



**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E DA SAÚDE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**

**JOCELIA SANTOS SOUSA GONÇALVES
THAYENE FERREIRA SANTOS**

**PROJETO BABY CARE: UMA REDE DE APOIO PARA
GESTANTES E PUÉRPERAS**

Goiânia, 2020

JOCELIA SANTOS SOUSA GONÇALVES
THAYENE FERREIRA SANTOS

PROJETO BABY CARE: UMA REDE DE APOIO PARA
GESTANTES E PUERPERAS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso, III do curso de Graduação em Enfermagem da Escola de Ciências Sociais da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, como requisito de aquisição de nota parcial para conclusão do curso

Linha de pesquisa: Teorias, Métodos e o Cuidar em Saúde

Orientadora: Profa Dra Mariusa Gomes Borges Primo

Goiânia, 2020

RESUMO

Introdução: Durante a gestação e o puerpério, mulheres tornam-se sensíveis e fragilizadas devido as mudanças, no âmbito físico, psicológico e social, que pode aumentar os riscos de transtornos nessa fase, a qual é permeada de medo e incertezas, que se não processados corretamente, podem gerar condições estressoras para a saúde mental das mulheres. Esses transtornos podem influenciar não somente sobre a vida da mãe, mas também a do recém-nascido, agravando de acordo com a vulnerabilidade, predisposição de cada mulher. Em consequência disso, tem-se verificado a importância de instituir redes de apoio para gestantes e puérperas, principalmente, no que se refere à promoção e manutenção da amamentação, por ser uma prática ligada a crenças, valores e mitos. Diante disso, foi percebida a necessidade de realizar um projeto que pudesse auxiliar as mães nos cuidados com filhos, esclarecendo suas dúvidas por meio das redes sociais, durante o contexto de isolamento social provocados pela pandemia da Covid 19.

Objetivo: Relatar as experiências na elaboração de um projeto de apoio às gestantes e puérperas nos cuidados à saúde dos recém-nascidos, no contexto do isolamento social provocado pela pandemia do Sars-Cov-2. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiências na elaboração do Projeto Baby Care para auxiliar as mães durante o período de isolamento social devido a uma pandemia do COVID-19 no ano de 2020. O projeto foi desenvolvido por meio das redes sociais, de forma online, com a produção de vídeos e postagens com informações sobre os cuidados com a saúde e higiene dos recém nascidos. **Resultado/Trajectoria percorrida:** Para elaboração do projeto foi utilizadas contas no Facebook e Instagram, com divulgação de informações de cuidados em saúde para as mães, entendendo que o isolamento social impactou de forma negativa no auxílio aos cuidados das mães com os filhos, por privar as mulheres, gestantes e puérperas, da companhia dos seus laços familiares femininos, os quais são munidos de conhecimentos que, por muito tempo, auxiliam mulheres nos cuidados maternos. Um cronograma de atividades foi divulgado na primeira quinzena de abril de 2020, com conteúdos interativos. Muitas mulheres interagiram relatando suas experiências nos cuidados com os recém-nascidos e seus principais enfrentamentos. Durante todo processo, houve divulgação de vídeos com animações, parcerias com especialistas em obstetrícia e neonatologia que auxiliaram com os conteúdos temáticos. Foi elaborado um estúdio para gravações dos vídeos, que contou com peças decorações, poltrona para simular a amamentação, iluminação adequada, entre outros, tudo para colaborar na qualidade das filmagens. Para incentivar a amamentação, foi adquirido réplicas mamarias, fabricadas em crochê, que ajudaram a apresentar, de maneira didática, as variações fisiológicas das mamas e possíveis complicações dos mamilos. Foi utilizada, uma boneca “*bebê reborn*” de silicone, para ilustrar as amamentações e as possibilidades de cuidado. No mês de agosto, aproveitando o “agosto dourado”, onde se comemora no dia 1º, o dia mundial da amamentação, o projeto Baby Care reuniu uma série de divulgações para orientar e incentivar sobre os benefícios do aleitamento materno. O projeto recebeu feedbacks positivos das mães diante do apoio oferecido, que consideraram as informações precisas e esclarecedoras. **Conclusão:** Assim, pôde-se concluir que a presente pesquisa foi capaz de atender e cuidar de um público frágil e suscetível, prestando, mesmo que virtualmente, uma assistência pública e de qualidade no sentido de melhorar a saúde física e emocional, daquelas que se veem frente aos novos desafios da maternidade e no meio de uma pandemia.

Palavras Chave: Projeto em saúde, gestantes, puérperas, internet e acesso à informação

SUMÁRIO

RESUMO	3
SUMÁRIO	4
LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS	5
LISTA DE FIGURAS	6
1 INTRODUÇÃO	7
2 OBJETIVOS.....	11
2.1 Geral:	11
2.2 Específicos:	11
3 METODOLOGIA.....	12
4 TRAJETÓRIA DA ELABORAÇÃO E IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO BABY CARE COMO UMA REDE DE APOIO PARA GESTANTES E PUÉRPERAS.....	14
CONSIDERAÇÕES FINAIS	24

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

COVID-19	Corona Vírus Disease - 2019
OMS	Organização Mundial da Saúde
PPC	Projeto Pedagógico de Curso
RM	Recém Nascidos
SARS	Síndrome Respiratória Aguda Grave
Sars-Cov-2	Síndrome Respiratória Aguda Grave de Coronavírus 2
TCC	Trabalho de Conclusão de Curso

LISTA DE FIGURAS

Figura 01	Ilustração da postagem sobre curiosidades na produção do leite materno	Página 14
Figura 02	Ilustração da postagem sobre curiosidade do choro do recém-nascido	Página 14
Figura 03	Ilustração da entrevista fornecida para o portal de notícias G1 Goiás.	Página 15
Figura 04	Imagens do dia da gravação da entrevista a PUC TV.	Página 16
Figura 05	Ilustração das palavras base postadas no projeto Baby Care e <i>feedbacks</i> recebidos.	Página 21

1 INTRODUÇÃO

Em 31 de dezembro de 2020 foi registrado em Wuhan na China o primeiro caso de paciente com Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS) devido ao vírus Sars-Cov-2 chamado oficialmente de COVID-19. Na China, desde o primeiro caso da doença até 13 de fevereiro de 2020, foram descritos 46.550 casos de contaminação pelo vírus com 1.368 mortes (CRUZ *et al.*, 2020). Entretanto, a China não foi o único país a ser afetado, em 11 de março de 2020 o vírus espalhou pelo mundo (BRASIL, 2020). Devido o grande número de países afetados pelo novo coronavírus a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou no dia 11 de março de 2020 a pandemia do COVID-19. Na ocasião, foram registrados, aproximadamente, 4295 mortes em 114 nações (FARIAS, 2020). Atualmente esses números já somam 32.037.207 casos e 979.435 mortes por COVID-19 no mundo, segundo os dados da OMS até o dia 25 de setembro de 2020.

No Brasil, assim como em outros países, foi decretado estado de emergência e como medida para conter o avanço do vírus foi recomendado o isolamento social (CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA, 2020). Sendo que o primeiro caso de COVID-19 no país surgiu em 26 de fevereiro de 2020, no estado do Rio de Janeiro e, desde então, os números de casos têm crescido. No dia 20 de abril de 2020, já somavam 40.581 pessoas infectadas e 2.575 mortes, deixando assim, o país no 11º lugar com maior número de óbitos pela COVID-19 (BRASIL, 2020). Esse número foi amentando de forma abrupta, em 19 de setembro 2020 foi confirmado 4.582.240 casos e 136.532 óbitos por covid-19 no Brasil, deixando assim o país em 3º lugar no número de casos notificados (BRASIL, 2020).

Os sintomas do vírus Sars-Cov-2 no organismo podem causar desde um simples resfriado à problemas respiratórios graves. Idosos, doentes crônicos, imunodeprimidos, crianças e, sobretudo, as gestantes podem evoluir com complicações graves e até mesmo para o óbito (BRASIL, 2020). O processo de envelhecimento ocasiona deterioração natural do sistema imunológico, devido a isso, o organismo fica fragilizado e, assim, mais propenso a comorbidades. O processo cursa com a diminuição das células de defesa do organismo que, geralmente, interferem na homeostasia do corpo e na resposta do sistema imunológico a possíveis infecções (MACENA, 2018).

Nas gestantes, devido alterações hormonais e fisiológicas do organismo, o sistema imunológico fica mais debilitado. As células de defesa do organismo trabalham

de forma deficitária com a gestação, provoca alteração na função pulmonar e o desenvolvimento de infecções respiratórias graves (RODRIGUES, 2020).

Da mesma maneira, no período de puerpério, a mulher passa por várias modificações corporais, hormonais e psicológicas, nessa fase que o corpo começa a retornar ao seu formato original. Nesse momento é normal à mulher sentir desconforto físico e emocional, que é uma adaptação evolutiva do organismo e o início de uma nova fase, a da amamentação. Essas mudanças provocam uma diminuição nas células de defesa do organismo, com isso, aumentam os riscos de contrair uma infecção e ter alguma complicação em seu estado de saúde (GOMES, 2017). Esse período inicia-se logo após o parto e perdura, em média, por seis semanas, considerando que, seu término varia de acordo com cada organismo (BRASIL, 2020). Segundo o Ministério da saúde (2020) este período significa um momento muito delicado na vida das mulheres, pois além dos cuidados com o recém-nascido, podem existir situações que exigirá, da mulher, mudanças físicas, emocionais e sociais. Durante esse período, é bastante comum sentimentos de medo, ansiedade, frustração, tristeza e inaptidão frente ao novo cotidiano. Isso ocorre, especialmente pela expectativa gerada em relação à experiência positivas da maternidade, confrontada com as mudanças e desafios enfrentados após o nascimento da criança (BRASIL, 2020).

Transtornos psiquiátricos durante o puerpério são comuns e o prejuízo de tal acontecimento pode influenciar não somente a vida da mãe, mas também a do bebê (MACIEL, 2019). Esses transtornos podem ocorrer em qualquer período da vida humana, e se agravar de acordo com a vulnerabilidade, predisposição e o momento em que cada indivíduo está vivendo.

Por representar um período de grandes mudanças, no âmbito social, psicológico e físico, o puerpério, muitas vezes, fragiliza o organismo das mulheres, aumentando os riscos de transtornos nessa fase, que é permeada por inseguranças, que se não processados corretamente, podem gerar condições estressoras para a saúde mental das mulheres (BOTTI, 2005). Em consequência disso, tem-se verificado a importância de instituir redes de apoio para gestantes e puérperas, principalmente, no que se refere à promoção e manutenção da amamentação, por ser uma prática ligada a crenças, valores e mitos, os quais, muitas vezes, são responsáveis pela interrupção precoce da amamentação (PARIZOTTO; ZORZI, 2008).

Diante disso, percebemos a necessidade de realizar um projeto que pudesse auxiliar as mães nos cuidados com o recém-nascido, esclarecendo suas dúvidas por

meio de postagem de vídeos, folder e enquetes que serão publicados nas redes sociais, especialmente no Instagram, durante o contexto de isolamento social.

A ideia de trabalhar uma rede de apoio surgiu no ambiente acadêmico, no qual foi pensado em criar um projeto que pudesse, de alguma forma, ajudar as mães gestantes e puérperas no cuidado com os seus bebês durante a pandemia do coronavírus. A escolha do tema foi decorrente das experiências vivenciadas nos campos de prática, durante os estágios acadêmicos, local em que foi percebida grande vulnerabilidade das mulheres grávidas e das puérperas em prestar cuidados aos recém nascidos.

Acredita-se que esse trabalho seja de fundamental importância, uma vez que, tem o alcance em auxiliar as mulheres no processo gravídico-puerperal, bem como seus familiares para a manutenção dos cuidados com a saúde dos filhos.

O interesse de trabalhar com as gestantes e puérperas foi devido tratar-se de um grupo vulnerável, principalmente frente a atual situação de isolamento social devido a uma pandemia.

Atualmente, hospitais estão restringindo a permanência de acompanhantes e visitas nas instituições, pelo risco de contaminação do novo coronavírus. Dessa maneira, acredita-se que esta medida pode trazer reflexos insatisfatórios para as mães e, conseqüentemente, para seus bebês, com uma sobrecarga de cuidados e estresse excessivo às gestantes e puérperas, pelo fato de precisarem realizar as tarefas sozinhas.

Contudo, essas mulheres precisam de apoio durante a gestação e o puerpério, quanto maior for o acolhimento, mais satisfatórias serão as estratégias de enfrentamento das situações estressoras e, melhor será sua adaptação as novas mudanças advindas com nascimento do bebê (MACIEL, 2019).

O nascimento de um filho emociona, mas preocupa, porque, muitas mudanças acontecem para a adaptação do novo ser ao ambiente familiar. O recém-nascido precisa de cuidados especiais, sua alimentação deve ser exclusivamente com o leite materno, conforme sua necessidade. Cuidados com o coto umbilical e com a pele do recém-nascido precisam ser diariamente realizados. Assim como, com o sono e, principalmente, com o jeito de dormir do recém-nascido, devido ao risco de sufocamento, superaquecimento e ou morte súbita (BRASIL, 2012).

Tradicionalmente, a ajuda e os ensinamentos primários de cuidados com os recém nascidos sempre foram delegados às mulheres da família (mãe, avós, tias), por serem, teoricamente, as detentoras de sabedoria, conhecimento e experiência prática nos cuidados em saúde. E a privação dessas representantes familiares às gestantes e

puérperas, devido ao isolamento social, gerou, muita ansiedade e falta de informação e frente aos cuidados com os recém nascidos, trazendo situações negativas de enfrentamento e estresse.

Para atuar nesse contexto, procurou-se desenvolver um projeto para auxiliar as gestantes e puérperas nos cuidados com os recém-nascidos de forma virtual. Visto que a internet é um veículo de informação aberto que pode ser usado para interação, informação, comunicação, aprendizagem e relacionamento social, além de atuar no suporte de atividades mundialmente estabelecidas (MARTELETO, 2018).

Com o avanço digital, várias ferramentas online foram surgindo para serem utilizadas na produção e no consumo de informações, tais como: blogs, ferramentas de buscas e as redes sociais: *facebook*, *whatsapp*, e especialmente o Instagram, que são acessadas diariamente por milhões de usuário de todo o mundo (TORRE, 2018).

A facilidade no acesso e o grande número de informações encontradas nas redes sociais têm feito com que, todos os dias, pessoas busquem ferramentas à procura de conteúdos que possam atender seus desejos e necessidades. Contudo, é reconhecido que essas informações podem repercutir tanto de maneira positiva quanto negativa, vai depender da veracidade do conteúdo publicado e do impacto causado na vida de cada indivíduo (MONTEIRO *et al*, 2018).

Em decorrência do isolamento social provocado pela pandemia, o número de indivíduos em busca das redes sociais como fonte de entretenimento, comunicação, e informação têm aumentado gradativamente, o que demonstra a importância desse veículo para o conhecimento e o bem estar das pessoas. Essas redes têm sido utilizadas, também, como ponto de apoio na busca de melhoria para a saúde física e mental desses indivíduos (MALAVÉ, 2020).

Diante do exposto, e da experiência de elaboração e implementação do projeto Baby Care como uma rede de apoio para auxiliar as gestantes e puérperas nos cuidados com seus bebês, procurou-se, com este estudo, relatar as contribuições do projeto frente às necessidades desse grupo de mulheres em isolamento social, devido a uma pandemia.

Portanto, a expectativa principal com o projeto Baby Care, foi contribuir com os esclarecimentos de dúvidas de mulheres grávidas e no puerpério com cuidados básicos à saúde dos recém nascidos, proporcionando segurança e maior conforto no desempenho das atividades cotidianas.

2 OJETIVOS

2.1 Geral:

Relatar as experiências na elaboração de um projeto de apoio às gestantes e puérperas nos cuidados à saúde dos recém-nascidos, no contexto do isolamento social provocado pela pandemia do Sars-Cov-2.

2.2 Específicos:

- Caracterizar os acessos das mulheres ao aplicativo do Instagram na conta do projeto Baby Care.
- Apresentar as principais ações desenvolvidas no projeto Baby Care para apoiar as mulheres gestantes e puérperas nos cuidados com seus bebês, no contexto do isolamento social.
- Descrever as contribuições do projeto Baby Care, no apoio às mulheres que buscaram informações e esclarecimentos sobre os cuidados com os bebês.

3 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, sobre a elaboração de um projeto de apoio às mulheres gestantes e puérperas nos cuidados com os Recém Nascidos (RN). Quanto aos procedimentos metodológicos, esse estudo inclui um relato da elaboração e implementação de um projeto desenvolvido por meio das redes sociais, *de forma online*, com a produção de vídeos e postagens com informações sobre os cuidados com a saúde e higiene dos recém nascidos, visando contribuir com as mulheres na trajetória dos cuidados com os recém nascidos. O atendimento às gestantes e puérperas, pelo projeto, ocorreu e de forma gradual e por livre demanda, e as dúvidas e inquietações foram esclarecidas/dissipadas mediante a necessidade que cada pessoa apresentava.

O projeto foi nomeado de Baby Care e desenvolvido em meados de março de 2020, logo após o Ministério da Saúde decretar a pandemia do novo coronavírus no Brasil. O objetivo do projeto foi implementar uma rede de apoio às gestantes e puérperas no desenvolvimento de cuidados com os Recém Nascidos (RN), frente ao isolamento social estabelecido pela pandemia.

O projeto foi divulgado nas redes sociais para subsidiar as mães, em isolamento social, cuidar adequadamente dos RN com conteúdo baseado em evidencia científica, para superar as dificuldades vivenciadas nos cuidados cotidianos com os filhos. Para tanto, foi criado um ambiente de gravação para realizar as filmagens, decorado com poltrona, especialmente desenhada para simular o momento da amamentação, assim como, a disposição de quadros, almofadas e peças decorativas, entre outros.

Para o iniciar o projeto, foram adquiridas quatro réplicas de mamas com intuito de incentivar a adequada amamentação. As mamas foram fabricadas com linha de algodão em artesanato de crochê para demonstrar, de maneira didática, os tipos de mamilos que cada mulher pode apresentar e a maneira correta de oferecer os seios à criança, bem como as possíveis intercorrências nos seios que podem prejudicar a amamentação.

Foi disponibilizado, um número de telefone associado a um aplicativo “WhatsApp”, para facilitar o contato e a comunicação das mães com as pesquisadoras do projeto. Este meio de comunicação pessoal é considerado uma das mais importantes ferramentas de relacionamento, usado para que as pessoas pudessem acessar e esclarecer as dúvidas.

Foram produzidos vídeos com os conteúdos informativos e lúdicos, além de, serem oferecidas postagens sobre temas de interesse do público alvo. Os recursos foram publicados nas redes sociais, tendo como fonte principal o Instagram com a conta de acesso “@thayene.babycare”, local em que foram realizados os atendimentos virtuais às gestantes e puérperas, assim como a todo público que se interessou pelo projeto.

Vale ressaltar que, o projeto Baby Care faz parte de um estudo de graduação, O Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) em enfermagem de uma renomada Instituição privada de Ensino Superior do Centro Oeste do Brasil, atividade acadêmica exigida durante a graduação para atender ao Projeto Pedagógico de Curso (PPC) do curso.

Por se tratar de um estudo de relato de experiências e não envolver direta e indiretamente seres humanos, a submissão ao protocolo do Comitê de Ética em Pesquisa não foi necessária.

4 TRAJETÓRIA DA ELABORAÇÃO E IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO BABY CARE COMO UMA REDE DE APOIO PARA GESTANTES E PUÉRPERAS

O projeto foi desenvolvido por acadêmicas de enfermagem sob orientação de uma docente do Curso de Enfermagem, em parceria com uma professora especialista em marketing digital. Devido aos escassos recursos financeiros, todo o material confeccionado para a publicação no canal do projeto foi produzido, editado e divulgado por meio de um *Smartphone*. Os vídeos foram gravados em um estúdio improvisado, e a maioria dos materiais, utilizados nas gravações, foram adquiridos por doações. As orientações recebidas e fontes consultadas para a elaboração do projeto foram baseadas em artigos científicos, sites, livros, entre outros, os quais asseguraram a qualidade e veracidade das informações divulgadas no projeto.

Muitas mulheres podem se sentir inseguras durante o período gestacional e no puerpério, principalmente aquelas que não tiveram nenhuma experiência prévia com a maternidade. Nesse período inicia-se um novo ciclo de vida, cheio de inseguranças, palpites, opiniões, e cobranças das pessoas nos cuidados com o recém-nascido. E para amenizar essas dificuldades é fundamental que se estabeleça uma rede social de apoio, especialmente nos primeiros meses de vida da criança. De acordo com a literatura, essa rede de apoio tem sido enfatizada como um dos aspectos mais importantes para o bem-estar materno durante a gestação e o nascimento dos filhos (SINGLEY; HYNES, 2005; OLIVEIRA; DESSEN, 2012).

Contudo, diante do cenário de pandemia, as pessoas apresentaram-se mais ansiosas, inseguras e aflitas e, com a necessário atender às normas sanitárias rígidas e a obrigatoriedade de isolamento social, notou-se a necessidade de desenvolver uma rede de apoio, em especial para as gestantes e puérperas, para atender esse público. E compreendendo que este público, em tempos normais já contava com o amparo familiar para os cuidados com elas próprias e os bebês, e que com a pandemia não foi possível manter esse relacionamento, jugou-se necessário aproximar as mulheres, com esse tipo de necessidade, à uma rede de apoio online para o fortalecimento das relações e do cuidado, a qual se considerada importante e necessária em momentos de situações estressantes e difícil controle

Para a elaboração inicial do projeto e dar início as publicações, foi utilizado uma conta no Instagram, voltada para a divulgação de informações relacionadas ao interesse do público alvo, assim como, no auxílio da divulgação do projeto.

Logo após, foi elaborado um cronograma de atividades para serem divulgadas na primeira quinzena de abril de 2020. Sendo que, no primeiro momento, foi realizado uma interação, com as mulheres que buscaram o canal, com abordagens sobre suas principais experiências nos cuidados com os recém nascidos, e os principais enfrentamentos com esses cuidados e com a amamentação. Logo após, foi realizado uma seção de perguntas para maior aproximação do público alvo, com postagens tipo enquete, tais como: Você se sente satisfeita com a via de parto escolhida? Você foi orientada pelos profissionais de saúde sobre as duas vias de parto e suas possíveis complicações? No seu período de puerpério houve algum acontecimento marcante pra você? A presença do pai é importante pra você nesse momento? Os primeiros banhos do bebê você realizou tranquilamente? Qual momento do seu bebê foi marcante pra você? Houve momentos de cansaço exaustivo? Você utilizou chá da vovó ou outras dicas delas para os cuidados com o bebê? Essas perguntas foram de suma importância, pois, por meio dela, obteve-se informações que permitiram compreender os anseios, as dúvidas e dificuldades encontradas pelas mães no momento da amamentação e dos cuidados com os RN e para maior interação das mães com o projeto Baby Care.

Nessa etapa, a maioria das mães que procurou o projeto, como fonte de apoio, declarou que, somente pelo fato da oportunidade de falar sobre o tema em questão, ficaram mais tranquilas para lidar com as situações e desafios gerados com a maternidade na pandemia. Além disso, as mães relataram que ao receber as informações sobre a maneira mais fácil e melhor de cuidar dos recém nascidos, mudaram totalmente suas condutas frente a nova rotina, e, conseqüentemente, a saúde dos seus filhos.

Na sequência, foi divulgado um vídeo animado apresentando o Projeto Baby Care, que contava com animações em desenhos, para despertar interesse no público alvo, em conhecer mais sobre o presente projeto. Ainda, foi realizado parcerias com profissionais especialistas para auxiliar na divulgação dos conteúdos temáticos. Desta maneira, foi contactado com uma enfermeira especialista em obstetrícia e neonatologia, egressa da UFPA (Universidade Federal do Pará), moradora da cidade de Rondon do Pará, onde atua numa UBS (Unidade Básica de Saúde) da cidade e, frequentemente, faz orientações às gestantes e puérperas em sua rede social. Desse modo, a profissional participou no dia 11 de abril em 2020, às 16 horas de uma transmissão ao vivo online

(Live), pela plataforma do Instagram do Projeto Baby Care), na qual foi discutido sobre técnicas de massagem para aliviar cólicas dos recém nascidos, técnica essa, chamada de shantala. Participaram da Live um total 84 pessoas, sendo que, 12 integrantes interagiram diretamente com perguntas sobre o tema e as demais receberam orientações.

As postagens, de vídeos explicativos, curiosidades e fotos foram realizadas quinzenalmente no Instagram, contemplando a demanda de dúvidas e sugestões chegadas até o projeto. Os temas foram compartilhados de forma científica, utilizando linguagem coloquial, para atender as demandas do público.

Em maio as publicações na plataforma foram voltadas para apresentar conteúdos sobre curiosidades sobre o aleitamento materno exclusivo e o choro dos bebês (Figura 01 e 02). As postagens tiveram como intuito, informar as mães a respeito da produção do leite materno e sobre o choro do bebê. Ambas, auxiliando para uma melhor compreensão das mesmas, frente tais assuntos e consequentemente contribuindo com as novas experiências maternas.



Figura 01 – Ilustração da postagem sobre curiosidades na produção do leite materno. Goiânia, 2020
Fonte: Arquivo das autoras



Figura 02 - Ilustração da postagem sobre curiosidade do choro do recém-nascido. Goiânia, 2020
Fonte: Arquivo das autoras

Em homenagem ao dia das mães foi realizado um vídeo com uma paródia musical em cima de um sucesso sertanejo. As idealizadoras, descreveram frases voltadas aos assuntos do Projeto Baby Care, com o ritmo musical da música sertaneja. Após, gravaram um vídeo, filmando imagens das próprias autoras e ilustrando a paródia descrita.

Foi montado, também, um estúdio para as gravações dos vídeos, que contou com quadros alusivos à amamentação, peças decorativas em paredes, nichos e ursos. Outros objetos também fizeram parte da decoração, como uma poltrona para amamentação, uma mesa de apoio e vários objetos de iluminação, para colaborar na qualidade das filmagens.

Para trabalhar o incentivo à amamentação, foi adquirido quatro conjunto de réplicas mamarias, fabricadas de linha de algodão e artesanato em crochê, que ajudaram a apresentar, de maneira didática, as variações fisiológicas das mamas, possíveis complicações dos mamilos que podem dificultar a pega e a forma mais adequada de amamentação. Com intuito de fortalecer a simulação realística, foi utilizada, também, uma boneca “*bebê reborn*” de silicone, para ilustrar o momento da amamentação e as possibilidades de cuidado com a criança.

No início do mês de junho houve um convite para entrevista ao G1 Goiás, que é um portal de notícias da Globo, emissora de TV (televisão), com grande credibilidade e reconhecida mundialmente (Figura 03). Com a notícia apresentada na rede, foi recebido interações, tais como, comentários e curtidas. Estes, demonstravam que o público admirou o empenho do projeto.



Figura 03 – Ilustração da entrevista fornecida para o portal de notícias G1 Goiás. Goiânia, 2020.
Fonte: Arquivo das autoras

No mesmo mês, surgiu outro convite para entrevista sobre o projeto Baby Care, porém, desta vez, de forma presencial, que foi concedida à emissora de televisão PUC TV. A entrevista foi gravada no local reservado para o estúdio do projeto, seguindo todos os protocolos de segurança como distanciamento social de um a dois metros de distância um do outro, higienização das mãos e o uso de máscaras por conta da pandemia. A entrevista teve um impacto produtivo, pois, após da postagem da mesma, cerca de 15 mães procuraram o projeto para expressar elogios e enviar suas dúvidas.



Figura 04 - Imagens do dia da gravação da entrevista a PUC TV. Goiânia, 2020
Fonte: Arquivo das autoras

Em julho, o estúdio mudou de endereço e passou por uma reforma, para a melhoria e conforto das idealizadoras e favorecer as gravações dos vídeos do projeto, para melhor atender às expectativas das mães.

Simbolicamente, o mês de agosto é homenageado com a denominação de “agosto dourado”, que simboliza a luta dos profissionais e das pessoas pelo incentivo à amamentação. O dourado faz alusão à cor do “ouro”, que é considerado uma joia

preciosa e, por esse motivo, relaciona-se com a valorização do leite materno, demonstrando o quanto esse alimento é precioso para a criança.

Aproveitando o “agosto dourado” e a comemoração do dia 1 de agosto, dia mundial da amamentação, o projeto Baby Care reuniu uma série de informações para orientar e incentivar, especialmente as mães, sobre os benefícios do aleitamento materno. Para tanto, foi publicado na plataforma, postagens explicativas sobre o significado do “agosto dourado”, bem como sua importância. Publicações de vídeos com músicas foi utilizado para alcançar a interação das mães com o projeto, fase importante para identificar o real interesse das mães no tema e a confiança em receber as devidas orientações e retirada de dúvidas.

Em agosto, foi publicado, também, um vídeo explicativo sobre a exagerada promoção de comerciais sobre chupetas, chuquinhas e mamadeiras, em que divulga a não de permissão desses produtos no Brasil. Uma vez que, podem incentivar a comercialização destes produtos no país e conseqüentemente, o desmame precoce. O público, interagiu expressando a satisfação em conhecer a importância de não atualizar os produtos abordados.

Outro vídeo demonstrado a importância da amamentação, a frequência da mamada e tempo de duração do aleitamento materno foi produzido e publicado no canal. A proposta do vídeo foi pautada em medicina baseada em evidências, uma vez que, existem vários estudos que demonstram que, a criança que recebe o aleitamento materno tem menos risco de ter, no futuro, obesidade, hipertensão, colesterol alto ou diabetes (BRASIL, 2016).

Assim, durante todo o mês de agosto foi compartilhado vídeos com as orientações sobre como amamentar corretamente as crianças. Foi notado, que a interação de curtidas e comentários do público nos vídeos, bem humorados, eram mais frequentes do em outros, devido os mesmos despertavam atenção do público de forma extrovertida.

No mês de setembro, devido ao grande número solicitações sobre dúvidas com a pega adequada da amamentação, foi postado um vídeo explicativo demonstrando, o posicionamento correto para a pega do bebê, entre outros assuntos relacionados. Os feedbacks das mães foram, na maioria, positivos em relação aos vídeos, que se demonstraram bastante satisfeitas pelo auxílio na correção da pega do RN ao seio materno.

Ainda, no mês de setembro, seguindo a dinâmica do projeto Baby Care, foi disponibilizado um vídeo sobre as diversas maneiras de realizar massagens na mama, para auxiliar na descida do leite e no ingurgitamento mamário. Por meio desse vídeo, as mães puderam participar de orientações para a melhoria da amamentação e a melhor maneira de posicionar o bebê após a mamada.

O projeto Baby Care alcançou o objetivo proposto, uma vez que, foi observado resultados satisfatórios das mães, frente aos cuidados com a higiene e saúde dos seus RNs. Portanto, entende-se que o apoio da rede foi fundamental para todas aquelas que foram até a plataforma e buscaram ajuda e informações pelo projeto.

Diante do apoio oferecido, com informações precisas e esclarecedoras, as mães puderam dar feedbacks positivos, até mesmo, com envio de fotos (imagens) que demonstraram a mudança de comportamento na prática, revelando que as orientações foram satisfatórias, além disso, os gestos e comentários, emitidos por elas, expressaram sentimentos de satisfação e gratidão pelas contribuições, especialmente, pelo momento de grande fragilidade emocional, que estavam passando.

Segundo o Código de Ética da Enfermagem 2018, a enfermagem deve ser comprometida com a saúde e a vida humana. Profissão de grande gestão na produção de cuidado às necessidades da pessoa, família e comunidade, nos diferentes contextos sociais, ambientais e culturais. Portanto, a presente pesquisa, dá resposta à essa competência profissional, na medida em que, foi capaz de atender e cuidar de um público frágil e suscetível, prestando, mesmo que virtualmente, uma assistência pública e de qualidade para melhorar a saúde física e emocional, daquelas que se veem frente aos novos desafios da maternidade no meio de uma pandemia.

O projeto atendeu diretamente 49 mães na plataforma do Instagram, sendo que 33 delas necessitaram de comunicação via Whatsapp, as quais estavam com dúvidas sobre a amamentação. E apenas 16 delas, quiseram desabafar sobre os anseios da maternidade e das opiniões “contrárias” que recebiam de pessoas sem formação. Compreendendo que, estes números representam apenas a quantidade de mulheres que foram beneficiadas diretamente com o projeto, procurou-se sintetizar em um quadro (Quadro 1) as principais informações das atividades desenvolvidas no decorrer do projeto Baby Care.

Quadro 1- Síntese das atividades desenvolvidas no projeto Baby Care. Goiânia, 2020

Mês de Abril de 2020			
POSTAGEM	CONTEÚDO	VISUALIZAÇÕES	INTERAÇÕES
Vídeo	Em forma de desenho animado explicando sobre o Projeto Baby Care	403	25 curtidas 01 comentário
Stores	Enquetes sobre via de parto e amamentação	380	21 comentários
Imagem	Texto do por que e para que o Projeto Baby Care foi criado	873	40 curtidas 06 comentários
Imagem	Texto de incentivo a amamentação	2.761	470 curtidas 02 comentários
MÊS DE MAIO DE 2020			
POSTAGEM	CONTEÚDO	VISUALIZAÇÕES	INTERAÇÕES
Imagem	Curiosidade sobre produção do leite nas lactentes oferecendo aleitamento materno exclusivo	461	32 curtidas 02 comentários
Vídeo	Homenagem ao dia das mães com paródia criada pelas idealizadoras do Projeto	635	24 curtidas
Imagem	Curiosidade sobre o choro do bebê	700	33 curtidas 01 comentário
Stores	Mitos e verdades sobre gestação, amamentação e COVID19	324	25 comentários
Vídeo	Apresentação do estúdio e pergunta sobre mães com COVID19 poderem amamentar	1.005	118 curtidas 23 comentários
Imagem	Como surgiu o Baby Care	1.777	181 curtidas 09 comentários
Vídeo	Resposta à pergunta sobre mães com COVID19 poderem amamentar	1.073	91 curtidas 07 comentários
Vídeo	Recomendações as mães com COVID19 ou suspeita, ao amamentar	720	78 curtidas 04 comentários
MÊS DE JUNHO DE 2020			
POSTAGEM	CONTEÚDO	VISUALIZAÇÕES	INTERAÇÕES
Stores	Repostagens sobre nossas publicações	280	11 comentários
Imagem	Publicação do Projeto Baby Care no G1	18.794	197 curtidas 45 comentários
Vídeo	Orientação sobre a ordenha	1.026	88 curtidas 04 comentários
Vídeo	Entrevista a PUC TV	699	59 curtidas 17 comentários
Imagem	Texto de agradecimento por mais um semestre	603	110 curtidas 03 comentários
Imagem	Curiosidade sobre o Brasil ser referência mundial em aleitamento materno	390	16 curtidas
Imagem	Texto sobre motivação na pandemia	697	106 curtidas 07 comentários
Stores	Postagens sobre os estudos	320	14 comentários
MÊS DE JULHO DE 2020			
POSTAGEM	CONTEÚDO	VISUALIZAÇÕES	INTERAÇÕES
Vídeo	Orientação para mamilos planos e investidos	466	54 curtidas 03 comentários
Imagem	Texto de relato sobre o Projeto Baby Care	767	82 curtidas 03 comentários
Vídeo	Novo estúdio do Baby Care com antes de depois	867	93 curtidas 34 comentários
Imagem	Motivação para não desistir	414	30 curtidas
Stores	Enquetes sobre amamentação	355	17 comentários
MÊS DE AGOSTO DE 2020			

POSTAGEM	CONTEÚDO	VISUALIZAÇÕES	INTERAÇÕES
Vídeo	Dança e música, explicando sobre o agosto Dourado	1.182	153 curtidas 22 comentários
Vídeo	Explicação sobre promoção comercial de bicos, mamadeiras e chuquinhas	392	39 curtidas 01 comentários
Imagem	Sobre o ato de amamentar, ser um ato de amor e resiliência	392	30 curtidas
Imagem	Foto autorizada por uma mamãe no ato da amamentação	679	65 curtidas 08 comentários
Stores	Enquetes sobre amamentação e desmame	270	22 comentários
Vídeo	Humor e informação sobre amamentação	642	81 curtidas 15 comentários
Imagem	Versículo bíblico	349	21 curtidas 04 comentários
Vídeo	Dança e música, com alguns dos feedbacks recebidos	1.737	147 curtidas 12 comentários
Imagem	Agradecimentos por mais um semestre que se inicia	669	113 curtidas 03 comentários
Imagem	Motivação	344	29 curtidas
Vídeo	Idealizadora do Projeto Baby Care amamentando e explicando sobre a importância do aleitamento materno	412	29 curtidas
Vídeo	Dança e música, orientando sobre amamentação e opiniões	651	67 curtidas 08 comentários
MÊS DE SETEMBRO DE 2020			
POSTAGEM	CONTEÚDO	VISUALIZAÇÕES	INTERAÇÕES
Imagem	Explicação sobre parto normal e parto humanizado	473	28 curtidas
Vídeo	Orientação com imagens sobre a pega correta e incorreta do bebê a mama	373	36 curtidas
Vídeo	Orientação sobre massagem na mama para auxiliar na descida ou na produção do leite e em casos de ingurgitamento mamário	378	49 curtidas 02 comentários
Imagem	Explicação sobre o ditado popular que diz, que o bebê faz o peito de chupeta	361	25 curtidas

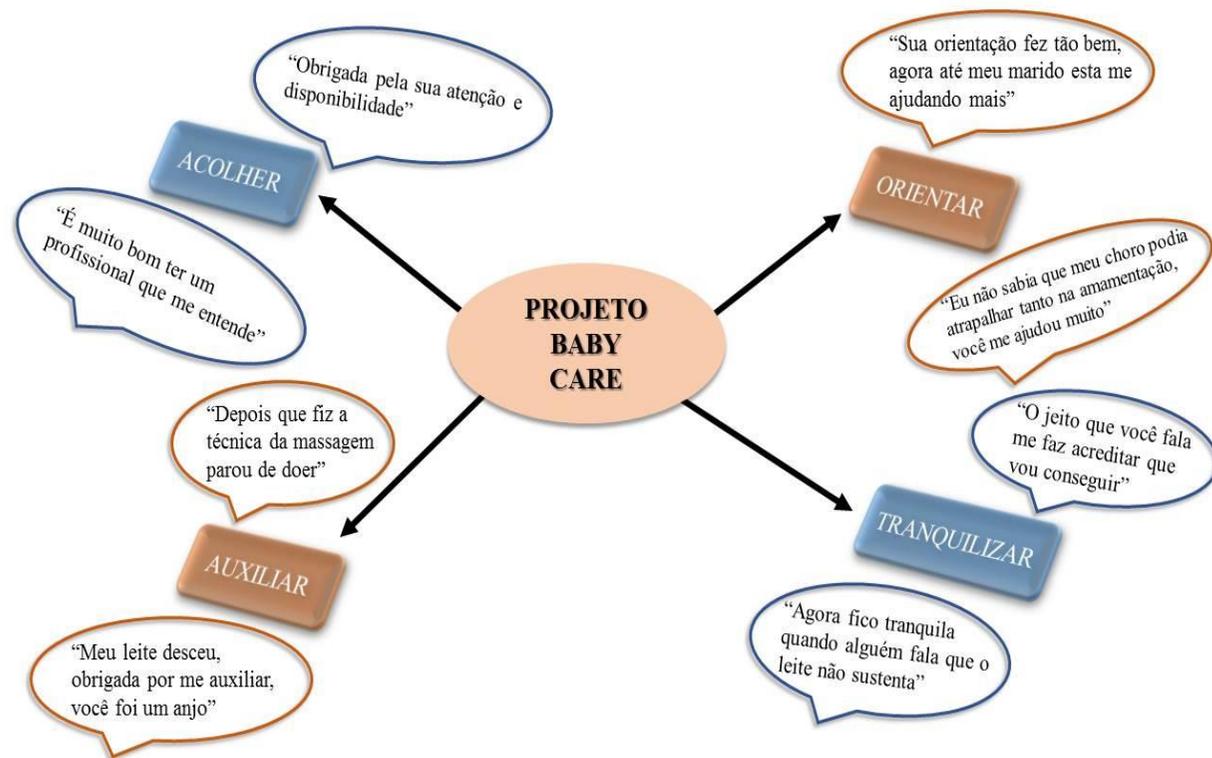


Figura 05. Ilustração das palavras base postadas no projeto Baby Care e os *feedbacks* recebidos. Goiânia, 2020

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das observações realizadas pelo Projeto Baby Care foi possível identificar que as mães (gestante e a puérpera), mesmo com algum conhecimento sobre os cuidados com os recém-nascidos, se sentiam inseguras no momento de realizá-los. Ficou evidente que, em momentos difíceis, porque não dizer catastróficos, uma rede de apoio digital tem especial importância na vida das pessoas, pois, quando se perde o contato, mesmo que momentâneo, da família e das amigas que poderiam fornecer algum tipo de ajuda é que se tem a real dimensão da importância de uma rede de apoio digital.

Desse modo, entende-se que os esclarecimentos sobre os cuidados adequados com os RNs em seu cotidiano foram fundamentais, neste momento de isolamento social, pois colaborou com as mães na assistência dos filhos no seu próprio lar, facilitando a tomada de decisão, proporcionando conforto e segurança na execução dos cuidados com seus filhos. Sobretudo, pode favorecer a melhoria na qualidade de vida e saúde dos lactentes, uma vez que, quando esses são bem cuidados e amamentados de forma correta, tem menos riscos de adoecimentos, morte e de desenvolverem doenças crônicas quando na sua fase adulta.

O projeto teve participação significativa na ampliação do acesso ao atendimento desse grupo de mulheres, além de contribuir com os serviços de saúde, no sentido de minimizar o atendimento de crianças com agravos de saúde devido à falta de conhecimento das mães no manejo com os filhos gerados pelo isolamento social no tempo de pandemia.

A experiência de implementar um projeto para promover apoio às mulheres sobre educação em saúde utilizando as redes sociais foi extremamente gratificante, por trazer benefícios às mães que buscaram a rede como uma fonte de conhecimento, às crianças que contaram com cuidados mais qualificados e seguros. Trouxe, também, experiências fundamentais para o processo de formação profissional, pois evidenciou uma nova maneira de fazer ciência e cuidar das pessoas.

Com a criação do projeto Baby Care foi possível perceber que, com a criatividade e inovação é possível implementar medidas de assistência à saúde ao indivíduo e garantir o seu bem-estar físico, mental e emocional, mesmo que o atendimento ocorra à distância. Pois, vivemos um tempo de incertezas, que, de algum modo, gera medo e inseguranças sobre a vida humana, por isso, é preciso entender e fortalecer as maneiras pelas quais as pessoas podem sobreviver e conviver com saúde física e mental em momentos de crise, dessa maneira, entende-se que o projeto Baby Care, indiscutivelmente, pôde ajudar as pessoas a passar por

ela com menos ansiedade e sofrimento, garantindo, assim, o seu bem-estar físico, mental e emocional.

Portanto, acredita-se que a utilização da via plataforma digital, como fonte de recurso para o ensino em saúde, permite uma visão empreendedora na direção do cuidar, com a possibilidade de criação de produtos, inovações e novos serviços, utilizando o conhecimento da enfermagem para o benefício das pessoas. Com maiores investimentos no empreendedorismo, o enfermeiro poderá compreender a real necessidade dos indivíduos e efetivar novas ações de cuidado, com vistas à inovação e conceitos que caminhem em direção a melhoria da qualidade e da segurança dos serviços ofertados.

REFERENCIAS

ALVES, L. **Solidão Exacerbada**. Jornal Cria Para o Mundo. Rio de Janeiro. 04/05/2020. Disponível em: <<https://www.criaparaomundo.com.br/post/solid%C3%A3o-exacerbada>>. Acesso em: 28 mar 2020.

BARATIERY, T; NATAL, S. **Ações do programa de puerpério na atenção primária: uma revisão integrativa**. Rev. Ciência e Saúde Coletiva. Rio de Janeiro, v. 24, n. 11, p. 4227-4238, nov. 2019. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019001104227&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 28 mar. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Centro de operações em emergência e Saúde Pública. Situação epidemiológica: Doença pelo Coronavírus 2019. **Boletim COE COVID-19**, nº 13, 17^o semanas epidemiológicas, Brasília, 20/04/2020. Disponível em: <<https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/21/BE13---Boletim-do-COE.pdf>>. Acesso em: 22 abril 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres**. Brasília, 2016. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolos_atencao_basica_saude_mulheres.pdf>. Acesso em: 27 de março de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da criança: Aleitamento Materno e Alimentação Complementar. **Caderno de Atenção Básica**, 2^o ed., nº 23, Brasília. 2015. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_aleitamento_materno_cab23.pdf>. Acesso em: 30 abril 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde da Criança: crescimento e desenvolvimento. **Caderno de Atenção Básica**. 1^o ed., nº 33, Brasília 2012. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/caderno_33.pdf>. Acesso em: 30 abril 2020.

BRASIL. Secretaria do Estado de Saúde. **Plano de Contingência para Epidemia da Doença pelo Coronavírus 2019 (COVID-19)**. Brasília 2020. Disponível em: <<http://www.saude.df.gov.br/wp-content/uploads/2017/10/Plano-de-Contingencia-Coronavirus10.pdf>>. Acesso em: 1 abril 2020.

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. **Posição do Conselho Federal de Medicina sobre a pandemia de COVID-19: contexto: análise de medidas e recomendações**. Brasília- 17 de março de 2020. Disponível em: <http://portal.cfm.org.br/images/stories/pdf/covid-19_cfm.pdf>. Acesso em: 27 mar 2020.

CRUZ, M. P. *et al.* **COVID-19: Una Emergência de Salud Publica Mundial**. Rev. Clínica Espanõla, México, v. 2020, nº 4, P. 215-266, maio de 2020. Disponível em:<<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S2254887420300333?token=37C2459CA5D8482B436EA6648F2998EF956FE285997228E5D70E711B0AE946557C6E9335C819A11ED885A213E016A7E4>>. Acesso em: 25 abril 2020.

FARIAS, H. S. **O Avanço da Covid-19 e o Isolamento Social como Estratégia para Redução da Vulnerabilidade**. Espaço e Economia, Rio de Janeiro, ano 9, nº 17, 08 abril. 2020. Disponível em: <https://journals.openedition.org/espacoeconomia/11357#quotation>
Acesso em: 24 abril 2020.

FERRARETTO, A. L; MORGADO, F. **COVID-19 e Comunicação: Um Guia Prático Para Enfrentar a Crise**. Rio Grande do Sul 2020. Disponível em:<
http://grupomontevideo.org/sitio/wp-content/uploads/2020/04/ner_covid-19_e_comunicacao.pdf>. Acesso em: 30 abril 2020.

GOMES, G.F; SANTOS, A.P.V. Assistência de Enfermagem no Puerpério, **Rev. Enfermagem Contemporânea**. Bahia, v.6, n.2, p.211-220, outubro, 2017. Disponível em: <
<https://www5.bahiana.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/1407/1081>> Acessado em: 02 abril 2020.

MACENA, W. G. HERMANO, L. O. COSTA, T.C. Fisiológicas Decorrentes do Envelhecimento. **Rev. Mosaicum**, p.1980-4180, Jan./Jun. 2018. Disponível em: <
<http://www.revistamosaicum.org/data/documents/ALTERACOES-FISIOLOGICAS-DECORRENTES-DO-ENVELHECIMENTO.pdf>>. Acessado em: 03 abril 2020.

MACIEL *et al.* **Transtorno mental no puerpério: riscos e mecanismos de enfrentamento para a promoção da saúde**. Rev. de pesquisa: Cuidado é Fundamental. Rio de Janeiro, n.4, v. 11, p. 1096-1102, jul/set de 2019. Disponível em:
<http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6988/pdf_1>. Acesso em: 29 mar. 2020.

MALAVÉ, M. **O Papel Das Redes Sociais Durante a Pandemia**. Fiocruz. Rio de Janeiro, 18/05/2020. Disponível em: <<http://www.iff.fiocruz.br/index.php/8-noticias/675-papel-redes-sociais>.ACESSADO >. Acesso em: 12 set. 2020.

MARTELETO, R. M. Redes Sociais: Mediação e Apropriações de Informações: situando campos e conceitos na pesquisa em ciência da informação, **Rev. Telfract**. Brasília, v. 3, nº 1, p. 27. 2018. Disponível em:<<https://telematicafactal.com.br/revista/index.php/telfract/article/view/5>>. Acesso em: 25 abril 2020.

MONTEIRO, A. et al. **Importância Das Redes Sociais Para As Pequenas e Médias Empresas**. Rev. Conexão Eletrônica. Três Lagoas MS. 2015, nº 1. v. 12. Disponível em: <
[http://www.aems.edu.br/conexao/edicaoanterior/Sumario/2015/downloads/3.%20Ci%C3%A2ncias%20Sociais%20Aplicadas%20e%20Ci%C3%A2ncias%20Humanas/014%20\(Adm\)%20Import%C3%A2ncia%20das%20Redes%20Sociais%20para%20as%20Pequenas%20e%20M%C3%A9dias%20Empresas.pdf](http://www.aems.edu.br/conexao/edicaoanterior/Sumario/2015/downloads/3.%20Ci%C3%A2ncias%20Sociais%20Aplicadas%20e%20Ci%C3%A2ncias%20Humanas/014%20(Adm)%20Import%C3%A2ncia%20das%20Redes%20Sociais%20para%20as%20Pequenas%20e%20M%C3%A9dias%20Empresas.pdf)>. Acesso em: 12 set. 2020.

PARIZOTTO J, ZORZI N. T. **Aleitamento materno: fatores que levam ao desmame precoce no município de Passo Fundo, RS**. Mundo Saúde. 2008. nº 32(4). p. 466-74.

RIBEIRO, Q; SILVA, Rebecca B. A. R. **Os Impactos dos Dispositivos Moveis nas Pessoas**. Rev. fatc Zona Sul v. 2, nº 1 p. 1-15, São Paulo, 2015. Disponível em: <
<http://www.revistarefas.com.br/index.php/RevFATECZS/article/view/34/63>>. Acesso em: 30 abril 2020.

RODRIGUES, C. B. H. D. **COVID-19, Gravidez e o Aleitamento Materno**. Portugal, 2020
Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/340006477_COVID-19_Gravidez_e_aleitamento_materno_Versao_2>. Acesso em: 01 abril 2020.

SILVA, T.E; BOTTI, L.C.N. Depressão Puerperal – uma revisão da literatura. **Rev. Eletrônica de Enfermagem**, Goiânia, v. 07, n. 02, p. 231-238, 2005. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/880/1052>. Acesso em: 28 mar 2020.

TORRES, C. **A Bíblia do Marketing Digital: Tudo o que você queria saber sobre o marketing e publicidade na internet e não tinha a quem perguntar**. São Paulo. Editora: Novatec, 2º ed. 2018.

OMS. Organização Pan-americana da Saúde. **Folha Informativa COVID-19- Escritório da OPAS e da OMS no Brasil**. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/covid19>>. Acesso em: 28 set. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Boletim Epidemiológico Especial: Doença pelo Coronavírus COVID-19**. In: Semana Epidemiológica. Brasília. nº 38 de 13 a 19 de set. 2020. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/September/23/Boletim-epidemiologico-COVID-32-final-23.09_18h30.pdf>. Acesso em: 28 set. 2020.

OLIVEIRA, M. R.; DESSEN, M. A. **Alterações na rede social de apoio durante a gestação e o nascimento de filhos**. Estudos de Psicologia. Campinas. 29(1) I 81-88, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v29n1/a09v29n1.pdf>

SINGLEY, S. G.; HYNES, K. **Transitions to parenthood: work-families policy, gender, and the couple context**. Gender & Society, 19 (3), 376-397, 2005. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0891243204271515>