



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde
Subsecretaria de Promoção, Atenção Primária e Vigilância em Saúde
Programa de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade

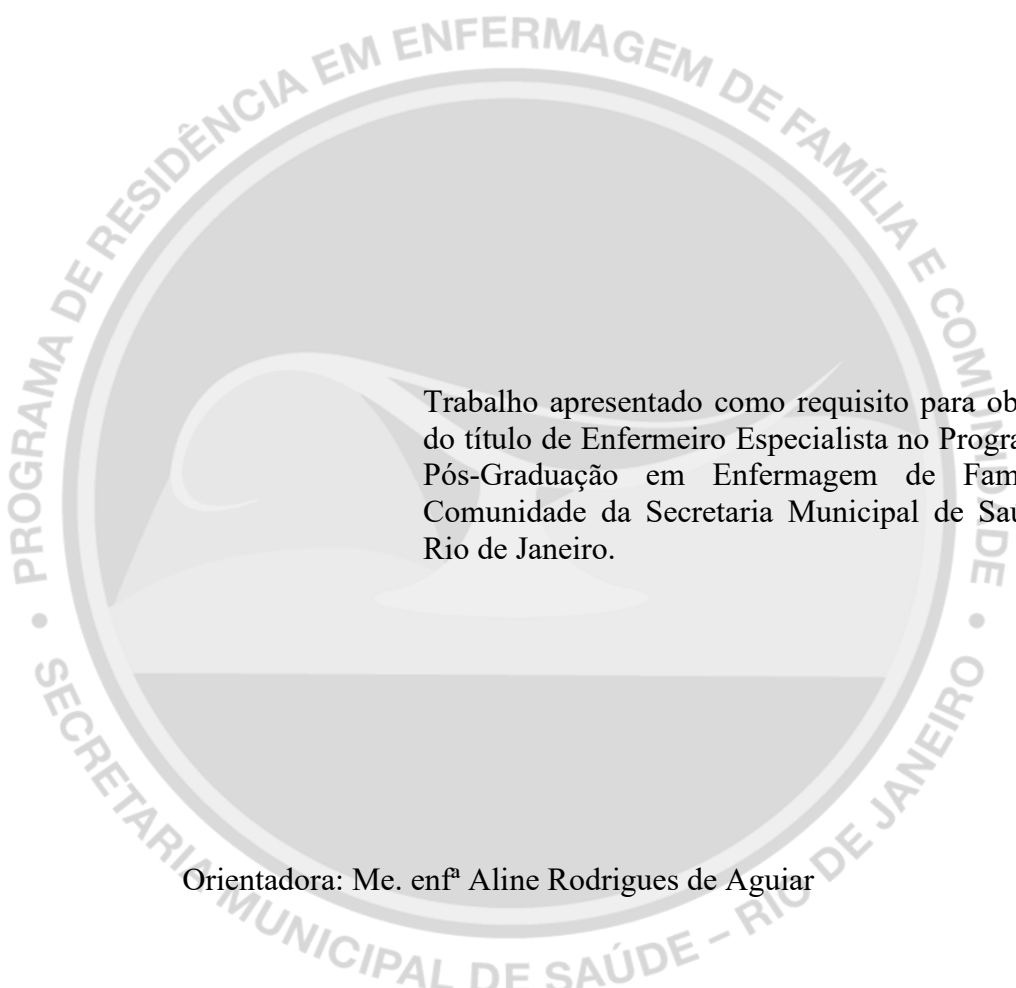
Stephany Rodrigues Veras

Cuidar e Educar: Caminhos para uma gestação segura.

Rio de Janeiro

2026

Cuidar e Educar: Caminhos para uma gestação segura.



Trabalho apresentado como requisito para obtenção do título de Enfermeiro Especialista no Programa de Pós-Graduação em Enfermagem de Família e Comunidade da Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro.

Orientadora: Me. en^{fa} Aline Rodrigues de Aguiar

Rio de Janeiro

2026

AGRADECIMENTOS

Essa caminhada não foi fácil, e hoje agradeço a Deus por ter me sustentado até aqui.

Agradeço aos meus pais, Maria e Cleiton Veras, por todo apoio, carinho e dedicação, por acreditarem por mim e por eles que daria certo, ser força, amor e desde sempre darem todo o suporte para que eu conseguisse realizar todos os sonhos e objetivos, sei que não foi fácil, obrigada por me incentivarem, apoiarem incondicional durante essa trajetória e serem as vozes mais altas dentre a torcida.

A minha irmã Michelle, por me impulsionar a ser exemplo e dar o meu melhor a cada dia, que com seu jeitinho forte me traz a realidade, me ensina sobre confiança, mas também me ensina o quanto me posicionar é importante.

Ao meu marido Jonathan, não apenas por ter sido parte fundamental nesse trabalho, por embarcar e me apoiar em todos os desafios, até entrar de cabeça na programação desse projeto, mas por ser ombro amigo, parceria de vida e incentivador em todos os momentos, por enxugar as lágrimas quando necessário, ser escuta ativa, por ser segurança no meio a esse turbilhão.

As minhas R-irmãs, Ana, Márcia, Rafaela e Millene que foram ponto de apoio em diversos momentos, foram acalento, acolhimento e respiro no dia a dia. E como a gente sempre diz “que bom que a gente se tem”.

A minha orientadora Aline, a Raquel e a coordenação do programa de residência por todo auxílio para que esse trabalho fosse possível e por terem me amparado nos momentos de caos.

As minhas pacientes, que com suas particularidades e questionamentos, me fizeram construir esse trabalho, me apaixonar pelo tema, entender de verdade o que é saúde da família e comunidade e querer sempre fazer o meu melhor.

A cada pessoal que de algum modo me ajudou nessa construção.

Obrigada.

RESUMO

VERAS, Stephany Rodrigues. **Cuidar e Educar: Caminhos para uma gestação segura.** 2026. 40 f. Monografia em enfermagem de família e comunidade. Trabalho de Conclusão de Residência – Programa de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade, Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2026.

O pré-natal destaca-se como fator essencial na proteção e na prevenção a eventos adversos a saúde materna, assim as ações de educação em saúde nesse período são essenciais, pois contribuem para aquisição de conhecimento e fortalecem a pessoa que gesta, sendo estas potencializadas pelas tecnologias educativas, com recursos físicos e digitais constitui para gestantes e sua rede de apoio, um importante recurso à tomada de decisões autônomas e seguras, com ampliação do acesso. Detendo um percentual elevado de assistência pré-natal inadequada, e índices de mortalidade materna, assim há necessidade de ofertar educação de saúde por meios criativos, eficientes e baseadas em evidências científicas, expandindo os limites do consultório, trazendo a gestante ao centro do seu cuidado se faz necessário. Objetivando desenvolver material para profissionais e gestantes com temas relevantes do pré-natal, visando acesso à informação e a autonomia materna. O presente estudo consiste em um projeto de intervenção que busca contribuir para a melhoria dos serviços por meio da pesquisa e da ação, com desenvolvimento de produto tecnológico, fundamentado em uma busca ativa da literatura científica realizada na Biblioteca Virtual em Saúde, propondo a criação e implementação de um site e de folders com informações importantes, claras e de fácil acesso, voltadas ao cuidado e à orientação de gestantes, promovendo autonomia e expandindo os limites do consultório.

Palavras-chave: Educação em saúde; Gestantes; Tecnologia da informação; Cuidado Pré-Natal; Atenção Primária à Saúde.

ABSTRACT

VERAS, Stephany Rodrigues. *Caring and Educating: Paths to a Safe Pregnancy*. 2026. 40 p. Monograph in family and community nursing. Residency Conclusion Work – Family and Community Nursing Residency Program, Municipal Health Department of Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2026.

Prenatal care stands out as an essential factor in the protection and prevention of adverse events to maternal health; therefore, health education actions during this period are essential, as they contribute to knowledge acquisition and strengthen the pregnant individual. These actions are enhanced by educational technologies, which, through physical and digital resources, constitute an important resource for pregnant women and their support network to make autonomous and safe decisions, with expanded access. Given a high percentage of inadequate prenatal care and maternal mortality rates, it is necessary to provide health education through creative, efficient, and evidence-based approaches, expanding beyond the limits of the clinical setting and placing the pregnant woman at the center of her care. The aim is to develop materials for healthcare professionals and pregnant women addressing relevant prenatal topics, promoting access to information and maternal autonomy. This study consists of an intervention project that seeks to contribute to the improvement of services through research and action, through the development of a technological product, grounded in an active search of the scientific literature conducted in the Virtual Health Library, proposing the creation and implementation of a website and folders with important, clear, and easily accessible information aimed at the care and guidance of pregnant women, promoting autonomy and expanding beyond the limits of the clinical setting.

Keywords: Health education; Pregnant women; Information technology; Prenatal care; Primary health care.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1-Razão de Mortalidade Materna.....	2
Figura 2- Aba inicial GestaSIM.....	27
Figura 3- Tópicos do site.....	27
Figura 4- Aba 1º trimestre.....	28
Figura 5- Aba Suplementação	29
Figura 6- Folder "Você conhece seus direitos?"	30
Figura 7- Folder "Acompanhando a gestação"	30
Figura 8- Folder "Gesta bem".....	31

LISTA DE TABELAS

Tabela 1- Artigos inseridos..... 13

Tabela 2- Cronograma 15

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APS	Atenção Primária à Saúde
OMS	Organização Mundial da Saúde
SUS	Sistema Único de Saúde
TICs	Tecnologias da Informação e Comunicação

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	1
1.1 QUESTÃO DE PESQUISA	4
1.2 JUSTIFICATIVA	4
1.3 OBJETIVOS	6
1.3.1 Objetivo geral.....	6
1.3.2 Objetivos específicos	6
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	7
2.1 Pré-natal na Atenção Primária por Enfermeiros de Família e Comunidade.....	7
2.2 Educação em Saúde no Pré-natal.....	8
2.3 Tecnologias em Saúde no Cuidado a Gestantes.....	10
3. METODOLOGIA	12
4. CRONOGRAMA	15
5. RECURSOS NECESSÁRIOS.....	16
6. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	17
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
8. REFERÊNCIAS	23
9. APÊNDICES	27
APÊNDICE A- SITE GESTASIM	27
APÊNDICE B-FOLDERS	30

1. INTRODUÇÃO

A gestação é um processo distinto e complexo que envolve fatores físicos, emocionais, sociais, econômicos e culturais. Assim todo o período gestacional necessita de uma assistência singular e multidimensional por parte dos profissionais, especialmente, no contexto de Atenção Primária à Saúde (APS), visto que nela acompanhamos todo o ciclo gravídico-puerperal e a tríade mulher-família-bebê em sua integralidade (BACKS et al. 2023).

O pré-natal é conceituado como um conjunto de ações que antecedem o parto, um acompanhamento que deve assegurar o desenvolvimento da gestação, promovendo espaços de educação em saúde onde a gestante pode ouvir e falar sobre suas vivências, consolidar informações importantes sobre a gestação e esclarecimentos que envolvem a saúde da criança, da mulher e da família (BRASIL, 2012).

De encontro a isso, as ações de educação em saúde devem integrar a assistência pré-natal como uma das dimensões do processo de cuidar nos serviços de atenção primária, pois contribuem para aquisição de conhecimento sobre o processo de gestar e parir, bem como fortalecem a mulher como ser e cidadã, evitando e amenizando possíveis agravos nesse período (LUZ et al. 2019).

No que se refere aos cuidados em saúde de gestantes, a APS configura-se como espaço estratégico e essencial para um pré-natal de qualidade, garantindo atenção integral por meio de acompanhamento regular, orientação e educação em saúde (MARCHIORI et al. 2022).

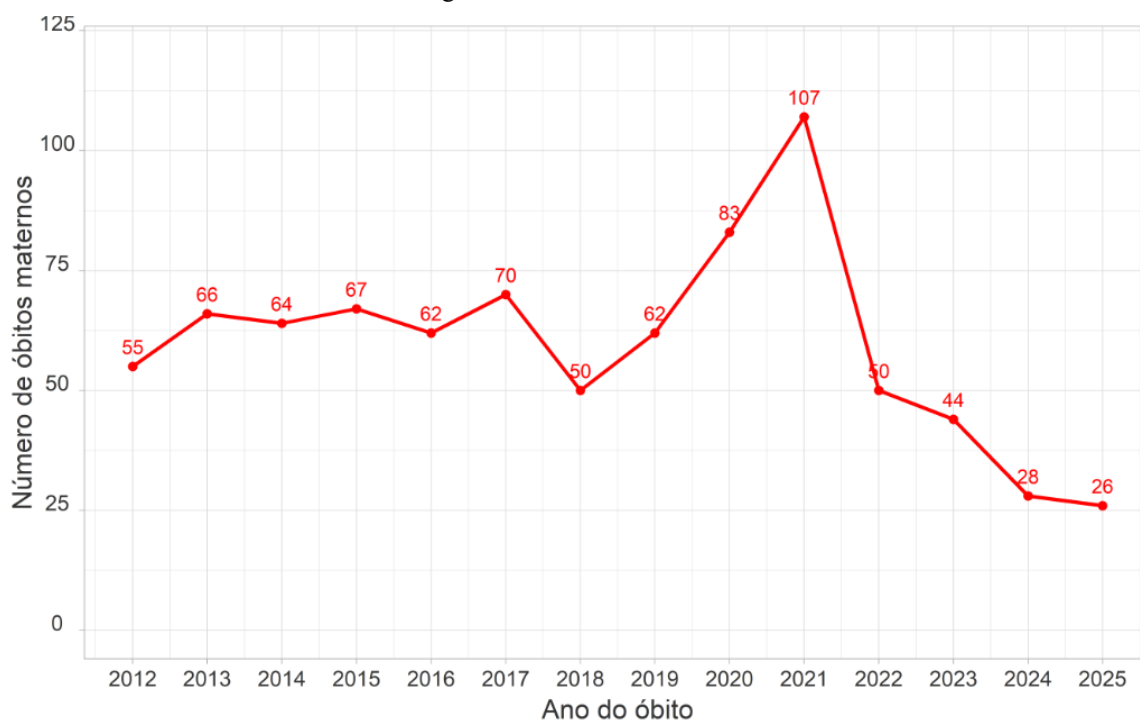
O pré-natal destaca-se como fator essencial na proteção e na prevenção a eventos adversos sobre a saúde materna, pois seu acompanhamento efetivo, possibilita a identificação e o manuseio clínico de potenciais fatores de risco para complicações à saúde de mãe e recém-nato. Evidenciando que a não realização ou a realização inadequada dessa assistência na gestação, repercute em maiores índices de morbimortalidade materna e infantil (PAULA e BARBOSA, 2019).

A Razão de Mortalidade Materna é considerado um indicador crítico de saúde pública e social, pois reflete diretamente a qualidade da assistência prestada. Visto que a maioria desses óbitos é considerada evitável, e sua persistência revela uma contradição diante da ampla rede de serviços de saúde disponível, evidenciando que o problema não reside apenas na oferta de serviços, mas na eficácia e na resolutividade do cuidado (RIO DE JANEIRO,

2025).

De acordo com o Boletim Epidemiológico de Mortalidade Materna (2025), detectamos que houve um grave impacto negativo, para a mortalidade materna, nos anos 2020-2021, possível reflexo da pandemia do COVID-19, entretanto posterior a isso no município do Rio de Janeiro desde 2022 há queda no número de óbitos maternos, sendo em 2024 alcançado redução histórica da razão de mortalidade materna, com 48,7 óbitos a cada 100.000 nascidos vivos, tornando-se a menor dos últimos 19 anos, com 28 óbitos maternos, porém essa taxa ainda se reverbera em números alarmantes, onde dentre suas causas, se destaca doenças do aparelho circulatório e eclâmpsia não especificada, onde possivelmente são agravos evitáveis que com um bom acompanhamento e assistência poderiam ter outro desfecho.

Figura 1-Razão de Mortalidade Materna



Fonte: EPIRIO, 2025.

Extração dia: 14/08/2025

Os óbitos maternos são evitáveis em cerca de 90% dos casos, e sua ocorrência é predominantemente em países em desenvolvimento, como o Brasil. Porém, com assistência pré-natal adequada, detecção e intervenção precoce das situações de risco, sistema ágil de referência hospitalar e profissionais capacitados na assistência, são os grandes determinantes dos indicadores de saúde que têm o potencial de diminuir as principais causas de mortalidade materna e neonatal (BRASIL, 2012).

A atual Política Nacional de Atenção à Saúde Materna no Brasil, enfatiza a atuação do enfermeiro como o agente para a efetivação do acolhimento, vínculo e práticas humanizadas, apresentando potencial para buscar a retomada do atendimento integral à saúde da mulher e para resgatar seu protagonismo no período gravídico-puerperal, visto que a contribuição do enfermeiro no acompanhamento pré-natal, promove a autonomia feminina, estimulando a escolha informada, resgatando o cuidado centrado nas necessidades da gestante, respeitando o direito do seu próprio corpo e exercendo uma prática ética fundamentada em evidências, assim, tendo como consequência maior qualidade na assistência e diminuição das taxas de mortalidade (JARDIM et al. 2019).

Temos ainda como artifício facilitador, as Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), que são um conjunto de recursos essenciais na contemporaneidade e se mostram como forte aliado ao setor saúde, principalmente voltados a ações de educação para além de um espaço concreto, proporcionando corresponsabilização e autocuidado (SOUZA et al. 2022).

Deste modo, os profissionais de saúde devem consolidar-se como agentes educadores, promovendo o compartilhamento de saberes e buscando incentivar a autoconfiança da mulher para viver a gestação e o parto de forma tranquila e segura. Visto que, são os principais responsáveis por transmitir informações e elucidar conhecimentos, detêm um papel privilegiado na promoção da saúde, pelo contato duradouro, próximo e de confiança com a gestante, estando ainda envolvido em várias dimensões do cuidar (JARDIM et al. 2019).

Fato este, que pude vivenciar em consultas coletivas e grupos com gestantes, local de grande interação e educação em saúde, entretanto o fato desse instrumento abarcar pequena parte da população gestante e seus companheiros despertou em mim interesse e afimco para elaboração desse projeto, visando criação de material que pudesse ser revisitado após as consultas e grupos, que fosse de fácil acesso, com instrumento impresso e também com uso de recurso tecnológico, que amplia o ambiente do cuidado em um espaço móvel de interações, podendo interligar contextos, sujeitos e saberes, em momentos distintos, que ultrapassam as paredes e horários de consulta, em que cuidar e educar, caminhando juntos, ganham destaque e relevância, e têm o potencial de impactar a promoção à saúde de forma positiva, auxiliando a compreensão do usuário sobre seu estado de saúde, levando a corresponsabilidade do cuidado (SOUZA, 2022).

Assim, a motivação para esse estudo se deu devido ao grande interesse da pesquisadora pela área materno-infantil, sua inquietude durante atendimentos as gestante, em seu contexto de atuação, como residente de enfermagem de família e comunidade, lotada em

uma Clínica da Família localizada no município do Rio de Janeiro, que evidenciou a importância e a dificuldade na realização de um pré-natal eficaz e completo, com o próprio questionamento de gestantes referentes a sua autonomia, e os grupos da unidade, com assuntos pré-selecionados, onde é embasado a discussão de temas de extrema relevância e desconhecidos as gestantes, com isso, buscando reuni-las de informações por meio de educação em saúde e evitar agravos as mesmas, buscando de maneira criativa proporcionar uma assistência de maior qualidade e acessibilidade, proporcionando informações de qualidade, com comunicação assertiva e utilizando recursos tecnológicos e visuais, para promover um cuidado integral, longitudinal, humano, capazes de ampliar o conhecimento das mulheres sobre seus direitos, cuidados essenciais, fatores de riscos, sinais de alarme e outros, com a possibilidade de transcender as paredes do consultório, nasce esse trabalho.

1.1 QUESTÃO DE PESQUISA

Como podemos contribuir na ampliação de conhecimento e criar um dispositivo tecnológico e educativo para facilitar o acesso das gestantes e profissionais pré-natalistas a informações essenciais no acompanhamento pré-natal?

1.2 JUSTIFICATIVA

O enfermeiro atua de maneira a prevenir, promover e recuperar a saúde do indivíduo e da comunidade, desenvolvendo trabalhos tanto individuais quanto coletivos visando à efetividade da qualidade da assistência e promoção da saúde, garantindo acesso universal aos serviços, e quando se trata de gestantes esse cuidado tende a ser intensificado, para promover um bom acompanhamento de pré-natal, evitar agravos e reduzir mortalidade (PAULA e BARBOSA, 2019).

Entretanto, estudos recentes, de encontro com os indicadores do Protocolo de Pré-Natal e Puerpério, avaliam que há um elevado percentual de gestantes que recebem assistência pré-natal de forma inadequada, o que evidencia não apenas fragilidades nessa linha de cuidado, mas também a possível ausência de protagonismo dessas mulheres em seu próprio processo. Muitas vezes, elas se encontram à mercê de decisões alheias, destituídas de autonomia e submetidas a uma realidade em que o acesso à informação qualificada é limitada, deixando-as vulneráveis nas demandas da gestação. Realidade essa vivenciada por diversos profissionais e gestante, e evidenciadas nas buscas da literatura, e como já mencionado, sem um acompanhamento adequado há grandes chances de desfechos desfavoráveis (LUZ et al. 2019).

Assim, o acompanhamento de pré-natal deve contemplar a educação em saúde, buscando eliminar falhas de comunicação, lacunas no conhecimento e no acolhimento às gestantes. Todavia, alguns estudos analisados apontam desafios que podem ser encontrados, como à baixa adesão a consultas e atividades em grupos, que geralmente são os mais abrangentes no que tange educação, ainda fatores como indisponibilidade de tempo, dificuldade de compreensão, vergonha de tirar dúvidas, e outros (LUZ et al. 2019).

Deste modo, reforçando a importância desse estudo e suas possíveis contribuições com o desenvolvimento de estratégias acessíveis que apoiem a gestante, incorporando soluções tecnológicas, com inovação.

- Aos enfermeiros, fornecer uma ferramenta facilitadora de educação em saúde, capaz de complementar as orientações presenciais, promover o autocuidado e qualificar a assistência;
- No âmbito do sistema de saúde, essa estratégia busca favorecer a adesão ao pré-natal, contribuir para a identificação precoce de sinais de risco, apoiar ações de promoção da saúde baseadas em evidências e fortalecer práticas educativas contínuas;
- Para a gestante, proporcionar acesso a informações científicas confiáveis em linguagem acessível, ampliar a autonomia, otimizar tempo e recursos e garantir disponibilidade permanente das orientações em qualquer contexto.

Assim, evidenciamos a necessidade de buscar meios criativos e eficientes para ofertar educação de saúde, baseadas em evidências científicas, com informações de qualidade, com linguagem simplificada, tendo como objetivo, comunicação clara e eficiente às gestantes, além de otimizar tempo e recurso delas.

Deste modo, esse estudo, e proposta de intervenção busca a criação de Produto técnico tecnológico abrangendo a área materno-infantil, expandindo os limites do consultório, trazendo a gestante ao centro do seu cuidado, auxiliar em seu acompanhamento, provendo informação, autonomia e cuidado compartilhado.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo geral

Desenvolver material para profissionais e gestantes com temas relevantes do pré-natal, visando acesso à informação e a autonomia materna.

1.3.2 Objetivos específicos

- Refletir sobre a importância de uma educação em saúde de qualidade no contexto de pré-natal.
- Fortalecer a autonomia e o autocuidado das gestantes por meio da disseminação de informações qualificadas e baseadas em evidências.
- Elaborar materiais para cuidados com a gestante com recursos físicos e digitais.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Pré-natal na Atenção Primária por Enfermeiros de Família e Comunidade

A gestação é um processo complexo, uma experiência que engloba diversas mudanças e que requer assistência singular e multidimensional. Segmento este, que nomeamos de pré-natal, e é conceituado como um conjunto de ações que antecedem ao parto, que tem por finalidade atender às necessidades, promovendo a qualidade de vida, sendo ainda agente de informações, que visam prevenir intercorrências nesse período, acolhendo a mulher desde o início da gestação e proporcionando a manutenção do bem-estar, fornecendo informações e orientações sobre a evolução da gestação (PAULA e BARBOSA, 2019).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) assegura que todas as mulheres e recém-nascidos tenham acesso a cuidados de saúde de qualidade durante a gravidez, o parto e o período pós-natal. E reconhece que o pré-natal desempenha um papel fundamental, indo muito além das consultas de rotina, se mostrando essenciais para promover saúde, identificar riscos, diagnosticar precocemente doenças e preveni-las (OMS, 2016).

E acordo com o Caderno de Atenção Básica 32, de 2012, às unidades de atenção primária devem ser a porta de entrada preferencial da gestante no sistema de saúde, visto que é a coordenadora do cuidado, é o ponto de atenção estratégico para acolher suas necessidades, proporcionando um acompanhamento longitudinal e contínuo, principalmente durante a gravidez (BRASIL, 2012).

Dito isso, a APS desempenha um papel estratégico no acompanhamento do pré-natal, pois está no território, detendo proximidade assistencial, que favorece a busca ativa e o acompanhamento longitudinal, permitindo um vínculo íntimo, facilitando o monitoramento contínuo, compreensão do contexto social e familiar, permitindo uma atuação precisa e singular, com cuidado integral (MARCHIORI et al., 2022).

E esse acompanhamento quando realizado de forma oportuna e com base em evidências científicas, os cuidados pré-natais têm o poder de preservar vidas, garantindo maior segurança para o binômio, prestando acolhimento e orientação (OMS, 2016), proporcionando ainda, autonomia, identificação de riscos, oferta de cuidados de qualidade, com consultas regulares, orientações e educação em saúde (MARCHIORI et al., 2022).

Em estudo realizado por Amorim et al. 2022, evidencia-se que os cuidados da enfermagem no pré-natal são essenciais e descritos por gestantes como mais humanizados, com escuta, paciência para orientações e dedicação profissional, com destaque a um olhar ampliado,

as necessidades, contextos e condições da gestante e família (AMORIM et al., 2022).

Na APS, o enfermeiro de família e comunidade possui o compromisso de exercer um cuidado diferenciado à população, com respeito e singularidade, promovem a gestão do cuidado qualificado, e quando falamos do pré-natal, estão presentes em todas as fases desse acompanhamento e realizam ações de educação em saúde, sendo geralmente o profissional da equipe técnica que detém maior vínculo com a gestante e família, fato que se mostra como primordial para aumentar a confiança das gestantes e promover a continuidade do cuidado (AMORIM et al., 2022).

Dessa forma, a atenção pré-natal destaca-se como fator essencial na proteção e na prevenção a agravos, evidenciando que a não realização ou a realização inadequada dessa assistência à gestante repercute em maiores índices de morbimortalidade materna e infantil (PAULA e BARBOSA, 2019).

Assim, a forma mais eficaz para prevenção de agravos, seria munir a gestante de informações, com um cuidado compartilhado, a tornando protagonista do processo e auxiliando na garantia do bom desenvolvimento de sua gestação (JARDIM et al. 2019).

Logo, a atuação pelas equipes de saúde da família colabora para melhores desfechos no acompanhamento do pré-natal, parto e puerpério, estando próximo às famílias têm a adesão por acolhimento, estabelecimento de vínculo, levando ao acompanhamento de qualidade (MARCHIORI et al., 2022).

2.2 Educação em Saúde no Pré-natal

A educação em saúde é uma importante e essencial ferramenta no processo de construção individual e coletiva, permitindo o desenvolvimento de criticidade, autonomia, e conhecimento sobre o que tange à saúde, sendo primordial durante o gestar (FERREIRA et al., 2014).

E no âmbito da APS, deve ser consolidada em uma prática que busque a emancipação dos usuários, permitindo seu próprio gerenciamento e cuidar, onde estão inseridos no processo de construção de conhecimento, oferecendo uma nova perspectiva para a promoção da saúde (MARINHO et al., 2022).

Ações de educação em saúde devem integrar a assistência pré-natal como fator essencial, pois contribuem para aquisição de conhecimento, levando a autonomia da gestante (LUZ et al. 2019). Sendo importante ferramenta de apoio e acompanhamento, dando à gestante

e à família o suporte necessário para que o ato de gestar e parir siga os padrões fisiológicos (FERRAZ et al, 2018).

Paulo Freire, nos faz refletir como a educação possui potencial transformador, modificando sujeitos e realidades, ao promover práticas libertadoras e participativas, favorecendo a consciência crítica, pois permite que os sujeitos se reconheçam como agentes ativos de sua própria história. E esse princípio voltado à prática e cuidados às gestantes favorece e fortalece sua autonomia e protagonismo à medida que ela compreende seu corpo, seus direitos e participa de forma ativa no cuidado de sua saúde (FREIRE, 2019).

Assim, deve-se encorajar a implementação de ações educativas direcionadas às gestantes e seus familiares, com enfoque na integralidade do cuidado, assegurando condições para o sucesso no pré e pós nascimento, sendo esses momentos, espaços de construção, aprendizado, compartilhamento de saberes e práticas (LUZ et al. 2019).

Em consonância com esses princípios, a Teoria do Autocuidado de Dorothea Orem integra essa temática, orientando o cuidado de forma a promover a autonomia e a participação ativa do indivíduo, onde o profissional torna-se facilitador, oferecendo orientações e reforçando que o cuidado à gestante deve ser participativo, valorizando o protagonismo da mulher durante todo seu processo gestacional (OREM, 2001).

Assim, durante o pré-natal, além da abordagem de aspectos físicos e emocionais comuns na gravidez, também se recomenda que seja realizado educação em saúde abordando temas relativos à promoção à saúde da gestante. Porém, mesmo com comprovados benefícios, alguns estudos apontam desafios a essa prática, como a falta de acesso e disponibilidade do usuário (LUZ et al. 2019).

Posto isto, é necessário que os profissionais de saúde desenvolva ações educativas com comunicação efetiva, que pode reduzir a subordinação das gestantes diante da organização dos processos de saúde, sendo notório que o reconhecimento sobre as contribuições do enfermeiro no pré-natal, é expressivo dentro de depoimentos em estudos com gestantes, caracterizado pelo acompanhamento, orientação, esclarecimento de dúvidas e ampliação da segurança na gestação, assim o processo requer também a autonomia do enfermeiro, uma vez que esse profissional precisa conhecer as informações para viabilizá-las às gestantes (JARDIM et al. 2019).

Diante disto, torna-se claro a importância e necessidade de se criar meios autênticos, tecnológicos, diretos e de fácil acesso a essas mulheres, trazendo informações claras e científicas, evitando o uso desnecessário de recursos e tempo, além de abrigar informações antes desconhecidas por elas.

As consultas de pré-natal apoiadas por tecnologias educativas, garantem maior engajamento, proatividade e autocuidado entre as gestantes e demais atores envolvidos no percurso, pois são vistas com mais leveza, participação e colaboração (BACKS et al. 2023).

2.3 Tecnologias em Saúde no Cuidado a Gestantes

A assistência ao pré-natal é vista como um conjunto de processos assistenciais e educativos para o acompanhamento e evolução da gestação (CONCEIÇÃO e SOUSA, 2018). Assim, é de grande importância a criação de espaços de educação em saúde sobre demandas do pré-natal, pois, esses ambientes contribuem para a disseminação de informações essenciais sobre a gestação, a saúde da mulher, da criança e de toda a família (FERRAZ et al, 2018).

No entanto, somente a participação nas consultas de pré-natal não é suficiente para a geração de informações e esclarecimento de dúvidas provenientes do período gestacional, parto e puerpério (FERRAZ et al, 2018).

Somente através de práticas que considerem a complexidade e integralidade das gestantes e de sua família, se faz possível uma assistência de pré-natal com qualidade, tendo como referência práticas criativas que se conecte com a realidade e instrução de cada família, considerando fatores sociais, culturais e educacionais (SOUZA et al. 2020).

Com isso, é necessário que os profissionais de saúde revivam seus papéis de educadores, compartilhando saberes e experiências, com o objetivo de desenvolver uma autoconfiança materna e paterna no processo de cuidar, possibilitando o completo direito à saúde (CONCEIÇÃO e SOUSA, 2018).

O pré-natal quando potencializado pelas tecnologias educativas, que são ferramentas e recursos, digitais ou não, que inovam o ensino, torna-o mais dinâmico e acessível, constitui para gestantes e sua rede de apoio, um importante recurso à tomada de decisões autônomas e seguras, pois proporcionam subsídios para repensar as abordagens de intervenção e romper com métodos tradicionais hegemônicos, proporcionando maior acesso e indo de encontro à nova realidade do mundo moderno, onde se faz necessário processos ágeis, dinâmicos e resolutivos, que otimizem tempo e recursos, permitindo ainda um processo de autorreflexão e de autoconhecimento, de modo a fortalecer a autonomia da gestante (BACKS et al., 2023).

As tecnologias já fazem parte da rotina cotidiana de muitos pacientes e têm um enorme potencial para impactar positivamente a promoção da saúde, assim, podem e devem ser integradas à assistência, auxiliando a compreensão do usuário sobre seu estado de saúde, levando a corresponsabilidade do cuidado (SOUZA, 2022).

No decorrer dos anos, a APS tem associado diferentes tecnologias em busca de melhora do padrão da assistência pré-natal, diante dos crescentes números de mortalidade materna, com intuito do acompanhamento mais próximo, reduzindo barreiras geográficas, munindo as mulheres com informações essenciais e em conjunto com o uso de tecnologias leves, com materiais educativos lúdicos e visuais, tem demonstrado eficácia na promoção da saúde (SILVA et al., 2024).

Em 2011, a OMS traz a *Mobile Health* ou saúde móvel, conceito que se torna cada vez mais atual, pois permitem que o cuidado à saúde ocorra a qualquer hora e em qualquer lugar, buscam ampliar o acesso à informação e aos serviços de saúde, promovendo a eficiência no atendimento e práticas de gestão para melhorar a saúde da população (OMS, 2011).

Assim, as TICs foram inseridas na vida da população geral como forma de facilitar o acesso e atender a natureza dinâmica e diversificada do cotidiano, se tornando essenciais na disseminação de informações em saúde (CARVALHO et al., 2024).

Com isso, as tecnologias têm se consolidado como aliadas na assistência pré-natal, sua incorporação, contribui para a melhoria da qualidade do cuidado e ampliação do acesso, sendo a disseminação e investimento, fundamental para que os benefícios dessas ferramentas se traduzam em ganhos reais para a saúde materno-infantil (SILVA et al., 2024).

Assim, ao utilizar ferramentas tecnológicas, como o uso de sites, aplicativos para celular e redes sociais, com divulgação em território e disseminação em rede, integrar-se com os serviços de saúde de modo assertivo, por meio de um processo de construção coletiva para a formação em saúde (SILVA et al. 2017).

Fato esse, que contribui para que os usuários passem de passivos para agentes ativos no cuidado, sendo capazes de amenizar riscos gerados pela desinformação, com auxílio de conteúdos confiáveis e com base científica (GOMES et al., 2018).

3. METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de um projeto de intervenção, que é uma proposta para resolução de um problema real observado no contexto de atuação, onde busca contribuir para a melhoria do serviço, com pesquisa e ação. Buscando obter respostas a um problema já existente, porém garantindo que o mesmo, se não resolvido, seja minimizado (SOUSA, 2021).

Já Lewin (1964), baseia essa metodologia, trazendo como proposta de trabalho uma ação planejada e cíclica, com objetivo de transformar a realidade, ao mesmo tempo em que se produz conhecimento científico.

E para alcance da proposta foi desenvolvido um produto técnico tecnológico, que é definido como um objeto possível, fruto da aplicação de novos conhecimentos científicos, técnicas e expertises desenvolvidas na pesquisa, sendo este utilizado para solução de problemas, visando o bem-estar social (BRASIL, 2019).

Sua elaboração se mostra uma ferramenta com crescente importância para a vida organizacional, independente da natureza do produto ou serviço oferecido, uma vez que visa a sistematização de ações e a otimização de atividades e processos, sejam eles estratégicos ou operacionais (OLIVEIRA e DE OLIVEIRA, 2015).

Logo, para fundamentação teórica deste estudo foi realizada busca ativa da literatura na Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando como filtro os Descritores da Ciência da Saúde: Cuidado Pré-natal; Educação em Saúde; Saúde da Família; Gestante. Utilizando o booleano AND, com os filtros: artigos publicados no período de 2017-2025, texto completo, nos idiomas português e espanhol, foram encontrados 47 artigos. Destes, após leitura dos respectivos resumos foram excluídos 38 artigos por não se encaixarem na temática proposta e foram incluídos 9 artigos (Tabela 1), utilizando como base ainda o Caderno de Atenção Básica 32, 2012; Guia Rápido de Pré-natal do Município do Rio de Janeiro, 2025; Caderneta da Gestante, Ministério da Saúde, 2024; Guia do Pré-natal do Parceiro para Profissionais de Saúde, Ministério da Saúde, 2023; Boletim Epidemiológico de Mortalidade Materna de 2025, para complementar o desenvolvimento do trabalho, tanto no que se refere à elaboração textual quanto à criação dos produtos.

Tabela 1- Artigos inseridos

Título	Autor	Ano	Resumo
Pré-natal coletivo mediado por tecnologia educativa: percepção de gestantes	Backes, Dirce Stein; Medeiros, Leandro da Silva de; Veiga, Andressa Caetano da; Colomé, Juliana Silveira; Backes, Marli Terezinha Stein; Santos, Margarida Reis dos; Zamberlan, Claudia.	2023	Conhecer a percepção das gestantes sobre o pré-natal coletivo mediado por tecnologia educativa, à luz do pensamento da complexidade.
Comunicação na rede de atenção à saúde de gestantes/puérperas na perspectiva de trabalhadores da saúde	Marchiori, Mara Regina Caino Teixeira; Silveira, Andressa da; Santos, Naiana Oliveira dos; Silveira, Júlia Oliveira; Müller, Lisiane de Borba; Salles, Kyane Machado; Flores, Maria Isabel Quadros da Silveira; Soccol, Keity Laís Siepmann.	2022	Diante da importância da comunicação para o adequado processo de trabalho em rede e para o cuidado integral e resolutivo às gestantes e puérperas, Como ocorre a comunicação na Rede com gestantes e puérperas, na percepção de trabalhadores da saúde.
Núcleo de apoio à saúde da família para gestante num grupo educativo: relato de experiência	Luz, Cintia Aparecida Souza; Libório, Roberta; Palombo, Claudia Nery Teixeira; Silva, Josielson Costa da.	2019	Relato de experiência na implementação de um grupo educativo para gestantes em uma Unidade Básica de Saúde mista.
Relato de experiência: cuidado pré-natal em uma unidade de saúde da família de Cachoeira Alta, Goiás	Paula, Michelle Rodrigues Souza de; Barbosa, Valquíria Vicente da Cunha.	2019	O acompanhamento pré-natal é uma poderosa estratégia para reduzir a morbimortalidade materna, perinatal e neonatal. assim o objetivo desse artigo é relatar uma experiência do processo de atenção qualificada à gestante
Contribuições do enfermeiro no pré-natal para a conquista do empoderamento da gestante	Jardim, Mara Julyete Arraes; Silva, Andressa Arraes; Fonseca, Lena Maria Barros	2019	O presente estudo objetivou compreender as contribuições do enfermeiro no pré-natal para o incentivo ao empoderamento feminino no processo de parturição natural, sob a ótica da gestante

Modelo de cuidado a gestantes e puérperas: perspectiva de profissionais da saúde da família	Souza, Luiz Basso de; Marchiori, Mara Regina Caino Teixeira; Soccol, Keity Laís Siepmann; Holkem, Giovania Aparecida de Lima.	2020	Devido ao fato de o modelo de cuidado proposto pela ESF levar em consideração o território e o acolhimento, entende-se que essa estratégia possibilita a integralidade do cuidado às gestantes e às puérperas. Diante disto, busca-se compreender o modelo que orienta o cuidado à gestante e à puérpera na saúde da família.
Grupo de gestantes como ferramenta potencializadora do pré-natal: um relato de experiência	Ferraz, Cristiane Batista; Gueudeville, Rosângela Martins; Costa Júnior, Robson Oliveira.	2018	Este estudo trata do relato de experiência da implementação de um grupo de gestantes na Unidade de Saúde da Família com o objetivo de complementar a assistência pré-natal prestada, oferecendo um cuidado integral e humanizado às gestantes e aos seus familiares
Ações educativas com gestantes: relato de experiência em uma Unidade Básica de Saúde em São Francisco do Conde	Conceição, Camilla Costa; Sousa, Ludmilla Monfort Oliveira.	2018	A assistência ao pré-natal é caracterizada como um conjunto de procedimentos clínicos e educativos, visando o acompanhamento e à evolução da gravidez.
A formação em enfermagem no ciclo gravídico-puerperal	Silva, Elaine Andrade Leal; Amparo, Grace Kelly Santos; Santos, Eliene Batista dos.	2017	O “dia G da Gestante” foi pensado entre equipe de saúde da família, com gestantes e familiares, para compartilhar experiências sobre o ciclo gravídico-puerperal.

Fonte: Autora, 2025.

Sintetizando, o estudo busca a elaboração de um produto técnico tecnológico que visa intervenção na qualidade assistencial, com destaque a APS mas aspirando ampliar o ambiente de cuidado, visto que apenas o cenário de consulta não é suficiente para o esclarecimento de dúvidas, pelo tempo reduzido e atravessamentos locais (FERRAZ et al, 2018).

Busca-se a formulação de materiais didáticos e informativos como público-alvo gestantes e profissionais de saúde que podem utilizar dos materiais em sua prática clínica, como facilitadores de educação em saúde, a essa população e sua rede de apoio.

Assim, após o levantamento bibliográfico, com identificação dos tópicos mais frequentes e de reconhecida relevância para a prevenção de agravos durante o período gestacional, foi possível iniciar a elaboração dos produtos educativos, consistindo em um folder e site educativo.

Sendo o site, selecionado visando a dinamicidade e acesso facilitado das gestantes as informações de qualquer lugar e abrangendo a era digital, e avanços tecnológicos a favor da educação em saúde, com os temas Acompanhamento; 1º, 2º e 3º Trimestre; Suplementação; Imunização na gravidez; Direitos durante a gestação; Cuidados; Sintomas Comuns; Sinais de Alarme, Pré-natal do Parceiro e Telefones úteis. Já os folders, como um agregante visando as gestantes com maior vulnerabilidade com acesso limitado a dispositivos de rede, mas ainda buscando garantir educação em saúde extramuros com informações importantes, linguagem simplificada e de fácil acesso, focado nos direitos das gestantes, sinais de alarme, acompanhamento na gestação e cuidados gerais.

Sendo os produtos idealizados e produzidos pela autora, com definição de temas, pesquisa, diagramação e designer de folders; e o site executado em parceria com profissional da tecnologia da informação, que fez toda a parte de programação, designer, homologação, domínio e hospedagem do site, utilizando plataforma *lovable*, além de modificações conforme avaliação de autora, já a parte conteudista e de imagens de site foram feitas também por autora.

Salientando que o presente estudo respeitou os princípios éticos que regem pesquisas e produções acadêmicas na área da saúde, no projeto não foram utilizados dados primários, apenas dados públicos com intuito exclusivo de elaboração de materiais educativos, conforme consta no Ofício Circular Nº 17/2022/CONEP/SECNS/MS, de 5 de Julho de 2022. Sendo assim, não houve necessidade de submissão e avaliação pelo Comitê de Ética em Pesquisa.

4. CRONOGRAMA

Tabela 2- Cronograma

ETAPAS	NOV/DEZ 2024	JAN/ FEV	MAR/ ABRIL	MAIO/ JUN	JUL/ AGO	SET/ OUT	NOV/ DEZ	JAN 2026	FEV 2026
Definição de projeto	X								
Levantamento bibliográfico		X	X						
Coleta e análise de dados		X	X	X	X	X	X		
Elaboração de texto		X	X	X	X	X	X	X	

Idealização de site para projeto	X	X							
Desenvolvimento de site						X	X		
Homologação de site								X	
Revisão de texto e projeto								X	
Defesa									X

Fonte: Autora, 2025.

5. RECURSOS NECESSÁRIOS

Para elaboração deste trabalho foram necessários os recursos materiais, computador, internet, impressora, papel, recursos informacionais, além de recursos humanos, contando com enfermeira autora do trabalho, que realizou idealização e toda parte de pesquisa e criação de folders e profissional da Tecnologia da informação para designer, desenvolvimento e homologação de site.

6. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os cuidados pré-natais devem possibilitar uma gestação saudável e tranquila, munindo a pessoa que gesta sobre seus direitos, possíveis modificações no corpo e outros, tornando-a instruída para uma tomada de decisão segura e elaborada nos princípios da autonomia (AMORIM, 2022).

Na realidade de uma rotina marcada pelo acelerar do ritmo de vida e pela dinamicidade das atividades cotidianas, é notório a crescente busca de usuárias por recursos que apoiem o acompanhamento pré-natal. E essas quando desenvolvidas de forma adequada, tanto os recursos digitais quanto os físicos tornam-se ferramentas educativas acessíveis, didáticas e eficazes, capazes de facilitar o acesso à informação, fortalecer a autonomia das gestantes e qualificar o cuidado oferecido, gerando impactos positivos para a população (SILVA et al., 2024).

Na APS, o período do pré-natal é o principal meio de educação em saúde, buscando prevenir complicações, e a sua adesão é o principal fator para a queda da mortalidade evitável, integrando o uso das tecnologias digitais e as tecnologias leves, como materiais educativos, rodas de conversa e grupos de apoio, desempenham um papel fundamental, com promoção do autocuidado e alcance a gestante de forma ágil e mais igualitária (SILVA et al. 2024).

Em estudos realizados por Tomasi et. al, 2017, nos evidencia que mulheres com menos renda, recebem menos orientações durante o pré-natal, sendo no Sudeste 63,4% e apenas 15% das entrevistadas receberam uma atenção, avaliada por elas, de qualidade. O que se reverbera em números alarmantes, visto que, a população de grande maioria atendida pela APS são populações de baixa renda, assim, nos faz refletir se as informações estão chegando a essa população, se elas são bem orientadas durante o pré-natal e se estão protegidas de possíveis intercorrências ou têm seus direitos preservados. Pois a escassez de orientações pode resultar na não abordagem desses e de outros assuntos, aumentando os riscos para essas mulheres (TOMASI et al., 2017).

Visto que, há apontamentos em que a desinformação geralmente está relacionada a desfechos indesejáveis como a violência obstétrica, intervenções desnecessárias, passividade e submissão no processo de parturição, se fazendo notório a necessidade de mudanças (CARVALHO et al., 2024).

E para o desenvolvimento dos produtos tecnológicos, foi realizada revisão integrativa da literatura, utilizando 9 artigos selecionados, assim como o Guia Rápido de pré-natal da Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro de 2025, Guia do Pré-natal do Parceiro para Profissionais de Saúde do Ministério da Saúde, ano de 2023 e ainda a Caderneta da Gestante do Ministério da Saúde, do ano de 2024. Além de levar em consideração, as vivências da autora

na residência de enfermagem de família e comunidade, com perguntas frequentemente realizadas em consultórios e grupos de gestantes, para definição dos tópicos selecionados.

Dentre os artigos selecionados, 5 artigos fazem referência a assistência qualificada às gestantes, sua importância a redução de agravos, seguimento de protocolos assistenciais, com uso de suplementação, solicitações de exames adequados e frequência de consultas, 5 abordam a educação em saúde como essenciais ao cuidado e com significativa relevância para redução de possíveis agravos gestacionais, meio de repasse de informações e de autocuidado as gestantes, 3 trabalhos trazem como pauta o uso de tecnologias no contexto de saúde e como recurso de cuidado no pré-natal, apenas 1 traz em seu conteúdo os direitos das gestantes, o que viabiliza como é um tema esquecido no repasse de informações as mesmas, e todos trazem de alguma maneira os cuidados com a gestante, fatores técnicos, assistenciais, emocionais e físicos, sendo esses definidores para escolha dos tópicos, indo de encontro com as maiores fragilidades encontradas nos textos, que se reverberam em situações reais vivenciadas pela autora em atendimentos.

E como fruto das inquietações de uma enfermeira residente, ativa em grupos de gestante, com dever de informar e consciente da importância de comunicar, com um leve encantamento por saúde da mulher, surgiu o *GestaSIM*, um site para o acompanhamento de gestantes, com objetivo de ser de fácil acesso e com linguagem simplificada, tendo os tópicos:

- Acompanhamento: nesta aba a gestante tem a possibilidade de ter acesso a informações referente a quantidade de consultas mínimas, bem como a periodicidade de acordo com a idade gestacional. Tendo por objetivo assegurar o desenvolvimento saudável, com corresponsabilidade do cuidado, induzindo a busca de sua equipe, visando adesão às recomendações, aspirando um acompanhamento contínuo e qualificado, que se torna fator essencial a uma gestação segura (BRASIL, 2012);
- Abas de 1º, 2º e 3º trimestre: onde há um relato do que está acontecendo no corpo da gestante, formação do feto e o que pode ser comum nesse período. Visto que, a gestação é uma experiência que engloba mudanças físicas, sociais e mentais, torna-se de extrema relevância, instruí-la sobre tal, trazê-las ao centro do cuidado, promovendo redução da ansiedade, favorecendo sua autonomia para uma vivência mais segura e consciente desse período. (PAULA e BARBOSA, 2019);
- Suplementações: nesta aba há indicação sobre cada suplementação realizada na gestação, sua importância e informações posológicas. No acompanhamento pré-

natal, deve-se oferta ações voltadas ao controle de riscos e suporte do desenvolvimento fetal, assim, quando proporcionamos a gestante explicações sobre as suplementações e sua importância, tende-se a maior adesão e uso adequado, com isso prevenindo possíveis agravos (BRASIL, 2012);

- Vacinas: onde encontram-se os imunizantes recomendados no período gestacional e o aprazamento. Medidas que devem ser informadas as gestantes pois são de grande importância, com o fortalecer do sistema imunológico da gestante e proteger a saúde do bebê, buscando adesão e cuidado a mesma (BRASIL, 2012);
- Direitos: nesta aba a gestante e profissionais podem ter acesso a informações como direitos trabalhistas e sociais. Visto que, o compartilhamento de informações e seus direitos, fortalecem a mulher, promovem sua tomada de decisão consciente, tornando-a agente ativa de seu cuidado, reforçando o respeito à sua dignidade (JARDIM et al. 2019);
- Cuidados: aba onde encontram-se informações úteis sobre cuidados gerais que a gestante deve ficar atenta durante o período gestacional. Como: alimentação, atividade física, relação sexual, cuidados com a pele e cabelo, uso de álcool e outras drogas podem ser encontradas nesta aba. Pois a assistência pré-natal deve proporcionar um conjunto de cuidados que visam garantir a saúde do binômio, informá-las é essencial para promover educação em saúde, adesão a cuidados recomendados, buscando prevenir complicações e fortalecê-la durante o processo. (CONCEIÇÃO e SOUSA, 2018);
- Sintomas comuns: essa aba faz referência aos sintomas físicos que podem ser sentidos pela pessoa que gesta e conduta adequada mediante o quadro. Com relação às queixas mais comuns na gravidez, há determinação que os profissionais devem orientar às gestantes e tranquilizá-las, quando as mesmas identificam sinais esperados para o período possibilitam diferenciar do que podem indicar complicações, riscos e agravos, favorecendo a redução de ansiedade e oportunizando busca por assistência em casos necessários (PAULA e BARBOSA, 2019);
- Sinais de alarme: aba importante onde encontram-se informações sobre possíveis intercorrências no período, como sangramento e alteração de pressão arterial. Visto que as gestantes necessitam deter informações referentes a essa temática para a sua segurança e do bebê, pois com a identificação precoce de situações que podem

representar risco, gera a consciência a buscar atendimento imediato, evitando complicações graves. (CONCEIÇÃO e SOUSA, 2018);

- Pré-natal do parceiro: a referida aba é destinada às parcerias. Indica-se a importância do acompanhamento pré-natal destes, condutas clínicas e de bons hábitos a terem no período gestacional. Onde busca trazer a parceria para participação ativa no cuidado, sendo esse muitas vezes determinantes para o fortalecimento de vínculos afetivos saudáveis entre parcerias, filhos e também sendo porta de entrada ao seu próprio cuidado (BRASIL, 2023);
- Telefones úteis: nesta aba é possível encontrar contatos telefônicos importantes de acordo com quadros específicos como violência obstétrica e canais públicos de informação e solicitação de socorro em caso de urgências ou emergências. É de extrema importância as gestantes saberem a quem recorrer em caso de dúvidas, com cuidado e serviço adequado, evita-se falhas no cuidar e possíveis complicações (BRASIL, 2026).

Assim, após revisão da literatura e definição dos tópicos, foi necessário o auxílio de profissional da tecnologia da informação para desenvolvimento do site. O site foi realizado com auxílio da ferramenta *lovable* (local onde está hospedado o site), com seções organizadas e informações estruturadas para facilitar a orientação e o acesso a conteúdos de saúde, bem como o acompanhamento da gestação.

Com o auxílio do profissional especialista em tecnologia da informação, foram desenvolvidas funcionalidades que permitem que a gestante tenha manuseio simples em todo dispositivo com acesso à internet. Assim, permitisse a educação em saúde da gestante em ambiente extra consultório com informações seguras, contando ainda com a ferramenta de pesquisa de palavras-chaves para que a gestante consiga localizar de forma rápida o conteúdo desejado (Apêndice A).

No período de desenvolvimento do site, pensando em levar ainda mais acessibilidade e inclusão das gestantes, surgiu a ideia de utilizar o conteúdo de pesquisa já realizado para o site, para a criação de folders. Com esse dispositivo físico, gestantes com acesso limitado à tecnologia podem ter o acesso à informação, permitindo maior democratização à educação em saúde. Além disso, profissionais de saúde podem utilizar este recurso em grupos e consultas.

Dessa forma foram elaborados três folders, com os títulos “Você conhece seus direitos?”, “Acompanhando a gestação” e “Gestar Bem”. Nestes é possível encontrar informações referentes a direitos da gestante, relação entre semana gestacional e mês, e cuidados gerais, respectivamente (Apêndice B).

Os folders foram implementados em uma unidade de saúde por meio de grupos de gestantes, visitas domiciliares e consultas de acompanhamento. Percebeu-se boa aceitabilidade por parte das gestantes, que demonstraram bastante interesse pelas temáticas apresentadas, interagindo e tecendo perguntas referentes aos mesmos. Além disso, o conteúdo implementado foi amplamente requisitado por profissionais da unidade, chamando atenção dos responsáveis pela linha materno-infantil da coordenação da área programática de alocação da residente e gerência institucional da Clínica da Família de lotação.

O site, a princípio, foi liberado para profissionais enfermeiros atuantes na APS e programa de residência do convívio da autora. Na liberação foi possível que os profissionais dessem contribuição em relação ao acesso, interatividade e seleção de conteúdos abordados.

Dessa forma, ao integrar o uso do site e de folders informativos, torna-se possível alcançar uma parcela mais ampla da população, favorecendo a disseminação de informações qualificadas, confiáveis e acessíveis, o que contribui para a autonomia materna, além de se mostrar um bom recurso aos profissionais, para uso como ferramenta educacional no cuidado longitudinal as gestantes (SILVA et al. 2024).

Entretanto, é válido afirmar que nesse projeto foram vivenciadas algumas limitações como não ter tempo ágil para disponibilização do site para a população gestante, não sendo possível implementação completa e recepção de seus feedbacks; dependência de acesso à internet, dispositivos eletrônicos e letramento digital para conexão ao site, podendo não atingir a população com maior vulnerabilidade; ausência e limitação de validação formal com especialistas; alfabetização da população para leitura e compreensão de site e folder; uso de recurso impresso para o folder; distribuição limitada de folder a população de localidade adscrita de atuação de autora; tempo limitado para desenvolvimento dos produtos com limitação dos conteúdos abordados.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio deste projeto de intervenção e de sua implementação, foi possível alcançar novos meios de cuidado às gestantes, com recursos físicos e digitais, promovendo o fortalecimento de sua autonomia, de maneira clara, objetiva e indo de encontro a diferentes realidades. Permitindo compreender a importância de ferramentas que ampliem o acesso à informação e munam as gestantes a tomada de decisões conscientes, auxiliando no compartilhamento de saberes, construção coletiva, respeitando as diferentes realidades e contextos, romper padrões e promover um cuidado diferenciado, transcender as paredes do consultório, levando o cuidado facilitado a elas em qualquer lugar e momento.

Durante a construção desse projeto, se evidenciou a importância de um cuidado qualificado com implementação e investimento em práticas de educação em saúde no pré-natal e como esse, quando bem executado auxilia na redução de agravos à gestante, resultando ainda em autonomia da mesma, com informações, cuidados, identificação de sinais de risco, direitos, com comunicação assertiva, dinâmica, visual e transcendendo práticas.

Evidenciando o quanto a APS e os profissionais que a fazem são fundamentais em todo o processo, visto que detém papel privilegiado, territorialista, envolvido em toda a dimensão do cuidar, constituindo com fator de proteção e prevenção de agravos, auxiliando a um processo mais seguro, informado e promovendo gestantes ativas em seu cuidado.

8. REFERÊNCIAS

AMORIM, T. S. et al. Gestão do cuidado de Enfermagem para a qualidade da assistência pré-natal na Atenção Primária à Saúde. Escola Anna Nery, v. 26, p. e20210300, 2022.

BACKES, D.S et al. Pré-natal coletivo mediado por tecnologia educativa: percepção de gestantes. Ciência & Saúde Coletiva, v. 29, p. e00392023, 2023.

BRASIL. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Produção Técnica: Grupo de Trabalho. Brasília (DF), 2019. Disponível em: <<https://www.gov.br/capes/pt-br/centrais-de-conteudo/10062019-producao-tecnica-pdf>> Acesso em 22 de outubro de 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderneta da Gestante. 8. ed. rev. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Materna. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-da-mulher/saude-materna>>. Acesso em: 16 de janeiro de 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Atenção ao pré-natal de baixo risco / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva do Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. Ofício Circular nº 17, de 5 de julho de 2022. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <<https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/camaras-tecnicas-e-comissoes/conep/legislacao/oficios-circulares/oficio-circular-no-17-de-5-de-julho-de-2022.pdf/view>> Acesso em: 16 de janeiro de 2026.

CARVALHO, K. M et al. Uso de tecnologias da informação e comunicação pela gestante para seu empoderamento no processo parturitivo-puerperal. Texto & Contexto-Enfermagem, v. 33, p. e20230278, 2024.

CONCEIÇÃO, C. C; SOUSA, L. M. O. Ações educativas com gestantes: relato de experiência em uma Unidade Básica de Saúde em São Francisco do Conde. Divul. saúde debate, p. 221-228, 2018.

FERREIRA, V. F et al. Educação em saúde e cidadania: revisão integrativa. Trabalho, Educação e Saúde, Rio de Janeiro, v. 12, n. 2, p. 363-378, maio/ago. 2014.

FERRAZ, C. B et al. Grupo de gestantes como ferramenta potencializadora do pré-natal: um relato de experiência. Divul. saúde debate, p. 214-220, 2018.

FREIRE, Paulo. Pedagogia do oprimido. 50. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2019

GOMES, I. M. O et al. Redes sociais virtuais e tecnologias em saúde no cotidiano de usuários e famílias: cuidado e promoção da saúde. Escola Anna Nery, Rio de Janeiro, v. 22, n. 3, e20170417, 2018.

JARDIM, M. J. A et al. Contribuições do enfermeiro no pré-natal para a conquista do empoderamento da gestante. Rev. pesqui. cuid. fundam.(Online), p. 432-440, 2019.

LUZ, C. A. S et al. Núcleo de apoio à saúde da família para gestante num grupo educativo: relato de experiência. CuidArte, Enferm, p. 199-203, 2019.

MARCHIORI, M. R. C. T et al. Comunicação na rede de atenção à saúde de gestantes/puérperas na perspectiva de trabalhadores da saúde. Rev. enferm. UFPE on line, p. [1-12], 2022.

MARINHO, M. N. A. S. B et al. Educação em saúde na Estratégia Saúde da Família: Saberes e práticas de enfermeiros – Revisão integrativa. Saúde em Redes, [s. l.], v. 8, n. 1, p. 233-247, 2022.

MÉLLO, A. S. E et al. Lewin e a pesquisa-ação: gênese, aplicação e finalidade. Fractal: Revista de Psicologia, v. 28, n. 1, p. 153–159, 2016.

OLIVEIRA, C.M.C.S.; DE OLIVEIRA, M.A. Projeto de intervenção associado à árvore de problemas: metodologia para elaboração do projeto de intervenção (PI). Universidade Federal de São Paulo, 2015.

OREM, Dorothea E. Nursing: concepts of practice. 7. ed. New York: McGraw-Hill, 2001.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience. Genebra: World Health Organization, 2016.

PAULA, M.R.S; BARBOSA, V.V.C. Relato de experiência: cuidado pré-natal em uma unidade de saúde da família de Cachoeira Alta, Goiás. Revista científica da escola estadual de saúde pública de goiás" cândido santiago", v. 5, n. 1, p. 22-31, 2019.

RIO DE JANEIRO (MUNICÍPIO). Secretaria Municipal de Saúde. Subsecretaria de Promoção, Atenção Primária e Vigilância em Saúde. Guia rápido pré-natal: atenção primária à saúde, 3. ed. Rio de Janeiro: Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro, 2022.

RIO DE JANEIRO. Secretaria Municipal de Saúde. Guia rápido pré-natal: atenção primária à saúde: ciclos da vida / Rio de Janeiro (RJ). Secretaria Municipal de Saúde. 4. ed. Rio de Janeiro: Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro, 2025.

RIO DE JANEIRO. Secretaria Municipal de Saúde. Subsecretaria de Promoção, Atenção Primária e Vigilância em Saúde. Superintendência de Vigilância em Saúde. Centro de Inteligência Epidemiológica (CIE). Boletim Epidemiológico Mortalidade Materna – 2025. Rio de Janeiro, 2025.

SILVA, E. A. L et al. A formação em enfermagem no ciclo gravídico-puerperal. Rev. enferm. UFPE on line, p. 5139-5144, 2017.

SILVA, M. R. F et al. Tecnologias na assistência multiprofissional no pré-natal: impactos na gestão do cuidado na Atenção Primária à Saúde. Revista Saúde em Redes, [S.l.], v. 10, n. 1, 2024.

SOUSA, E.G.R. Manual para elaboração de projetos de intervenção como trabalho de conclusão de curso: lato sensu. 2021.

SOUZA, F.M.D.L.C. et al. Desenvolvimento de aplicativo móvel para o acompanhamento pré-natal e validação de conteúdo. Acta Paulista de Enfermagem, 35, eAPE01861. 2022

SOUZA, L. B. D. et al. Modelo de cuidado a gestantes e puérperas: perspectiva de profissionais da saúde da família. Rev. enferm. UFSM, e86-e86. 2020

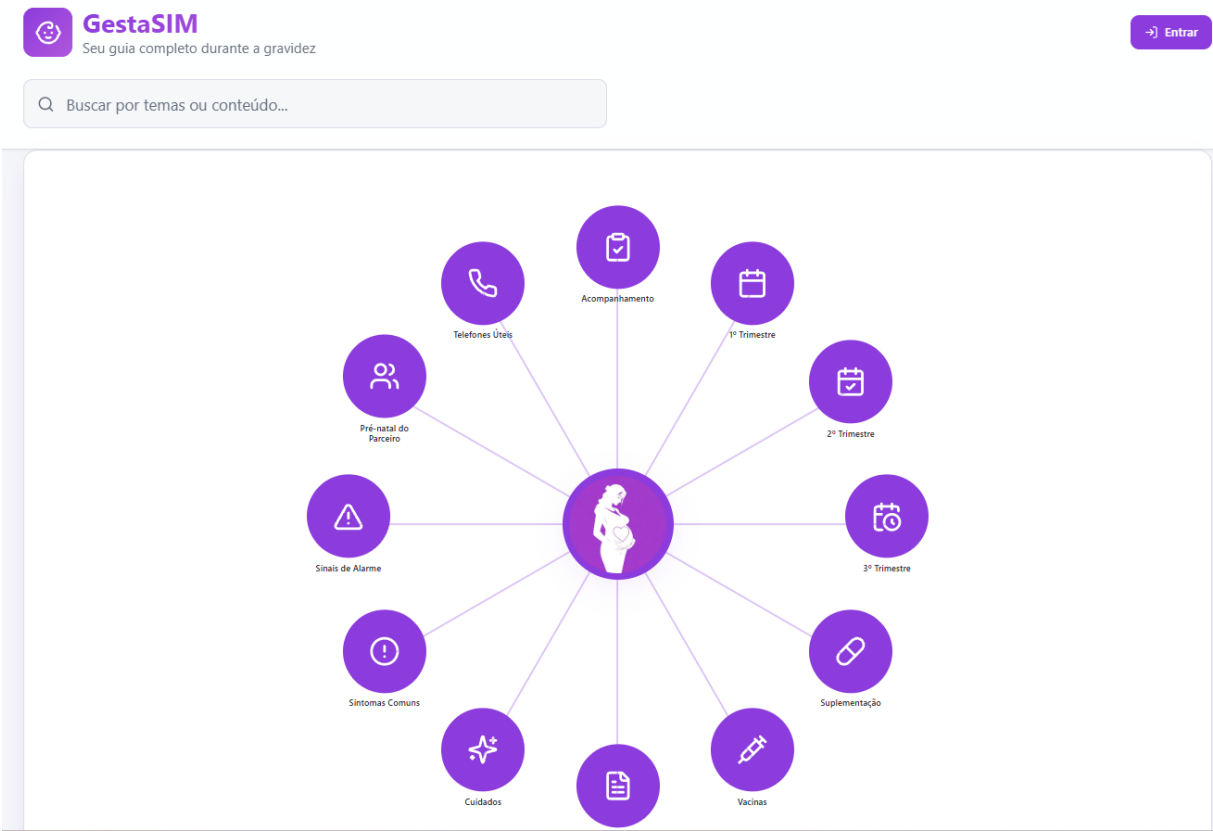
SUBPAV. EPIRIO. Mortalidade materna. Disponível em: <<https://subpav.org/mortalidade/>> acesso em 21 de janeiro de 2024.

TOMASI, E. et al. Qualidade da atenção pré-natal na rede básica de saúde do Brasil: indicadores e desigualdades sociais. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 33, n. 3, e00195815, 2017.

9. APÊNDICES

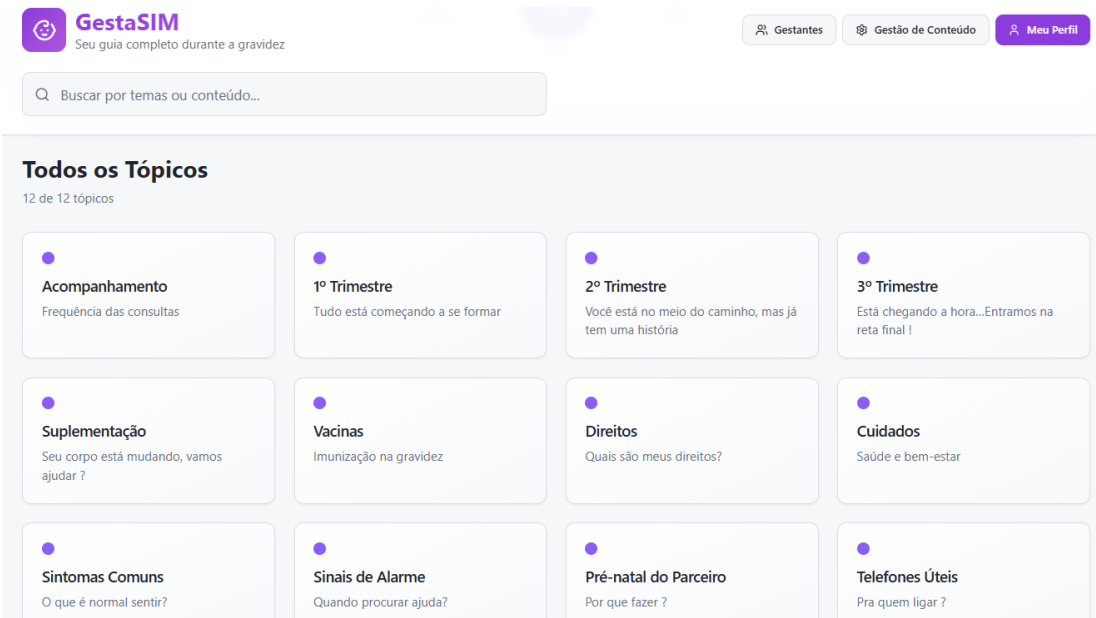
APÊNDICE A- SITE GESTASIM

Figura 2- Aba inicial *GestaSIM*



Fonte: GestaSIM, Autora, 2025.

Figura 3- Tópicos do site



Fonte: GestaSIM, Autora, 2025.

Figura 4- Aba 1º trimestre

1º Trimestre

Tudo está começando a se formar

Conteúdos

+ Adicionar Conteúdo

1 Seu bebê está se formando e seu corpo mudando!

Seu corpo e seus sentimentos estão se adaptando, o que pode causar sensações diferentes e até contraditórias. Os seios podem aumentar, você pode sentir mais sono, fome, enjoos, se sentir mais cansada. Não se preocupe, isso é comum!
É nesse período que todos os órgãos do bebê são formados.

2 1º mês

O coração começa a bater e começa a ser formado os braços e pernas

3 2º mês

As mãos, os dedos, as orelhas e os órgãos internos já estão se formando.

4 3º mês

O rosto do bebê já está quase formado e os olhos já têm pálpebras.
Inicia-se o funcionamento do cérebro, o bebê já se movimenta e mexe os braços e as pernas.

5 Dica:

Lave bem alimentos consumidos crus;
Evite alimentos gordurosos;
Beba bastante água.

Veja a seção cuidados e sintomas comuns

Fonte: GestaSIM, Autora, 2025.

Figura 5- Aba Suplementação

Suplementação

Seu corpo está mudando, vamos ajudar ?

Conteúdos

+ Adicionar Conteúdo

1

Ácido fólico de 0,4 a 5mg- 1 comprimido ao dia até o final da gravidez.

Previne anormalidades e má formação do bebê.

2

Ferro elementar de 40mg. - 1 comprimido ao dia até 3 meses pós parto, 1 hora antes das refeições, preferencialmente com sucos de frutas cítricas (laranja, limão, acerola).

Prevenção de anemia na gestação.
Atenção - Dependendo do resultado dos seus exames pode ter que aumentar a dose!

3

Carbonato de cálcio 1.250mg - Tomar 2 comprimidos ao dia até o fim da gestação, 2 horas depois de comer.

Ajuda a regular e manter a pressão boa.

4

Cuidado!

Não faça uso de medicamentos por conta própria!

5

Atenção!

Se estiver no pré-natal de alto risco, deve tomar outras medicações, converse com sua equipe de saúde.

Fonte: GestaSIM, Autora, 2025.

APÊNDICE B-FOLDERS

Figura 6- Folder "Você conhece seus direitos?"

VOCÊ CONHECE SEUS DIREITOS ?

LICENÇA-MATERNIDADE
A empregada gestante tem o direito à licença-maternidade de 120 dias após o nascimento de seu filho, sem prejuízos, podendo solicitar a licença a partir do oitavo mês de gestação, com atestado médico, sendo os dias anteriores descontados nos dias totais.
Obs: Empregadores que participam do programa empresa cidadã estendem o período para 180 dias.

AMAMENTAÇÃO
O artigo 396 da Consolidação das Leis do Trabalho - A mulher trabalhadora tem direito à licença-amamentação, que pode incluir dois períodos de 30 minutos por dia durante o trabalho até o bebê completar 6 meses de vida.

Licença paternidade
É garantido o direito de 5 dias a partir do primeiro dia útil após o nascimento da criança.
Obs: Os empregadores do programa Empresa Cidadã, são 20 dias.

Estabilidade provisória
A empregada gestante tem direito a estabilidade provisória, desde a confirmação da gravidez até cinco meses após o parto (impede a demissão da gestante, exceto por justa causa).

Bolsa família
Se a sua família é beneficiária do Bolsa Família, você tem direito ao benefício Composição Gestantes onde são pagas 9 parcelas consecutivas, desde que a gestação tenha sido identificada até o 9º mês

VOCÊ CONHECE SEUS DIREITOS ?

Prioridade
Lei nº 10.048/2000 - Art. 1º- Atendimento prioritário a gestantes, lactantes, pessoas com criança de colo e idosos em repartições públicas, instituições financeiras.

Acompanhante
Lei nº 11.108/2005 - Art. 1º - Garante à gestante o direito a um acompanhante da sua escolha durante o trabalho de parto, parto e pós-parto imediato(período de 10 dias após o parto).

Referências
RIO DE JANEIRO. Secretaria Municipal de saúde Guia rápido pré-natal: atenção primária à saúde: ciclos da vida / Rio de Janeiro (RJ). Secretaria Municipal de Saúde. 4. ed. Rio de Janeiro: Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro, 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderneta da Gestante. 8. ed. rev. Brasília: Ministério da Saúde, 2024.



ENF STEPHANY VERAS

ENF STEPHANY VERAS

Fonte: Autora, 2025.

Figura 7- Folder "Acompanhando a gestação"

Acompanhando a GESTAÇÃO

Trimestre	Mês	Semana
1º	1	4 semanas e meia
	2	9 semanas
	3	13 semanas e meia
2º	4	18 semanas e meia
	5	22 semanas
	6	27 semanas e meia
3º	7	31 semanas e meia
	8	36 semanas
	9	40 semanas e meia

Brasil, 2024

Enf Stephany Veras

Acompanhando a GESTAÇÃO

SEMANAS	CONSULTAS
1º consulta - 28º semanas	MENSAL
28º semana - 36º semanas	QUINZENAL
36º semanas - 41º semanas + 3 dias	SEMANAL

Brasil, 2012

Enf Stephany Veras

Fonte: Autora, 2025.

Figura 8- Folder "Gesta bem"



Fonte: Autora, 2025.