



UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO  
AGÊNCIA DE INOVAÇÃO, EMPREENDEDORISMO, PESQUISA, PÓS-GRADUAÇÃO  
E INTERNACIONALIZAÇÃO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM  
MESTRADO ACADÊMICO EM ENFERMAGEM

MILKA BORGES DA SILVA

**TECNOLOGIA CUIDATIVO-EDUCACIONAL PARA ADOLESCENTES NO  
PUERPÉRIO**

SÃO LUÍS  
2024

MILKA BORGES DA SILVA

**TECNOLOGIA CUIDATIVO-EDUCACIONAL PARA ADOLESCENTES NO  
PUERPÉRIO**

Área de concentração: Saúde, Enfermagem e Cuidado.

Linha de pesquisa: Cuidado em Saúde e Enfermagem

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dra. Adriana Gomes Nogueira Ferreira

SÃO LUÍS  
2024

MILKA BORGES DA SILVA

**TECNOLOGIA CUIDATIVO-EDUCACIONAL PARA ADOLESCENTES NO  
PUERPÉRIO**

Trabalho de dissertação de mestrado apresentado à  
Coordenação do Curso de Enfermagem, da  
Universidade Federal do Maranhão como requisito  
para obtenção do título de Mestre em Enfermagem.

Aprovado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Banca examinadora:

---

Profa. Dra. Adriana Gomes Nogueira Ferreira (Orientadora)  
Docente da Universidade Federal do Maranhão

---

Profa. Dra. Patrícia Neyva da Costa Pinheiro  
Docente da Universidade Federal do Ceará

---

Profa. Dra. Andréa Cristina Oliveira Silva  
Docente da Universidade Federal do Maranhão

Ficha gerada por meio do SIGAA/Biblioteca com dados fornecidos pelo(a) autor(a).  
Diretoria Integrada de Bibliotecas/UFMA

Silva, Milka Borges da.

TECNOLOGIA CUIDATIVO-EDUCACIONAL PARA ADOLESCENTES NO  
PUERPÉRIO / Milka Borges da Silva. - 2024.

161 f.

Orientador(a): Adriana Gomes Nogueira Ferreira.

Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-graduação em  
Enfermagem/ccbs, Universidade Federal do Maranhão, São  
Luís, 2024.

1. Período Pós-parto. 2. Adolescentes. 3.  
Autocuidado. 4. Tecnologia Educacional. 5. Cuidados de  
Enfermagem. I. Ferreira, Adriana Gomes Nogueira. II.  
Título.

A Deus, à minha mãe Célia Regina Borges e ao  
meu pai José de Ribamar da Silva.

## AGRADECIMENTOS

A Deus pelo fôlego de vida e pelas oportunidades que me concedeu.

À Universidade Federal do Maranhão por ser minha casa desde 2014 e ter me proporcionado diversas mudanças intelectuais e pessoais.

Ao programa de pós-graduação em enfermagem (PPGENF) da Universidade Federal do Maranhão, na pessoa da Professora Dra. Livia Maia Pascoal, meu muito obrigada pelo incentivo à pesquisa.

À minha orientadora, professora Dra. Adriana Gomes Nogueira Ferreira, por ter me auxiliado nesta construção e ter me apresentado o mundo das tecnologias educacionais para promoção da saúde.

À minha coorientadora, Professora Dra. Lena Maria Barros Fonseca, que desde a graduação vem me orientando, e que é uma inspiração para minha vida acadêmica, meu muito obrigada, por todos os ensinamentos!

Ao grupo de tecnologias Educacionais para Promoção da Saúde (GTEPS), a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e a Fundação de Amparo à Pesquisa e ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico do Maranhão (FAPEMA) pelo incentivo à pesquisa.

À minha família, em especial meus pais, José de Ribamar da Silva e Célia Regina Borges, agradeço por todo empenho em minha criação, pelo incentivo nos estudos, pelo carinho e amor incondicional.

À minha tia Marilene Regina Borges, por ter sido primordial na escolha pela graduação em enfermagem, por ser rocha firme mesmo passando por grandes provações e por mostrar para todos, que a fé e a alegria, são os pilares para uma vida feliz.

Aos meus colegas de mestrado, em especial, Thayná Cunha Bezerra e Polyana Cabral da Silva, meu muito obrigada, por provarem o sal comigo, é uma dádiva dividir conhecimento e alegrias com vocês!

Ao meu noivo, Pedro Vinicius Almeida de Freitas, meu muito obrigada, pela paciência, cuidado e suporte durante o mestrado e construção da dissertação.

A todos os familiares e amigos que contribuíram para essa realização deste sonho!

Às gestantes, puérperas e famílias a quem prestei assistência ao longo desses 6 anos de formação, e que contribuíram para meu aprimoramento pessoal e profissional, meu muito obrigada!

Para que todos vejam, e saibam, e considerem, e juntamente entendam que a mão do SENHOR fez isso.

Isaías 41:20

## RESUMO

**Introdução:** Diversas fontes de conhecimento influenciam as adolescentes na adoção de práticas de autocuidado no período pós-parto. No entanto, dificuldades nas orientações de educação em saúde podem contribuir para a adoção de comportamentos prejudiciais e barreiras na manutenção do autocuidado. Nesse sentido, a utilização de tecnologias cuidativo-educacionais desempenha um papel fundamental na promoção do autocuidado. **Objetivo:** Desenvolver *cards* com mensagens e imagens sobre o autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de *WhatsApp*, como tecnologia cuidativo-educacional. **Métodos:** Trata-se de estudo metodológico, conduzido em três etapas: etapa 1: revisão integrativa de literatura, etapa 2: elaboração de *cards* e mensagens sobre autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de *WhatsApp*, etapa 3: validação de conteúdo e aparência, realizada em duas fases, com especialistas em conteúdo e em comunicação e mídia. Após a elaboração da primeira versão, foram realizados ajustes nos *cards* e mensagens com base nos comentários e sugestões dos especialistas, resultando na segunda versão. O grau de concordância entre os especialistas foi calculado por meio do Índice de Validade de Conteúdo (IVC) e Índice de Validade de Aparência (IVA). O estudo obedeceu aos aspectos éticos da pesquisa com seres humanos sendo aprovada pelo do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Maranhão. **Resultados:** Na primeira etapa, identificou-se que as orientações sobre autocuidado para puérperas adolescentes estão relacionadas à higiene, uso de receitas caseiras, alimentação, vitaminas, cuidados com as mamas, aleitamento materno, relação sexual, planejamento reprodutivo, atividade física, perda de peso, repouso, rede de apoio e saúde mental. Na segunda etapa, foram elaborados os *cards* com mensagens e imagens fundamentados na Teoria do Autocuidado e nos conteúdos identificados na etapa anterior, para uso em grupo do *WhatsApp*, totalizando 25 *cards* na primeira versão. Na etapa 3, encaminhou-se aos especialistas em conteúdo e aparência, concomitantemente, a primeira versão dos *cards* com mensagens e imagens. Esse processo ocorreu entre fevereiro a março de 2024. Relacionado ao conteúdo apesar do IVC ter sido 1,0, os especialistas em conteúdo e aparência, fizeram comentários e sugestões pertinentes, sendo necessário realizar revisão das mensagens e *cards*, sendo elaborada a segunda versão, seguida da segunda fase da validação entre os meses de abril a junho de 2024. Na primeira fase avaliação dos *cards* e mensagens obteve-se IVC de 1,00 e IVA de 0,80 após ajustes ocorreu a segunda fase na qual obteve-se IVC global de 1,00 e IVA Global

de 0,93. Neste sentido foram elaborados 25 *cards*, organizados em: Mensagem de boas-vindas; Apresentação da pesquisadora; Definição de Autocuidado, entre outros temas. **Conclusão:** O estudo permitiu a identificação de conteúdos relacionados ao autocuidado de puérperas adolescentes e a elaboração de *cards* com imagens e mensagens a serem usados em grupo de *WhatsApp* do tipo tecnologia cuidativo-educacional, que foram considerados válidos quanto ao conteúdo e aparência pelos especialistas.

**Palavras-chave:** Período Pós-Parto. Adolescentes. Autocuidado. Tecnologia Educacional. Cuidados de Enfermagem.

## ABSTRACT

**Introduction:** Several sources of knowledge influence adolescents in adopting self-care practices in the postpartum period. However, difficulties in health education guidelines can contribute to the adoption of harmful behaviors and barriers to maintaining self-care. In this sense, the use of care-educational technologies plays a fundamental role in promoting self-care.

**Objective:** To develop cards with messages and images about self-care for adolescent postpartum women for use in a WhatsApp group, as a care-educational technology.

**Methods:** This is a methodological study, conducted in three stages: stage 1: integrative literature review, stage 2: development of cards and messages about self-care for adolescent postpartum women for use in a WhatsApp group, stage 3: validation of content and appearance, carried out in two phases, with experts in content and communication and media. After the development of the first version, adjustments were made to the cards and messages based on the experts' comments and suggestions, resulting in the second version. The degree of agreement among experts was calculated using the Content Validity Index (CVI) and Appearance Validity Index (IVA). The study complied with the ethical aspects of research with human beings and was approved by the Research Ethics Committee of the Federal University of Maranhão.

**Results:** In the first stage, it was identified that the guidelines on self-care for adolescent postpartum women are related to hygiene, use of homemade recipes, nutrition, vitamins, breast care, breastfeeding, sexual intercourse, reproductive planning, physical activity, weight loss, rest, support network and mental health. In the second stage, cards with messages and images based on the Self-Care Theory and the content identified in the previous stage were created for use in a WhatsApp group, totaling 25 cards in the first version. In stage 3, the first version of the cards with messages and images was simultaneously sent to the experts in content and appearance. This process took place between February and March 2024. Regarding the content, although the CVI was 1.0, the content and appearance experts made pertinent comments and suggestions, making it necessary to review the messages and cards, and the second version was prepared, followed by the second phase of validation between April and June 2024. In the first phase of evaluation of the cards and messages, an CVI of 1.00 and a VAT of 0.80 were obtained, after adjustments, the second phase occurred, in which an overall CVI of 1.00 and an overall VAT of 0.93 were obtained. In this sense, 25 cards were prepared, organized into: Welcome message; Presentation of the researcher; Definition of Self-care, among other topics.

**Conclusion:** The study allowed the identification of content related to the self-care of adolescent postpartum women and the preparation of cards with images and messages to be used in a *WhatsApp* group of the care-

educational technology type, which were considered valid in terms of content and appearance by the experts.

**Keywords:** Postpartum Period. Adolescent. Nursing care. Self-care. Educational Technology.

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> - Fluxograma dos passos da produção da TE .....	31
<b>Figura 2</b> - Modelo do planejamento dos <i>cards</i> com mensagens e imagens sobre o autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de <i>WhatsApp</i> , como tecnologia cuidativo-educacional, São Luís-MA, 2024.....	35
<b>Figura 3</b> - Fluxograma da seleção dos estudos adaptado do <i>Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)</i> . .....	41
<b>Figura 4</b> - Primeira versão dos <i>cards</i> para o Grupo de <i>WhatsApp</i> : Autocuidado no puerpério, São Luís-MA, 2024. ....	45
<b>Figura 5</b> - Segunda versão das imagens e mensagens a serem enviadas no Grupo de <i>WhatsApp</i> : Autocuidado no puerpério, São Luís-MA, 2024. ....	59

## LISTA DE QUADROS

<b>Quadro 1</b> - Critérios de elegibilidade para compor o comitê de especialistas de conteúdo, São Luís-MA, 2024. ....	34
<b>Quadro 2</b> - Critérios de elegibilidade para compor o compor o comitê de especialistas em comunicação e mídia, São Luís-MA, 2024. ....	37
<b>Quadro 3</b> - Principais orientações e/ou atividades de autocuidado e dificuldades associadas, São Luís-MA, 2024. ....	41
<b>Quadro 4</b> - Requisitos universais de autocuidado segundo Dorothea Orem (1991), comparados à tecnologia cuidativo-educacional tipo grupo de <i>WhatsApp</i> , para o autocuidado de puérperas adolescentes, São Luís-MA, 2024. ....	44
<b>Quadro 5</b> - Comentários e sugestões dos especialistas no instrumento de validação do conteúdo, São Luís, MA, Brasil, 2024. ....	48
<b>Quadro 6</b> - Comentários e sugestões dos especialistas em comunicação e mídia na primeira fase das mensagens sobre autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo <i>WhatsApp</i> como tecnologia cuidativo-educacional, São Luís, MA, Brasil, 2024. ....	55
<b>Quadro 7</b> - Principais ajustes nas mensagens sobre o autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de <i>WhatsApp</i> , com base na avaliação dos especialistas em conteúdo e especialistas em comunicação e mídia, São Luís-MA, 2024. ....	57
<b>Quadro 8</b> - Versão final dos cards com mensagens e imagens sobre o autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de <i>WhatsApp</i> , como tecnologia cuidativo-educacional, São Luís-MA, 2024. ....	60

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1</b> - Caracterização dos especialistas em conteúdo – São Luís-MA, Brasil, 2024. ....	46
<b>Tabela 2</b> - Índice de Validade de Conteúdo dos especialistas em conteúdo quanto aos objetivos, estrutura/apresentação e relevância – São Luís, MA, Brasil, 2024.....	47
<b>Tabela 3</b> - Caracterização dos especialistas em comunicação e mídia – São Luís, MA, Brasil, 2024.....	53
<b>Tabela 4</b> - Concordância dos especialistas para instrumento de validação em aparência– São Luís, MA, Brasil, 2024.....	54

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APS – Atenção Primária à Saúde;

BLH – Banco de Leite Humano;

CEP – Comitê de Ética em Pesquisa;

GTEPS – Grupo de Tecnologias Educacionais para Promoção da Saúde;

IVA – Índice de Validade de Aparência;

IVC – Índice de Validade de Conteúdo;

KT – *Kinesio Taping*;

MS – Ministério da Saúde;

OMS – Organização Mundial de Saúde;

PNPIC – Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS;

SUS – Sistema Único de Saúde;

TCE – Tecnologias Cuidativo-Educacionais;

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido;

TDIC – Tecnologias Digitais de Comunicação e Educação;

TE – Tecnologias Educacionais;

UBS – Unidade Básica de Saúde.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>17</b>
<b>2 JUSTIFICATIVA</b> .....	<b>22</b>
<b>3 OBJETIVOS</b> .....	<b>24</b>
<b>3.1 Objetivo geral</b> .....	<b>24</b>
<b>3.2 Objetivos específicos</b> .....	<b>24</b>
<b>4 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	<b>25</b>
<b>4.1 Tecnologias cuidativo-educacionais</b> .....	<b>25</b>
<b>4.2 Teoria do autocuidado no contexto do puerpério</b> .....	<b>26</b>
<b>4.3 O autocuidado na puérpera adolescente</b> .....	<b>29</b>
<b>5 CAMINHO METODOLÓGICO</b> .....	<b>31</b>
<b>5.1 Tipo de Pesquisa</b> .....	<b>31</b>
<b>5.2 Etapa 1: Seleção do conteúdo através de uma revisão integrativa de literatura</b> .....	<b>32</b>
<b>5.3 Etapa 2: Elaboração dos <i>cards</i> com mensagens e imagens sobre autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de <i>WhatsApp</i></b> .....	<b>32</b>
<b>5.4 Etapa 3: Validação de conteúdo e aparência dos <i>cards</i> com mensagens e imagens sobre o autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de <i>WhatsApp</i>, como tecnologia cuidativo-educacional.</b> .....	<b>33</b>
<b>5.4.1 Validação de conteúdo</b> .....	<b>33</b>
<b>5.4.1.1 Amostra e critérios de elegibilidade</b> .....	<b>33</b>
<b>5.4.1.2 Instrumento de coleta da validação de conteúdo</b> .....	<b>34</b>
<b>5.4.1.3 Procedimento de coleta de dados - validação de conteúdo</b> .....	<b>36</b>
<b>5.4.1.4 Organização e análise dos dados para a validação de conteúdo</b> .....	<b>36</b>
<b>5.4.2 Validação de aparência</b> .....	<b>37</b>
<b>5.4.2.1 Amostra e critérios de elegibilidade</b> .....	<b>37</b>
<b>5.4.2.2 Instrumento de coleta para Validação de aparência</b> .....	<b>38</b>
<b>5.4.2.3 Procedimento de coleta de dados - validação de aparência</b> .....	<b>38</b>
<b>5.4.2.4 Organização e análise dos dados para a validação de aparência</b> .....	<b>39</b>
<b>5.5 Aspectos Éticos</b> .....	<b>39</b>
<b>6 RESULTADOS</b> .....	<b>41</b>
<b>6.1 Etapa 1: Seleção do conteúdo através de uma revisão integrativa de literatura</b> .....	<b>41</b>
<b>6.2 Etapa 2: <i>Cards</i> com mensagens e imagens sobre autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de <i>WhatsApp</i></b> .....	<b>43</b>

<b>6.3 Etapa 3: Validação de conteúdo e aparência da tecnologia cuidativo-educacional sobre autocuidado de adolescentes no puerpério .....</b>	<b>45</b>
6.3.1 Validação de Conteúdo das mensagens sobre autocuidado de adolescentes no puerpério .....	46
6.3.2 Validação de aparência dos <i>cards</i> sobre autocuidado de adolescentes no puerpério.....	52
<b>7 DISCUSSÃO .....</b>	<b>62</b>
<b>7.1 Etapa 1: Conteúdo através de uma revisão de literatura .....</b>	<b>62</b>
<b>7.2 Etapa 2: <i>Cards</i> com mensagens e imagens sobre autocuidado de puérperas adolescentes para uso em grupo de <i>WhatsApp</i>.....</b>	<b>64</b>
<b>7.3 Etapa 3: Validação de conteúdo e aparência da tecnologia cuidativo-educacional sobre autocuidado de adolescentes no puerpério .....</b>	<b>65</b>
7.3.1 Validação de Conteúdo das mensagens sobre autocuidado de adolescentes no puerpério .....	65
7.3.2 Validação de aparência dos <i>cards</i> sobre autocuidado de adolescentes no puerpério.....	69
<b>8 CONCLUSÃO .....</b>	<b>72</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>73</b>
<b>ANEXO 1- INSTRUMENTO PARA VALIDAÇÃO DE CONTEÚDO .....</b>	<b>83</b>
<b>ANEXO 2 - INSTRUMENTO PARA VALIDAÇÃO DE APARÊNCIA.....</b>	<b>85</b>
<b>ANEXO 3 - PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA .....</b>	<b>86</b>
<b>ANEXO 4 - TERMO DE ANUÊNCIA DE PESQUISA CIENTÍFICA .....</b>	<b>92</b>
<b>APÊNDICE A- CONVITE PARA PARTICIPAÇÃO DA PESQUISA .....</b>	<b>93</b>
.....	94
.....	94
<b>APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO –TCLE .....</b>	<b>95</b>
<b>APÊNDICE C - PRIMEIRA VERSÃO DA TECNOLOGIA .....</b>	<b>98</b>
<b>APÊNDICE D - SEGUNDA VERSÃO DA TECNOLOGIA .....</b>	<b>124</b>