

## DISCUTINDO A SEXUALIDADE EM GRUPOS DE GESTANTES E PUÉRPERAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**AIRES, Natália Timm<sup>1</sup>; MATOS, Greice Carvalho<sup>2</sup>; CRUZ, Claribel Couto<sup>3</sup>;  
SOARES, Marilu Correa<sup>4</sup>; BORGES, Zaida da Silva<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Aluna do 6º semestre de graduação da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas- FEn UFPel.

[nathytimm@hotmail.com](mailto:nathytimm@hotmail.com)

<sup>2</sup>Aluna do 6º semestre de graduação da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas- FEn UFPel, bolsista pelo Programa de Bolsa de Extensão e Cultura (PROBEC) do projeto "Prevenção e promoção da Saúde em grupos de gestantes e puérperas".

[greicematos1709@hotmail.com](mailto:greicematos1709@hotmail.com)

<sup>3</sup>Aluna do 6º semestre de graduação da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas- FEn UFPel.

[claribelcouthotmail.com](mailto:claribelcouthotmail.com)

<sup>4</sup> Enfermeira Obstetra, Doutora em Enfermagem em Saúde Pública- EERP -USP -Profª Adjunta II da Faculdade de Enfermagem da UFPel. Coordenadora do Projeto de Extensão. Membro da Núcleo de Estudos em Práticas de saúde e Enfermagem – NEPE

[enfmar@uol.com.br](mailto:enfmar@uol.com.br)

<sup>5</sup>Enfermeira da Unidade Básica da Vila Municipal - Universidade Federal de Pelotas

[borgescb@hotmail.com](mailto:borgescb@hotmail.com)

### 1 INTRODUÇÃO:

Do início da gestação até o puerpério, a mulher irá se confrontar com as mais diversas dúvidas e receios. O processo gestacional é um período de constantes modificações físicas e psicológicas e sociais na vida da mulher grávida e de todos que a cercam, com as condições de gerar um filho surge a necessidade de novas adaptações (SOUZA, 2009). A convivência grupal possibilita a troca do conhecimento possibilitando a cada participante expressar seus anseios, dúvidas e saberes sobre determinado processo de vivência. A formação de um espaço de trocas de experiências é um cenário favorável para que cada participante enfrente situações de mudanças no seu cotidiano de vida.

### 2 OBJETIVO:

Este trabalho tem como objetivo relatar atividades desempenhadas por alunas da graduação no projeto de extensão universitária da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) denominado "Prevenção e Promoção da Saúde em Grupos de Gestantes e Puérperas, no encontro em que foi abordada a temática da sexualidade da mulher no período puerperal e gestacional.

### 3 METODOLOGIA:

Trata-se de um relato de experiência da participação das acadêmicas da Faculdade de Enfermagem da UFPel com grupo de gestantes e puérperas, da Unidade Básica de Saúde (UBS) da Vila Municipal. O encontro ocorre mensalmente, com a participação de acadêmicos de Enfermagem de distintos semestres, docentes e a Enfermeira da UBS. O grupo é composto por mulheres de diferentes faixa etária, idade gestacional e período puerperal. As temáticas abordadas são de escolha das participantes, e durante o encontro são debatidos e incentivados a explanação de

dúvidas. Para viabilizar este espaço de troca, são utilizados recursos audiovisuais, painel seriado e rodas de conversa.

#### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO:**

Durante encontro realizado no mês de outubro de 2010, com grupo de gestantes e puérperas da UBS, foi abordado a anatomia masculina e feminina e a sexualidade durante a gestação. Salientou-se para as participantes do grupo que a alegria e o prazer são sensações que acrescentam saúde e benefícios à vida do casal que está esperando um filho. A troca de carinho e atenção ou o ato de fazer sexo quando tiver vontade durante a gestação é algo que pode e deve ser experimentado, afinal sentir orgasmo não prejudica o bebê. Com a proximidade do parto, o tamanho da barriga pode atrapalhar um pouco a relação sexual, então o casal deve encontrar um ambiente tranquilo, usando a criatividade e o amor para fazerem as adaptações necessárias a vida sexual, pois durante a gravidez a atividade sexual vai muito além do genital, permeia o comprometimento e aceitação do outro para benefícios significativos para o casal (CAMACHO, 2010). Por meio de diálogos esclarecemos mitos e tabus sobre sexualidade na gestação, proporcionando maior segurança para a gestante manter sua vida sexual o que poderá estimular a proximidade do casal. Durante o encontro foi abordado que se a gestante sentir algum desconforto na relação sexual, deve comunicar a equipe de saúde para que esclarecimentos e orientações possam ser realizados. As gestantes e puérpuras demonstraram bastante interesse sobre o assunto abordado, relataram que sentiam medo de “machucar o bebê”, medo de não se sentir “atraente”, e de que o marido não sentisse atração e vontade de fazer sexo. Quanto ao machucar o bebê, esclarecemos que a relação sexual e o orgasmo são inteiramente seguros para a mãe, o filho e o marido durante a gravidez. Só em situações como: rompimento da “bolsa das águas”, hemorragias genitais nos primeiros três meses ou último mês de gravidez, e história de abortos prematuros a relação sexual deve ser interrompida e o médico procurado imediatamente (FLORES, 2007). No final do encontro todas saíram com suas dúvidas esclarecidas e com a certeza que o sexo realizado com amor e em uma posição confortável não prejudica o bebê e a mulher não perde sua sexualidade por estar grávida. Enfatizou-se para as participantes que a sexualidade faz parte da gestação e do período puerperal, e que o profissional de saúde, em especial o enfermeiro pode esclarecer as dúvidas e fornecer informações sobre as questões da sexualidade e relações sexuais para que o casal possa vivenciar com mais confiança o processo de gestação, parto e puerpério.

#### **5 CONCLUSÃO:**

A sexualidade da mulher na gravidez dependerá, entre outros motivos, de como ela se percebe, se avalia e se valoriza, nesta fase. Sentir-se amada e atraente, guarda íntima relação com sua auto-estima, com a colaboração e amor de seu companheiro. Conclui-se com a vivência desta experiência que a participação no projeto fortaleceu nosso aprendizado, desencadeando uma troca de saberes e experiências que fortaleceu a importância do papel do Enfermeiro na promoção da saúde das gestantes e puérperas por meio da participação ativa em grupo com as mulheres orientando e desmistificando crenças populares quanto a sexualidade e

relações sexuais no processo de gestação, parto e puerpério, para que a usuária possa usufruir de todos os tipos de prazeres e sensações neste momento da sua vida.

#### **6 REFERÊNCIAS:**

CAMACHO, Karla Gonçalves; Vargens OMC, Progianti JM. Adaptando-se à nova realidade: a mulher grávida e o exercício de sua sexualidade .**Revista de enfermagem UERJ**, V.18(1):32-37 , jan/mar 2010.

SOUZA, Ionaria C.; et al. Aterações corporais e psíquicas durante a gestação. **Netsaber artigos**, março 2009. Acesso em: 9 de agosto de 2011. Disponível em: [http://artigos.netsaber.com.br/resumo\\_artigo\\_13104](http://artigos.netsaber.com.br/resumo_artigo_13104)

FLORES, Andréa Lúcia de Camargo Thomaz; Sexualidade na gestação: Mitos e Tabus. **Centro de estudos superiores de Maceió**.Julho 2007