

# **ATENÇÃO A SAÚDE DA MULHER NO PRÉ-NATAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA DO USO DA ACUPUNTURA PARA PREVENÇÃO DO INSÔNIA (ASSISTÊNCIA À MULHER NA SAÚDE MATERNA E MAMÁRIA, Nº FE00.2001\_AI.0570)**

**XXV Encontro de Extensão**

Ana Paula de Jesus Araujo, Sâmia Monteiro Holanda, Ana Fátima Carvalho Fernandes, Regia Christina Moura Barbosa Castro

**Introdução:** Insônia é a dificuldade de iniciar ou manter o sono ou ainda a percepção de um sono não reparador, com prejuízo na atividade social e/ou profissional. A insônia na gravidez é normal e acredita-se que ela se deve a alterações hormonais típicas desta fase, mas como nem todas as grávidas apresentam insônia na gestação, acredita-se que haja outros fatores envolvidos. **Objetivos:** Relatar a experiência de acadêmicas de enfermagem na atenção a gestante em uso de acupuntura para o alívio da insônia. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência de acadêmicas de enfermagem que participam do projeto de Assistência à Mulher na Saúde Materna e Mamária. O estudo está sendo desenvolvido na consulta de pré-natal na Casa de Parto Natural no CEDEFAM - UFC. Foram submetidas à acupuntura 54 mulheres, nos turnos manhã e tarde. Os dados são coletados mediante a aplicação da Escala de Sonolência de Epworth e Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh para avaliação do sono e um instrumento para avaliação sociodemográfica e perfil clínico/obstétrico. **Parcerias:** Tivemos como parceria o projeto de Saúde Sexual e Reprodutiva do próprio departamento. **Resultados:** Após o uso da acupuntura foi percebido melhoria significativa das queixas relacionadas ao sono. Observou-se também que as mulheres relataram melhora em outros aspectos, dentre eles a dor lombar e o estresse. **Conclusão:** Durante a pesquisa conhecemos um pouco da história e da rotina das gestantes, para que assim possamos avaliar se as seções de acupuntura estão ajudando a relaxá-las. Participamos de momentos de educação em saúde na medida que a coleta estava sendo desenvolvida, participar desta pesquisa nos ajuda a conhecer a singularidade das pessoas e o ambiente em que vivem, assim, podemos oferecer um atendimento que melhor se adegue aos seus valores e crenças.

**Palavras-chave:** Enfermagem. Acupuntura. Obstetrícia.