a minimização dos riscos e complicações. Recomendações de exames complementares realizadas pelo Ministério da Saúde:

o Hemograma;

o Tipagem sanguínea e fator Rh;

o Coombs indireto (se for Rh negativo);

o Glicemia de jejum;

o Teste rápido de triagem para sífilis e/ou VDRL/RPR;

o Teste rápido diagnóstico anti-HIV;

- o Anti-HIV;*
- o Toxoplasmose IgM e IgG;*
- o Sorologia para hepatite B (HbsAg);*
- o Exame de urina e urocultura;*
- o Ultrassonografia obstétrica (não é obrigatório), com a função de verificar a idade gestacional;*
- o Citopatológico de colo de útero (se necessário);*
- o Exame da secreção vaginal (se houver indicação clínica);*
- o Parasitológico de fezes (se houver indicação clínica);*
- o Eletroforese de hemoglobina (se a gestante for negra, tiver antecedentes familiares de anemia falciforme ou apresentar história de anemia crônica).*

4. POST 4: NOVEMBRO AZUL E PRE-NATAL DO PARCEIRO: estímulo a participação paterna no pré-natal (Apêndices FIGURAS 6 E 7)

Novembro traz consigo a responsabilidade de pensarmos na saúde do homem... e em se falando de homens, vamos falar dos papais, você sabia que existe o pré-natal do homem? Sim, os futuros papais também precisam se cuidar, possuem direitos e acima de tudo, devem começar desde muito cedo a participarem da vida do bebê! Venha até a Unidade de Saúde, para maiores informações e participe do pré-natal, é importante para você, para mamãe e para o bebê!

5. POST 5: 14/11/2020 DIABETES GESTACIONAL E DIABETES (Apêndices FIGURA 8)

Dia 14 de dezembro foi o dia Mundial da Diabetes, uma doença que preocupa a todos. Você sabia que os testes realizado precocemente durante o pré-natal também incluem o rastreio para Diabetes? Sim, a diabetes pode já existir ou aparecer durante a gestação, chamada de diabetes gestacional e traz sérias complicações a mãe e ao bebê, por isso é muito importante o início precoce e adequado acompanhamento durante o pré-natal. Lhe esperamos, na unidade de saúde, para estar contigo nesta fase tão importante da sua vida. Conte conosco. A adoção de estilo de vida mais saudável pode prevenir e ajudar a controlar a doença.

6. POST 6: Programado para Dezembro Aleitamento Materno, Preparação durante a gestação (RECOMENDACOES <https://rblh.fiocruz.br/durante-gestacao>) (Apêndices FIGURA 9)

7. POST 7: DICAS PARA PREVENÇÃO DE INFECCOES URINÁRIAS NA GRAVIDEZ (previsto para janeiro) (Apêndices FIGURA 10)

Envolvidos nas ações:

- Médico: treinamento da equipe
- Agentes comunitárias de Saúde: Busca ativa das gestantes
- Médico, enfermagem e ACS's: Atividades educativas

- Médico: produção do material para rede social.
- PRAZO: todas as atividades ocorreram entre 05 de outubro e 14 de novembro de 2020, as ações de divulgação deverão seguir mensalmente conforme cronograma e demanda de surgimento de temas. Quanto a busca ativa, deverá ser realizada mensalmente e discutida com equipe também com mesmo intervalo.

Os únicos recursos utilizados foram material impresso para treinamento, recursos humanos para atividades descritas e para confecção das mídias digitais, apenas o computador.

Com a conscientização, estreitamento de vínculo e melhoria no atendimento a meta atendimento de 100% das gestantes da área de nosso território, e que 100% das gestantes atendidas tenham pelo menos 6 consultas pré-natal realizadas, sendo a primeira até a 20ª semana de gestação. Sendo, preferencialmente, uma no primeiro trimestre, duas no segundo trimestre e três no terceiro trimestre da gestação. Desta forma contribuir para redução de agravos preveníveis, além de minimizar os danos, através diagnóstico precoce, melhorando da saúde e qualidade de vida do binômio mãe e bebê.

3. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO 2

ALEITAMENTO MATERNO – Promoção e apoio ao aleitamento materno exclusivo até os 6 meses O crescimento e desenvolvimento na Unidade Básica de Saúde Unidade Básica de Saúde - Maria Helena Costa de Costa - MAZAGAO-AP

A alimentação adequada é ponto fundamental durante o acompanhamento do crescimento e desenvolvimento, e preocupação constante de todos os profissionais e gestores de saúde. Entendemos que hábitos alimentares adequados iniciam antes mesmo do parto, com a preparação da mãe e família, para o aleitamento materno, por isso é de grande importância a qualificação adequada da equipe para promoção e apoio ao aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida, afinal o aleitamento materno é a estratégia que, isoladamente, mais impacta na redução da mortalidade infantil por causas evitáveis. O leite materno fornece uma nutrição adequada, ajuda a desenvolver a imunidade infantil e contribui na saúde física e emocional da criança. Por meio da amamentação, a criança entra em contato com a mãe, favorecendo o vínculo afetivo e estímulos dos sentidos como visão, olfato, paladar e tato. Além desses aspectos, o leite materno contribui para a economia da família, visto que não há gasto financeiro para sua produção e nem gastos com gás e água, por exemplo, em contrapartida de outros leites. (UFSC, 2020).

As mais recentes recomendações da OMS, do Unicef e do Ministério da Saúde do Brasil reiteram que o aleitamento materno deve ser iniciado na primeira hora de vida do bebê e mantido até os 2 anos de idade ou mais, sendo exclusivo (sem a oferta de qualquer outro líquido ou alimento) até os 6 meses de vida. A partir dos 6 meses, a amamentação deve ser complementada com a introdução de alimentos adequados e saudáveis (BRASIL, 2019). Níveis ideais de amamentação poderiam prevenir mais de 820.000 mortes de crianças menores de cinco anos por ano no mundo, além de evitar 20.000 mortes de mulheres por câncer de mama (UFRJ, 2020).

Os dados do Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (ENANI) mostram que houve melhora nos indicadores de aleitamento materno no Brasil no período de 1986 a 2019, indicam que a prevalência do aleitamento materno exclusivo entre as crianças com menos de 6 meses de idade foi de 45,7%, sendo que na região Norte a prevalência foi de 40,7%, no Nordeste de 38,0%, no Sudeste de 50%, no Sul de 53,1% e no Centro-Oeste de 44,1%. Em crianças com menos de 4 meses, a prevalência do aleitamento materno exclusivo aumentou de 4,7% em 2006 para 60,0% em 2020, um aumento de 12,8 vezes (UFRJ,2020).

Atualmente, em nosso território (Unidade Básica de Saúde - Maria Helena Costa de Costa- Mazagao -AP) contamos com 18 puérperas com seus filhos menores de 6 meses. Já é prática da equipe pesar e medir as crianças quando trazidas a unidade para consulta de crescimento e desenvolvimento (puericultura), neste momento além da avaliação da adequação do peso e o comprimento do bebê, são avaliadas as características do aleitamento materno. É

sabido e praticado a orientação quanto ao aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade, onde orientamos a mãe que não deve oferecer complementos ao leite materno, porém posterior aos 4 meses, algumas vezes antes mesmo, percebemos a oferta das mães de água, chás, sucos. Para o sucesso do aleitamento materno exclusivo, é importante que a mãe esteja motivada e, além disso, que os profissionais de saúde saibam orientá-la e apresentar propostas para resolver os problemas mais comuns enfrentados durante a amamentação, por isso o tema escolhido para esta microintervenção, através da educação continuada da equipe, realizarmos melhorias no processo de promoção e apoio ao aleitamento materno exclusivo até os seis meses de vida da criança.

Não basta ao profissional de saúde ter conhecimentos básicos e habilidades em aleitamento materno. Ele precisa ter também competência para se comunicar com eficiência, o que se consegue mais facilmente usando a técnica do aconselhamento em amamentação. Aconselhar não significa dizer à mulher o que ela deve fazer; significa ajudá-la a tomar decisões, após ouvi-la, entendê-la e dialogar com ela sobre os prós e contras das opções. No aconselhamento, é importante que as mulheres sintam que o profissional se interessa pelo bemestar delas e de seus filhos para que elas adquiram confiança e se sintam apoiadas e acolhidas. Em outras palavras, o aconselhamento, por meio do diálogo, ajuda a mulher a tomar decisões, além de desenvolver sua confiança no profissional. O ECA garante a proteção à amamentação, determinando que o poder público, as instituições e os empregadores devem propiciar condições adequadas ao aleitamento materno, inclusive para as crianças filhas de mães privadas de liberdade. Mulheres e suas famílias devem receber a informação e o apoio necessários para que a amamentação aconteça de forma agradável e prazerosa, além de orientação sobre o manejo adequado de problemas, caso surjam (Brasil, 2009).

Amamentar não é um ato solitário de mãe e filho, por isso a importância de ser apoiado e promovido pela família, profissionais de saúde e comunidade. Impossibilitados de realizar ações em grupo, pelo aumento do número de casos de pacientes com COVID-19, e tendo em vista as dificuldades estabelecidas pela pandemia (Covid-19), realizamos o processo educativo de forma online, através do grupo de whats app que estão todos os agentes comunitários e demais membros da equipe de saúde. O material foi confeccionado, com base no Caderno de Atenção Básica – n.º 23 - SAÚDE DA CRIANÇA: Nutrição Infantil Aleitamento Materno e Alimentação Complementar, desenvolvemos um manual de promoção e apoio ao alimento materno exclusivo até os 6 meses (Figura 10) e enviamos material digital com demais materiais de mídia (Anexo 1).

Envolvidos nas ações:

- Médico: confecção do material e envio para demais membros da equipe
- Agentes comunitárias de Saúde: Busca ativa das púerperas e crianças de 0 a 6 meses.

- Médico, enfermagem e ACS's: Atividades educativas

PRAZO: todas as atividades ocorreram entre 20 de novembro de 2020 e 11 de janeiro de 2021, as ações de divulgação deverão seguir mensalmente. Quanto a busca ativa, deverá ser realizada mensalmente e discutida com equipe também com mesmo intervalo. Os únicos recursos utilizados foram recursos humanos e computador para atividades descritas na confecção dos materiais.

Para a promoção e apoio ao aleitamento com motivação das famílias, através da qualificação da equipe para o aconselhamento adequado, abordamos a melhoria das habilidades de escuta e compreensão, o uso da linguagem não verbal, a empatia, o cuidado com palavras que possam parecer julgamento, o respeito pelas escolhas, desejos e possibilidades de cada realidade, para que assim melhorássemos a confiança e com isso o envolvimento de todos. O retorno das equipes foi positivo, pois alguns se abriram para tirar dúvidas e outros retornaram gratidão pelo momento e aprendizado compartilhado. Um grande problema que enfrentamos durante o acompanhamento dessas famílias foi a compreensão do conceito aleitamento materno exclusivo, recebi da equipe o retorno que muitas crianças recebiam algo com aleitamento, desde chás, água, até mesmo alimentos, logo mudar crenças e costumes acabou sendo o maior desafio. As condições de higiene e saneamento também são precárias, o que também é um fator preocupante. Como estamos sempre em contato com todas devido a região ser pequena, criamos um vínculo de confiabilidade. Nosso trabalho inicia antes do parto, com orientações durante o pré-natal, na consulta puerperal e durante o acompanhamento da criança. Com adequado acompanhamento e educação permanente é possível melhorar a longo prazo os hábitos alimentares e com isso reduzir riscos e melhorar a saúde das crianças que em consequência serão adultos mais saudáveis.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A promoção da saúde de maneira precoce propicia uma sociedade mais saudável interrupção da história natural da doença, porém este é o desafio diário de todos os profissionais envolvidos na Atenção Básica.

Enfrentar adversidades sociais e culturais, somados a situação de pandemia (COVID-19) foi desafiador, pois desde a preparação da equipe para melhoria no processo de comunicação, até encontrar uma forma de promover a saúde, mesmo com as restrições sanitárias, sondaram o planejamento e execução das ações. E mesmo encontrando alternativas para as dificuldades e as campanhas levarem informações, ainda se tratando de uma nova forma de comunicação, existem as que não possuem acesso à internet, o que infelizmente limitou nosso alcance.

Acredito que com o adequado acompanhamento e educação permanente é possível melhorar, a longo prazo, o início precoce do pré-natal, promoção do aleitamento materno e novos hábitos alimentares e com isso reduzir riscos e melhorar a saúde das gestantes e das crianças que em consequência serão adultos mais saudáveis. Não basta o conhecimento técnico sobre os assuntos, é imprescindível comunicar com eficiência e acolher de forma humanizada.

Somente com a conscientização, estreitamento de vínculo e melhoria no atendimento será possível a redução de agravos preveníveis, além de minimizar os danos, através diagnóstico precoce, melhorando da saúde e qualidade de vida do binômio mãe e bebê.

Apesar de pequena a comunidade, com a pandemia, ficaram prejudicadas as buscas ativas mensais, que havíamos programado, porém as ações de educação já apresentam resultados com a participação singular das mães durante os oportunos atendimentos. A longo prazo os resultados almejados são novos hábitos durante os primeiros meses de vida, prevalecendo o aleitamento materno exclusivo, e o número de consultas adequado durante o pré-natal com detecção precoce de agravos preveníveis.

6. REFERÊNCIAS

Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Atenção ao pré-natal de baixo risco. – 1. ed. rev. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2013.

Os Objetivos de Desenvolvimento do Milênio - Organização das Nações Unidas (ONU) em 2000, com o apoio de 191 nações, e ficaram conhecidas como Objetivos de Desenvolvimento do Milênio (ODM).2000. Disponível em <http://www.odmbrasil.gov.br/os-objetivos-de-desenvolvimento-do-milenio>. Acesso 10/11/2020.

OPAS: Folha informativa - Mortalidade materna. Banco de Noticias. 2018. Disponível e m : https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5741:folha-informativa-mortalidade-materna&Itemid=820. Acesso em 09/11/2020.

Objetivos de Desenvolvimento Sustentável . Disponível em <https://www.br.undp.org/content/brazil/pt/home/sustainable-development-goals.html>

Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Técnica de Saúde da Mulher. Pré-natal e Puerpério: atenção qualificada e humanizada – manual técnico. Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

ORGANIZACAO MUNDIAL DA SAUDE - Recomendações da OMS sobre cuidados pré-natais para uma experiência positiva na gravidez- 2016. Disponível e m : <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250800/WHO-RHR-16.12-por.pdf?sequence=2> . Acesso 10/11/2020.

Brasil Painel de Monitoramento da Mortalidade Materna – Disponível e m <http://svs.aids.gov.br/dantps/centrais-de-conteudos/paineis-de-monitoramento/mortalidade/materna/> (acesso em 10/11/2020)

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança : crescimento e desenvolvimento / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2012. 272 p.: il. – (Cadernos de Atenção Básica, nº 33). Disponível em 189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/caderno_33.pdf. Acesso em 05/01/2021.

UFRJ. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil – ENANI-2019: Resultados preliminares – Indicadores de aleitamento materno no Brasil. UFRJ: Rio de Janeiro, 2020. 9 p. Disponível em [Relatorio-parcial-aleitamentomaterno_ENANI-2019.pdf](http://relatorio-parcial-aleitamentomaterno_ENANI-2019.pdf) (ufrj.br) Acesso em 07/01/2021

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária a Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

BORTOLINI, G. A. et al. Ações de alimentação e nutrição na atenção primária à saúde no Brasil. Revista Panamericana de Salud Pública, v. 44, p. 1, 23 abr. 2020. Disponível em: Ações

de alimentação e nutrição na atenção primária à saúde no Brasil (paho.org) Acesso em 07/01/2021.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2015. 33 p. : il. Disponível em Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica [recurso eletrônico] (saude.gov.br) – Acesso em 07/01/2021

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2009. 112 p. : il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica, n. 23) Disponível em http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad23.pdf Acesso em 07/01/2021.

UFSC 2020. Venancio, Sonia Isoyama, et al. Curso EAAB – EAD – material digital. AMAMENTA E ALIMENTA BRASIL: RECOMENDACOES BASEADAS NO GUIA ALIMENTAR PARA CRIANCAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS. Disponível em https://unasus-quali.moodle.ufsc.br/pluginfile.php/894091/mod_resource/content/7/BOOK_Curso1_amament:_final_2.3.pdf Consultado em dezembro/2020. Acesso em 07/01/2021

7. APÊNDICES

Figura 1. BOAS VINDAS E APRESENTAÇÃO DA REDE SOCIAL



Fonte: confeccção própria, acervo do autor

Figura 2. APRESENTAÇÃO DA REDE SOCIAL



Fonte: confeccção própria, acervo do autor

Figura 3. QUANDO SUSPEITAR DE GRAVIDEZ: Saiba alguns dos sintomas que devem lhe fazer pensar que está grávida



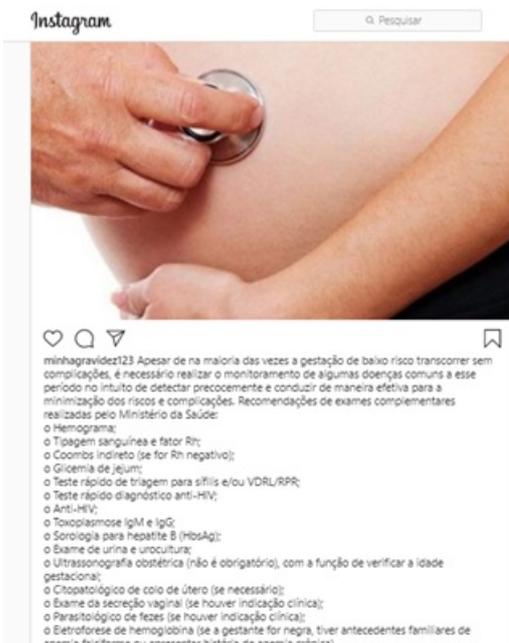
Fonte: confeccção própria, acervo do autor

Figura 4. QUANDO SUSPEITAR DE GRAVIDEZ: Saiba alguns dos sintomas que devem lhe fazer pensar que está grávida



Fonte: confeccção própria, acervo do autor

Figura 5. PRÉ -NATAL: Quais exames complementares são realizados



Fonte: confeccção própria, acervo do autor

Figura 6: Postagem NOVEMBRO AZUL E PRE-NATAL DO PARCEIRO: estímulo a participação paterna no pré-natal



Fonte: confeccção própria, acervo do autor

Figura 7: Postagem NOVEMBRO AZUL E PRE-NATAL DO PARCEIRO: estímulo a participação paterna no pré-natal



Fonte: confeccção própria, acervo do autor

Figura 8: Postagem em 14/11/2020 DIABETES GESTACIONAL E DIABETES



Fonte: confeccção própria, acervo do autor

Figura 9: Postagem programada para Dezembro Aleitamento Materno, Preparação durante a gestação (RECOMENDACOES <https://rblh.fiocruz.br/durante-gestacao>)



Fonte: confecção própria, acervo do autor

Figura 9: DICAS PARA PREVENÇÃO DE INFECÇÕES URINÁRIAS NA GRAVIDEZ (previsto para janeiro)

**DICAS DE CUIDADOS GERAIS
PARA PREVENIR INFECCOES
URINARIAS NA GESTAÇÃO**

**Esvaziamento
vesical regular**

**Micção antes e
pós coito**

**Higiene local
Tratamento de
vaginites**

**Exame de urina
conforme
indicação da
equipe da
Unidade
(Urocultura)**

Compartilhe uma coisa pela
qual você é grata hoje.

UBS Maria Helena Costa de Costa
DR JOSE ALBERTO

Fonte: confecção própria, acervo do autor

Figura 10. Campanha de promoção e apoio ao aleitamento materno exclusivo

Todos dizem...

LEITE MATERNO É VIDA E AMOR

ALEITAMENTO MATERNO

**Promoção e apoio ao aleitamento materno
exclusivo até os 6 meses**

UBS- Unidade Básica de Saúde - Maria Helena Costa de Costa
MAZAGAO-AP

Dr. JOSE ALBERTO ALVES ORELLANA



Fonte: o autor

8. ANEXOS

Anexo 1. Material digital demais materiais de mídia

1.1 Material enviado em 15/12/2020: DOZE PASSOS PARA UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL; Webpalestra - Aleitamento materno na saúde da criança (https://www.youtube.com/watch?v=u9dA4_uJ7C4); Manual de promoção e apoio ao alimento materno exclusivo. Material enviado em 22/12/2020: LEITE MATERNO: O PRIMEIRO ALIMENTO – Guia Alimentar MS2019;

1.2 Material enviado em 06/01/2021: campanha Ministério da Saúde 2020 – apoie a amamentação e posições para amamentar; A importância da família no apoio da amamentação - Semana do Aleitamento Materno 2019 (https://www.youtube.com/watch?v=_DxdaSW0YIU).

1.3 Material enviado em 11/01/2021: COMO APRENDER A ESCUTAR O OUTRO? | CHRISTIAN DUNKER (<https://www.youtube.com/watch?v=Zo-jk4kVtE8>) e Comunicação não verbal - O corpo fala - Linguagem corporal (<https://www.youtube.com/watch?v=low1oDkhkjo>).