

# Grupos online de gestantes: relato de uma experiência de estágio em Psicologia da Saúde

Online groups of pregnant women: report of an internship experience in Health Psychology

Grupos online de gestantes: relato de una experiencia de pasantía en Psicología de la Salud

Lilian Maria Borges<sup>1</sup>, Carmen Luz Flores Huaracha Antunes<sup>2</sup>, Marcella Sandim Couto Greco

Como citar esse artigo. Borges LM, Abtunes CLFH, Ferreira MSCG. Grupos online de gestantes: relato de uma experiência de estágio em Psicologia da Saúde. Revista Pró-UniversUS. 2022 Jul./Dez.; 13 (2) Suplemento: 09-15.

## Resumo

Ações de educação em saúde requerem revisões na formação profissional para viabilizar a construção de modelos de intervenção em que aportes teórico-metodológicos de cada área de atuação sejam utilizados em prol de melhores condições de saúde da população e estejam em consonância com os princípios e diretrizes do sistema de saúde. Nesse trabalho, objetivou-se contextualizar e descrever a preparação teórico-prática realizada no estágio profissional em Psicologia da Saúde de uma universidade pública, com vistas ao planejamento e condução de grupos psicoeducativos online com gestantes no contexto da pandemia de Covid-19. Considerando a importância da atenção aos aspectos psicossociais da gravidez e os benefícios potenciais das intervenções grupais, delineou-se os aspectos metodológicos da referida proposta que teve por objetivo auxiliar as gestantes a gerenciarem seus níveis de estresse e ansiedade associados a este período do ciclo de vida a partir da abordagem de diferentes temáticas. Para tanto, foram realizadas aulas expositivas dialogadas e discussão de textos, vídeos e casos clínicos. Com o apoio das supervisoras, as estagiárias discutiram e implementaram estratégias de divulgação do pré-natal psicológico online, elaboraram fichas de avaliação; entrevistaram as gestantes inscritas e colaboraram ativamente com o planejamento geral e de cada sessão das intervenções grupais. Elas mostraram envolvimento com as atividades propostas e avaliaram positivamente suas experiências e aprendizagens. Destaca-se a importância de levar futuros profissionais de saúde a desenvolverem habilidades para realização de trabalhos promotores de saúde e socialmente comprometidos, em que sejam incentivado/as a refletirem e buscarem estratégias de trabalho participativas e emancipadoras.

**Palavras-chave:** Estágio Profissional; Formação em Saúde; Grupos Psicoeducativos; Gestantes.

## Abstract

Health education actions require revisions in professional training to enable the construction of intervention models in which theoretical-methodological contributions from each area of activity are used in favor of better health conditions for the population and are in line with the principles and guidelines of the health system. In this work, the objective was to contextualize and describe the theoretical-practical preparation carried out in the professional internship in Health Psychology at a public university with a view to planning and conducting online psychoeducational groups with pregnant women in the context of the Covid-19 pandemic. Considering the importance of attention to the psychosocial aspects of pregnancy and the potential benefits of group interventions, the methodological aspects of this proposal were outlined, which aimed to help pregnant women to manage their levels of stress and anxiety associated with this period of the life cycle. from the approach of different themes. To this end, dialogued expository classes and discussion of texts, videos and clinical cases were carried out. With the support of the supervisors, the interns discussed and implemented strategies to publicize psychological prenatal care online, prepared evaluation sheets; interviewed pregnant women enrolled; and actively collaborated with the overall and session planning of group interventions. They showed involvement with the proposed activities and positively evaluated their experiences and learning. The importance of leading future health professionals to develop skills to carry out health-promoting and socially committed work is highlighted, in which they are encouraged to reflect and seek participatory and emancipatory work strategies.

**Keywords:** Patient safety; Professional Internship; Health Training; Psychoeducational Groups; Pregnant Women.

## Resumen

Acciones de educación en salud requieren de revisiones de la formación profesional para viabilizar a construcción de los modelos de intervención en que aportes teórico-metodológicos de cada área de actuación sean utilizados en pro de mejores condiciones de salud de la población e que estén en consonancia con los principios e directrices del sistema de salud. Este trabajo tuvo como objetivo contextualizar y describir la preparación teórico-práctica realizada a estudiantes en sus prácticas pre profesionales en Psicología de la Salud en una universidad pública con miras a la planificación y realización de grupos psicoeducativos remotamente con gestantes en el contexto de la pandemia del Covid-19. Considerando la importancia de la atención a los aspectos psicossociales del embarazo y los potenciales beneficios de las intervenciones grupales, se esbozaron los aspectos metodológicos de esta propuesta, que tuvo como objetivo ayudar a las gestantes a manejar sus niveles de estrés y ansiedad asociados a este período del ciclo de la vida a partir de abordar diferentes temáticas. Para ello se realizaron clases expositivas dialogadas y discusión de textos, videos y casos clínicos. Con el apoyo de las supervisoras, las estudiantes discutieron e implementaron estrategias para la divulgación del prenatal psicológico on-line, elaboraron fichas de evaluación; entrevistaron a mujeres embarazadas inscritas; y colaboraron activamente con la planificación general y de cada sesión de las intervenciones grupales. Mostraron involucrimiento con las actividades propuestas y evaluaron positivamente sus experiencias y aprendizajes. Se destaca la importancia de llevar a los futuros profesionales de la salud a desarrollar habilidades para realizar un trabajo promotor de la salud y socialmente comprometidos, en el que sean incentivados/as a reflexionar y buscar estrategias de trabajo participativo y emancipador.

**Palabras clave:** Práctica Profesional, Formación En Salud, Grupos Psicoeducativos, Gestantes.

Afiliação dos autores:

<sup>1</sup>Professor Adjunto, Departamento de Psicologia, Programa de Pós-graduação em Psicologia UFRJ. Doutorado e Mestrado em Psicologia – Universidade de Brasília (UnB), Seropédica, Rio de Janeiro, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6570-0417>

<sup>2</sup>Discente do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UFRJ, Seropédica, Rio de Janeiro, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7723-7127>

<sup>3</sup>Discente do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UFRJ, Seropédica, Rio de Janeiro, Brasil. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9927-7701>

\* Email de correspondência: [lborgesufrj@gmail.com](mailto:lborgesufrj@gmail.com)

Recebido em: 04/10/22. Aceito em: 11/10/22.



## Introdução

O ciclo gravídico-puerperal requer complexas adaptações no âmbito pessoal e familiar decorrentes de uma série de mudanças biopsicossociais pelas quais as mulheres passam neste período e que geram uma ambivalência de sentimentos, como alegrias, tristezas, ansiedade, expectativas e medos<sup>1, 2,3</sup>. Nesse sentido, a inclusão da assistência psicológica a gestantes durante o acompanhamento pré-natal tem potencial não somente para orientá-las a realizar os cuidados necessários durante a gravidez, mas também para ajudá-las a vivenciar a gravidez e o parto de forma segura e positiva e a prevenir complicações emocionais no puerpério. De fato, na integração do acompanhamento psicológico aos outros atendimentos dirigidos à gestante nos serviços de saúde durante o pré-natal, o psicólogo, pautado pelo seu conhecimento e escuta diferenciada, colabora para a promoção de saúde da gestante, contribuindo para a oferta de uma assistência humanizada e integral<sup>4</sup>.

O trabalho realizado por profissionais de psicologia pode constituir um meio facilitador para a reflexão e a tomada de consciência de aspectos importantes da gestação, parto e puerpério, bem como pode possibilitar o acolhimento efetivo de preocupações e temores associados a este período<sup>5,6</sup>. Este tipo de intervenção, portanto, pode ajudar a prevenir a instalação de ansiedades provocadas pelas novas situações vivenciadas e oferecer um espaço importante para as gestantes exporem suas percepções e seus sentimentos em um contexto acolhedor e de apoio.

Nesse contexto, o pré-natal psicológico surge como uma prática complementar ao pré-natal tradicional realizado pela equipe médica e de enfermagem, estando voltado para uma maior humanização do processo gestacional e do parto<sup>7</sup>. Esta modalidade de assistência psicológica constitui, portanto, uma abordagem preventiva e de apoio psicológico à mulher grávida e a sua família. Ampliando a perspectiva dos cursos para gestantes, tem por finalidades, em linhas gerais, evitar transtornos emocionais, principalmente a depressão pós-parto; contribuir para estimular a constituição do vínculo pais-bebê; desenvolver a confiança e a autonomia da gestante nos cuidados ao seu bebê; maximizar recursos do casal e amenizar possíveis conflitos conjugais; ajudar na compreensão e manejo de situações estressantes e conscientizar as gestantes em relação aos seus direitos e a suas (novas) responsabilidades<sup>8</sup>.

As intervenções costumam ser realizadas em pequenos grupos, em encontros temáticos, de modo a integrar aspectos informativos e vivenciais com o propósito primordial de gerar conhecimentos, discussões e reflexões relativos à gravidez, ao parto e a maternidade. A veiculação de informações, conforme conteúdos, sequências e recursos didáticos

previamente programados, é combinada com o exame de vivências, em que as participantes são estimuladas a examinar e a expressar seus pensamentos e sentimentos acerca de diferentes temáticas norteadoras<sup>9</sup>. Espera-se, desta forma, produzir entre as participantes a adoção de práticas saudáveis e o enfrentamento adequado de problemáticas específicas que venham a ser vivenciadas neste período. Por conseguinte, no âmbito dos grupos psicoeducativos conduzidos no pré-natal psicológico, informações e orientações práticas são fornecidas, dúvidas são esclarecidas, crenças são questionadas, experiências são compartilhadas e várias ações são alvo de conscientização e mudança. Um espaço é aberto e valorizado para a expressão e o manejo de emoções e para a resolução conjunta de problemas associados aos assuntos em foco<sup>10,8</sup>.

A modalidade de intervenção em grupo tem o benefício de reunir e alcançar um número maior de gestantes em comparação ao atendimento individual e pode contribuir para amenizar a percepção de isolamento em relação às temáticas tratadas, já que estas podem trocar experiências e opiniões sobre questões de interesse comum, em um contexto acolhedor e educativo. Dessa forma, estima-se que as participantes podem encontrar suporte social e espaço de crescimento pessoal a medida que sejam levadas a discutir as dificuldades e possibilidades do processo gestacional.

Entretanto, para o desenvolvimento de um trabalho eficaz e socialmente comprometido na área da saúde é necessária uma adequada formação dos profissionais com vistas ao desenvolvimento de habilidades interpessoais, visão crítica e contextualização constante de suas ações frente às características e conjunturas sociais dos serviços e usuários atendidos<sup>11,14</sup>. Almeja-se formar profissionais aptos a desenvolverem abordagens de trabalho participativas, em que os usuários sejam incentivados a refletir e buscar soluções para as situações de risco ao bem-estar pessoal, familiar e/ou comunitário<sup>13</sup>.

Nos cursos de graduação em Psicologia, entretanto, a ênfase da formação tem sido calcada na formação clínica tradicional, com viés individualista, o que leva a necessidade de se repensar os currículos, de modo que possam privilegiar uma formação mais generalista e comprometida socialmente<sup>14,15,16,17</sup>. Isto coloca a exigência por reformulações e construções de novos referenciais teórico-metodológicos na formação de psicólogo(a)s, com vistas a melhor instrumentalizá-lo(a)s para inserção no campo da saúde e maior integração aos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS)<sup>13,18,19</sup>.

Nessa perspectiva, em 2004, o Aprender SUS foi apresentado pelo Ministério da Saúde e aprovado pelo Conselho Nacional de Saúde como uma política do SUS direcionada ao diálogo com o ensino de graduação das profissões da área da saúde, dentre elas a psicologia. A finalidade posta foi a de orientar as graduações, para a atenção integral, ampliando, dessa

forma, a qualidade dos cuidados em saúde ofertados à população<sup>20</sup>. Urge ampliar a atuação profissional, como lembra Murta e Marinho<sup>21</sup>, quanto, por exemplo, aos focos de intervenção, aos espaços de trabalho (físicos e online), à população atendida, às estratégias de intervenção e aos níveis de prevenção. Isso requer a necessidade de mudanças nas grades curriculares e nos cursos de capacitação e aperfeiçoamento profissional, com uma análise crítica do conhecimento adquirido nas instituições de ensino em sua integração com as políticas públicas e a realidade do sistema de saúde<sup>19</sup>.

Dentre as modalidades de intervenção psicológica utilizadas na área da saúde, destacam-se as práticas grupais, que apresentam grande potencial tanto educacional como terapêutico<sup>22,23</sup>. O grupo pode propiciar a aprendizagem de comportamentos socialmente adequados, tais como a empatia, o fornecimento de feedback e a assertividade, além de incentivar os participantes a encontrarem estratégias coletivas para a resolução e o enfrentamento de problemas comuns). Apresenta ainda vantagens em relação a outras modalidades de atendimento porque permite intervir, ao mesmo tempo, junto a um número maior de pessoas e facilita a expressão de necessidades e expectativas não apenas individuais, mas também coletivas. Favorece ações para a promoção da saúde que beneficiam a adoção de escolhas adequadas, como prevê o modelo de educação em saúde<sup>24,25</sup>.

Além disso, o grupo viabiliza o compartilhamento de conhecimentos e de experiências entre seus membros<sup>26,27</sup>. Por conseguinte, para além dos ganhos em conhecimentos, esta modalidade de intervenção mostra ser um espaço propiciador do convívio e do apoio social, especialmente quando o grupo é composto por pessoas que vivenciam situações semelhantes, como a gravidez, favorecendo a identificação e o apoio mútuo e reduzindo a percepção de isolamento social<sup>28</sup>.

Neste trabalho, destacamos a capacitação profissional como necessidade contínua, mas abordamos especialmente a formação em seus anos iniciais, em nível de graduação. O objetivo consiste em contextualizar e descrever a preparação de um grupo de seis graduandas do Curso de Psicologia de uma universidade pública para o desenvolvimento de atividades grupais com mulheres grávidas, de modo online, no contexto de estágio profissional, no ano de 2021, portanto durante a pandemia de Covid-19. A modalidade de intervenção online foi definida devido ao período do estágio ter coincidido com medidas públicas de distanciamento social no Brasil como forma de prevenção à contaminação pelo novo coronavírus. Os relatórios finais das estagiárias serviram de base para a elaboração deste artigo.

## Procedimentos teórico-metodológicos do estágio profissional

Tendo em vista a importância da atenção aos aspectos psicossociais da gravidez e o momento de transição para o papel parental na condução de intervenções com gestantes, delineou-se os aspectos metodológicos de uma proposta de estágio em Psicologia da Saúde que teve por objetivo preparar um grupo de seis alunas para auxiliarem gestantes a manejarem adequadamente o estresse e a ansiedade associados a este período do ciclo de vida e a se prepararem para estabelecer interações e práticas de cuidado adequadas com seus bebês.

O Estágio profissional em Psicologia da Saúde, na Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, tem por objetivo oportunizar aos alunos embasamento teórico e recursos técnico-práticos para prestação de assistência psicológica, de modo individual e grupal, em instituições ou programas de saúde. Isso inclui planejar e conduzir atividades psicoeducativas em grupo com gestantes, de modo participativo e vivencial, com abordagem a diferentes temáticas.

O processo de supervisão das estagiárias foi conduzida por uma docente da universidade, doutora em psicologia com formação e interesse em Psicologia da Saúde, bem como por duas mestrandas sob sua orientação, sendo uma delas graduada em psicologia e especialista em Psicologia e Maternidade e a outra obstetritz, especialista em monitorização fetal e diagnóstico por imagem, em Bioética e prevenção de más práticas em saúde e em Psicologia Perinatal. A preparação constou de três etapas principais, descritas a seguir.

Etapa 1 – Aproximações teóricas: aspectos fisiológicos e psicossociais da gravidez, parto e puerpério. Nesta etapa, mediante aulas expositivas dialogadas, discussão de textos, vídeos e casos da literatura, foram abordados os seguintes conteúdos temáticos: aspectos fisiológicos e psicológicos dos três trimestres da gestação; aspectos fisiológicos do parto e estratégias para sua preparação; aspectos psicossociais do puerpério, incluindo transtornos e seus tratamentos, suporte familiar, amamentação e desmame, cuidados e vínculo afetivo com o bebê; olhar crítico-reflexivo sobre a maternidade; violência obstétrica; o lugar do pai; luto perinatal e planejamento reprodutivo.

Etapa 2 - Aproximações práticas das políticas e intervenções na área perinatal: contribuições potenciais da psicologia. Esta segunda etapa foi desenvolvida a partir de aulas expositivas dialogadas, discussão de documentos, artigos científicos e vídeos, palestras com profissionais convidados e discussão de modelos de intervenção a partir da leitura e discussão de outras experiências de grupo de gestantes. Os conteúdos tratados foram relativos a políticas e programas de saúde na área perinatal; objetivos, características e pressupostos do pré-natal psicológico; aspectos práticos do trabalho em grupo com gestantes, tais como temáticas, estratégias interventivas, dinâmicas, habilidades requeridas dos facilitadores do grupo; desafios



das intervenções online e adequações necessárias.

Etapa 3 - Organização e planejamento de um Pré-Natal Psicológico online. Para esta etapa, o grupo de estágio foi dividido em três subgrupos para favorecer o desenvolvimento inicial das atividades, com posterior socialização dos avanços realizados e trocas no grupo maior. Cada subgrupo foi composto por duas estagiárias e uma supervisora (docente ou uma das mestrandas). O primeiro subgrupo tratou da divulgação do PNP online e das inscrições de mulheres interessadas em participar. Foram abordadas questões como meios de divulgação do trabalho proposto, com criação de uma conta no Instagram; contatos com pessoas-chaves para apoio ao processo de divulgação e captação de participantes; elaboração dos textos de convites para participação; definição de critérios de inclusão/exclusão das grávidas; adequação de modelo de ficha de inscrição; definição de período da divulgação e organização das inscrições. Dessa forma, o recrutamento ocorreu principalmente via redes sociais e contatos profissionais, com inscrição de 52 mulheres grávidas, com idade gestacional de até 7 meses, ao longo de 5 dias.

O segundo subgrupo esteve voltado para o planejamento da avaliação das mulheres inicialmente inscritas, a ser feita mediante entrevistas individuais online. As principais questões tratadas foram: elaboração de questionário e de roteiro de entrevista e contato com as gestantes para agendamento das entrevistas. Já o terceiro grupo, ficou responsável, com base na literatura, por apresentar uma proposta inicial da estrutura dos encontros. Suas principais tarefas foram clarear os objetivos do trabalho grupal; propor o número de encontros e seus modos de organização; sugerir as temáticas norteadoras a serem abordadas; e propor um cronograma para desenvolvimento das avaliações e das sessões grupais. Todas essas etapas foram melhor discutidas por todo o grupo de estágio nas reuniões semanais de supervisão, com participação de todas na implementação das ações previstas.

Desse modo, planejou-se os encontros grupais online com gestantes com vistas a compartilhar informações básicas sobre o ciclo gravídico-puerperal e criar um espaço para discussão, reflexão, troca de experiências e expressão de sentimentos e opiniões acerca da maternidade e de diferentes aspectos que envolvem a gravidez, o parto, o puerpério e os cuidados com um filho recém-nascido. Optou-se pela realização de grupo do tipo psicoeducativo, temático e fechado, a ocorrer com periodicidade semanal, ao longo de aproximadamente 90 minutos, pela plataforma virtual Google Meet. Foram formados três grupos com até 20 gestantes cada um, que foram coordenados por uma dupla de estagiárias, com o apoio das supervisoras.

Na condução do trabalho, foram empregadas técnicas e dinâmicas diversificadas, as quais foram selecionadas, planejadas e realizadas de acordo com os

temas contemplados e as características e expectativas das participantes, conhecidas a partir das avaliações individuais. A estratégia geral consistiu em exposição oral sobre aspectos relevantes relacionados aos temas propostos e em incentivo à expressão de todas as participantes, de modo a gerar reflexões e possibilitar o compartilhamento de experiências e a troca de opiniões. Além disso, foram realizadas outras ações como discussão de vídeos curtos; exercícios de respiração e relaxamento e dinâmicas de grupo adaptadas ao contexto online.

## Resultados e Discussão

O estágio é um momento crucial para a formação dos graduandos, pois viabiliza o primeiro contato do futuro profissional com o mundo do trabalho e, portanto, favorece a articulação entre teoria e prática. Na área da saúde, possibilita desenvolver habilidades necessárias ao trabalho em equipe e ao manejo de situações diversas voltadas para a promoção da saúde e para a prevenção e tratamento de doenças. Entretanto, no contexto pandêmico, os alunos, em sua maioria, ficaram impossibilitados de experiências diretas em instituições e programas de saúde, o que colocou a necessidade da busca de alternativas criativas e relevantes para os estágios ainda que desenvolvidas de modo remoto.

De fato, a pandemia de Covid-19 impôs um novo desafio aos estágios profissionais frente às exigências de distanciamento social para evitar a propagação do vírus SARS-CoV-2, colocando as intervenções online muitas vezes como únicas alternativas de prática profissional, fato que causou estranhamento na formação em saúde, tendo em vista o valor dado ao contato direto com os usuários para o devido acolhimento e escuta de seus anseios e necessidades, comunicadas não somente pela linguagem verbal, mas também corporal. Os profissionais viram-se diante da urgência de construir novas competências, habilidades e atitudes, capazes de atender as demandas e desafios característicos do contexto pandêmico.

Segundo as estagiárias, conforme expresso em seus relatórios, a iniciativa de preparação teórico-prática aqui relatada, realizada de modo remoto, conseguiu atingir os objetivos propostos e contribuiu para enriquecimento de suas formações como profissionais de saúde, favorecendo a cada uma delas um olhar diferenciado sobre a maternidade e habilidades importantes para atuação em ações de promoção de saúde. A experiência favoreceu compreender a saúde como um estado dinâmico de bem-estar que ultrapassa a mera ausência de agravos à saúde, na medida em que engloba dimensões tanto físicas, como psicológicas, sociais e espirituais<sup>29,30</sup>. Desse modo, os aspectos psicossociais puderam ser contemplados no decorrer do trabalho com as gestantes e ficou clara a necessidade de atenção à saúde mental materna pelas equipes multiprofissionais

no acompanhamento pré-natal nos serviços e equipamentos de saúde. Nas palavras da Estagiária 6:

*A gravidez traz grandes mudanças em todas as áreas da vida, lidar com essas mudanças pode ser complicado e nem sempre é um momento feliz, apesar do que é pregado socialmente. Considerando nossa proposta de estágio e nosso futuro enquanto profissionais, devemos entender como acolher e entender uma gestante para que seja preservada sua saúde mental mesmo em um momento de crise. Essa foi uma das reflexões que trouxemos das aulas, que foram muito produtivas e enriquecedoras.*

Como observado neste apontamento, as alunas demonstraram a transformação e o aprofundamento de seus olhares a partir das atividades vivenciadas ao longo das três etapas de preparação. Percebe-se, nesse sentido, a importância da reflexão crítica juntamente com a fundamentação teórica/técnica para suplantar o senso comum, uma vez que nas práticas em saúde é imprescindível a escuta acolhedora e imparcial, possibilitando um olhar para o sujeito, entendido como ser social e subjetivamente constituído, e não somente para as questões orgânicas<sup>31</sup>. Os saberes embasados em evidências científicas de cada área necessitam estar integrados a práticas humanizadas, que requerem habilidades de comunicação e devem considerar a pessoa como um todo, suas demandas e contexto sociocultural<sup>9</sup>.

Outro aspecto importante destacado pelas discentes, a partir de suas vivências ao longo do estágio, foi a importância de que as ações de promoção de saúde, neste caso os grupos psicoeducativos com gestantes, ocorram segundo um modelo teórico-vivencial, em que as mulheres sejam estimuladas a um engajamento ativo nas atividades propostas, distanciando-se de cursos para gestantes que são ancorados na mera transmissão de informações e em modelos normativos, que não deixam espaço para questionamentos, busca de resolução de problemas e flexibilizações<sup>24</sup>.

Esta postura, em que os estudantes e profissionais tornam-se facilitadores nos grupos e não “donos do saber”, requer uma preparação mais ampla, em que possam ser desenvolvidas habilidades diversas para o exercício da coordenação de grupos, tais como disponibilizar informações de modo interativo, articular a teoria com as experiências relatadas no grupo, exercer uma escuta empática e acolhimento de opiniões e sentimentos sem julgamentos, criar espaços favoráveis a reflexão e a elaboração de novos conhecimentos, estimular o suporte social e a troca de experiências entre as participantes, cultivar a auto-observação, dar feedback e orientações quando necessárias<sup>28</sup>. As competências e habilidades interpessoais são imprescindíveis na formação de todas as profissões de saúde<sup>9</sup>, em consonância com a política de humanização em saúde<sup>32</sup>.

Em termos técnicos, um desafio no planejamento das sessões grupais online foi pensar modos de mobilização e participação das gestantes sem que

se pudesse obter uma interação mais direta entre as participantes e o uso de dinâmicas e vivências capazes de gerar maior integração e coesão grupal. A princípio, pareceu estranho um grupo de grávidas em que somente suas faces fossem visualizadas, com suas barrigas crescidas fora do alcance da visão. Ademais, o aprofundamento de certos temas e o uso de exercícios, como treino em relaxamento, requerem ambientes livres de distrações e de ameaças ao sigilo, o que nem sempre é possível assegurar em encontros remotos. Tudo isso precisou ser levado em consideração frente às restrições estimadas na realização das atividades, mas, por outro lado, também foi ressaltado a importância deste novo modo de oferecer cuidado como alternativa de escuta, apoio e orientação em contexto de crise sanitária.

Considerando que todo o trabalho de preparação das estagiárias também ocorreu mediante encontros grupais viabilizados por plataforma online, as próprias estagiárias destacaram as repercussões desse novo modo de construção de conhecimentos e planejamento de ações sobre seus processos de aprendizagem, o que demandou um tempo de adaptação e readaptação, como frisou a estagiária 6: “estar em uma reunião online torna mais difícil a concentração, principalmente morando com outras pessoas”.

Nesse contexto, permeado por muitos desafios e preocupações para além do desempenho acadêmico, todas elas identificaram receios e incômodos referentes ao trabalho remoto, provocados, por exemplo, por problemas no acesso à internet, pela dificuldade de conciliação de atividades e por desafios emocionais e de cunho pessoal agravados pelos riscos de contaminação e adoecimento e pelas demandas de isolamento social impostas pela pandemia de Covid-19. Nesse sentido, a Estagiária 4 relatou:

*Esse momento de pandemia apresentou-se como desafiador para mim. Tive que me adaptar a algumas situações desconfortáveis que me trouxeram limitações. Questões como trabalho, falta de um lugar específico para os estudos me impactaram durante esse período. Ao iniciar o período remoto, eu estava com um certo receio em relação a como seria o estágio, porém, desde a primeira reunião do grupo, estive motivada a fazer parte, a aprender e a contribuir.*

Desse modo, também as supervisoras foram levadas a pensar e buscar modos de convivência com as estagiárias em que diferentes recursos didático-pedagógicos fossem utilizados ao longo do processo de preparação, como vídeos e relatos de profissionais convidados, além de modos de interação diversos, incluindo trocas em reuniões virtuais e em grupo de WhatsApp, disponibilização de arquivos em drive para construção conjunta de textos e aulas expositivas dialógicas em que todas eram convidadas a abrirem suas câmeras e exporem suas opiniões e dúvidas.

A qualidade da interação entre as estagiárias e

as supervisoras foi destacada pelas primeiras como aspecto positivo e de incentivo às mesmas tendo em vista a abertura e apoio oferecidos, que serviram de modelo inclusive para o modo de interação a ser desenvolvido com as gestantes. Conforme Cortez et al<sup>33</sup>, as práticas de promoção em saúde devem ser permeadas por uma escuta ativa e qualificada, pautadas na criação de vínculo de confiança entre os usuários e os profissionais e uma atitude de respeito e interesse.

## Considerações finais

A preparação das estagiárias para o desenvolvimento de intervenções grupais de modo online com gestantes favoreceu a realização de um trabalho bem embasado teórica e metodologicamente em um período em que a pandemia de Covid-19 reduziu as interações sociais e, conseqüentemente, o recebimento de apoio pelas gestantes, além de ter contribuído para maiores medos e preocupações frente ao risco de contaminação pessoal ou de pessoas próximas.

A preparação de psicólogos e outros profissionais de saúde para a condução de intervenções promotoras de saúde de modo remoto constitui um recurso importante e uma alternativa de trabalho para além de um contexto pandêmico que requeira distanciamento social. Mostra ainda potencial para beneficiar usuários com maiores dificuldades de deslocamento e para unir pessoas de diferentes locais de moradia, inclusive de estados e regiões diferentes do país, possibilitando maiores intercâmbios socioculturais. Esse é um cenário cada vez mais presente, ao qual os cursos de graduação em saúde devem buscar se adaptar.

Ademais, a experiência de estágio descrita mostrou-se não somente viável como também rica e satisfatória. Foi gratificante perceber a evolução da equipe e ver as estagiárias agindo cada vez com maior autonomia e autoconfiança em busca dos objetivos traçados pelo grupo e dispostas ao enfrentamento de possíveis eventualidades. Foi um período de intensa construção de conhecimentos no âmbito individual e coletivo.

## Referências

1. Maldonado MT. Psicologia da Gravidez. Parto e Puerpério. 6 ed [Internet] Petrópolis, Vozes, 2002. P. 88-98.
2. Castro NRS et al. A maternidade como espaço educativo para o cuidado ao binômio mãe-filho: uma abordagem integradora. [Internet], 13º Congresso Internacional Rede Unida. 2018.
3. Monteiro de Barros IP, Zacara DJS, Patrocínio VP. Reflexões acerca de possíveis desencadeantes biopsicossociais de conflitos na maternidade e o surgimento de fenômenos psicossomáticos na mãe e no bebê. [Internet.], n. 15, p. 43-50, 2018.
4. Wachtel E, Ceconello AMA, Importância do pré-natal psicológico na prevenção da depressão pós-parto: uma revisão literária. [Internet] Revista Perspectiva: Ciência e Saúde, 2022.v. 07, n. 12, p. 94-107.

5. Pio DAM, Capel MS. Os significados do cuidado na gestação. Brasília Revista Psicologia e Saúde, 2015.
6. Antunes CLFH, Borges LM. Gravidez parto e puerpério em tempos de pandemia. Boletim Interfaces da Psicologia da UFRJ, 2021 v. 5, p. 91-100.
7. Suarte APMM. et al. Perfil clínico-epidemiológico e fatores de risco associados ao desenvolvimento de depressão perinatal em gestantes de risco acompanhadas nos anos de 2017-2018 no Hospital Materno-Infantil no distrito Federal. [Internet.] Brasília, 2021, v. 7, n. 11.
8. Arrais AR, Mourão MA, Fragalle B. O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto. Saúde e Sociedade, 2014. 23(1), 251-264.
9. Maldonado MT, Canella P. Recursos de Relacionamento para Profissionais de Saúde: a boa comunicação com clientes e seus familiares em consultórios, ambulatórios e hospitais. Ribeirão Preto, SP: 2009, Editora Novo Conceito.
10. Arrais AR, Cabral DSR, Martins MHF. Grupo de pré-natal psicológico: avaliação de programa de intervenção junto a gestantes [Internet]. Encontro: Revista de Psicologia, 2012. 15(22), 53-76.
11. Gorayeb R. A formação do psicólogo para atuar em hospitais: necessidade de avanço, uma visão do futuro. (2015). In R. Gorayeb (Ed.), A prática da psicologia no ambiente hospitalar (pp.429-446). Novo Hamburgo: Sinopsys.
12. Rudnicki T. (2014). Psicologia da saúde: bases e intervenção em hospital geral. In: T. Rudnicki T & MM. Sanchez (20-46). Psicologia da saúde: a prática de terapia cognitivo-comportamental em hospital. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2014. 384p.
13. Borges LM, Soares MRZ. A Formação do Psicólogo da Saúde. [Internet](Org.). Psicologia da Saúde - Teorias, Conceitos e Práticas. 1ed. Curitiba: Juruá Editora, 2018, v. 1, p. 19-49.
14. Menegon VM, Coêlho AEL. A inserção da psicologia no sistema de saúde pública: uma prática possível. [Internet] 2006, Barbarói, 24(1), 161-174, doi: <http://dx.doi.org/10.17058/barbaroi.v0i0.824>
15. Paulin T, Luzio C. A psicologia na saúde pública: desafios para a atuação e formação profissional; 2009. Revista de Psicologia da UNESP, 8(2), 98-109.
16. Poubel PF. Psicologia na saúde pública. ECOS Estudos Contemporâneos da Subjetividade; 2014. 4(2), 193-200.
17. Sebastiani RW, Maia EMC. psicologia de la Salud en Brasil: 50 años de historia; 2003. Suma Psicológica, Medellín, 10(1), p. 25-42.
18. Pires ACT, Braga TMS. O psicólogo na saúde pública: formação e inserção profissional; 2009. Temas em Psicologia, 17(1), 151-162.
19. Seidl EMF, Borges LM, Malagris LEN. Desafios Contemporâneos da Prática do Psicólogo no Campo da Saúde. In: Ricardo Gorayeb, Maria Cristina Miyazaki, Maycoln Teodoro. (Org.). 2018. Programa de Atualização em Psicologia Clínica e da Saúde. 1ed. Porto Alegre: Artmed Panamericana, v. 1, p. 37-80.
20. Brasil. Ministério da Saúde. Aprender SUS: O SUS e os cursos de graduação da área de saúde. 2004. Brasília: Ministério da Saúde.
21. Murta SG, Marinho TPC. A clínica ampliada e as políticas de assistência social: Uma experiência com adolescentes no Programa de Atenção Integral à Família. Revista Eletrônica de Psicologia e Políticas Públicas, 2009. 1(1), 58-72.
22. Amorim SF. O atendimento em grupo como recurso de intervenção em psicologia da saúde. 2012. In D. F. Gioia-Martins (Ed.), Psicologia e saúde: formação, pesquisa e prática profissional (pp. 123-134). São Paulo: Vetor.
23. Brasil. Ministério da Saúde. Ferramentas para a gestão e para o trabalho cotidiano. Em Cadernos de Atenção Básica - Secretaria de Atenção à Saúde. 2014; 39. Brasília: Ministério da Saúde.
24. Afonso MLM. Oficinas em dinâmica de grupo na área da saúde. 2. Ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

25. Borges LM, Soares MRZ, Rudniski T. O Trabalho em Grupo no Contexto da Psicologia da Saúde. (Org.). *Psicologia da Saúde - Teorias, Conceitos e Práticas*. 1ed. Curitiba: Juruá Editora, v. 1, p. 101-129, 2018.
26. Yalom ID. *Psicoterapia de grupo: teoria e prática*. Porto Alegre: Artmed, 2006.
27. Zamignani DR, Banaco RA. Habilidades para a condução da terapia de grupo. *Boletim Paradigma*, 2015;10:3-9.
28. Murta SG, Borges LM, Costa Junior AL. Manejo de grupos psicoeducativos. Em S. G. Murta, C. L. França & J. Seidl. (Ed.), *Programas de educação para aposentadoria: como planejar, implementar e avaliar* (pp. 68-83). Novo Hamburgo: Sinopses Editora, 2014.
29. Organização Mundial de Saúde (OMS). *Constituição da Organização Mundial de Saúde*; [Internet]. (Constitution of World Health Organization), 2015.
30. Gadia G. A saúde psíquica enquanto elemento do direito fundamental à saúde: um estudo sob a ótica da dignidade; [Internet.] - Universidade Federal de Uberlândia, 2015.
31. Araujo EG. et al. Os desafios de humanizar na unidade dentro das perspectivas dos profissionais de saúde: uma revisão da literatura. *Research, Society and Development*. 2022;11(4): e51911427663.
32. Cruz CC. *Princípios orientadores da docência em enfermagem nos estágios da educação de nível médio*. Mestrado em Enfermagem em Saúde Pública - Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2021.
33. Cortes WS, Palermo CA, Fitaroni JB. *A importância do suporte psicológico durante o período gestacional e no trabalho de parto: um olhar a partir da abordagem centrada na pessoa*; TCC – Psicologia, 2021.