

<https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2022.11324>

Data de receção: 17/01/2022

Data de aceitação: 23/02/2022

PREPARAÇÃO PARA O PARTO E PARENTALIDADE ONLINE: UM DESAFIO DA PANDEMIA POR COVID 19

PREPARING FOR BIRTH AND PARENTALITY ONLINE: A COVID 19 PANDEMIC CHALLENGE

Isabel Martins¹ orcid.org/0000-0003-4796-2701

Paula Silva² orcid.org/0000-0002-4443-6039

Diana Gândara³ orcid.org/0000-0001-8228-004X

Resumo: Em março de 2020, com o início da pandemia por COVID-19, a Preparação para o Parto e Parentalidade (PPP) presencial foi suspensa. Com o intuito de colmatar esta necessidade, tornou-se imperativo a realização destes cursos em formato online. É reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a importância dos programas de PPP, que sustentam os seus princípios na promoção da saúde, no empoderamento, na autonomia e na tomada de decisão em saúde dos indivíduos. **Objetivos:** Avaliar a satisfação das grávidas com a modalidade

¹ Mestre em Gestão e Especialização em Gestão e Administração de Unidades de Saúde; Professora Assistente no Instituto Piaget; Enfermeira Especialista em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica na USF Infante D. Henrique, Viseu. E-mail: isabelita-martins@hotmail.com

² Mestre em Gestão e Especialização em Gestão e Administração de Unidades de Saúde; Enfermeira Especialista em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica na USF Viseu - Cidade, Viseu. E-mail: enfpaulasilva77@gmail.com

³ Mestre em Enfermagem de Saúde Materna, Obstetrícia e Ginecologia; Enfermeira Especialista em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica na USF Lafões, Oliveira de Frades. E-mail: dianagandara@gmail.com

online (desde abril de 2020 até dezembro de 2021). Métodos: Estudo retrospectivo, descritivo e quantitativo das grávidas que frequentaram o curso online nas Unidades: USF (Unidade de Saúde Familiar) Infante D. Henrique, USF Lafões; USF Viseu Cidade, cumprindo os princípios éticos e de confidencialidade. Critérios de inclusão: grávidas com pelo menos 5 aulas frequentadas. Resultados: Das 180 respostas validadas, a maioria das grávidas considerou interessante os conteúdos apresentados, com evidente satisfação com a aquisição de conhecimentos para cuidarem de si e do seu bebé. Conclusão: No atual contexto pandémico, com o intuito de promover a saúde e bem-estar da Grávida, a alteração/mudança do formato dos cursos de PPP revelou-se uma intervenção positiva com manifesta satisfação.

Palavras-chave: preparação para o parto e parentalidade, satisfação, formato online.

Abstract: In March 2020, with the beginning of COVID-19 pandemics, on-site Preparation for Childbirth and Parenting (PPP) was suspended. In order to fill this need, it became imperative to carry out these courses in an online format. The World Health Organization (WHO) recognizes the importance of PPP programs, which uphold its principles in health promotion, empowerment, autonomy and decision-making in the health of individuals. Objectives: Assessment of pregnant women's satisfaction with the online modality (from April 2020 to December 2021). Methods: Retrospective, descriptive and quantitative study to pregnant women who attended the online course in the Health Centers: USF Infante D. Henrique, USF Lafões; USF Viseu Cidade, complying with ethical and confidentiality principles. Inclusion criteria: pregnant women who have attended at least 5 classes. Results: Of the 180 validated responses, most pregnant women considered the contents that were presented interesting and were clearly satisfied with the acquisition of knowledge to take care of themselves and their babies. Conclusion: In the current pandemic context, in order to promote the health and well-being of pregnant women, changing the format

of the PPP courses proved to be a positive intervention with clear satisfaction.

Keywords: *Preparation for Childbirth and Parenting, satisfaction, online format.*

INTRODUÇÃO

A preparação para o parto e a adaptação à parentalidade são consideradas uma parte importante na assistência pré-natal em diversas partes do mundo. Estes programas de educação para a saúde assumem elevada relevância na ajuda de tomada de decisões por parte dos casais, representando mudanças positivas nos comportamentos de saúde (Ordem dos Enfermeiros, 2019).

Os cursos de preparação para o parto e adaptação à parentalidade são atos assistenciais prestados pelo Enfermeiro Especialista em Saúde Materna e Obstetrícia à grávida e família, proporcionando-lhes empoderamento, como consequência do processo de procura de conhecimento. Através deste processo educativo, a mulher adquire maior segurança, tornando-a um elemento ativo no parto (Oliveira et al., 2010). Como complemento aos cursos de preparação para o parto, vários hospitais, tanto em Portugal como na Europa, disponibilizam aulas de preparação para o parto em meio aquático. Estas sessões têm como intuito oferecer uma nova dinâmica de educação aos pais, proporcionando um ambiente favorável à aprendizagem (Baines & Murphy, 2010).

Com o início da pandemia por Covid-19, todas as atividades de educação para a saúde em grupo ficaram suspensas e os profissionais de saúde, com resiliência, desenvolveram estratégias para satisfazer as necessidades de um público alvo muito sensível, designadamente as grávidas, recorrendo à tecnologia digital.

As tecnologias e os ambientes virtuais são espaços que representam uma democratização do ensino e um crescimento das oportunidades de aprendizagem e replicação de conhecimentos. A realização das sessões de preparação para o parto e adaptação à parentalidade online, cria a

possibilidade de mudanças no processo de ensino-aprendizagem, proporcionando um espaço de interação entre as grávidas/casais grávidos e o enfermeiro.

A implementação das sessões de preparação para o parto e parentalidade exigiu um trabalho redobrado na reorganização dos conteúdos e preparação de todo o ambiente digital. As enfermeiras autoras do presente artigo, com uma vasta experiência nos cursos de preparação para o parto e parentalidade, apenas estiveram um mês com os seus cursos suspensos. Assim que iniciaram a implementação dos cursos em formato online, criaram um questionário de satisfação para ser preenchido pela grávidas/casais no final de cada curso. A elaboração deste instrumento de avaliação pretendeu avaliar a satisfação com os conteúdos expostos (clareza, objetividade), bem como a satisfação com a facilidade de manipulação da plataforma e partilha de informação de suporte às sessões teórico-práticas.

Nas sessões online realizadas pelas autoras, a componente teórica foi apresentada através do método expositivo, com recurso ao *powerpoint*, sendo um momento de partilha e interação entre o enfermeiro e o grupo de grávidas. A componente prática foi gravada por temas específicos e partilhada com as grávidas, de forma a replicarem no momento mais adequado, com os parceiros.

Assim, o objetivo do trabalho desenvolvido foi avaliar o grau de satisfação das grávidas com a modalidade online do Programa de PPP, através da aplicação de um questionário via email às grávidas/casais que frequentaram o curso online desde abril de 2020 a dezembro de 2021 nas Unidades: Infante D. Henrique, Lafões, e Viseu- Cidade, garantindo-se os princípios éticos e de confidencialidade. Como critérios de inclusão definiu-se que seriam as grávidas que frequentaram pelo menos 5 aulas neste formato e afetas a umas das Unidades supracitadas.

Esperamos que este estudo possa vir a contribuir para uma melhor compreensão da importância da preparação para o parto e parentalidade e a satisfação percebida pelo público alvo, facultando deste modo um suporte teórico a todos aqueles que de forma direta ou indireta têm um papel na educação à grávida/casal.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

A preparação para o parto é o ato de assistência prestado pelo Enfermeiro Especialista em Saúde Materna e Obstétrica (EESMO) à grávida e família, que visa, por um lado, consciencializar a grávida para o seu potencial para o parto eutócico, treinar estratégias de autocontrolo para o trabalho de parto e treinar o acompanhante para estratégias de apoio à parturiente; por outro lado, treinar exercícios músculo-articulares promotores da flexibilidade, postura corporal e do adequado posicionamento fetal, exercícios respiratórios e métodos de relaxamento (Ordem dos Enfermeiros, 2019).

Sendo o parto um dos momentos de maior expectativa - e o culminar - da gravidez, é fundamental que os casais se preparem física e psicologicamente para o viver, diminuindo os seus medos e ansiedades, tornando-se confiantes de que farão o melhor para o seu bebé. Todas as mulheres, antes de serem mães, aprendem muitos dos seus futuros comportamentos maternos através da observação, da imitação dos legados familiares e, mais tarde, através da prática.

A parentalidade é o conjunto das funções e atividades desenvolvidas por um progenitor ou cuidador, para o desenvolvimento pleno e saudável da criança que este é responsável. Apesar de não haver uma definição exata de parentalidade, Mesquita (2011) entende o envolvimento parental como o empenhamento do pai e da mãe no desempenho dos seus papéis parentais. Este envolvimento parental pode ser caracterizado de várias formas, mas a mais frequente remete para o contacto direto com o recém-nascido/a criança e pode incluir responsabilidades e papéis, ou seja, é o estado ou condição de mãe e de pai, que também pode ser realizada por outros adultos que sejam responsáveis pela criança (avós, tios, madrastra ou padrasto, casais homoafetivos e etc.).

A transição para a parentalidade é o período de tempo que decorre desde a decisão parental de conceção até aos primeiros meses após o nascimento do bebé, durante o qual os pais definem os seus papéis e se adaptam à parentalidade. É um período de instabilidade quer para a mãe quer para o pai, independentemente da parentalidade ser biológica ou adotiva. É um processo de incorporação e transição de papéis que começa durante a gravidez e termina quando pai e/ou mãe desenvolvem

um sentimento de conforto e confiança no desempenho dos respetivos papéis.

A maternidade é um acontecimento importante na vida das mulheres e o parto encontra-se envolto num processo multidimensional com dimensões físicas, psicológicas, emocionais, sociais e culturais (Pinar et al., 2018). Ao mesmo tempo, este pode ser acompanhado por medo e preocupação e é aqui que a preparação para o parto assume maior relevância (Ali, Fatemeh, & Mansour, 2014). Neste sentido, a educação para o parto desempenha um papel preponderante na preparação física e psicossocial da mãe (Pinar et al., 2018), uma vez que lhe permite adquirir conhecimentos sobre todo o processo de trabalho de parto e parto e estratégias de alívio da dor, para que assim possa ter uma atitude mais ativa aquando do mesmo (Stoll & Hall, 2012). Esta afirmação remete-nos, para os anos 40, quando o obstetra britânico, Dick-Read, ao perceber que o ambiente hospitalar induzia o medo, tensão e solidão nas grávidas e que dificultava o parto, começou a dar-lhe informações sobre o que iria acontecer durante o trabalho de parto e, como a sua participação poderia ajudar no nascimento do seu filho, com o intuito de diminuir a percepção de dor (Hassanzadeh et al., 2019). Da mesma forma, Bergstrom et al. (2009), defendem que quando as mulheres têm conhecimento do que vai acontecer, ficam menos tensas, com menos medo e, consequentemente, têm menor percepção da dor. Para além disso, Dick-Read também quis capacitar as mulheres grávidas a colaborarem de forma ativa no trabalho de parto e parto para sentirem que podiam ter um papel ativo e preponderante nesta fase (Hassanzadeh et al., 2019). Com a crescente preocupação e propósito em proporcionar uma experiência positiva à mulher durante o parto, a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2018) definiu indicadores que vieram alterar a forma como as mulheres são acompanhadas durante o trabalho de parto e parto, tendo por base a humanização deste evento. Assim, a preparação para o parto visa compreender a gravidez e parto como atos fisiológicos, e ainda como momentos de alegria e partilha. De facto, ultimamente, têm-se assistido a um aumento do recurso às aulas de preparação para o parto, uma vez que a grávida/ casal quer mudar a realidade do seu parto e adquirir conhecimentos para poder tomar decisões esclarecidas (Santana et al., 2011). A participação nos cursos de preparação para o parto

proporcionam poder e/ou autonomia à grávida, como consequência do processo de procura de saber. Com este processo educativo, a mulher adquire maior segurança, tornando-a um elemento ativo no parto (Oliveira & Madeira, 2011).

Apesar da disponibilidade de informação, a sociedade nem sempre fornece os apoios necessários à futura mãe. Nestes casos, os casais que encaram uma gravidez são confrontados com uma situação para a qual não estão preparados, quer porque nunca cuidaram de irmãos mais novos, quer porque estas matérias não integram os currículos da sua formação escolar. Assim, será através da frequência destes cursos que poderão ficar empoderados para tomar decisões esclarecidas e adquirir competências para o autocuidado materno e cuidado do recém-nascido.

A OMS (2018) emitiu diretrizes sobre intervenções não clínicas, no sentido de reduzir a alta taxa de cesarianas desnecessárias onde constam as intervenções educacionais para mulheres e famílias no sentido de apoiar uma tomada de decisão informada, como é o caso da preparação para o parto.

Em 2018, a OMS estabelece que todas as mulheres grávidas devem ter acesso a informação sobre aleitamento materno, aumentando os níveis de conhecimento e confiança, com repercussões positivas nas taxas de aleitamento materno. Um corpo significativo de evidências sugere que a educação sobre aleitamento materno é eficaz no aumento da taxa de início da amamentação imediatamente após o nascimento, nas taxas de aleitamento materno exclusivo e na duração da amamentação.

Na literatura, há evidência de que a preparação para o parto está associada a uma maior satisfação com a própria experiência de parto (Toohill, 2014; Miquelutti et al., 2013). Para os autores supracitados, associada a esta variável, surge a autoeficácia materna e percepção de autocontrolo no trabalho de parto e parto, cujos resultados evidenciam relação estatisticamente significativa com a preparação para o parto. Estes dados são corroborados pelos estudos de Isbir et al. (2016), Brixval et al. (2016) e Serçekuş & Başkale (2016).

No estudo de Miquelutti et al. (2013), as mulheres que participaram em sessões de preparação para o parto, em relação ao grupo de controlo, relataram uma maior utilização de estratégias não farmacológicas de alívio da dor e facilitadoras do trabalho de parto.

Verificou-se também uma associação positiva entre a preparação para o parto e uma diminuição do número de internamentos por falsos inícios de trabalho de parto, menor ansiedade nas mulheres e maior envolvimento do parceiro (Malata et al., 2007). A preparação para o parto foi eficaz na diminuição da ansiedade e medo relacionados com o parto conforme as conclusões do estudo de Stoll (2018) e de Serçekuş & Başkale (2016).

É através de ações de Educação para a Saúde que a grávida toma decisões conscientes sobre o que são as suas escolhas mais saudáveis, promove ações para uma vida saudável e participação responsável e ativa no parto. A Educação para a Saúde pode ser entendida como a promoção da literacia em saúde e tem como principais finalidades: aumentar a consciencialização das famílias/ grávidas sobre as questões relacionadas com a gravidez, parto e pós-parto, colocar as questões que mais as preocupam, auxiliar na aquisição de conhecimentos e competências e promover comportamentos e atitudes favoráveis à sua saúde e à promoção de valores de bem-estar e equilíbrio. De acordo com a OMS, a Educação para a Saúde é “uma ação exercida sobre os indivíduos no sentido de modificar os seus comportamentos, a fim de adquirirem e conservarem hábitos de saúde saudáveis, aprenderem a usar os serviços de saúde que têm à sua disposição e estarem capacitados para tomar, individual ou coletivamente, as decisões que implicam a melhoria do seu estado de saúde e o saneamento do meio em que vivem” (OMS, 1969).

Entendida como um processo indispensável numa sociedade, a Educação para a Saúde, permite que o indivíduo ou as comunidades adquiram conhecimentos e competências necessárias para a adoção de modos de vida saudáveis. As intervenções de Educação para a Saúde têm um carácter formativo, uma vez que conseguem integrar processos cognitivos e de capacitação, que permitem a mudança de comportamentos, tornando-se numa ação, permanentemente, consciente, racional e voluntária.

Assim, os cursos de preparação para o parto e parentalidade pretendem responder às necessidades das mulheres/casais em idade reprodutiva, baseados em modelos de intervenção mais holísticos, incidindo na educação e no empoderamento dos casais.

1.1 Preparação para o parto e parentalidade e os desafios da pandemia por Covid-19

No final do ano de 2019, a Organização Mundial de Saúde (OMS) emitiu um alerta epidemiológico sobre um tipo de pneumonia de etiologia desconhecida que acometeu uma quantidade significativa de pessoas na cidade de Wuhan, na China.

Em janeiro de 2020, pesquisadores chineses identificaram o SARS-CoV-2 (Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2) como agente etiológico da doença respiratória que foi denominada Covid-19, a qual se espalhou rapidamente pelo mundo.

Perante este cenário mundial, diversos países elaboraram uma série de ações para diminuir a transmissão do vírus, nomeadamente medidas referentes ao isolamento de casos positivos, uso de máscaras faciais e medidas de distanciamento social (Aquino et al., 2020).

No que concerne aos cuidados de saúde, a situação de pandemia e a recomendação de distanciamento social determinaram a necessidade de novas medidas relacionadas com a reorganização e a reformulação de condutas e práticas, tanto no âmbito do atendimento ao utente como em relação à educação para a saúde. A recomendação do distanciamento social levou à interrupção de ações de educação para a saúde em grupo. Neste contexto e perante a importância da educação para a saúde decorrente das sessões de preparação para o parto e parentalidade, surgiu a necessidade de se repensar e reformular essas práticas, de forma a dar resposta a este grupo alvo e cumprimento às normativas de distanciamento social.

Num contexto adverso como o da pandemia da Covid-19, a educação em saúde desenvolvida por recursos tecnológicos tornou-se um mecanismo de suporte à mulher e ao seu acompanhante durante a gravidez, na preparação para o parto e nascimento do seu bebé. Desenvolver a assistência a grávidas em contexto de incertezas e pouco consenso entre a comunidade científica sobre a gravidade da Covid-19 revelou-se um desafio para os profissionais de saúde, que tiveram que repensar as suas práticas, para diminuir ou impedir os impactos da doença para a tríade mãe-pai-bebé, bem como pensar em estratégias de cuidado que acolham as demandas das mulheres da gravidez ao período

pós-parto e assegurem suporte social e institucional adequado para este momento tão delicado na vida das futuras mães (Aquino et al., 2020).

A realização das sessões em formato online síncrono, foi a estratégia implementada para poder dar continuidade ao trabalho de empoderamento da grávida/casal num momento em que de forma abrupta este grupo alvo ficou privado em nível elevado do contacto físico com os serviços de saúde. Nestas sessões, além dos conhecimentos sobre gravidez, parto, pós parto e cuidados ao recém nascido, existe a oportunidade da partilha de experiências, esclarecimento de dúvidas, possibilitando a clarificação e desmitificação dos conteúdos por parte do enfermeiro (Nunes, 2017).

1.2. Satisfação das grávidas/casal com as aulas de preparação para o parto e parentalidade

No que concerne à satisfação das grávidas/casais com as aulas de PPP, foram vários os autores que realizaram esse tipo de estudo e iremos descrever os mais relevantes. Em 2017, González-Sanz (2017), realizou um estudo com o objetivo de analisar a satisfação das gestantes e dos seus parceiros em relação ao conteúdo e ao nível de utilidade da Educação Materna (EM), de forma a melhorar o modo como decorre a gestação e o parto. Verificou-se que o grau de satisfação das gestantes e dos acompanhantes com as aulas de EM obteve um alto grau de satisfação, evidenciando que os Programas de EM são vistos pelas utentes e pelos seus acompanhantes como benéficos e que respondem as suas necessidades.

Um outro estudo revelou uma associação vantajosa entre a realização das aulas de preparação para o parto e a redução do estado de medo e de ansiedade durante a gravidez (Guszkowska, 2013).

O estudo realizado por Abasi et al. (2013) com o objetivo de determinar o efeito das aulas de preparação para o parto (APP) na educação materna fetal e na saúde mental da mulher, demonstrou que o score de ligação materna aumenta com a realização de APP onde estes temas são abordados e que a discussão destes temas permite a manutenção de uma saúde mental materna estável, diminuindo o risco de estas futuras mães virem a desenvolver depressão pós-parto.

Com o objetivo de identificar as expectativas da gestante em relação ao “Programa Educativo Materno” (PEM) e determinar qual a avaliação que fazem sobre este programa, Martinez et al. (2013) elaboraram um estudo em Espanha. Os autores salientam que o PEM, na percepção das gestantes, quer elas o integrem quer não, é considerado como útil e benéfico. Todavia, do ponto de vista prático, este não parece influenciar o grau de satisfação com a gestão da gravidez e do cuidado do parto, ao contrário do que os autores referem ser encontrado na literatura científica.

Assim, perante a literatura estudada são evidentes os benefícios para a mãe, para o pai e para o nascituro, com a realização e frequência das aulas de preparação para o parto (APP). Em suma, na generalidade dos estudos, as gestantes mostram-se satisfeitas com as APP, uma vez que estas permitem uma preparação mais eficaz para o momento do parto levando à diminuição do índice de sensação de medo e de ansiedade.

2. METODOLOGIA

Estudo do tipo retrospectivo, descritivo e quantitativo de grávidas/casal que frequentaram o curso online no período compreendido entre abril de 2020 e dezembro de 2021, afetas às Unidades: USF Infante D. Henrique, USF Lafões, e USF Viseu Cidade, garantindo-se a confidencialidade e o anonimato. Como critérios de inclusão definiu-se que seriam as grávidas que frequentaram pelo menos 5 aulas neste formato e afetas a umas das Unidades supracitadas.

Os cursos de PPP em formato online integram sessões teóricas e práticas. Nas sessões teóricas são abordados temas sobre a gravidez (alterações fisiológicas, alimentação, sinais de alarme e legislação em vigor), trabalho de parto (fisiologia, dinâmica pélvica durante o trabalho de parto, parto natural e parto medicalizado e papel do pai durante o trabalho de parto), analgesia de parto (dor no trabalho de parto e métodos não farmacológicos e farmacológico de alívio da dor, bem como as competências da parturiente), aleitamento materno (fisiologia da lactação, vantagens, recomendações da OMS e da UNICEF, técnicas de amamentação, extração e conservação de leite materno, prevenção e tratamento de complicações durante a amamentação), puerpério

(consulta de revisão do puerpério, depressão pós parto e planeamento familiar), cuidados ao recém-nascido (higiene e conforto, vacinação e vigilância de saúde, necessidades fisiológicas do recém-nascido, massagem do bebé, segurança infantil), sexualidade na gravidez e puerpério. As sessões práticas contemplam exercícios para a promoção da vinculação da grávida/acompanhante/bebé durante a gravidez, técnicas de conforto durante o trabalho de parto (técnicas de relaxamento, respiração, massagem, alongamentos, exercícios de tonificação muscular, bola de pilates, posicionamentos durante o trabalho de parto e parto, exercícios de tonificação do pavimento pélvico com consciencialização da sua importância), cuidados ao recém-nascido (muda da fralda e banho). Foi elaborada a gravação de todos os possíveis momentos de práticas que são partilhados com as grávidas para que possam replicar em suas casas. Todas as sessões têm sempre presente a componente teórica e a componente prática.

O instrumento de avaliação utilizado, foi construído pelos profissionais de enfermagem envolvidos no projeto, no Google Forms, contemplando questões abertas e questões fechadas com recurso a escala numérica de 1 a 3 (pouco satisfeito, satisfeito e muito satisfeito). As variáveis avaliadas foram: sociodemográficas e de satisfação (organização do curso, facilidade em manipular o sistema informático, facilidade em replicar a componente prática, clareza da comunicação, material de apoio facultado e contributo para melhorar as capacidades para cuidar de si e do bebé). A última questão do instrumento de avaliação dava oportunidade de ser manifestada a opinião/sugestão de melhoria.

Foi enviado um link para cada grávida/casal de forma a poderem preencher o questionário.

Após o preenchimento do instrumento de avaliação pelas grávidas/casais, as respostas eram automaticamente recebidas e posteriormente foram analisadas estatisticamente pelo Google Forms e Excel.

3. RESULTADOS

A amostra em estudo é constituída por 180 grávidas num universo de um universo de 200 que frequentaram as sessão de preparação para o parto online (abril de 2020 a dezembro de 2021), maioritariamente com idades compreendidas entre os 30 e os 34 anos (44%), seguindo-se aqueles com idade entre os 25 e 29 anos (33%), depois, as de idades compreendidas entre 35 e 39 anos (18%) e por fim, com idades entre 20 e os 24 anos (5%). Quanto ao estado civil, 95% das inquiridas referiram ser casadas e apenas 5% referiram ser solteiras. As habitações literárias predominantes são o 12º ano (36%), seguindo-se a licenciatura (23%), depois o 9º ano (21%) e por fim o mestrado (20%).

No que concerne à avaliação da satisfação com o curso de preparação para o parto online, em relação ao item do tema que mais gostou, a maioria (80%) respondeu que foram todos os temas, seguindo-se o tema da amamentação (8%), depois o tema destacado foi o das medidas não farmacológicas de alívio da dor durante o trabalho de parto (7%) e por fim a temática do cuidado ao recém nascido perante problemas mais frequentes (5%). Quanto ao programa de sessões, 92% das inquiridas não acrescentaria mais nenhuma temática e apenas 8% sugeriram a temática do *babywering* e preparação para o parto na água. A satisfação com a modalidade online do curso de PPP foi avaliada quanto à facilidade em manipular o sistema informático utilizado (92% dos inquiridos mostraram-se muito satisfeitos, 8% satisfeitos), acessibilidade aos cursos de PPP (99% muito satisfeitos e 1% satisfeitos) e facilidade em replicar a componente prática do curso (93% muito satisfeitos e 7% satisfeitos).

No referente à clareza com que os conteúdos foram expostos, 91% revelaram-se muito satisfeitos e apenas 9% referiram que estavam satisfeitos. Quanto à pertinência dos conteúdos do programa de PPP, a maioria revelou estar muito satisfeitos (95%) e 5% satisfeitos. Relativamente ao material de apoio facultado 100% dos inquiridos revelaram estar muito satisfeitos. Em relação ao contributo do curso de PPP para aumentar os conhecimentos do seu autocuidado e cuidado ao recém nascido, 98% revelou estar muito satisfeitas e apenas 2% satisfeitas. Quanto ao contributo para a aquisição de capacidades para o

autocuidado e cuidado ao recém nascido 95% das grávidas revelaram-se muito satisfeitas e 5% satisfeitas. Todos os inquiridos (100%) recomendam a frequência do curso de PPP a amigos e familiares.

Com respostas à última questão que dava liberdade à grávida para expressar a sua opinião e sugestões de melhoria passamos a citar algumas delas:

Este curso é extremamente importante, dá-nos bases para nos sentirmos mais seguras e apoiadas. A Enfermeira Isabel é uma profissional excelente, faz toda a diferença no curso, ela tem domínio total da matéria e consegue explicar com muita clareza. Para além disso é bastante importante o convívio com as outras mães e a partilha as experiências.

Gostei bastante da oportunidade de existir aulas de preparação para o parto online. Quem vai ser mãe pela primeira vez é ótimo poder partilhar ideias, medos, valores e experiências, são oferecidas outras perspetivas e o que podemos esperar na tão ansiosa hora do parto.

O facto das sessões serem online, permitem nos assistir de qualquer parte do país/mundo como foi o meu caso que estive no Brasil de férias por um período prolongado e continuei a assistir às aulas. Fico muito grata por esta iniciativa e pelo esforço e dedicação das profissionais envolvidas.

Ainda bem que me deram a oportunidade de poder usufruir deste curso online apesar da pandemia, sentindo-me assim muito mais segura e tranquila no parto e nos cuidados ao meu bebe.

Parabéns e obrigado à enfermeira Paula pelo excelente trabalho desenvolvido no curso de preparação para o parto e parentalidade online, e que nos permite obter

conhecimentos, esclarecer duvidas e adaptarmo-nos muito melhor a esta nova e tão importante etapa da vida.

Parabéns. Ainda bem que se lembraram de colocar as tecnologias ao serviço da saúde, principalmente na saúde materna, proporcionando assim a oportunidade de todas as grávidas/ casais poderem assistir às sessões de preparação para o parto sem ter que se ausentar de casa ou em qualquer parte do mundo, como é o meu caso que tive de emigrar para a Suíça durante a gravidez mas tive a oportunidade de manter esse contacto com a minha enfermeira de família.

Gostaria de deixar o meu testemunho de quem já teve a oportunidade de realizar este curso de preparação para o parto de forma presencial, realçando que este formato online é mais satisfatório pois permite assistir às sessões em direto de qualquer parte do país e as gravações das sessões práticas permitem o treino em qualquer momento acompanhada do meu marido. Agradecer à Enfermeira Diana pela sua dedicação e acompanhamento constante pelo grupo do WhatsApp criado para as grávidas.

4. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A Pandemia instalou-se em poucas semanas nos vários continentes do planeta, assustando os profissionais de saúde, pela facilidade de contágio e pela rápida letalidade. Foi num cenário de medo e instabilidade que foram tomadas várias medidas para conter o avanço da pandemia. Era preciso reunir forças de toda a sociedade para enfrentar o surto. O confinamento mundial e o consequente isolamento social foram preponderantes para a reinvenção de novas estratégias a nível da saúde, da educação, da sociedade para minimizar as consequências desse isolamento e confinamento que transformou a realidade mundial. Os cursos de PPP online foram exemplo dessa reinvenção de estratégias de forma a manter a acessibilidade das nossas famílias e das nossas grávidas a toda a informação que elas tem o direito de obter.

Vivemos na era da informatização: grupos sociais interagem na internet, as conversas e convívios são mediados pela tecnologia da informação e comunicação (TIC), o envio e recebimento de documentos, antes transitados via correio, são agora pela internet e até mesmo a validação de documentos e assinaturas acontece nesse ambiente virtual. Assim, as comunicações quer sejam formais ou não formais acontecem em ambientes para alguns novo e estranho, mas para muitos - na verdade a maioria - acontecem num ambiente totalmente informatizado. Atualmente e como consequência desta pandemia, ninguém pode ficar de fora desse contexto, ou ser prejudicado pois estamos a ir ao encontro desse movimento irreversível de um *modus operandi* que já está estabelecido na comunicação e na sociedade atual e mundial. Segundo Soares-Leite & Nascimento-Ribeiro (2012, p.3) “A inserção das TICs na educação para a saúde online pode ser uma importante ferramenta para a melhoria do processo de ensino-aprendizagem” e pode extravasar fronteiras, facilitando o acesso à informação em qualquer parte do planeta em que a grávida se encontre.

Os resultados do presente estudo evidenciam grávidas maioritariamente muito satisfeitas com o programa de PPP, bem como com a sua utilidade e contributo para a sua aquisição de conhecimentos e capacidades para cuidar de si e do bebé. Estes dados são corroborados pelos resultados do estudo de González-Sanz (2016), em que o grau de satisfação das gestantes e dos acompanhantes com as aulas de EM era elevado, evidenciando que os Programas de EM são vistos pelas utentes e pelos seus acompanhantes como benéficos e que respondem as suas necessidades.

Durante este trabalho de avaliação do programa de PPP online, é factual que algumas grávidas que faziam parte do grupo de PPP emigraram ou ausentaram-se do país por vários motivos, mas acediam às aulas online, onde quer que se encontrassem, o que nos leva a crer e a pensar na continuidade deste projeto online. Partindo deste pressuposto, é imprescindível que a educação para saúde acompanhe este movimento, se aproprie desta tecnologia e a utilize como um instrumento eficaz, efetivo de comunicação e contribuição para a melhoria da qualidade de vida, das nossas famílias, das nossas grávidas, pois como afirma Valanides & Angeli (2008, p.3) “usar ou não

tecnologia digital na aprendizagem, não é mais uma questão na educação para a saúde. A atual questão está em garantir que esta tecnologia seja utilizada de forma eficaz para criar novas oportunidades de aprendizagem”.

Os estudos corroboram os nossos resultados relativamente ao benefício da comunicação medida por meios tecnológicos a distância, pois segundo Quintas-Mendes et al. (2010) ao contrário do que se pensava, pode: “Apresentar uma correlação socio-emocional muito forte, em muitos aspetos não inferiores à comunicação face-a-face, sendo bastante favorável à criação de comunidades de aprendizagens com relações sociais fortes e desempenhos de tarefa comparáveis à comunicação presencial (Quintas-Mendes et al., 2010, p. 258).

O desenvolvimento das tecnologias, os determinantes da saúde contemporâneos e as expectativas da população, constituem um motor importante nas mudanças do exercício profissional, exigindo novas aptidões e competências, bem como novas formas de atuar. A educação e a promoção da saúde online são contributos da profissão de enfermagem que influenciam a melhoria do estado de saúde das populações, sendo que os enfermeiros são os profissionais de saúde que ocupam uma posição distinta para intervir concretamente e efetivamente na melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e das comunidades (Conselho Internacional de Enfermeiros, 2009; Nunes et al., 2005).

A revisão integrativa realizada por Viana et al., (2020), evidenciou que as ferramentas digitais atuam como estratégias de apoio no processo de educação em saúde, não se anulando ou excluindo a importância da utilização de tecnologias leves, pautadas na formação de vínculos, da escuta e empatia observada no contato pessoal com os profissionais de saúde. Realça ainda a oportunidade de existir uma interdisciplinaridade de saberes, que fisicamente se encontram distantes, mas que a tecnologia aproxima em tempo real.

Assim, o uso das tecnologias e da internet são fundamentais para aumentar a literacia em saúde e satisfação da família /grávida/ tríade. O uso de uma linguagem e/ou uma comunicação clara neste domínio, uma linguagem simplificada são a forma de garantir que todas as grávidas têm acesso às informações importantes relacionadas com a gravidez, o parto, os cuidados pós-parto e ao recém-nascido. Sendo a educação para

a saúde, com os consequentes resultados positivos e elevados níveis de satisfação das grávidas que frequentam o curso de PPP online, uma das componentes fundamentais da promoção da saúde, torna-se mais que evidente o interesse de trabalhar estas temáticas e expandir a sua implementação.

CONCLUSÃO

A análise da satisfação das grávidas com as aulas de preparação para o parto ainda é um tema pouco avaliado em Portugal, mas a nível mundial, verifica-se já, uma certa significância de estudos e avaliações.

Não foram encontrados estudos sobre a satisfação das grávidas com a preparação para o parto em formato online, pelo que foi necessário redefinir os critérios da revisão da literatura.

Com a elaboração deste estudo, concluiu-se que no atual contexto pandémico, com o intuito de promover a saúde e bem-estar da grávida, a alteração/mudança do formato dos cursos de PPP revelou-se uma intervenção positiva com manifesta satisfação.

Os resultados positivos desta modalidade online, com aprendizagem e capacitação para o parto e adaptação à parentalidade, aliadas à facilidade de manuseamento das tecnologias, do conforto de estar em casa e assim gerir melhor o tempo, conduzem a uma reflexão sobre o futuro da Preparação para o Parto pós-pandemia.

Destacamos como grande limitação deste estudo o facto de não existirem estudos da satisfação das grávidas com as aulas de preparação para o parto e parentalidade em formato online, o que comprometeu de certa forma a discussão dos resultados.

Assim, sugerimos a replicação deste estudo a nível nacional e se possível com a criação de um grupo de controlo para se poderem comparar resultados e implementar estratégias de melhoria promotoras de ganhos em saúde.

Lançamos como repto, a validação de um instrumento de avaliação da satisfação com as aulas de preparação para o parto e parentalidade em formato online no sentido de promover a melhoria continua da literacia em saúde. Sugerimos também a avaliação dos conhecimentos das grávidas antes de cada sessão e a aplicação do mesmo instrumento

avaliativo no final da sessão de forma a monitorizar indicadores sensíveis aos cuidados específicos do Enfermeiro Especialista em Saúde Materna e Obstétrica com publicação desses resultados.

Deixamos a seguinte questão lançada:

“Será este o novo caminho para preparar e empoderar as futuras grávidas/casais/famílias/comunidades?”

FONTES E BIBLIOGRAFIA

- Abasi, E., Tafazzoli, M., Esmaily, H. And Hasanabadi, H. (2013). The effect of maternal–fetal attachment education on maternal mental health. *TURKISH JOURNAL OF MEDICAL SCIENCES*, 43, pp.815-820.
- Ali, K.-J., Fatemeh, S., & Mansour, K. (2014). Effectiveness of Educational Program Based on the Theory of Reasoned Action to Decrease the Rate of Cesarean Delivery Among Pregnant Women in Fasa, Southern Iran, *Journal of Education and Community Health*, 1, 62-71. Doi:10.20286/jech-010162.
- Baines, S., & Murphy, S. (2010). *Aquatic Exercise for pregnancy*. Cumbria: M&K Update Ltd. ISBN: 978-1-905539-42-0.
- Aquino, E., Silveira, I., Pescarini, J., Aquino, R & et al. (2020) Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19: potenciais impactos e desafios no Brasil. *Ciência e saúde coletiva*, 25 (1), 2423-2446. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10502020>.
- Bergström, M., Kieler, H., & Waldenström, U. (2009). Effects of natural childbirth preparation versus standard antenatal education on epidural rates, experience of childbirth and parental stress in mothers and fathers: A randomised controlled multicentre trial. *BJOG : an international journal of obstetrics and gynaecology*, 116, 1167-1176. Doi:10.1111/j.1471-0528.2009.02144.x.
- Brixval, C.S.; Axelsen, S.F.; Thygesen, L.C.; Due, P.; Koushede, V. (2016). «Antenatal education in small classes may increase childbirth selfefficacy: Results from a Danish randomised trial».

- Sexual & Reproductive Healthcare. 10, 32-34. Doi: 10.1016/j.srhc.2016.03.003.
- Conselho Internacional de Enfermeiros (2010). Servir a comunidade e garantir qualidade: os enfermeiros na vanguarda dos cuidados na doença crónica. Ordem dos Enfermeiros: Lisboa.
- Conselho Internacional de Enfermeiros (2009). Servir a comunidade e garantir qualidade: os enfermeiros na vanguarda da inovação nos cuidados. Ordem dos Enfermeiros: Lisboa.
- Fatia, A., & Tinoco, L. (2016). Trabalho de Parto. In M. Néné, M. A. Batista, & R. Marques (Eds.), *Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica* (1ª ed.). Lisboa: LIDEL. ISBN: 978- 989-752-146-1.
- González-Sanz, J., González, A., Martín, M., Hidalgo, M. and López, R. (2016). Satisfacción de gestantes y acompañantes en relación con el Programa de Educación Maternal en Atención Primaria. *Matronas Profesión*, 18(1), pp.35-42.
- Guszkowska, M. (2013). The effect of exercise and childbirth classes on fear of childbirth and locus of labor pain control. *Anxiety, Stress, & Coping*, 27(2), pp.176- 189.
- Hassanzadeh, R., Abbas-Alizadeh, F., Meedya, S., Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., & Mirghafourvand, M. (2019). Assessment of childbirth preparation classes: a parallel convergent mixed study. *Reproductive Health*, 16(1), 160. Doi:10.1186/s12978-019-0826-2.
- Isbir G.G., İnci, F., Önal, H., Yıldız, P.D. (2016). «The effects of antenatal education on fear of childbirth, maternal self-efficacy and post-traumatic stress disorder (PTSD) symptoms following childbirth: an experimental study». *Applied Nursing Research*, 32, 227-232. Doi: 10.1016/j.apnr.2016.07.013.
- Malata, A.; Hauck, Y.; Monterosso, L.; McCaul, K. (2007). «Development and evaluation of a childbirth education program for Malawian women». *Journal of Advanced Nursing*, 60(1), 67-78. Doi: 10.1111/j. 1365-2648.2007.04380.x.
- Martínez, J. and Delgado, M. (2013). Women's expectations and evaluation of a maternal education program. *Colombia Médica*.
- Mesquita, Margarida M. R. (2011). Parentalidade(s) nas famílias nucleares contemporâneas com crianças em idade pré-escolar:

- dimensões, desafios, conflitos, satisfação e problemas. Lisboa: Universidade Aberta.
- Miquelutti, M.A.; Cecatti, J.G. & Makuch, M.Y. (2013). «Antenatal education and the birthing experience of Brazilian women: a qualitative study». *BMC Pregnancy Childbirth*, 5 (13),171. Doi: 1.1186/1471-2393-13-171.
- Nunes, P. (2017). Grupo de Gestantes como ferramenta de instrumentalização e potencialização do cuidado. *Revista de Extensão e Cultura, Florianópolis*, 1 (1), 1-16.
Doi: <https://doi.org/10.5965/259464121177>
- Nunes, L., Amaral, M. & Gonçalves, R. (2005). Código Deontológico do Enfermeiro: dos comentários à análise dos casos. Lisboa: Ordem dos Enfermeiros.
- Oliveira, V., & Madeira, A. (2011a). Interagindo com a equipe multiprofissional: as interfaces da assistência na gestação de alto risco. *Escola Anna Nery*, 15, 103-109.
Doi: <https://doi.org/10.1590/S1414-81452011000100015>
- Oliveira, A., Rodrigues, D., Guedes, M., & Felipe, G. (2010). Percepção de mulheres sobre a vivência do trabalho de parto e parto. *Revista Rene*, 11, 32-41.
- Ordem dos Enfermeiros (2019). Livro de Bolso: Programas de Preparação para o Parto, Adaptação à Parentalidade e ao Pós-Parto. Lisboa: Ordem dos Enfermeiros.
- Organização Mundial de Saúde (2018). WHO recommendations: intrapartum care for a positive childbirth experience. Geneva: OMS. ISBN: 978-92-4-155021-5
- Pinar, G., Avsar, F., & Aslantekin, F. (2018). Evaluation of the Impact of Childbirth Education Classes in Turkey on Adaptation to Pregnancy Process, Concerns About Birth, Rate of Vaginal Birth, and Adaptation to Maternity: A Case-Control Study. *Clinical Nursing Research*, 27(3), 315-342.
Doi:10.1177/1054773816682331.
- Quintas-Mendes, Morgado, L. & Amante, L. (2010). Comunicação Mediatizada por Computador e Educação Online: da Distância à Proximidade, In: Silva, M., Pesce, L. & Zuin, A. (Eds). Educação

- online: cenário, formação e questões didático-metodológicas, pp. 247-278, Editora WAK: Rio de Janeiro.
Doi: <http://hdl.handle.net/10400.2/9757>
- Santana, S., & al., e. (2011). Benefícios da Preparação para a Parentalidade no Parto. Portimão.
- Serçekuş, P. & Başkale, H. (2016). «Effects of Antenatal Education on Fear of Childbirth, Maternal Self-Efficacy and Parental Attachment». *Midwifery*, 34, 166-172.
Doi: 10.1016/j.midw.2015.11.016. Epub 2015 Nov 27.
- Soares-Leite, W. S.; Nascimento-Ribeiro, C. A. (2012) A inclusão das TICs na educação brasileira: problemas e desafios. *Magis, Revista Internacional de Investigación en Educación*, 5 (10), p. 173-187.
- Stoll, K., Swift, E.M., Fairbrother, N., Nethery, E., Janssen, P. (2018). «A systematic review of nonpharmacological prenatal interventions for pregnancy-specific anxiety and fear of childbirth». *Birth*, 45(1), 7-18. Doi: 10.1111/birt.12316.
- Stoll, K., & Hall, W. (2012). Childbirth Education and Obstetric Interventions Among Low-Risk Canadian Women: Is There a Connection? *The Journal of perinatal education*, 21, 229-237.
Doi:10.1891/1058-1243.21.4.229.
- Toohill, J.; Fenwick, J.; Gamble, J.; Creedy, D.K.; Buist, A.; Turkstra, & Ryding, E. (2014). «A randomized controlled trial of a psycho-education intervention by midwives in reducing childbirth fear in pregnant women». *Birth*, 41(4), 384-394. Doi: 10.1111/birt.12136.
- Valanides, N.; Angeli, C. (2008). Professional development for computer-enhanced learning: a case study with science teachers. *Research in Science & Technological Education*, 26 (1), p. 3-12.
- Viana, L. S., Oliveira, E. N., Vasconcelos, M. I. O., Moreira, R. M. M., Fernandes, C. A. R., & Neto, F. R. G. X. (2020). Educação em saúde e o uso de aplicativos móveis: uma revisão integrativa. *Gestão e Desenvolvimento*, (28), 75-94.
Doi: <https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2020.9466>.

Creative Commons Attribution License | This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the

original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.