Revista Eletrônica ACERVO CIENTÍFICO
ISSN 2595-7899

Orientação acerca dos cuidados pré-natais às gestantes: um relato de experiência

Guidance on prenatal care for pregnant women: an experience report

Orientación sobre atención prenatal para mujeres embarazadas: un relato de experiencia

Carolina Pismel Xavier Pinto[1].

RESUMO

Objetivo: Orientar e conscientizar as mulheres com interesse em engravidar e gestantes sobre a importância de realizar o pré-natal. **Relato de experiência:** As orientações acerca dos cuidados pré-natais voltados para gestantes e mulheres que têm o desejo de engravidar, foram desenvolvidas por meio de palestras educativas, rodas de conversa e distribuição de materiais informativos, com foco na promoção da saúde materno-infantil. Durante as intervenções, foram abordados temas como a importância do acompanhamento pré-natal, alimentação saudável, imunização, cuidados com o corpo e sinais de alerta durante a gestação. A experiência evidenciou a relevância da educação em saúde como ferramenta essencial para o empoderamento das gestantes e para a redução de riscos durante a gravidez, fortalecendo o vínculo entre a comunidade e os serviços de saúde. **Considerações finais:** As ações de orientação pré-natal realizadas com as gestantes mostraram-se fundamentais para ampliar o conhecimento e promover práticas saudáveis durante a gestação. Conclui-se que a educação em saúde é uma estratégia eficaz para fortalecer o cuidado materno e contribuir para a redução de riscos à saúde da mãe e do bebê.

Palavras-chave: Pré-natal, Gestantes, Educação em saúde.

ABSTRACT

Objective: To guide and raise awareness among women interested in becoming pregnant and pregnant women about the importance of prenatal care. **Experience report:** Guidance on prenatal care for pregnant women and women who desire to become pregnant was developed through educational lectures, discussion groups, and distribution of informational materials, with a focus on promoting maternal and child health. During the interventions, topics such as the importance of prenatal care, healthy eating, immunization, body care, and warning signs during pregnancy were addressed. The experience highlighted the relevance of health education as an essential tool for empowering pregnant women and reducing risks during pregnancy, strengthening the bond between the community and health services. **Final considerations**: The prenatal counseling sessions carried out with pregnant women proved to be fundamental for expanding knowledge and promoting healthy practices during pregnancy. It is concluded that health education is an effective strategy to strengthen maternal care and contribute to reducing health risks for both mother and baby.

Keywords: Prenatal care, Pregnant women, Health education.

[1] Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA). Belém – PA.

SUBMETIDO EM: 10/2025 | **ACEITO EM: 10/2025** | **PUBLICADO EM: 10/2025**

RESUMEN

Objetivo: Orientar y sensibilizar a las mujeres interesadas en embarazarse y a las embarazadas sobre la importancia de la atención prenatal. **Informe de experiencia:** Se desarrollaron orientaciones sobre la atención prenatal para embarazadas y mujeres que desean embarazarse mediante charlas educativas, grupos de discusión y distribución de materiales informativos, con énfasis en la promoción de la salud maternoinfantil. Durante las intervenciones, se abordaron temas como la importancia de la atención prenatal, la alimentación saludable, la inmunización, el cuidado corporal y las señales de alerta durante el embarazo. La experiencia destacó la relevancia de la educación para la salud como herramienta esencial para empoderar a las embarazadas y reducir los riesgos durante el embarazo, fortaleciendo el vínculo entre la comunidad y los servicios de salud. **Consideraciones finales:** Las sesiones de consejería prenatal realizadas a embarazadas resultaron fundamentales para ampliar los conocimientos y promover prácticas saludables durante el embarazo. Se concluye que la educación para la salud es una estrategia eficaz para fortalecer la atención materna y contribuir a la reducción de riesgos para la salud tanto de la madre como del bebé.

Palabras clave: Atención prenatal, Embarazadas, Educación para la salud.

INTRODUÇÃO

A assistência pré-natal constitui um dos pilares fundamentais da atenção à saúde materno-infantil, desempenhando papel estratégico na promoção da saúde, prevenção de agravos e redução da morbimortalidade materna e neonatal. Trata-se de um conjunto de ações integradas que visam acompanhar a mulher desde o início da gestação até o puerpério, garantindo o bem-estar da gestante e do concepto, além de identificar precocemente fatores de risco e intervir de forma oportuna. A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que o pré-natal seja estruturado de forma contínua, integral e humanizada, assegurando à mulher o direito a um atendimento digno e de qualidade durante toda a gestação (OMS, 2016; WHO, 2022).

Historicamente, o pré-natal foi introduzido no Brasil como uma política pública essencial a partir da década de 1980, sendo fortalecido com a criação do Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento (PHPN), em 2000. Desde então, os avanços no Sistema Único de Saúde (SUS) têm ampliado a cobertura e a descentralização desse atendimento. Entretanto, apesar da ampliação do acesso, ainda persistem importantes desafios relacionados à qualidade da atenção e à equidade entre os diferentes grupos populacionais (DIAS R, 2014).

O acompanhamento pré-natal deve iniciar-se preferencialmente no primeiro trimestre, com consultas regulares e acompanhamento multiprofissional. Segundo o Ministério da Saúde, o mínimo recomendado é de seis consultas, distribuídas ao longo dos três trimestres gestacionais. Contudo, a literatura evidencia que a qualidade do atendimento tem peso igual ou até superior à quantidade de consultas, uma vez que cada encontro deve contemplar acolhimento, escuta ativa, avaliação clínica e obstétrica, solicitação de exames, imunização, suplementação vitamínica e orientações educativas (WHO, 2022; BEATRICI NZ, et al., 2024).

Além dos aspectos clínicos, a dimensão psicossocial e o acolhimento emocional da gestante devem ser incorporados de forma sistemática. O cuidado humanizado durante o pré-natal tem se mostrado um fator determinante para o fortalecimento do vínculo entre a mulher e a equipe de saúde, para a adesão ao acompanhamento e para a redução de experiências negativas relacionadas ao parto e ao nascimento (TOMASI E, et al., 2017; OMS, 2016).

Estudos recentes demonstram que o pré-natal adequado contribui diretamente para a diminuição de complicações como prematuridade, baixo peso ao nascer, hipertensão gestacional e mortalidade neonatal. Em contrapartida, a falta de acompanhamento ou a assistência inadequada estão fortemente associadas ao aumento de riscos obstétricos e neonatais. Segundo dados do Ministério da Saúde, cerca de 40% dos óbitos infantis e neonatais evitáveis no Brasil ainda decorrem de falhas na atenção à gestação (OMS, 2016). Pesquisas contemporâneas apontam que a cobertura de seis ou mais consultas de pré-natal atingiu cerca de 75% das gestantes em 2022, mas com acentuadas desigualdades regionais e raciais, especialmente nas

regiões Norte e Nordeste (ALBERTON M, et al., 2023). Essas desigualdades também se expressam na qualidade do cuidado. Mulheres com menor escolaridade, renda familiar reduzida ou residentes em áreas rurais e periféricas tendem a iniciar o pré-natal tardiamente, realizar menor número de consultas e receber menos orientações. Além disso, as gestantes adolescentes e as mulheres negras frequentemente enfrentam barreiras institucionais e culturais, como preconceito, discriminação e falta de acolhimento, o que compromete o vínculo com o serviço e a continuidade do cuidado (NETO VP, et al., 2024).

A pandemia da COVID-19 também impactou significativamente a atenção pré-natal, reduzindo temporariamente a frequência das consultas presenciais e dificultando o acesso a exames complementares. No entanto, esse cenário impulsionou o desenvolvimento de estratégias de teleatendimento e acompanhamento remoto, que passaram a integrar o cuidado em diversos municípios, ampliando o escopo de práticas inovadoras no SUS. Essas novas modalidades de atenção, quando bem estruturadas, mostraram-se promissoras para alcançar gestantes em áreas de difícil acesso e manter a vigilância contínua da saúde materno-fetal (WHO, 2022; BEATRICI NZ, et al., 2024).

A literatura internacional recente reforça que o pré-natal de alta qualidade — caracterizado por abordagens clínicas, nutricionais e psicossociais integradas — tem impacto mensurável na redução da mortalidade neonatal e na melhoria dos indicadores de saúde perinatal. Uma revisão sistemática de 2025 mostrou que programas de pré-natal estruturados com protocolos baseados em evidências, educação em saúde e suporte emocional reduziram em até 30% os desfechos adversos neonatais, incluindo prematuridade e baixo peso ao nascer (ALBARQI MN, et al., 2025).

Nesse contexto, a atenção primária à saúde assume papel central na coordenação do cuidado pré-natal, atuando como porta de entrada preferencial e articulando-se com os demais níveis de atenção. É nesse espaço que se desenvolvem ações de promoção, prevenção e vigilância da saúde materna, além do fortalecimento do vínculo entre gestante, família e equipe multiprofissional. A qualificação dos profissionais de saúde, a implantação de protocolos atualizados e a integração entre os sistemas de informação são medidas essenciais para aprimorar a resolutividade e a efetividade do cuidado (DIAS R, 2014; WHO, 2022).

Por fim, torna-se imprescindível compreender que a assistência pré-natal transcende o aspecto biológico: ela envolve dimensões sociais, culturais, emocionais e de direitos humanos. O acesso equitativo e a qualidade dessa assistência refletem diretamente o compromisso do Estado com a saúde reprodutiva e a dignidade das mulheres. Portanto, a consolidação de um pré-natal humanizado, acessível e baseado em evidências científicas é uma das principais estratégias para reduzir as desigualdades e assegurar que toda gestante vivencie uma gravidez segura e positiva (BEATRICI NZ, et al., 2024; TOMASI E, et al., 2017).

Com isso, esse relato teve como objetivo analisar e discutir a importância da educação em saúde durante o pré-natal, enfatizando o uso de metodologias ativas e participativas para promover o empoderamento das gestantes, fortalecer o vínculo entre profissionais de saúde e comunidade e contribuir para a redução da morbimortalidade materna e infantil.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

A experiência foi desenvolvida em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), situada no interior do Estado do Pará. A ação teve como público-alvo gestantes cadastradas no Programa de Saúde da Família (PSF) da unidade e foi elaborada pela equipe multiprofissional de saúde com o propósito de oferecer orientações sobre os cuidados necessários durante o período gestacional. O principal objetivo foi promover a conscientização sobre a importância do acompanhamento pré-natal, além de esclarecer dúvidas relacionadas a hábitos saudáveis, sinais de alerta e práticas de autocuidado.

O planejamento da atividade partiu da necessidade percebida pelos profissionais em fortalecer o vínculo entre o serviço de saúde e as gestantes, criando um espaço acolhedor para troca de experiências e aprendizado mútuo. A equipe buscou desenvolver uma abordagem educativa que fosse leve, participativa e acessível, especialmente para aquelas mulheres que apresentavam maior vulnerabilidade social ou dificuldades de compreensão sobre o processo gestacional.

A atividade foi estruturada em dois momentos principais (**Figura 1**). O primeiro consistiu em uma dinâmica teatral, na qual profissionais da equipe representaram situações cotidianas vivenciadas por gestantes. Durante a encenação, foram abordados temas como alimentação adequada, importância da suplementação com ferro e ácido fólico, realização dos exames laboratoriais, acompanhamento médico regular, prática de atividade física segura e vacinação. Também foram apresentadas cenas que mostravam sinais de risco que exigem atenção imediata, como sangramentos, febre, dores intensas e inchaço excessive.

O teatro educativo proporcionou uma forma leve e envolvente de aprendizado, despertando o interesse das participantes e permitindo que elas se reconhecessem nas situações apresentadas. Houve momentos de descontração e risos, mas também de reflexão e identificação. As gestantes se mostraram muito participativas, comentando, rindo e compartilhando suas próprias experiências ao longo da dramatização. Essa estratégia favoreceu um ambiente de empatia e aproximação, rompendo barreiras de timidez e promovendo um aprendizado significativo.

Na segunda etapa, foi realizada uma roda de conversa, que se tornou um espaço de escuta e diálogo aberto. As gestantes puderam expressar suas percepções sobre o pré-natal e relatar vivências pessoais relacionadas à gestação, ao parto e às mudanças corporais e emocionais. As falas revelaram sentimentos diversos, como alegria, medo, ansiedade e, principalmente, a necessidade de acolhimento e orientação. Muitas participantes destacaram que a ação representou um momento de valorização e cuidado, pois se sentiram ouvidas e compreendidas pela equipe.

Durante a roda de conversa, emergiram temas sensíveis, como dificuldades para realizar as consultas por falta de transporte, insegurança em relação ao parto e ausência de apoio familiar. Também foram relatadas dúvidas sobre alimentação, medicações e preparo para o aleitamento materno. Essas partilhas permitiram à equipe compreender melhor as demandas e angústias do grupo, adaptando a comunicação e reforçando as orientações de acordo com as necessidades de cada uma.

Ao longo das falas, foi possível perceber que muitas gestantes desconheciam a importância de iniciar o pré-natal ainda no primeiro trimestre e a necessidade de manter o acompanhamento até o final da gestação. Após a atividade, algumas participantes relataram mudanças de comportamento, como o compromisso em comparecer às próximas consultas, a adoção de uma alimentação mais equilibrada e a preocupação em seguir corretamente as orientações recebidas. Outras mencionaram que passaram a reconhecer sinais de alerta que antes ignoravam, sentindo-se mais preparadas para cuidar de si mesmas e de seus bebês.

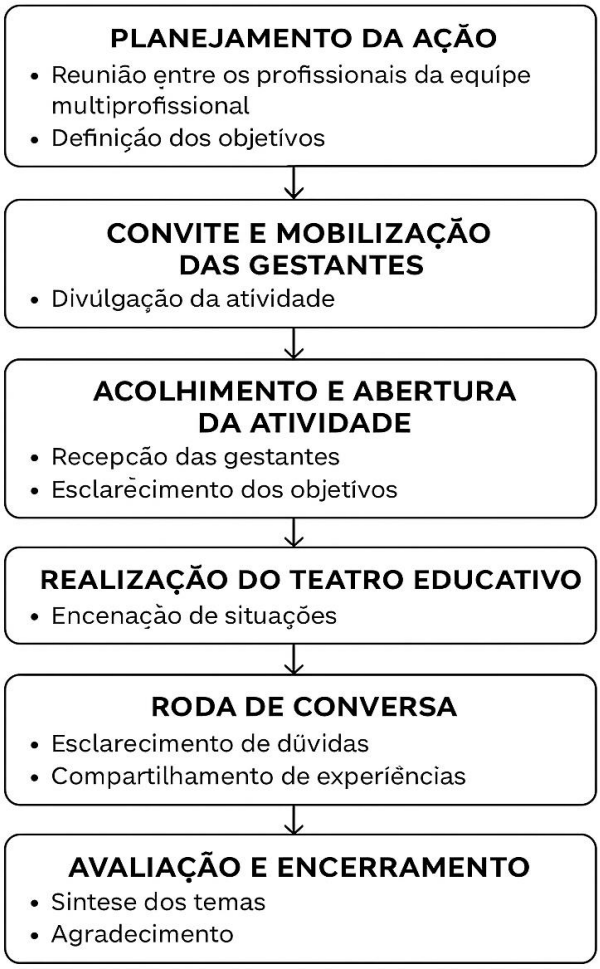
Do ponto de vista da equipe, a experiência foi bastante enriquecedora. O uso do teatro e da roda de conversa mostrou-se eficaz para criar um ambiente de aprendizado coletivo, em que o conhecimento técnico foi transmitido de maneira acessível e afetiva. Os profissionais relataram satisfação ao perceberem o envolvimento das gestantes e reconheceram o impacto positivo da atividade na adesão e na confiança das usuárias em relação ao serviço de saúde.

Entretanto, a equipe também enfrentou desafios importantes, como a limitação de recursos materiais para a realização da dinâmica, o curto tempo disponível para planejar e organizar as atividades e a necessidade de adaptar a linguagem técnica para torná-la compreensível a todas as participantes. Além disso, foi necessário lidar com a diversidade de realidades entre as gestantes — algumas com alto grau de informação, outras com pouco acesso a orientações — o que exigiu sensibilidade e flexibilidade na condução das discussões. Apesar dessas dificuldades, o resultado final foi amplamente positivo. As gestantes demonstraram entusiasmo, gratidão e satisfação com a atividade, destacando a importância de momentos educativos como esse durante a gestação. A equipe percebeu que, por meio de metodologias participativas, é possível fortalecer o vínculo entre profissionais e usuárias, promovendo um cuidado mais humanizado e significativo.

A experiência permitiu reafirmar o papel da Atenção Básica como espaço fundamental de acolhimento, promoção da saúde e empoderamento feminino. Iniciativas como essa contribuem não apenas para o aumento da adesão ao pré-natal, mas também para o desenvolvimento da autonomia das gestantes e a construção de uma maternidade mais segura, confiante e informada.

Assim, conclui-se que ações educativas com caráter participativo, como o teatro e a roda de conversa, são estratégias eficazes para promover o aprendizado, o vínculo e a humanização no cuidado às gestantes. Além de disseminar informações essenciais sobre o pré-natal, essas práticas fortalecem a relação entre a comunidade e os serviços de saúde, mostrando que o conhecimento compartilhado e o acolhimento sensível são ferramentas poderosas para transformar a realidade do cuidado materno-infantil.

Figura 1 - Fluxograma das etapas da experiência.



Fonte: Pinto CPX, 2025.

DISCUSSÃO

A orientação às gestantes sobre os cuidados pré-natais configura-se como uma das estratégias mais importantes na atenção básica à saúde, contribuindo significativamente para a redução da morbimortalidade materna e infantil. O pré-natal é um período que exige acompanhamento contínuo e integral, no qual o papel dos profissionais de saúde vai além da realização de exames e procedimentos clínicos — inclui também o acolhimento, a escuta ativa e a educação em saúde (BRASIL, 2012).

A atividade realizada na Unidade Básica de Saúde (UBS) demonstrou que as ações educativas, especialmente quando conduzidas de forma participativa e lúdica, são fundamentais para promover o empoderamento das gestantes e fortalecer o vínculo entre a comunidade e os serviços de saúde. A utilização de metodologias ativas, como o teatro educativo e a roda de conversa, proporcionou um ambiente de diálogo e aprendizado mútuo, favorecendo a troca de experiências e o esclarecimento de dúvidas sobre temas essenciais, como alimentação, vacinação, exames de rotina e sinais de risco gestacional (GOMES CF e OLIVEIRA DC, 2019).

Segundo Carvalho ML, et al. (2019), as ações educativas no pré-natal devem priorizar a linguagem acessível e a valorização das experiências das gestantes, de modo a facilitar a compreensão e a adesão às orientações oferecidas. Essa abordagem contribui para que as mulheres se tornem protagonistas no cuidado com a própria saúde, reforçando a autonomia e a responsabilidade sobre o desenvolvimento saudável da gestação. Além disso, estratégias educativas estruturadas também são apontadas como ferramentas importantes para reduzir desigualdades em saúde e garantir que gestantes de diferentes contextos socioeconômicos tenham acesso a informações claras e adequadas (SOUZA LM e BARBOSA MA, 2021).

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM) e o Programa de Humanização no Pré-Natal e Nascimento (PHPN) reforçam a importância do acolhimento humanizado e da educação em saúde como instrumentos de transformação social. A promoção de espaços de diálogo, como rodas de conversa, permite que as gestantes expressem medos, inseguranças e dificuldades, aspectos muitas vezes negligenciados no cuidado tradicional (BRASIL, 2011; BRASIL, 2002).

Durante a experiência, observou-se que muitas gestantes possuíam conhecimento limitado sobre o pré-natal e apresentavam dúvidas quanto aos cuidados necessários. Essa constatação corrobora os achados de Silva AR, et al. (2021), que apontam a necessidade de ampliar as estratégias educativas nos serviços de atenção básica, visto que o déficit de informação pode comprometer a adesão ao acompanhamento e o bem-estar materno-fetal. A literatura também destaca que o investimento em educação em saúde contribui para a redução de complicações obstétricas e fortalece a confiança das gestantes na equipe de saúde (GOMES CF, 2019; SOUZA LM e BARBOSA MA, 2021).

Portanto, a educação em saúde mostra-se essencial para a efetivação de um pré-natal de qualidade, pautado em princípios de integralidade, humanização e equidade. Ações que estimulam a participação ativa das gestantes não apenas ampliam o conhecimento sobre o pré-natal, mas também fortalecem o vínculo entre os profissionais e a comunidade, contribuindo para a construção de uma atenção primária mais resolutiva e acolhedora.

Os resultados dessa experiência revelam que há ainda um grande déficit sobre a compreensão da sociedade acerca dos assuntos abordados. Com isso, nota-se que, é um assunto de extrema relevância que, muitas vezes, é negligenciado por esferas governamentais e também pela comunidade de uma forma geral, havendo a necessidade da promoção de políticas públicas a fim de divulgar da necessidade de realizar o pré-natal no que se diz respeito ao comparecimento em um mínimo número de consultas, realização de exames e imunização ativa frente aos principais patógenos que acometem a saúde da mãe e da criança.

REFERÊNCIAS

1. ALBARQI MN, et al. The impact of prenatal care on the prevention of neonatal outcomes: systematic review and meta-analysis. BMC Pregnancy and Childbirth, 2025; 25(1): 112–130.
2. ALBERTON M, et al. Prevalence and temporal trend of prematurity in Brazil: 2011–2021. Cadernos de Saúde Pública, 2023; 39(5): e00012323.
3. BAGGIO MA, et al. Educação em saúde no pré-natal: perspectiva de puérperas e de profissionais de saúde. Revista de Enfermagem Atual In Derme, 2023; 97(4): e023219.
4. BEATRICI NZ, et al. Access and adequacy of antenatal care in a city in Brazil. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, 2024; 24(2): 345–356.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: princípios e diretrizes. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.
6. BRASIL. Ministério da Saúde. Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento. Brasília: Ministério da Saúde, 2002.
7. BRASIL. Ministério da Saúde. Cadernos de Atenção Básica nº 32: Atenção ao Pré-Natal de Baixo Risco. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.
8. CARVALHO ML, et al. Educação em saúde no pré-natal: práticas e percepções de gestantes e profissionais. Revista de Enfermagem UFPE, 2019; 13(2): 436–444.

9. DEPARTAMENTO DE INFORMÁTICA DO SUS. Indicadores e dados básicos – Brasil, 2012. IDB-2012.
10. DIAS MAB. Atenção pré-natal no Brasil: desafios na organização do cuidado. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, 2014; 36(12): 531–535.
11. FERNANDES HR. Educação em saúde para gestantes. Interdisciplinar em Saúde, 2020; 28: 119–132.
12. GOMES CF e OLIVEIRA DC. A importância da educação em saúde no acompanhamento pré-natal: um olhar sobre a atuação da enfermagem. Revista de Enfermagem e Atenção à Saúde, 2019; 8(1): 75–84.
13. NETO VP, et al. Inequalities in the geographic access to delivery services: inter-municipal distances traveled by pregnant women in Brazil. BMC Health Services Research, 2024; 24(1): 231–245.
14. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Recomendações da OMS sobre cuidados pré-natais para uma experiência positiva na gravidez. Genebra: OMS, 2016.
15. ROSA C, et al. Fatores associados à não realização de pré-natal em município de grande porte. Rev Saúde Pública, 2014.
16. SILVA AR, et al. Ações educativas no pré-natal: contribuições para a promoção da saúde da gestante.Revista Brasileira de Enfermagem, 2021; 74(1): e20190563.
17. SOUZA LM e BARBOSA MA. Promoção da saúde materna: estratégias educativas no cuidado pré-natal. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, 2021; 21(3): 789–798.
18. TOMASI E, et al. Qualidade da atenção pré-natal no Brasil: indicadores e desigualdades regionais. Cadernos de Saúde Pública, 2017; 33(3): e00195815.
19. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). WHO antenatal care recommendations for a positive pregnancy experience: maternal and fetal assessment update: imaging ultrasound before 24 weeks of pregnancy. Geneva: WHO, 2022.