



CLUBE DAS MÃES UNILAB: UM PROJETO DE EXTENSÃO PARA DESENVOLVIMENTO DO EMPODERAMENTO E BEM ESTAR MATERNO.

Luana Do Nascimento Beserra¹
Wanessa Santos Souza²
Hilana Dayana Dodou³

RESUMO

Introdução: Este trabalho tem como principal objetivo explicar a experiência das participantes do projeto acerca da eficácia e impacto do projeto de extensão Clube das Mães Unilab como um instrumento de empoderamento, autoconfiança e bem estar materno. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência acerca do projeto de extensão Clube das Mães UNILAB, que tem como objetivo empoderar as mães da comunidade acadêmica e as residentes do Maciço de Baturité por meio da difusão de conhecimentos e saberes acerca do cuidado ao binômio mãe-filho, assim como proporcionar relaxamento e bem estar. **Resultados e discussão:** As lives realizadas tiveram boa adesão e participação da comunidade acadêmica e das mães residentes nos municípios do Maciço de Baturité. Abordou-se em lives os seguintes temas ao longo dos meses: troca de experiências; introdução alimentar, icterícia do recém nascido, coleta, armazenamento, e administração de leite materno, impacto do uso de dispositivos eletrônicos na saúde dos adolescentes, agosto dourado: desafios na amamentação, autoestima e autoimagem materna. As publicações do projeto no instagram obtiveram um aumento considerável na quantidade de seguidores, o que indica aumento considerável do nível de alcance do projeto. No ano de 2022 o perfil do projeto no instagram tinha 458 seguidores, em setembro deste ano o perfil contava com 750, ou seja, houve um aumento de 292 seguidores. Ademais, as atividades do projeto tem se mostrado bastante eficazes para a transmissão de conhecimentos e saberes para as mães da comunidade acadêmica e para as residentes no Maciço de Baturité que acompanham a página do Clube das Mães no Instagram, assim como para as participantes das lives que se mostram satisfeitas com a oportunidade de externalizar seus sentimentos, dificuldades e aprendizados durante o momento de diálogo e escuta ativa proporcionados por estas atividades. **Conclusão:** Durante o ano de 2023, a página do Instagram do projeto Clube das Mães UNILAB tem aumentado o número de seguidores e as atividades desenvolvidas têm demonstrado eficácia e boa aceitação por parte das mães que participam.

Palavras-chave: Saúde materna; Promoção de bem estar; Bem estar materno; Disseminação de informação.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, luanascimento539@gmail.com¹

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, wanessasouza28052001@gmail.com²

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, hilanadayana@unilab.edu.com.br³



INTRODUÇÃO

Durante os últimos anos, as mulheres têm conquistado cada vez mais espaço e liberdade na sociedade, tais como o direito ao voto, à inserção no mercado de trabalho e aos estudos. É nítido o crescimento do número de mulheres que se inserem no contexto universitário, em busca de melhorias sociais e financeiras. Esse é um avanço de extrema importância social, uma vez que significa um passo importante para a igualdade de gênero no contexto laboral. Ainda assim, as mulheres ainda apresentam dificuldades e restrições relacionadas ao exercício do trabalho e dos estudos durante a gestação, puerpério e amamentação (GUIGINSKI, WAJNMAN; 2019).

Em uma pesquisa qualitativa desenvolvida por Santos, Martins e Justi em 2020 com mães universitárias do curso de Pedagogia da Universidade Federal do Amazonas, foram relatadas as inúmeras dificuldades que as mulheres passam para conciliar a maternidade e a permanência na Universidade, tais como a alta demanda de trabalhos domésticos e acadêmicos, a falta de apoio social, o julgamento da família e sociedade acerca da diminuição da atenção delegada ao bebê por conta dos estudos e a falta de instrumentos de suporte e serviços de apoio social e psicológico no ambiente universitário.

Nesse contexto, percebe-se a necessidade da elaboração e implantação de atividades de apoio psicossocial efetivas visando a melhoria do bem estar materno.

Diante disso, com a proposta de ajudar as mães da comunidade acadêmica e as residentes no Maciço de Baturité a ter mais autoconfiança, empoderamento e acesso à informações e conhecimentos relevantes acerca do binômio mãe-filho, o Clube das Mães foi fundado em 2021 como um projeto de extensão.

A princípio, o objetivo principal era apoiar as mães no autocuidado e cuidado com seus filhos no contexto da pandemia do Novo Coronavírus, mas nos anos seguintes o projeto ampliou sua proposta e passou a abranger diversas temáticas acerca do cuidado envolvendo o binômio mãe-filho.

Assim, este trabalho tem como principal objetivo explicar a experiência das participantes do projeto acerca da eficácia e impacto do projeto de extensão Clube das Mães Unilab como um instrumento de empoderamento, autoconfiança e bem estar materno.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência acerca do projeto de extensão Clube das Mães da UNILAB e o seu impacto no empoderamento, autoconfiança e bem-estar das mulheres participantes. O projeto de extensão é desenvolvida por uma professora orientadora do Curso de Graduação em Enfermagem, duas discentes bolsistas, e conta também com a participação de convidados internos e externos da Universidade. Por meio do projeto são trabalhadas temáticas importantes que envolvem a saúde e bem-estar de mulheres mães e seus filhos. O projeto ocorre por meio de encontros online, realizados por meio de Lives, na página oficial do projeto no Instagram. As lives são realizadas com a participação de profissionais da área da saúde, professores internos e externos da Universidade, bem como mães que estejam inseridas no contexto acadêmico ou que sejam residentes no Maciço de Baturité. Durante as lives, as mães têm a oportunidade de falar sobre suas experiências durante a gestação, puerpério e de outras diversas fases da maternidade, e isso inclui o relato de suas dificuldades, aprendizados e superações.

Além disso, são realizadas publicações semanais no Instagram acerca das temáticas abordadas, essas publicações são importantes para a divulgação de informações, e conhecimentos adequados acerca das temáticas, bem como para o empoderamento das mães. Além disso, as participantes podem esclarecer dúvidas por meio de comentários nas postagens ou do contato com a equipe do projeto.



Ademais, os encontros mensais aconteceram com duração estimada de uma hora. Após a abordagem da temática é destinado tempo para a discussão do tema entre as participantes que estão assistindo a live, podendo participar por meio de comentários, dúvidas e sugestões.

Foram realizadas até o presente momento 6 (seis) lives, 40 (quarenta) publicações e 2 (duas) enquetes sobre os temas abordados. As temáticas abordadas surgiram a partir das necessidades apresentadas pelas participantes do projeto.

Deve-se ressaltar que a página oficial do projeto de extensão é direcionada não só para os integrantes do clube das mães, mas também para todos aqueles que tenham interesse em acompanhar o perfil.

A elaboração deste trabalho foi realizada com base nas experiências e percepções das participantes do projeto no que diz respeito à eficácia das atividades desenvolvidas durante o ano de 2023.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As lives realizadas tiveram boa adesão e participação da comunidade acadêmica e das mães residentes nos municípios do Maciço de Baturité. No ano de 2023 houve um aumento considerável na quantidade de seguidores, o que indica aumento no nível de alcance do projeto.

No ano de 2022, o perfil do projeto no instagram tinha 458 seguidores, em setembro deste ano o perfil contava com 750, ou seja, houve um aumento de 292 seguidores. Abordou-se em lives os seguintes temas ao longo dos meses: troca de experiências: introdução alimentar, icterícia do recém nascido, coleta, armazenamento, e administração de leite materno, impacto do uso de dispositivos eletrônicos na saúde dos adolescentes, agosto dourado: desafios na amamentação, autoestima e autoimagem materna.

Já nas postagens foram abordadas as seguintes temáticas: higienização em todas as etapas da alimentação da criança, introdução alimentar, autocuidado materno, cuidado com a saúde bucal das crianças, 8 de março dia internacional da mulher, experiências que contribuem para integração entre pais e filhos de 6 a 9 anos, prevenindo acidentes do nascimento aos 6 meses, icterícia neonatal, observando com cuidado o uso de eletrônicos pelas crianças, 11 passos para uma alimentação saudável para crianças de 2 a 9 anos, 14 de maio dia das mães, preparo do frasco para armazenamento do leite materno, higiene pessoal para a coleta de leite materno, armazenamento do leite materno, local adequado para extração do leite materno, como fazer a extração do leite materno, com oferta o leite materno extraído á criança, 18 de junho dia do orgulho autista, prevenindo acidentes dos 6 meses aos 2 anos, desenvolvimento da criança do nascimento aos 6 meses, percebendo alterações visuais, percebendo alterações na audição, dia mundial da amamentação, por que não usar chupetas, por que não usar mamadeiras, dicas importantes na gestação, sono na gestação, exercicios na gestação, vantagens da amamentação para a mãe, vantagens da amamentação para o bebe, dicas para o sucesso da amamentação, tempo aproximado de gravidez, trabalho de parto metodos para alivio da dor, o pode ser feito para favorecer seu parto.

As atividades inerentes ao projeto estão sendo pautadas de forma eficaz e dentro dos prazos estabelecidos. As lives e postagens do instagram são pautadas no conhecimento científico advindo de fontes de informações seguras e por meio da participação de especialistas. As dúvidas e questionamento dos seguidores são respondidos por meio do instagram do projeto, nos comentários das publicações, e durante as lives no chat. A equipe do projeto procura promover a interação com o público de forma prática e acessível. Além do mais, o projeto conta com o apoio de discentes e docentes do instituto de ciências da saúde da Unilab.

Ademais, as atividades do projeto têm se mostrado bastante eficazes para a discussão de conhecimentos e saberes, e para compartilhar experiências entre as mães da comunidade acadêmica e para as residentes no Maciço de Baturité que acompanham a página do Clube das Mães no Instagram. Além disso, as participantes



tem se mostrado satisfeitas com a oportunidade de externalizar seus sentimentos, dificuldades e aprendizados durante o momento de diálogo e escuta ativa proporcionados por estas atividades.

CONCLUSÕES

As atividades elaboradas pelo clube das mães da UNILAB são de grande importância para aquisição de conhecimento e empoderamento das mães da comunidade acadêmica e da sociedade. As ações promovem a disseminação de informação, aumento do saber e troca de experiências, além de gerar autoconfiança e influenciar práticas de autocuidado. Durante o ano de 2023, a página do Instagram do projeto Clube das Mães UNILAB tem aumentado o número de seguidores e as atividades desenvolvidas têm demonstrado eficácia e boa aceitação por parte das mães que participam.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao PIBEAC o financiamento do projeto Clube das Mães Unilab e a oportunidade de podermos relatar nossas experiências durante a sua implementação.

REFERÊNCIAS

SANTOS, Leidiane Santana dos. MARTINS, Késia Siméia Barbosa da Silva. JUSTI, Jadson. "Tornar-se mãe" durante a formação acadêmica: desafios da maternidade sob a perspectiva educacional e sociológica. *Revista Contribuciones a las Ciencias Sociales*. Amazonas, 2020. Acesso em: 28/09/2023. <https://www.eumed.net/rev/cccss/2020/03/maternidade-perspectiva-educacional.html>.
GUIGINSKI, Janaína; WAJNMAN, Simone. A penalidade pela maternidade: participação e qualidade da inserção no mercado de trabalho das mulheres com filhos. *Revista Brasileira de Estudos de População*, v. 36, p. e0090. Minas Gerais, 2019. Acesso em: 30/09/2023. <https://doi.org/10.20947/s0102-3098a0090>.