

## ORIENTAÇÕES PÓS-ALTA PARA PUÉRPERAS

FERREIRA, Yolanda C.L.Volpato; SANTANA, Suzana Kelly

Acadêmicas 8ª fase curso Enfermagem - Universidade do Oeste de Santa Catarina

SALVI, Elenir Salete Frozza; POMPERMAIER, Charlene; FLORIANI, Fabiana Regina Maulli  
Garibotti; BARINUEVO, Vanessa

Professoras - Universidade do Oeste de Santa Catarina.

### RESUMO

No puerpério podem surgir muitas dúvidas e ocorrer complicações importantes tanto na saúde da mulher quanto do recém nascido. Desta forma, é importante que as orientações pós-alta sejam realizadas de forma efetiva. O objetivo deste relato é descrever como foi realizado as orientações para puérperas em alta hospitalar. Foi realizado uma revisão de literatura, seguida da montagem de folder informativo. Na sequência, realizou-se as orientações beira leito e entrega dos folders para todas as pacientes internadas. A equipe do setor acolheu de forma bastante positiva o folder e confirmou que seria um instrumento de apoio para o enfermeiro e para as puérperas quando retornassem à suas residências.

A alta hospitalar após o parto costuma gerar insegurança nas mães incluindo aquelas que já passaram por outras gestações. Tirar o bebê do ambiente controlado do hospital, onde médicos e enfermeiros estão próximos para socorrer, mesmo quando o problema é simples, apavora algumas mulheres, especialmente quando elas sabem que estão voltando para casa

e terão que enfrentar a “maternidade” sozinhas ou com pouca experiência (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO PROF. ALBERTO ANTUNES, 2015).

O puerpério é uma fase de intensas mudanças na vida da mulher sendo comum as puérperas relataram insegurança, ansiedade e o despreparo que sentem em relação ao cuidados com o bebê, sendo esses sentimentos mais frequentes quando é o primeiro filho e/ou não receberam o acompanhamento adequado durante o pré-natal, parto e puerpério (MATOZINHOS; ALBUQUERQUE; CAETANO, 2010).

Como o Brasil é influenciado por diversas culturas é evidente a forte influência do conhecimento popular-empírico, das crenças, dos valores culturais e religiosos sobre os aspectos gestacionais e do puerpério o que demonstra que o conhecimento científico deve ser levado à mulher de forma simples, respeitando-lhe a individualidade de forma clara, humana sem julgamentos ou reprovações, dando-lhe oportunidade para expressar seu conhecimento e visualizar possibilidades de mudança de atitude num ambiente saudável e seguro (MATOZINHOS; ALBUQUERQUE; CAETANO, 2010).

Durante o componente curricular do Estágio supervisionado I, recebemos a proposta de analisarmos os setores e diagnosticarmos algum déficit no qual pudéssemos intervir a fim de melhorar a situação. Em conversa com o enfermeiro da maternidade, ele nos comunicou a dificuldade em orientar de forma efetiva todas as puérperas que recebiam alta hospitalar. Compartilhou também o caso de uma paciente com sangramento há alguns dias que só retornou a emergência do hospital quando já apresentava um quadro de choque hipovolêmico. Provavelmente devido a uma falha nas orientações quanto a quantidade fisiológica ou anormal dos lóquios .

Este Relato tem por objetivo descrever uma das experiências vivenciadas pelas acadêmicas de enfermagem, no componente curricular de Estágio Supervisionado I, em um hospital de grande porte do oeste de Santa Catarina, no setor Maternidade, envolvendo toda a equipe multidisciplinar e as puérperas internadas na unidade, sendo o segundo grupo o foco das ações.



No primeiro momento identificamos a demanda de necessidades do setor, a fim de contribuir de alguma forma com a equipe. Por sugestão do enfermeiro foi consentido que a necessidade estava em ter de forma consistente um plano de orientações para as puérperas que iriam de alta para suas casas. Devido a alta demanda do setor muitas vezes o enfermeiro não conseguia realizar essas orientações e/ou as puérperas não conseguiam absorver por causa da agitação do momento. Desta forma, realizamos uma pesquisa bibliográfica buscando artigos e materiais do ministério da saúde para a construção de um folder de orientações. Utilizamos a plataforma do Canva para a montagem do folder.

No segundo momento revisamos com a professora e com o enfermeiro do setor as informações. Após os ajustes necessários e a impressão dos folders, aplicamos a intervenção. A intervenção se deu por meio de orientação verbal e individual a todas as pacientes internadas, e entrega do folder. Entregamos para uma das puérperas uma autorização para o uso de imagem, a fim de registrarmos a entrega do folder. Após o consentimento e autorização a imprensa do hospital fotografou o momento (anexo em imagens).

Segundo estudo realizado numa Maternidade no Hospital Universitário localizado em Alagoas as principais inseguranças das puérperas eram sobre o aleitamento materno em vários aspectos tais como: posicionamento para a pega correta, a posição ideal para facilitar a mamada, higienização da mama, proteção dos mamilos e qualidade do leite. Nesses aspectos o folder trouxe orientação sobre os cuidados com as mamas voltados mais para prevenção de mastite, pois a instituição já dispõe de materiais específicos para aleitamento materno (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO PROF. ALBERTO ANTUNES, 2015).

Ainda no mesmo estudo classificou-se como a segunda maior dúvida o cuidado com o coto umbilical do bebê e a ferida operatória das mães, nos casos de cesarianas. Nesses assuntos o folder abordou de forma bem esclarecida os cuidados e os sinais nos quais a puérpera deve procurar o atendimento médico (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO PROF. ALBERTO ANTUNES, 2015).

A forma de aplicar as orientações no estudo referido acima foi por meio de reunião de grupo em sala específica no setor. Foram reunidas todas as puérperas que estavam de alta no dia. As orientações foram passadas com o auxílio de um álbum ilustrado e materiais impressos também. Diferentemente do método usado na presente intervenção, a qual foi individualizada e beira leito (HOSPITAL UNIVERSITÁRIO PROF. ALBERTO ANTUNES, 2015).

A aplicação das orientações poderia ter sido realizada em conjunto com todas as parturientes em alta, possibilitando o compartilhamento das dúvidas, o esclarecimento das dúvidas das demais do grupo que talvez não perguntariam se estivessem sozinhas. Todavia, diferentemente do método usado para a orientação, seja ele individual ou grupal, é importante que o enfermeiro tenha como chave da abordagem primeiramente o vínculo entre o profissional, o paciente e a família. O foco das ações também deve ser nas principais dúvidas, considerando o meio social no qual cada puérpera está inserida (MATOZINHOS; ALBUQUERQUE; CAETANO, 2010).

Segundo Mercado et al (2017, p. 2) "esse cuidado não classifica-se como de grande complexidade, que dependa de materiais sofisticados ou grandes procedimentos". No entanto, esse cuidado, denominado de cuidados mínimos de enfermagem, requerem do enfermeiro grandes habilidades de acolhimento, comunicação, avaliação, monitoramento e disponibilidade para que as puérperas acolham e atendam as ações de enfermagem dentro das necessidades individuais.

Percebeu-se a importância das orientações no puerpério e cabe ao enfermeiro a responsabilidade de orientar e preparar as puérperas para o retorno domiciliar. Durante a elaboração do folder e inclusão dos assuntos que seriam abordados observou-se que os assuntos mais importantes que devem ser conscientizado as puérperas são aqueles que podem gerar maiores complicações durante este período. Por fim, destacamos a colaboração da equipe desde a elaboração do material até o momento da entrega e realização das orientações. A equipe acolheu de forma positiva a intervenção, confirmando que o folder seria um instrumento de apoio para o enfermeiro e para as puérperas quando retornassem à sua residência e



surgissem as dúvidas. Desta forma, o material ficou disponível para utilização no setor. A intervenção foi realizada no último dia de estágio no campo hospitalar o que dificultou o feedback por parte das puérperas.

#### REFERÊNCIAS:

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO PROF. ALBERTO ANTUNES. Maternidade prepara puérperas para alta hospitalar e cuidados com o recém-nascido. Informativo Semanal do Hospital Universitário Prof. Alberto Antunes da Universidade Federal de Alagoas, n 281. Alagoas, 2015. Disponível em: <<http://www2.ebserh.gov.br/documents/221436/316967/281-SETEMBRO.pdf/7555bf52-c720-4a5c-8945-028f7ca0d355>>. Acesso em: 09 de Set. 2020.

MATOZINHOS, Fernanda Penido; ALBUQUERQUE, Juliana Peixoto; CAETANO, Laise Conceição. Aplicação e avaliação da orientação de alta às puérperas do alojamento conjunto de uma instituição pública de saúde de Belo Horizonte. Revista Mineira de Enfermagem. 2010. Disponível em: <<http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/47>>. Acesso em: 07 Out. 2020.

MERCADO, Naiara Caselato; SOUZA Gean Domingos da Silva; SILVA, Monica Maria de Jesus et al. Cuidados e orientações de enfermagem às puérperas no alojamento conjunto. Revista de Enfermagem UFPE OnLine. 2017. Disponível em: <[file:///C:/Users/Windows/Downloads/234480-103712-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Windows/Downloads/234480-103712-1-PB%20(1).pdf)>. Acesso em: 07 Out. 2020.

RELATO DE CASO

Imagens relacionadas

Orientações beira leito e entrega do folder.



Fonte: Imprensa do Hospital Regional São Paulo.

Entrega do panfleto.



Fonte: Imprensa do Hospital Regional São Paulo.



RELATO DE CASO

Estagiárias com a Equipe de enfermagem do setor Maternidade.



Fonte: Imprensa do Hospital Regional São Paulo.

Folder de orientações pós-alta.



RECEBA O APOIO QUE VOCÊ PRECISA

### FICOU COM ALGUMA DÚVIDA?

É importante que você continue sendo acompanhada pela equipe da Unidade de Saúde mais próxima, tendo como referência o profissional enfermeiro(a) da unidade.

**Autoras:** Suzana Santana e Yolanda Lins  
Acadêmicas da 8ª fase do Curso de Enfermagem - Unoesc Xanxerê.

**Apoio:**






ORIENTAÇÕES PÓS-ALTA



---

### CUIDADOS COM VOCÊ

**MAMAS**

Ofertar sempre uma mama até sentir que esvaziou, na próxima mamada oferecer a outra. Não lavar as mamas com sabonete, apenas água. Passar o próprio leite ao redor dos mamilos para prevenir rachaduras. Após alguns dias a produção de leite pode aumentar, por isso, fique atenta para retirar o excesso de leite a fim de evitar inflamações (mastite).

**PÓS-PARTO**

Se cesárea: lavar o local da cicatriz com água e sabão neutro, não usar curativo e não pressionar os pontos. Os pontos devem ser retirados até 10 dias na Unidade de Saúde.

Evite esforços, apesar de sentir-se bem o processo de cicatrização leva tempo. Se parto normal: realizar a higiene íntima com água e sabão neutro sempre que ir ao banheiro, evitar usar papel higiênico, enquanto houver os pontos. Fique atenta para os sinais de infecção: **dor, calor, vermelhidão e presença de pus** na cicatriz da cesárea ou nos pontos vaginais. Se houver algum desses sinais procure atendimento médico.

Realize caminhadas leves para prevenir trombose e manter o bom funcionamento do intestino.



“

NO INÍCIO VOCÊ VAI PERCEBER UM SANGRAMENTO QUE DEVE IR DIMINUINDO E CLAREANDO COM O TEMPO, CASO ESSE SANGRAMENTO AUMENTE, TENHA COR VERMELHO VIVO E/OU COÁGULOS, RETORNE A EMERGÊNCIA DO HOSPITAL.

### CUIDADOS COM O BEBÊ

O coto umbilical deve ser higienizado com cotonete e álcool 70%. Por volta de 15 dias irá cair espontaneamente.

Se a pele do bebê apresentar aparência amarelada significa icterícia (amarelo). Quando aparecer na primeira semana de vida e se espalhar por todo o corpo, seu bebê deverá ser avaliado por um profissional de saúde imediatamente.

Nos primeiros dias as fezes do bebê costumam ser escuras, ficando amareladas durante a primeira semana. Podem ser Líquidas e as vezes esverdeadas. Se o bebê estiver bem, isso não é diarreia.

**AMAMENTAÇÃO**

Ofertar apenas o leite materno até os 6 meses, sem oferecer água, chás ou qualquer outro alimento.



Basta no seu smartphone o aplicativo **QR Code** para acessar o conteúdo sobre banho em recém-nascidos e outras dicas para o dia-a-dia das mamães.

REFERÊNCIAS: BRASIL. Secretaria de Ciência, Mestrado, Ministério da Saúde. 6. ed. Brasília - DF, 2013. Disponível em: [https://bdm.saude.gov.br/bdm/publicacoes/poderofita\\_saude\\_cientifika\\_hierarquia.pdf](https://bdm.saude.gov.br/bdm/publicacoes/poderofita_saude_cientifika_hierarquia.pdf). Acesso em: 05 Out. 2020.

BRASIL. Secretaria de Ciência, Mestrado, Ministério da Saúde. 4. ed. Brasília - DF, 2018. Disponível em: <https://portal.saude.gov.br/imagens/2018/08/gestao/01/Calculadora-de-Gestao-2018.pdf>. Acesso em: 05 Out. 2020.

Fonte: As próprias autoras.





Fonte:



Fonte: