CLUBE DAS MÃES DA UNILAB E O SEU PAPEL NA DISSEMINAÇÃO DE CONHECIMENTO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Imaculada Oliveira Dias[1]
Vivian Menezes De Oliveira[2]
Hilana Dayana Dodou[3]

RESUMO

O projeto "Clube das Mães" tem como objetivo oferecer apoio emocional, disseminar informações e empoderar mães vinculadas à Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB) e mães de comunidades vizinhas. A maternidade é retratada como um período de grandes mudanças e desafios, incluindo alterações hormonais, ansiedade, estresse e falta de apoio. O projeto busca suprir essa carência, promovendo um espaço de acolhimento e troca de experiências, fortalecendo a saúde mental e o bem-estar das mães, o que contribui também para o desenvolvimento emocional e psicológico dos filhos. A metodologia adotada pelo projeto é participativa, permitindo maior interação entre as participantes. Foram realizados encontros mensais virtuais por meio do Instagram, com transmissões ao vivo e publicações informativas. O público-alvo incluiu mães da comunidade acadêmica e das cidades de Acarape e Redenção, além de mães de outras cidades. Os encontros, com duração de uma hora, discutiam temas relevantes para a saúde da mãe e do filho, como saúde mental, amamentação, introdução alimentar, e autismo. Os encontros contaram com a participação de profissionais e especialistas da UNILAB e de outras instituições, bem como de mães que compartilharam as suas experiências. Os resultados mostram que as atividades tiveram grande adesão, com 2.350 visualizações acumuladas em oito transmissões ao vivo, que abordaram temas como autismo, saúde mental materna, amamentação e os impactos das telas no desenvolvimento infantil. Além disso, o projeto realizou 45 postagens no Instagram, abrangendo tópicos como depressão pós-parto, autocuidado maternal, introdução alimentar e vacinação. A participação ativa das mães, o crescimento de seguidores e o engajamento nas redes sociais indicam que o projeto está cumprindo seus objetivos de promover conhecimento. A discussão sugere que as estratégias de comunicação e engajamento adotadas pelo projeto estão funcionando efetivamente. A boa receptividade às transmissões e às publicações, assim como o aumento no número de visualizações e seguidores são sinais de que o projeto tem impactado positivamente as mães da comunidade acadêmica e de outras regiões. Manter e intensificar as atividades pode expandir ainda mais esse impacto e fortalecer o apoio oferecido. Conclui-se que as atividades desenvolvidas pelo "Clube das Mães" foram valiosas para o empoderamento das mães, promovendo a disseminação de informações e incentivando o autocuidado. As transmissões ao vivo, além de servirem como meio de aprendizado, funcionaram como um espaço terapêutico, onde as mães puderam compartilhar suas experiências, aprender umas com as outras e sentir-se acolhidas. O projeto se mostra essencial para o fortalecimento da saúde mental e emocional das mães, promovendo o bem-estar do binômio mãe-filho.

Palavras-chave: Apoio emocional; mães; maternidade; saúde.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-brasileira, ICS, Discente, imaculadadias019@gmail.com[1]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-brasileira, Campus das Auroras, Discente, vivian@aluno.unilab.edu.br[2]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-brasileira, Campus das Auroras, Docente, hilanadayana@unilab.edu.br[3]

ISSN: 2447-6161

INTRODUÇÃO

A maternidade é um tema com bastante importância a ser discutido por ser um período de adaptação à nova realidade, os desafios que serão vivenciados durante esse período envolve mudanças emocionais, hormonais, ansiedade, estresse pós-traumático, transtorno de pânico e dentre outros. Ademais, a pressão que a sociedade impõe ou até mesmo a comparação com outras mães e a falta de apoio influenciam, fazendo com que sintam-se isoladas, sem um suporte emocional, podendo ter assim um impacto no desenvolvimento emocional e psicológico da criança (FIOCRUZ, 2021).

O Clube das Mães é um projeto de extensão que vem sendo desenvolvido desde o ano de 2021, foi criado durante a pandemia de COVID-19, para ajudar no enfrentamento das dificuldades inerentes a essa pandemia, e posteriormente em temáticas voltadas para a saúde e a maternidade. O projeto surge com o intuito de abordar temáticas direcionadas para o fortalecimento e empoderamento dessas mães em relação a sua saúde e o processo de maternagem, podendo assim contribuir para uma vivência mais plena e saudável da maternidade. O clube é voltado para as mulheres mães da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB, bem como para as mães residentes nas cidades de Acarape, Redenção e também outras cidades que tenham interesse em participar das ações propostas pelo projeto.

Diante disso, são realizados encontros mensais, pela plataforma do Instagram, utilizando a ferramenta de transmissão ao vivo e também são elaboradas publicações de imagens informativas, no qual, são abordadas temáticas voltadas para as necessidades das mães. Ademais, são proporcionados momentos de interação, apoio, suporte, acolhimento e também troca de experiências entre mulheres com intuito de criar uma rede de apoio que possa contribuir para os cuidados da saúde do binômio mãe-filho. No contexto da maternidade, experiências já vivenciadas podem ajudar a mãe a se sentir mais segura e confiante no cuidado da sua saúde e de seu filho. Outra fonte importante é a experiência vicária que consiste na observação de experiências de outras mulheres. Isso pode contribuir para modificar as crenças em relação a comportamentos, por meio do aprendizado e estímulo gerado pelo desempenho dos outros (DENNIS; FAUX, 1999; DODT, 2011; UCHOA, 2012).

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência descritivo, realizado a partir das experiências das bolsistas do projeto de extensão. O presente projeto tem como propósito implementar um clube virtual das mães da UNILAB, projeto esse que visa servir de apoio, acolhimento, aprendizado, troca de vivências, solidariedade e empatia entre as mulheres mães para a promoção da sua saúde. Sendo assim, para a execução do projeto foi utilizada uma metodologia de caráter participativo que tem como propósito garantir uma melhor colaboração e interação entre as mães que interessam em participar. O público-alvo do projeto foram as mães que possuem um vínculo com a instituição acadêmica, bem como as mães dos municípios de Acarape e Redenção, e de outros municípios, que tiveram interesse em participar do clube e desfrutar dos momentos que são proporcionados. Para alcançar a finalidade do projeto, os encontros do clube foram de modo virtual, por intermédio da plataforma digital Instagram para realização de encontros a partir da transmissão ao vivo, abordando principais temáticas sobre maternidade, e dentre outros assuntos voltados para o bem-estar materno. Os encontros do Clube Das Mães foram conduzidos pelas alunas envolvidas no projeto, pela coordenadora do projeto e com a participação de docentes convidados da Unilab e de outras instituições. Foram realizados encontros mensais, com duração estimada de uma hora (1h). Os encontros foram utilizados para discutir temáticas relativas à saúde e ao bem-estar do binômio mãe-filho, suas dificuldades, temas voltados para o autocuidado, orientações sobre saúde mental e foram realizadas postagens sobre as

ISSN: 2447-6161

temáticas trabalhadas na página oficial. O Instagram é direcionado não só para os integrantes do clube das mães, mas também para todos aqueles que tenham interesse em acompanhar o perfil.

Além disso, as bolsistas também apoiaram a mediação de palestras com profissionais como enfermeira, psicóloga, nutricionista e psicopedagoga para fornecer informações especializadas às participantes, além de mães e estudantes do curso de enfermagem da UNILAB para compartilhamento de experiências.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades propostas pelo projeto foram realizadas por meio de transmissões ao vivo e publicações informáticas nas redes sociais, como o instagram, no qual, obtiveram boa adesão e participação da comunidade acadêmica, gestantes e mães da Região do Maciço de Baturité.

As temáticas mensais para as transmissões ao vivo envolveram temas como: “Conhecendo o autismo e seus cuidados”, “Maternidade X universidade: como conciliar?”, “Alergia à Proteína do Leite de Vaca (APLV): o que é? Sintomas, tratamento e o que fazer”, “Saúde mental na gestação e puerpério (baby blues)”, “Introdução alimentar infantil”, " Descomplicando a amamentação”, “Impactos de telas no desenvolvimento infantil” e “Saúde mental: vamos falar sobre?”. Até o presente momento foram realizadas oito transmissões ao vivo, abordando diferentes informações pertinentes para o público alvo. O somatório de visualizações dessas oito lives é de 2.350 reproduções.

Ademais, as publicações feitas na rede social contou com uma diversa gama de temáticas sobre: janeiro branco (mês de conscientização da saúde mental), autismo, carteira de identificação do autista, importância das redes de apoio para mães atípicas, sinais de alerta - identificação dos primeiros sinais do Transtorno do Espectro Autista (TEA), dia internacional da mulher, autoestima de mães no pós parto, importância do autocuidado maternal, dicas de autocuidado durante a maternidade, métodos de introdução alimentar, quando iniciar a introdução alimentar, alimentos que podem ser introduzidos, amamentação, depressão pós parto, diferença entre psicose e depressão pós parto, impactos no vínculo mãe-bebê, calendário de vacinação (2024), benefícios da vacinação, dúvidas frequentes sobre imunização, agosto dourado (mês de incentivo a amamentação, setembro amarelo (mês de prevenção ao suicidio), importância da saúde mental materna, dicas para cuidar da sua saúde mental, sinais de alerta - saúde mental materna e sobrecarga mental materna - o peso das responsabilidades invisíveis. Ao todo, foram realizadas 45 publicações este ano, 35 postagens informativas e divulgação de live e 10 postagens incluindo datas comemorativas, enquetes, em forma de quiz de perguntas para promover uma maior interação com os seguidores.

Portanto, os dados apresentados sugerem que as estratégias de comunicação e engajamento adotadas pelo projeto estão sendo positivas. O crescimento de seguidores, o alto número de visualizações das lives, o alcance de contas visitando o perfil e o alcance significativo das postagens são evidências de que o projeto está cumprindo seus objetivos e impactando positivamente a comunidade. Manter e, se possível, intensificar essas atividades poderá continuar a expandir o alcance e a eficácia do projeto.

CONCLUSÕES

As atividades promovidas pelo Clube das Mães da UNILAB demonstraram um impacto significativo no apoio e fortalecimento da saúde materna, não apenas para as mães da comunidade acadêmica, mas também para as mães das cidades vizinhas. O projeto mostrou-se um espaço fundamental para a disseminação de conhecimento, incentivo ao autocuidado e promoção do bem-estar do binômio mãe-filho. Além de oferecer informações práticas sobre saúde, educação e cuidados infantis, o Clube das Mães conseguiu criar uma rede de apoio emocional, permitindo que as mães compartilhassem suas vivências e se sentissem acolhidas em um ambiente de respeito e empatia.

ISSN: 2447-6161

Contudo, os resultados obtidos ao longo das transmissões ao vivo e das postagens no Instagram refletem o sucesso do projeto em engajar e alcançar o público-alvo. Com temas variados e relevantes, o Clube das Mães abordou questões que vão desde a saúde mental materna até a introdução alimentar infantil, demonstrando uma abordagem abrangente e inclusiva. A crescente participação e engajamento nas redes sociais evidenciam que o projeto cumpre sua missão de promover a saúde e o empoderamento materno, ao mesmo tempo em que continua a expandir seu alcance e promover impacto positivo na vida das mães e seus filhos. Para as bolsistas, o envolvimento no projeto permitiu o desenvolvimento de habilidades como escuta empática, mediação de grupos e organização de atividades voltadas para educação em saúde. Além disso, a experiência trouxe reflexões importantes sobre os desafios enfrentados por essas mães e a importância de políticas públicas voltadas para o suporte familiar.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de expressar nossos mais sinceros agradecimentos a todas as mães que participaram ativamente do Clube das Mães da UNILAB, cujas contribuições e experiências foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho. Agradecemos também aos professores, profissionais da saúde convidados para realização das atividades do projeto, a professora e orientadora do projeto clube das mães UNILAB pelo apoio, orientação e incentivo ao longo desta extensão.
Nossa gratidão se estende às participantes dos encontros que confiaram na importância desse espaço de troca de saberes e experiências, proporcionando um ambiente de aprendizagem e fortalecimento comunitário.

REFERÊNCIAS

DENNIS, C. L; FAUX, S. Development and psychometric testing of the Breastfeeding Self-Efficacy Scale. Research in Nursing &Health, v. 22, n. 5, p. 399-409, 1999.

DODT, R.C.M. Elaboração e validação de tecnologia educativa para autoeficácia da amamentação. Tese (Doutorado). 158 fl. Programa de Pós Graduação em Enfermagem. Doutorado em Enfermagem. Faculdade de Farmácia, Odontologia e Enfermagem da Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2011.

FIOCRUZ. Principais questões sobre saúde mental perinatal. Portal de Boas Práticas em Saúde da Mulher, 2023. Disponível em: https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/principais-questoes-saude-mental-perinatal/. Acesso em: 29 set. 2024.

ISSN: 2447-6161