

1075 - VIVÊNCIA AQUÁTICA MATERNA INFANTIL: UMA EXPERIÊNCIA DO PROJETO EXTENSÃO PÓS NATAL DA FCT/ UNESP - Jessica Ibde Jaquiel Figueira

(Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Ana Cláudia Malafaia Gardinelli (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Andressa Carvalho Viscone (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Ana Paula Rodrigues Rocha (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Jessica Jessica Ribeiro (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Letícia Endsfieldz Teixeira (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Beatriz da Silva Gonçalves Sardelari (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Elaine Aparecida Lozano da Silva (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Cristina Elena Prado Teles Fregonesi (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente), Edna Maria do Carmo (Faculdade de Ciências e Tecnologia, Unesp, Presidente Prudente) - jessicaijf@gmail.com.

Introdução: O puerpério é um período em que a mãe experimenta constantes modificações físicas e psicológicas, voltando ao estado pré gestacional. As puérperas podem apresentar sintomas de desconforto músculo-esquelético, devido à sobrecarga física, relacionada aos cuidados com o bebê e à amamentação. O programa de fisioterapia pós-natal é uma oportunidade para a mãe recuperar um bom condicionamento físico, enquanto interage com seu bebê, contribuindo para o estímulo e fortalecimento do vínculo entre mãe, bebe e família. Esse também propicia a redução de tensões e desconfortos; fortalece o sistema músculo esquelético, melhora a estabilidade articular, reduz a ansiedade e o estresse, preveni a depressão pós-parto e amplia a consciência corporal. **Objetivos:** Promover a saúde materna, física e mental, e estimular a interação e o vínculo entre mãe e bebê inseridos no programa de pós-natal da FCT-UNESP. **Métodos:** Participaram sete puérperas sem complicações obstétricas, seguindo os critérios éticos aprovados pelo Comitê de Ética e Pesquisa local (protocolo 25/2011). O programa de exercícios físicos aquáticos foi realizado em piscina aquecida (28 a 34°C), duas vezes por semana, com 50 minutos de duração, por cico semanas. Este consta de duas fases: na primeira são realizados alongamento, aquecimento, fortalecimento muscular, mobilizações articulares, massagem e soltura muscular na mãe, enquanto na segunda fase ocorre a participação do bebê com atividades lúdicas, movimentos e posturas que asseguram a proximidade de ambos na água e interação com brinquedos e ao final da sessão faz-se o relaxamento materno infantil. Nas avaliações iniciais e finais, além do aspecto físico, foram investigadas questões sobre amamentação e vínculo materno infantil. **Resultados:** Todas as puérperas eram casadas, 85% realizaram parto cesárea, 71% amamentavam seus filhos e idade média foi de 29 anos. No exame físico, 28% apresentaram edema de membros inferiores e 42% diástase maior que 2 centímetros. No decorrer do projeto, as puerperas relataram diminuição da dor, desconforto e irritabilidade, além de melhora do bem estar do bebê. Esses apresentaram diminuição das cólicas e sono mais tranquilo. Observaram também melhora na relação materno-infantil, por meio da vivência do estar com o bebê, do brincar e da percepção sensorial do toque. Essa proposta de fisioterapia aquática é uma interação verbal e não verbal que possibilita aumento da sensibilidade materna para a leitura de gestos, olhares e expressões faciais e corporais do bebê. Os exercícios facilitam a recuperação das propriedades musculares e o reencontro do equilíbrio emocional da mulher. Mãe e filho se divertem e esta relação contribui para um saudável desenvolvimento físico, emocional, mental e espiritual do bebê.