

## MATERNIDADE E AUTOCUIDADO

Camilla Dorta de Almeida <sup>1</sup>

Ana Flávia Mariano Silva <sup>2</sup>

Rebecca Bozzi <sup>3</sup>

Gabriela Fernandes Menezes <sup>4</sup>

Alison Douglas da Silva <sup>5</sup>

### RESUMO

A alimentação no período pós-gestação é uma questão que levanta reflexões em torno do processo de cuidado, tanto do lactente quanto da lactante. São abundantes os estudos e estratégias voltadas para os lactentes e o incentivo ao aleitamento materno exclusivo até o sexto mês de vida, no entanto ainda existem lacunas no que diz respeito às estratégias e a produção de conhecimento com foco no cuidado alimentar e nutricional oferecido às lactantes, bem como as nuances sócio afetivas que envolvem o autocuidado nesse contexto. Promoção da saúde e prevenção de doenças, atrelados a serviços materno-infantis, vêm em constante crescimento e possuem sua devida importância, apresentando resultados positivos quando aplicados uma dinâmica de ações referentes, principalmente, ao autocuidado em relação à mulher-mãe. Na atenção básica, é comum que ações de enfrentamento de problemas do processo saúde-doença-cuidado estejam presentes no dia a dia da unidade de saúde, onde também se encontram as primeiras experiências de aprendizado no período entre gestantes, puérperas e lactantes. O profissional de saúde deve estar preparado para atender as necessidades e ter conhecimento e técnica suficientes para orientar e assistir a paciente que frequenta a unidade e requer um autocuidado mais dedicado no período já citado. Dessa forma, estimular tais ações e dar suporte são essenciais para um cuidado integral e humanizado. Esse trabalho tem o intuito de compreender quais são as práticas de autocuidado mobilizadas por gestantes, puérperas e lactantes, e sua relação com os serviços de atenção básica, dentro de uma Unidade Básica de Saúde (UBS), de uma cidade de médio porte do interior de São Paulo.

**Palavras-chave:** Maternidade. Autocuidado. Promoção em Saúde. Gestação.

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade São Francisco, USF [camilla.almeida@mail.usf.edu.br](mailto:camilla.almeida@mail.usf.edu.br);

<sup>2</sup> Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade São Francisco, USF [ana.mariano.silva@mail.usf.edu.br](mailto:ana.mariano.silva@mail.usf.edu.br)

<sup>3</sup> Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade São Francisco, USF [rebecca.bozzi@mail.usf.edu.br](mailto:rebecca.bozzi@mail.usf.edu.br);

<sup>4</sup> Graduando do Curso de Nutrição da Universidade São Francisco, USF,  
[gabriela.fernandes.menezes@mail.usf.edu.br](mailto:gabriela.fernandes.menezes@mail.usf.edu.br);

<sup>5</sup> Professor orientador: Nutricionista, Universidade Federal de Alfenas - UNIFAL, [alison.silva@usf.edu.br](mailto:alison.silva@usf.edu.br).