

A dark purple silhouette of a pregnant woman is positioned on the left side of the cover, facing right. The background is a solid light pink color.

A IMPORTÂNCIA
DO CRAS NA VIDA DAS
GESTANTES POR MEIO
DE UMA AÇÃO
DIALÓGICA:
PROJETO BEM
GESTAR
"BARRIGA
BONITA"
PRESIDENTE
KENNEDY-ES

Elisangela
Moraes Ayres

•
Daniel Rodrigues
Silva

Elisangela Moraes Ayres
Daniel Rodrigues Silva

A IMPORTÂNCIA DO CRAS
NA VIDA DAS GESTANTES
POR MEIO DE UMA AÇÃO
DIALÓGICA: PROJETO BEM
GESTAR "BARRIGA BONITA"
PRESIDENTE KENNEDY-ES

1ª Edição

Diálogo Comunicação e Marketing

Vitória

2021

A importância do CRAS na vida das gestantes por meio de uma ação dialógica: Projeto Bem Gestar “Barriga Bonita” Presidente Kennedy-ES © 2021, Elisângela Moraes Ayres e Daniel Rodrigues Silva

Orientadora: Prof. Dr. Daniel Rodrigues Silva

Projeto gráfico e editoração: Diálogo Comunicação e Marketing

Edição: Ivana Esteves Passos de Oliveira

Capa e diagramação: Ilvan Filho

1ª edição



SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	05
2. JUSTIFICATIVA	07
3. OBJETIVOS	08
3.1. GERAIS	08
3.2. ESPECÍFICOS	08
4. METODOLOGIA	09
5. RESULTADOS	13
6. O PANFLETO	14
REFERÊNCIAS	21

1. INTRODUÇÃO

Com o objetivo de promover, ações que faz convite a mobilizar e mostrar como acontece a acolhida dessas gestantes por meio do dialogo informal, o Projeto Bem Gestar, terá como apoio a produção de um Panfleto informativo produzido e ilustrado. E assim poder contribuir na divulgação das ações que o Centro de Referência da Assistência Social - CRAS oferta a população de Presidente Kennedy - ES, pois essa unidade pública e responsável em prestar serviços especializados e continuados a indivíduos e famílias com seus direitos violados, visando a atuação com as famílias e indivíduos em seu contexto comunitário, fortalecendo vínculos.

Com a intenção de contribuir para a melhoria da qualidade de vida das gestantes acompanhadas semanalmente, este Projeto traz como foco a importância desses serviços ofertados pelo CRAS de Presidente Kennedy – ES, com base no Serviço de Proteção e Atendimento Integral à Família (PAIF), cuja execução é obrigatória e exclusiva, visa fortalecer a função protetiva das famílias, prevenindo a ruptura de vínculos, promovendo o acesso e usufruto de direitos e contribuindo para a melhoria da qualidade de vida (RESOLUÇÃO Nº 9, de 11/11/2009, p. 6).

Neste sentido, a preocupação com a qualidade de vida e como o futuro bebê é um dos focos do trabalho do CRAS é por isso que este estudo foi

proposto para compreender tais condições, cujos resultados contribuirão para a melhoria dos serviços prestados. Assim sendo, o projeto de extensão Grupo Bem Gestar visa contribuir na promoção da qualidade de vida das gestantes em situação de vulnerabilidade social por meio de encontros que proporcionam trocas de experiências, fortalecimento de vínculos e conhecimentos acerca das principais informações e dúvidas experienciadas no período gravídico e puerperal. Os encontros expuseram as temáticas: tipos de parto, cuidados ao recém-nascido, amamentação, técnicas de relaxamento em recém-nascido e planejamento familiar.

2. JUSTIFICATIVA

Este projeto é de grande valia para a sociedade principalmente para as gestantes em situação de risco e vulnerabilidade, pois busca promover um diálogo reflexivo através da comunicação, onde as palestras ministradas pela equipe envolvida tem como foco, estratégias para melhoria do cuidado à mulher a partir de um encontro acolhedor, participativo e reflexivo que favorece a troca de experiências entre profissionais, mulheres e rede de apoio que direciona um preparo para gestação, parto e puerpério saudáveis e prazerosos, e isso nos permiti observar a importância da educação em saúde ao promover empoderamento dos direitos reprodutivos e a autonomia da mulher. Traesel et al (2004), relatam que é preciso haver comunicação e linguagem clara, para que essa prática aconteça, permitindo que o usuário se aproprie do conhecimento técnico sem descaracterizar o conhecimento popular, desencadeando no usuário a responsabilização pelo cuidado de sua saúde. Além disso, a presença da equipe multidisciplinar resulta na integração de saberes em prol da promoção do cuidado ampliado e qualificado visando à preparação para a gravidez, parto e puerpério, além de prevenir práticas violentas e desnecessárias.

3. OBJETIVOS

3.1. GERAIS

Objetivo Geral do referido Projeto, promover discussões e reflexões sobre a importância do serviço prestado no PAIF através do CRAS na vida dessas gestantes participantes do Projeto Bem Gestar.

3.2. ESPECÍFICOS

- Fornece informações sobre os direitos das gestantes por meio do Panfleto informativo;
- Proporcionar reflexão sobre situações vivenciadas pelas gestantes por meio da comunicação e do acolhimento;
- Ressaltar a importância dos serviços ofertados pela equipe do PAIF durante o período gestacional.

4. METODOLOGIA

Os critérios para se cadastrar no Grupo Bem Gestar são estar cadastradas no CAD único; estar em situação de vulnerabilidade social; ter renda per capita até um terço do salário mínimo; ser residente no município de Presidente Kennedy no mínimo há 2 anos; participar de no mínimo cinco encontros; estar em dia com o controle do pré-natal em caso de risco para mãe e a criança; este ensaio poderá ser antecipado. A seguir algumas atividades prestadas pela equipe PAIF.

1 ° PALESTRA MOTIVACIONAL CRAS PRESIDENTE KENNEDY

Um dos serviços ofertados pelo Projeto BEM GESTAR, são as palestras que tem sido principal fonte de diálogo e acolhida durante esse processo gestacional, mais do que informar, por meio da ação comunicativa, é imprescindível assegurar os direitos da gestante em situação de vulnerabilidade, e esses projetos de mobilização, orientados para a geração de corresponsabilidade, têm a função de criar e manter vínculos, uma interação própria com e entre os seus públicos, através do compartilhamento de sentidos e de valores, assumindo, portanto um caráter pedagógico.

2 ° KIT DE ENXOVAL CRAS PRESIDENTE KENNEDY

Kit de enxoval é um benefício eventual de natalidade, assegurado pela Lei Orgânica de Assistência Social (LOAS), e com ele, as gestantes recebem a roupinha pagã; casaquinho; luvas e sapatos; camisetas; meias; cueiro; pacotes de fraldas descartáveis; pacotes de fraldas de algodão; saída de maternidade (macacão e manta); toalha de banho; mamadeira (grande, média e pequena); itens de banho infantil (sabonete, shampoo e condicionador), uma banheira plástica e um mosqueteiro. Os kits são em cores variadas.

3° ENSAIO FOTOGRÁFICO

Um dos pontos mais positivos do Projeto Bem Gestar, e o ensaio fotográfico, pois durante esse processo as gestantes recuperam sua autoestima se sentindo, mas confiante e feliz. Registra um dos momentos mais importantes na vida da mulher, através da arte fotográfica. Este é o objetivo do CRAS de Presidente Kennedy, ao realizar um ensaio fotográfico, com as gestantes que são acompanhadas pelo Centro de Referência em Assistência Social – (CRAS). A fotografia tem o dom de mostrar a beleza das pessoas por um ângulo específico que só a sensibilidade artística é capaz de oferecer. A fotografia também eleva a autoestima de quem posa para a foto. “É um momento em que as pessoas são o centro das atenções e perpetuam esse mesmo momento por toda a vida delas.”

4º ATENDIMENTO PSICOSSOCIAL

O atendimento psicossocial tem sido de grande importância para esse grupo de gestantes atendidas nos serviços de saúde, compreendendo o cuidado numa abordagem dialógica, com a aplicação de instrumentos dinâmicos para intervir nos conflitos, facilitar a constituição da maternidade e do vínculo precoce entre mãe e bebê. Pois a comunicação por meio do diálogo tem proporcionado segurança e tranquilidade para as gestantes frequentadoras do Projeto.

5º CUIDAR DA ALIMENTAÇÃO DURANTE A GESTAÇÃO

Durante a acolhida e os serviços ofertados pelo CRAS de Presidente Kennedy, as gestantes são encaminhadas para vários acompanhamentos ofertados pelo (SUS) Sistema Único de Saúde. Um deles é o acompanhamento com Nutricionista, pois alimentação na gravidez tem que ser rica em cereais integrais, legumes, frutas, leite e derivados, leguminosas, peixe e carne magra, como peru e frango. É importante que os alimentos sejam preparados grelhados ou ao vapor, evitando as frituras, os alimentos processados, os alimentos congelados e as comidas prontas.

A gravidez é um bom momento para criar hábitos saudáveis, pois o bebê depende da sua alimentação. Tão importante quanto a nutrição do pequeno é preparar o seu organismo para a maratona que vem pela frente: suportar as poucas horas de sono e a atividade in-

tensa nos primeiros meses com um recém-nascido exige muita disposição mental e física. “A melhor maneira de passar por essa fase é se alimentar bem durante e após a gestação”.

6º CUIDADOS DURANTE O PRÉ- NATAL

Para que a gravidez transcorra com segurança, são necessários cuidados da própria gestante, do parceiro, da família e, especialmente, dos profissionais de saúde. A atenção básica na gravidez inclui a prevenção, a promoção da saúde e o tratamento dos problemas que ocorrem durante o período gestacional e após parto. O Ministério da Saúde está publicando estas normas de atenção ao pré-natal, com a finalidade de oferecer referências para a organização da rede assistencial, capacitação profissional e normatização das práticas de saúde. As secretarias estaduais e municipais de saúde devem adaptar, colocar em prática e avaliar a aplicação destas normas, visando à melhoria da qualidade do pré-natal em todo o país.

5. RESULTADOS

Os resultados esperados com esse Projeto será verificar se de fato o grupo de gestantes é um espaço de reflexão sobre as diversas mudanças que as mulheres atravessam durante o período gestacional, e se o mesmo possibilita a troca de informações objetivas sobre o ciclo gravídico-puerperal, proporciona um espaço grupal de discussão dos diferentes aspectos que envolvem a gravidez, o parto, o puerpério e os cuidados com um filho recém-nascido, auxilia na expressão dos sentimentos, além de servir como um grupo de apoio na elaboração dessa “nova situação de vida” que pode se tornar problemática quer seja pelas intercorrências orgânicas, quer pelas subjetivas. Para Alves (2001), educar para a saúde implica dar prioridade a intervenções preventivas e promocionais, em espaços coletivos, como por exemplo, os grupos educativos ou em espaços individuais como as consultas.

6. O PANFLETO

A EQUIPE DO PAIF – PROGRAMA DE ATENDIMENTO INTEGRAL A FAMÍLIA DO CRAS, CONVIDA VOCÊ PARA PARTICIPAR DO GRUPO DE GESTANTES “BEM GESTAR”

Venha participar e tenha a oportunidade de se conhecer e entender as mudanças ocorridas durante o período gestacional, por meio de uma ação dialógica e reflexiva, ministradas pela equipe do referido Projeto.

AUTORA: ELISANGELA MORAES AYRES

O CRAS de Presidente Kennedy/ES, fica localizado na Rua Átila Vivácqua Vieira, nº 79, Centro.



O Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) é uma unidade de proteção básica do SUAS (Sistema Único de Assistência Social), que tem por objetivo prevenir a ocorrência de situações de vulnerabilidades e riscos sociais no território, por meio do desenvolvimento de potencialidades e aquisições, do fortalecimento de vínculos familiares e comunitários, e da ampliação do acesso aos direitos de cidadania.

No CRAS é realizada acolhida, apoio, orientação e acompanhamento às famílias e indivíduos na garantia dos seus direitos e cidadania, com ênfase no direito à convivência familiar e comunitária, por meio de ações como grupos de convivência, oficinas, palestras socioeducativas, dentre outros.

Nesse contexto, o CRAS desponta como função primordial em oferecer o Programa de Atenção Integral as Famílias – PAIF, que é o principal serviço da proteção social básica. A importância do PAIF destaca-se por servir de base para vários outros programas que focam a garantia de direitos da população, além de recorrer por meio de suas ações à uma melhora no convívio familiar.



As atividades destinadas à promoção da saúde das gestantes vão muito além do foco no comportamento individual e devem incluir uma ampla gama de intervenções sociais e ambientais que valorizem e aumentem a saúde e o bem-estar das populações como um todo.

FINALIDADE DO PROJETO BEM GESTAR:

O Projeto Bem Gestar tem por finalidade o acesso aos direitos e serviços básicos das gestantes cadastradas, bem como também oferecer informações e conhecimentos dos seus direitos, promover a inclusão destas gestantes em redes sociais de participação e solidariedade, e trabalhar a autoestima.



1 ° PALESTRA MOTIVACIONAL CRAS PRESIDENTE KENNEDY.

Um dos serviços ofertados pelo Projeto BEM GESTAR, são as palestras que tem sido principal fonte de diálogo e acolhida durante esse processo gestacional ,mais do que informar, por meio da ação comunicativa e imprescindível assegurar os direitos da gestante em situação de vulnerabilidade, e esses projetos de mobilização orientados para a geração de co-responsabilidade, tem a função de criar e manter vínculos, uma interação própria com e entre os seus públicos, através do compartilhamento de sentidos e de valores, assumindo, portanto um caráter pedagógico.



Foto disponível em: <http://www.Acervo: CRAS - PRESIDENTE. KENNEDY/> Acesso em:11 de Out. 2021

2 ° KIT DE ENXOVAL CRAS PRESIDENTE KENNEDY.

O Kit de enxoval é um benefício eventual de natalidade, assegurado pela Lei Orgânica de Assistência Social (LOAS).

No término da gestação, todas as gestantes envolvidas no Grupo Bem Gestar terão direito ao Kit Natalidade, contendo itens de enxoval que ajudam as futuras mães no processo recém nascidos, durante os seus primeiros dias de vida. Todas gestantes que recebem esses Kits são moradoras do Município de Presidente Kennedy- ES, e acompanhadas pela equipe do CRAS de Assistência Social.



Foto disponível em: <http://www.Acervo:CRAS - PRESIDENTE. KENNEDY/> Acesso em:11 de Out. 2021

3° ENSAIO FOTOGRÁFICO

Um dos pontos mais positivos do Projeto Bem Gestar, e o ensaio fotográfico, pois durante esse processo as gestantes recuperam sua autoestima se sentindo mas confiante e feliz.

Registrar um dos momentos mais importantes na vida da mulher, através da arte fotográfica. o realizar um ensaio fotográfico, com as gestantes que são acompanhadas pelo Centro de Referência em Assistência Social – (CRAS). A fotografia tem o dom de mostrar a beleza das pessoas por um ângulo específico que só a sensibilidade artística é capaz de oferecer. A fotografia também eleva a autoestima de quem posa para a foto. É um momento em que as pessoas são o centro das atenções e perpetuam esse mesmo momento por toda a vida delas,”



Foto disponível em: <http://www.Acervo:CRAS - PRESIDENTE. KENNEDY/> Acesso em:11 de Out. 2021

4° ATENDIMENTO PSICOSSOCIAL

O atendimento psicossocial tem sido de grande importância para esse grupo de gestantes atendidas nos serviços de saúde, compreendendo o cuidado numa abordagem dialógica, com a aplicação de instrumentos dinâmicos para intervir nos conflitos, facilitar a constituição da maternidade e do vínculo precoce entre mãe e bebê.

Pois a comunicação por meio do diálogo tem proporcionado segurança e tranquilidade para as gestantes frequentadoras do Projeto.



Foto disponível em: [http://www Acervo: CRAS - PRESIDENTE. KENNEDY/ Acesso em:11 de Out. 2021](http://www.acervo.cras-presidente.kennedy.org.br)

5° CUIDAR DA ALIMENTAÇÃO DURANTE A GESTAÇÃO.

Durante a acolhida e os serviços ofertados pelo CRAS de Presidente Kennedy, as gestantes são encaminhadas para vários acompanhamentos ofertados pelo (SUS) Sistema Único de Saúde. Um deles é o acompanhamento com Nutricionista, pois a alimentação na gravidez tem que ser rica em cereais integrais, legumes, frutas, leite e derivados, leguminosas, peixe e carne magra, como peru e frango. É importante que os alimentos sejam preparados grelhados ou ao vapor, evitando as frituras, os alimentos processados, os alimentos congelados e as comidas prontas.

A gravidez é um bom momento para criar hábitos saudáveis, pois o bebê depende da sua alimentação. Tão importante quanto a nutrição do pequeno é preparar o seu organismo para a maratona que vem pela frente: suportar as poucas horas de sono e a atividade intensa nos primeiros meses com um recém-nascido exige muita disposição mental e física. “A melhor maneira de passar por essa fase é se alimentar bem durante e após a gestação”

Gravidas x alimentação

No primeiro trimestre

Dica:

Os enjoos ocorrem devido à alteração hormonal, portanto evite fazer as refeições ingerindo líquidos e procure ingerir alimentos secos (biscoito cream cracker) até passar e mal estar ou consumir frutas ácidas.



Segundo semestre

Outra coisa muito comum no último trimestre são os episódios de prisão de ventre causados pelas mudanças hormonais.

Dica:

Procure substituir os alimentos refinados pelos integrais e aumente o consumo de fibras com a ingestão de frutas com casca e bagaço, legumes e hortaliças. Não se esqueça de praticar atividade física e de beber bastante água. Caso contrário o efeito das fibras será de aumentar a prisão de ventre.



Cuidado:

O aumento excessivo de peso na gestação pode levar ao desenvolvimento da diabetes gestacional e hipertensão arterial, aumentando assim os riscos de parto prematuro. Além disso, quem engravidou demais tem muita dificuldade de voltar ao peso anterior à gestação.

Procure ingerir:

Cálcio - Necessário para a formação dos ossos do bebê e na manutenção da estrutura óssea da grávida. Fontes: leite e derivados, vegetais folhosos de cor verde escuro.



WWW.FACEBOOK.COM/ESAGRESCIMENTO SAU DA VELA ALIMENTACAO GULBRADA

Vitamina D - Auxilia o aproveitamento do cálcio pelo organismo. Fontes: leite, fígado, atum, salmão, sardinha.

Ferro - Previne anemia. Fontes: carnes vermelhas, fígado, verduras verde-escuras, gema de ovo, frutas secas.



Vitamina C - Além de antioxidante ela auxilia a absorção do ferro. Fontes: frutas cítricas (caju, laranja, limão, acerola, maracujá).

Ácido fólico - Importante na formação do tubo neural do bebê. Fontes: miúdos, verduras verde-escuras (brócolis, espinafre e couve), feijão-branco e legumes.



6º CUIDADOS DURANTE O PRÉ-NATAL

CUIDADOS DURANTE O PRÉ-NATAL

AIOS E SÍFILIS A infecção pode ser transmitida da mãe para seu bebê na gravidez, durante o parto ou na amamentação. Se essas doenças forem diagnosticadas durante o pré-natal, a mãe receberá o tratamento para evitar que o bebê se contagie. Quanto mais cedo a gestante receber o tratamento, melhores as chances de a criança nascer sem essas doenças.



HIPERTENSÃO É responsável por 30% das mortes maternas e pode ser diagnosticada desde o início da gravidez. A mulher pode ter hipertensão arterial antes de engravidar ou adoece durante a gestação. Se não for tratada, a hipertensão pode causar sérios problemas para a mãe e seu bebê.



ANEMIA Durante a gestação, a necessidade de ferro aumenta no organismo materno. A anemia pode ocorrer porque a mãe precisa suprir as necessidades de sangue dela mesma e do bebê. Os sintomas são fraqueza e tonturas. Em nosso país são muito frequentes as anemias por deficiência de ferro.



ATIVIDADES FÍSICAS São importantes para a saúde da mãe e do bebê. Os médicos recomendam para as gestantes exercícios mais leves, como hidroginástica, natação e caminhada.



ALCOOLISMO E TABAGISMO A gestante deve evitar o consumo de álcool e do cigarro. Recomenda-se não tomar álcool para evitar qualquer tipo de má formação do feto ou a possibilidade de os bebês nascerem com uma doença ligada ao uso de álcool na gestação (síndrome fetal alcoólica). O fumar está associado com baixo peso de bebês.



ALIMENTAÇÃO No segundo trimestre de gestação o bebê inicia uma fase de crescimento rápido. Por isso, nesse período, aumentam as necessidades de ferro, proteínas e cálcio. É recomendado comer carnes, principalmente o fígado, arroz, feijão e proteínas. Proteínas são muito importantes para a constituição dos órgãos do bebê.



■ Também são indicados feijão, vegetais principalmente os verde-escuros e frutas como laranja e limão, que contêm sais minerais e vitaminas.

■ O leite e seus derivados fornecem cálcio, que é importante para a formação dos ossos do bebê.



PESO Durante o pré-natal é importante verificar o aumento de peso da mãe e do bebê. A avaliação depende da gestante ser de baixo peso, ou ter peso adequado ou sobrepeso no início da gestação. Gestantes com sobrepeso devem acumular entre 7 e 10 kg, enquanto que as de baixo peso deverão ganhar entre 12,5 e 18 kg.



ATENÇÃO !!! GESTANTES DO MUNICÍPIO DE PRESIDENTE KENNEDY ES, ESSA EQUIPE ESPERA POR VOCÊS.

Para participar desse Projeto, as gestantes terão que possuir os critérios do Grupo Bem Gestar, os quais deverão estar cadastradas, no CAD único, estar em situação de vulnerabilidade social, ter renda per capita até um terço do salário mínimo, ser residente no município de Presidente Kennedy de no mínimo 2 anos, participar de no mínimo cinco encontros, estar em dia com o controle do pré-natal. O grupo de gestantes é um espaço de reflexão sobre as diversas mudanças que as mulheres atravessam na gestação, possibilita a troca de informações objetivas sobre o ciclo gravídico-puerperal, proporciona um espaço grupal de discussão dos diferentes aspectos que envolvem a gravidez, o parto, o puerpério e os cuidados com um filho recém-nascido, auxilia na expressão dos sentimentos, além de servir como um grupo de apoio na elaboração dessa "nova situação de vida" que pode se tornar problemática quer seja pelas intercorrências orgânicas, quer pelas subjetivas.

O Projeto Bem Gestar é composto por uma equipe psicossocial que atua no CRAS de Presidente Kennedy / ES. Assistente Social; Psicólogo; Pedagoga; Orientadora Social. E a participação do Fotógrafo e uma Maquiadora, ambos fazem parte dessas ações direcionadas as gestantes.

PANFLETO INFORMATIVO

Esse Panfleto informativo foi produzido pela estudante de Mestrado, Elisângela Moraes Ayres. E o Orientador Professor: Dr. Daniel Rodrigues Silva.

Por meio do aplicativo Canva editor versátil que tem se tornado bastante popular entre os administradores de redes sociais e canais do YouTube. Com ele, você pode criar imagens com layouts customizados para o Stories e publicações do Instagram, capa de página do Facebook ou Twitter e até currículo.

Com o objetivo de informar as gestantes do Município de Presidente Kennedy, sobre a existência desse Projeto que tem sido tão importante na acolhida durante o período gestacional.

REFERÊNCIAS

ALVES, Rayanne Santos; RODRIGUES, Larissa Karla Silva. **Ações Educativas de Enfermagem na Atenção a Gestantes e Puérperas**. In: PADILHA, Wilton Wilney Nascimento. 2009.

ANDRADE, Raquel Dully, et al, **Fatores relacionados à saúde da mulher no puerpério e repercussões na saúde da criança, Escola Anna Nery**. Revista de Enfermagem, Volume 19, nº 1, ARAUJO, Daniele Marano Rocha, et al, **Depressão no período gestacional e baixo peso ao nascer: uma revisão sistemática da literatura**, Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 26(2):219-227, fev, 2010.

ARAUJO, Suelayne Martins, et al, **A importância do pré-natal e a assistência de enfermagem VEREDAS FAVIP** - Revista Eletrônica de Ciências - v. 3, n. 2.

BAIÃO, Mirian Ribeiro, Suely Ferreira Deslandes, **Alimentação na gestação e puerpério**. Revista Nutrição. vol.19 no.2 Campinas Mar./Apr. 2006 <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732006000200011>

BETTIO, Cíntia Juliana da Silva, Fulvia de Souza Veronez, **Avaliação de qualidade de vida e o acompanhamento psicológico de um grupo de gestantes de Água Clara (MS)**. Omnia Saúde, v.5, supl., p.17-28, 2008.

Conselho Nacional de Assistência Social. Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais: Resolução nº109, de 11 de novembro de 2009. DOU 25 de nov. de 2009. Brasília, 2009. BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome.

Denize Ap., et al, **A depressão na gestação: uma revisão bibliográfica, Revista de Iniciação Científica da Libertas, São Sebastião do Paraíso**, v.1, n.1, p. 85-99, dez. 2011.

LIMA, Fernanda R, Natalia de Oliveira, **Gravidez e Exercício**, RevBras-Reumatol, v. 45, n. 3, p. 188-90, mai./jun., 2005. MINAYO, Maria Cecília de Souza.

REBERTE, Luciana Magnoni, et al, Cartilha Educativa. **Celebrando a Vida, Nosso compromisso com a promoção da saúde da gestante**. 1. Ed., São Paulo Oboré, 2009.

TRAESEL C. A. **Educação em saúde: fortalecendo a autonomização do usuário**. In: Acolher Chapecó. São Paulo: Hucitec, 2004.

A dark purple silhouette of a pregnant woman is positioned on the left side of the cover, facing right. The silhouette is filled with a solid color and is set against a lighter pink background. The woman's head is at the top, and her belly is the largest part of the silhouette, with a dark purple circle centered on it.

ISBN: 978-85-92647-42-1

DIÁLOGO
EDITORIAL