



## RESUMO EXPANDIDO SUBMETIDO AO XXVI ENID - 2024 - UFPB CONTRIBUIÇÕES DA MONITORIA EM FISIOTERAPIA MATERNO- INFANTIL PARA A FORMAÇÃO ACADÊMICA E ASSISTÊNCIA EM SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Andreia Soares de Araujo;  
Danyelle Leite Furtado de Araujo;  
Raquel Helene Ramos de Mélo;  
Laura Morgana dos Santos Nascimento;  
Thais Josy Castro de Assis;  
Egmar Longo Hull;  
Cristina Katya Torres Teixeira Mendes

### **Programa de Monitoria**

CCS - Centro de Ciências da Saúde Campus I - João Pessoa

### **INTRODUÇÃO**

Introdução: Instituída em 1968 pela Lei Federal nº 5.540 e pela Lei Darcy Ribeiro, a monitoria é fundamental no ensino superior, ampliando a construção do conhecimento, sendo o monitor um facilitador (Sanday et al, 2024). A monitoria desempenha um papel fundamental na formação acadêmica dos estudantes de graduação, promovendo troca de conhecimentos entre professor, discente monitor e alunos monitorados. Esse processo aprimora o ensino e a aprendizagem ao permitir que os monitores participem ativamente na escolha de metodologias que facilitam o desenvolvimento dos conteúdos e na elaboração de atividades a serem trabalhadas ao longo da disciplina (Coutinho et al, 2023). Dessa forma, a monitoria na disciplina de Fisioterapia em Saúde Materno-Infantil teve como objetivo assessorar as professoras na preparação de atividades, além de auxiliar os alunos no desenvolvimento de habilidades práticas, diagnósticos cinético-funcionais e intervenções fisioterapêuticas. As monitoras também tinham como função participar do planejamento didático, oferecer suporte acadêmico aos estudantes e, por fim, colaborar em reuniões e eventos acadêmicos para integração e aprimoramento da docência. Assim, este resumo busca relatar as atividades desenvolvidas pelas monitoras, destacando sua participação no suporte aos alunos e na aplicação de metodologias de ensino, com o objetivo de contribuir para a melhoria do processo de ensino-aprendizagem na disciplina.

### **METODOLOGIA**

Metodologia: Este resumo trata-se de um relato de experiência sobre o processo de monitoria na disciplina de Fisioterapia em Saúde Materno-Infantil, do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba no período entre 01/03/2024 à 29/10/2024. Para otimizar a comunicação entre as monitoras e alunos, foi criado um grupo no WhatsApp, onde foram discutidos conteúdos e agendadas monitorias, com as monitoras sempre disponíveis no grupo para agendar mais encontros e esclarecer dúvidas. As monitoras também foram responsáveis por agendar atendimentos com as pacientes na Clínica Escola de Fisioterapia da UFPB. Além disso, para facilitar a comunicação dos alunos monitorados com

as gestantes e puérperas atendidas no Hospital Universitário Lauro Wanderley (HULW), foram elaborados três folders utilizando o Canva, com embasamento em livros e artigos científicos, sob a supervisão da professora orientadora. Esses folders foram compartilhados com os alunos no formato PDF pelo grupo do WhatsApp, proporcionando maior praticidade na comunicação.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

Resultados e Discussões: O projeto de monitoria teve como principal objetivo oferecer suporte aos discentes, proporcionando melhor apoio educacional e prático às gestantes, puérperas e crianças atendidas. Uma das principais ações foi a produção de folders educativos sobre temas da disciplina, como aleitamento materno (Figura 1), alongamentos para pré e pós-parto (Figura 2), e anatomia do assoalho pélvico (Figura 3), todos elaborados com base na literatura científica e revisados pela professora orientadora. Esses materiais foram desenvolvidos para fornecer informações acessíveis e claras às mães na maternidade, além de serem distribuídos no ambiente hospitalar, promovendo a conscientização sobre cuidados essenciais no período perinatal. Essa produção transcende as atividades da disciplina, pois poderá ser utilizada por turmas futuras e por outros profissionais do serviço, promovendo uma abordagem multiprofissional. Outra iniciativa relevante foi a realização de monitorias via Google Meet, realizadas antes das provas, nas quais as monitoras ofereciam suporte sobre o conteúdo programático e esclareciam dúvidas, criando um ambiente de aprendizado colaborativo e interativo. Para complementar esse suporte, foi criado um canal de dúvidas no WhatsApp, permitindo que os alunos enviassem perguntas e recebessem respostas rápidas, facilitando a comunicação com a equipe de monitoria, além de ser um meio de interação entre os próprios alunos (Meirelles et al, 2022). Além disso, foram disponibilizados materiais de estudo, como artigos científicos e resumos, ampliando as fontes de consulta e incentivando o estudo autônomo. O projeto de monitoria contribuiu significativamente para a formação dos alunos de Fisioterapia, especialmente no entendimento das práticas de atenção materno-infantil, além de ampliar a assistência terapêutica, ao proporcionar acesso a informações claras e assertivas para a saúde das mães e seus bebês.

Imagem - 1

**Hospital Universitário Lauro Wanderley**

### ALEITAMENTO MATERNO

Elaborado por:  
Discentes : Andreia Soares de Araújo  
Danyelle Leite F. de Araújo  
Laura Morgana  
Raquel Helene Ramos de Méio  
Prof. \* Thais Josy Castro De Assis

Para mais informações, acesse o QR CODE do Guia Alimentar para crianças menores de 2 anos

"A amamentação reduz a mortalidade infantil e traz benefícios pra mãe e pro bebê."

**ATO DE AMOR!**

**BENEFÍCIOS PRA MÃE**

- Auxilia nas contrações uterinas, diminuindo o risco de hemorragia;
- Promove um forte sentimento de amor e apego mãe/filho;
- Previne anemia materna e reduz o risco de câncer de mama e ovários

**BENEFÍCIOS PRO BEBÊ**

- Reduz em até 13% a mortalidade infantil;
- Diminui a chance da criança ter alergias, infecções, diarreia, doenças respiratórias, otites, obesidade e diabetes tipo 2.

"Alimento exclusivo nos primeiros 6 meses por ser completo para o bebê e oferecer os nutrientes para que ele se desenvolva saudável!"

### CURSO DE FISIOTERAPIA UFPB

**POSIÇÕES PARA AMAMENTAR**

A mãe posiciona barriga com barriga, e coloca um apoio embaixo dos braços.

**Tradicional**

Sente o bebê na sua perna, e segura a cabeça dele com sua mão.

**Cavalinho**

A posição ideal é sempre aquela mais confortável para a mãe e o bebê, e sempre com a PEGA CORRETA!

### O QUE POSSO OBSERVAR?

#### FISSURAS NA MAMA

As fissuras mamárias acontecem, quase sempre pela pega incorreta;

Para prevenir:

- Exponha os seios ao sol;
- Pratique a PEGA CORRETA, seu bebê e você estão aprendendo.

#### MASTITE

Quando há um bloqueio no canal por onde o leite passa, ele se acumula e provoca a inflamação.

Observar:

- Dor na mama, geralmente de um lado;
- Vermelhidão e inchaço da mama;
- Febre;
- Calafrios;
- Cansaço e mal-estar.

#### PEGA CORRETA

**Passo 1:** A mãe deve estar sentada e numa posição confortável.

**Passo 2:** O corpo do bebê deve estar alinhado ao da mãe e posicionado "barriga com barriga".

**Passo 3:** o bebê deve abocanhar o peito da mãe. Para isso, a sua boquinha deve estar em formato de "o".

**Detalhes:**

- Nariz precisa estar livre
- O bebê deve estar com a maior parte possível da areola do peito abocanhada.

Imagem - 2

Hospital Universitário Lauro Wanderley

CURSO DE FISIOTERAPIA DA UFPB

Elaborado por:  
Andréia Soares de Araújo  
Danyelle Leite F. de Araújo  
Laura Morgana  
Raquel Helene Ramos de Mélo  
Prof.ª Thais Josy Castro De Assis

### O que é o puerpério?

O puerpério é o período após o parto no qual o corpo da mulher passa por alterações físicas e psicológicas até que o organismo retorne ao estado anterior à gravidez.

A Fisioterapia é importante durante esse período, proporcionando uma reabilitação correta e mais rápida

### ASOALHO PÉLVICO

Conjunto de músculos e ligamentos, essenciais para evitar, por exemplo, perdas de urina.

As adaptações fisiológicas decorrentes da gestação e do parto podem impactar no assoalho pélvico. Podendo desencadear disfunções, como prolapso genitais, incontinências e disfunções sexuais.

### ORIENTAÇÕES

**Importante**

- Recomenda-se o retorno à prática de atividade física gradual e o mais precoce possível, evitando sintomas como:
  - Dor lombar e da cintura pélvica e dor perineal;
  - Incontinência urinária ou fecal;
  - Disfunções de músculos do assoalho pélvico e abdominais.

**Exercício de contração-relaxamento do assoalho pélvico**

- Tensionar o assoalho pélvico (como se estivesse tentando interromper o fluxo de urina ou reter gases)
- Manter a contração por 3-5 segundos e relaxar por 3-5 segundos. Repetir inicialmente 5 vezes, e ir progredindo para 8 e depois para 10
- Pode fazer esse exercício em qualquer posição (em pé, sentada ou deitada) e incorporá-los à sua rotina diária de uma forma que seja conveniente para você.

**BENEFÍCIOS**

- Reduzir/prevenir vazamento de urina na incontinência de esforço
- Controlar a incontinência urinária de urgência (perda de urina não controlado após uma necessidade de urinar repentina)
- Reduzir/prevenir vazamento involuntário de gases ou fezes
- Aliviar os sintomas do prolapso dos órgãos pélvicos (como sensação de plenitude ou pressão na vagina)

**ORIENTAÇÕES**

- Iniciar realizando contração progressiva da musculatura do assoalho pélvico, e sem pressões abdominais
- cuidado adicional caso tenha feito a episiotomia é necessário aguardar que a cicatriz esteja bem fechada para iniciar essas contrações.
- Se você foi submetida a episiotomia ou apresentou laceração, procure proteger a cicatriz de qualquer infecção:
  - Durante a micção, coloque a pelve bem em anteverção (projetar a parte superior da pelve para frente), para que a urina não corra para a região da vagina.
  - Durante a defecação, limpe o ânus da frente para trás, para evitar que germes fecais entrem em contato com a vagina.

A incontinência urinária do pós-parto geralmente é transitória, as estruturas voltam progressivamente a seus lugares originais

Imagem - 3

Hospital Universitário Lauro Wanderley

CURSO DE FISIOTERAPIA UFPB

Elaborado por:  
Andréia Soares de Araújo  
Danyelle Leite F. de Araújo  
Laura Morgana  
Raquel Helene Ramos de Mélo  
Prof.ª Thais Josy Castro De Assis

### O que é o alongamento?

O alongamento é um tipo de exercício físico que proporciona o estiramento dos músculos e melhora da sua flexibilidade.

### Quais os benefícios de se alongar?

- Melhora funcionamento do corpo;
- Evita encurtamentos;
- Melhora a postura;
- Reduz tensões e dores musculares;
- Previne lesões;
- Reduz estresse;
- Contribui para o bem-estar.

### É HORA DE ALONGAR E RELAXAR

**Alongar faz bem e o nosso corpo agradece!**

**Alguns alongamentos para fazer diariamente:**  
Realize 2 séries de 30 segundos de cada exercício.

- 1 Alongamento de cervical:**
- 2 Alongamento de membros superiores e tronco:**
- 3 Alongamento de membros inferiores:**
- 4 Alongamento e mobilidade de coluna:**
- 5 Exercícios respiratórios:**

**Importante:**

- Mantenha a respiração fluida, buscando não prendê-la ao realizar os exercícios;
- Você pode realizar essa sequência todos os dias;
- Sempre respeite o seu corpo!

exercício importante para ativar circulação e ajudar na redução do inchaço nas pernas

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Considerações finais: A monitoria foi um espaço que permitiu aos discentes monitores desempenharem um papel ativo no desenvolvimento de habilidades práticas de docência, além de contribuir e facilitar o processo de ensino-aprendizagem. Através dos folders educativos sobre temas relevantes para gestantes e puérperas, o projeto de monitoria não apenas aprimorou a formação dos alunos de Fisioterapia, mas também melhorou a assistência a mães e bebês, evidenciando a importância de uma abordagem humanizada e dialética entre a Universidade e a sociedade. Dessa forma, a monitoria contribui não apenas para o aprofundamento do conhecimento dos discentes, mas também para a construção de uma dinâmica de ensino mais colaborativa e eficaz.

## **REFERÊNCIAS**

COUTINHO, C. da C.; MARTINS, M. M. da M. O papel da monitoria no processo de crescimento profissional do monitor: relato de experiência. *Ensino em Perspectivas*, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 1–11, 2023. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/ensinoemperspectivas/article/view/10343>.

SANDAY, B. H.; SILVA, F. T. DA .; MOCELLIN, L. P. Monitoria de metodologia científica: relato de experiência em um componente curricular de saúde coletiva. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 48, n. 2, p. e053, 2024.

MEIRELLES, F.; TEIXEIRA, V. M. F.; FRANÇA, T.. Uso do WhatsApp para suporte das ações de educação na saúde. *Saúde em Debate*, v. 46, n. 133, p. 432–446, jan. 2022.