



# Pré-Natal, Parto e Puerpério

Fiquem ligadas e saiba quais os cuidados e preparativos necessários para a chegada do bebê!

Ana Paula Rosa Guia  
Andressa Costa  
Isadora Santana  
Jennifer Giraldez  
Nathália Espindola

Curso de Graduação em Biomedicina – 4º Período  
Responsável: Professora Esp. Lia Mello de Almeida





## Conteúdo

### Exames e Saúde

O último trimestre está aí e você precisa se cuidar

Quais exames fazer?

Cuidados com a saúde da mãe e do bebê.

### A Maternidade

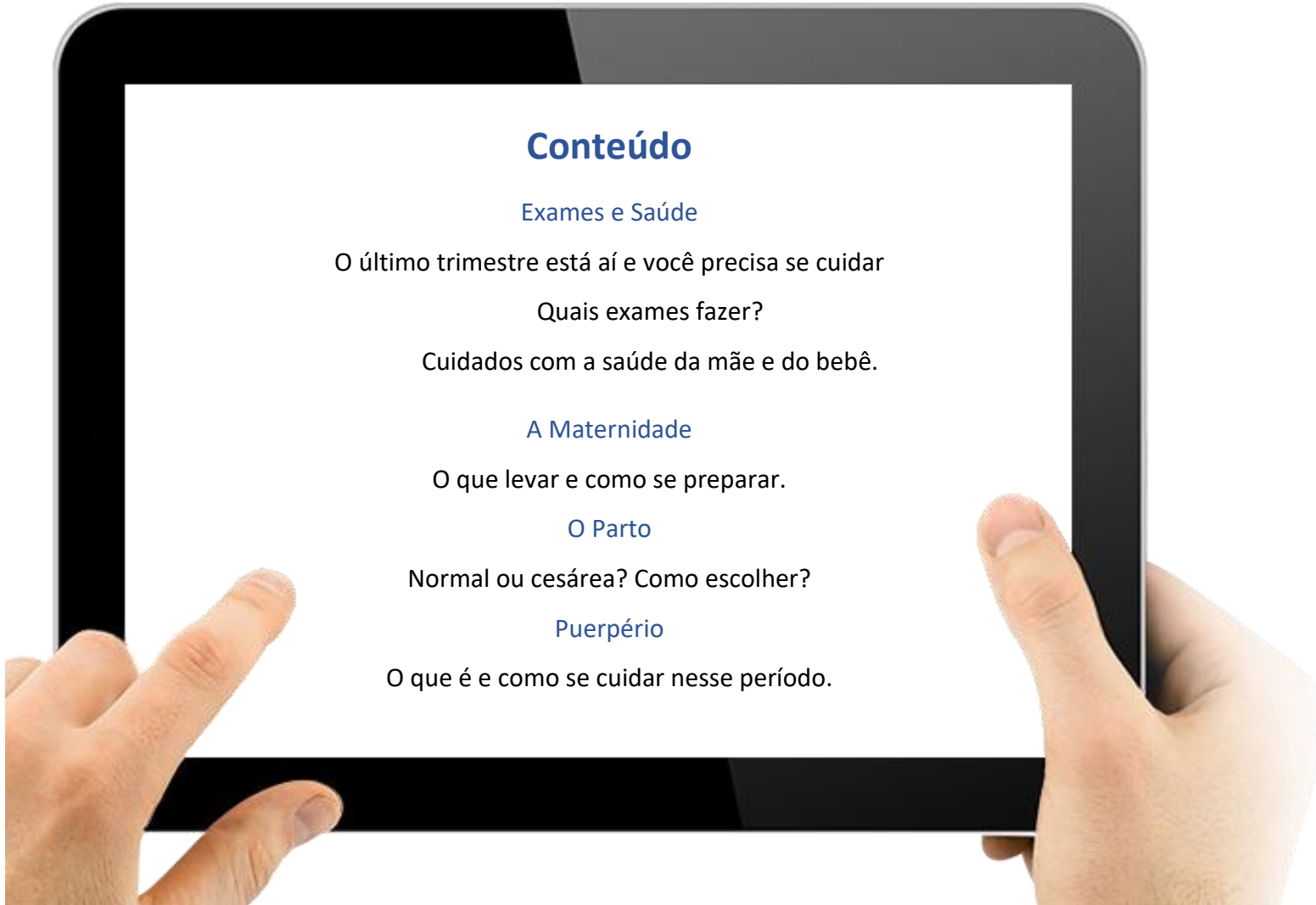
O que levar e como se preparar.

### O Parto

Normal ou cesárea? Como escolher?

### Puerpério

O que é e como se cuidar nesse período.



## Saúde das mães e dos bebês

É necessário um acompanhamento médico durante toda a gestação da mãe, para manter a integridade das condições de saúde da mesma e do bebê. É realizado exames a fim da identificação e tratamento de doenças que podem ocasionar prejuízos a saúde de ambos.

É de significativa importância garantir uma alimentação saudável e a prática de exercícios físicos, além de evitar o uso de álcool, fumo ou outros tipos de drogas. Além disso, se faz necessário a reposição de algumas vitaminas, principalmente ácido fólico nas primeiras semanas de gravidez, visto que a vitamina de complexo B ajuda na prevenção de malformações do cérebro (anencefalia) e na medula espinhal (espinha bífida) do feto.

Os exames pedidos durante a gestação são de extrema importância, sendo necessário desde a concepção, até o terceiro trimestre. Responsáveis por identificar possíveis problemas para tratamento precoce. São eles:



## Exames para a gestante



**Ultrassonografias:** Para a identificação da idade gestacional e malformações no bebê

**Exame para detectar a toxoplasmose:** Pois essa doença pode ser transmitida ao feto, causando malformações

**Tipagem sanguínea e fator Rh:** Identifica o tipo de sangue. Se a gestante tem Rh negativo e o pai do bebê tem Rh positivo, ela deve fazer um outro exame durante o pré-natal, o Coombs Indireto. Após o nascimento, caso o bebê tenha Rh positivo, a mulher deverá tomar uma vacina em até 3 dias após o parto, para evitar problemas na próxima gestação.

**Hemograma:** identifica problemas como, por exemplo, anemia (falta de ferro no sangue), que deverá ser tratada.

**Eletroforese de hemoglobina:** identifica a doença falciforme ou a talassemia, que são hereditárias e requerem cuidados especiais.

**Glicemia:** mede a quantidade de açúcar no sangue, podendo indicar diabetes.

**Exame de urina e urocultura:** identificam a presença de infecção urinária.





**Exame preventivo de câncer de colo de útero:** este exame precisa ser realizado periodicamente por todas as mulheres, de acordo com a necessidade.

**Teste rápido de sífilis e Testes de HIV:** identificar doença sexualmente transmissível que pode passar da gestante para o bebê durante a gravidez ou até mesmo no parto. Quanto mais cedo iniciar o tratamento, maior a chance de a mulher e seu bebê ficarem saudáveis.

**Teste de malária:** deve ser realizado em todas as gestantes da Região Amazônica, quer apresentem sintomas ou não.

**Testes para hepatite B (HBsAg):** identificam o vírus da hepatite B, que pode passar da mãe para o bebê durante a gravidez. Caso você tenha o vírus, seu bebê poderá ser protegido se receber a vacina e a imunoglobulina para hepatite B nas primeiras 12 horas após o parto.

**Teste rápido para hepatite C (anti-HCV):** identifica o contato prévio com o vírus da hepatite C, que deve ser confirmado por um outro exame (HCV-RNA).



## Vacinas

Já as vacinas se fazem necessárias para a saúde da mãe, mas principalmente evitar que algumas dessas doenças possam causar algum tipo de consequência ao feto. As principais vacinas são:

- Vacina antitetânica (dT): protege contra o tétano no bebê e em você. Se você nunca foi vacinada, deve iniciar a vacinação o mais precocemente possível. Se já é vacinada e a última dose foi há mais de 5 anos, deve tomar um reforço.
- Vacina contra a hepatite B: caso você não seja vacinada, deve tomar 3 doses para ficar protegida.
- Vacina Pneumocócicas: pode ser feito em gestantes de risco para doença pneumocócica invasiva.
- Vacina Meningocócica conjugada ACWY e meningocócica B: considera-se a situação epidemiológica, que varia de região para região.

→ Vacina contra Febre Amarela: em situações em que o risco da infecção supera os riscos potenciais da vacinação, pode ser feita durante a gravidez.

## EXAMES NO TERCEIRO TRIMESTRE DE GESTAÇÃO

O pré-natal deve ser realizado a partir do momento em que a mulher descobre que está grávida, e continua durante todo o período gestacional. É o conjunto de exames que acompanha o desenvolvimento do feto, além de investigar possíveis doenças e infecções, e por isso é de extrema importância.

O terceiro trimestre se inicia a partir da 28ª semana de gravidez, e é um período onde você deve se atentar ainda mais aos cuidados com a saúde sua e do bebê. Nesta reta final, as consultas com o/a ginecologista ficam mais frequentes, recomenda-se que sejam feitas de forma semanal, e alguns dos exames precisam ser refeitos, como por exemplo, o hemograma, a cultura de *estreptococos* B (uma classe de bactérias comum no trato vaginal, mas que pode causar infecções graves ao recém-nascido caso haja

contato durante o parto) e as sorologias que detectam toxoplasmose, HIV, sífilis, hepatite B e rubéola.

Os exames mais comuns e recorrentes são: ultrassom, que analisa o crescimento fetal, a quantidade de líquido amniótico e a placenta; a monitoração dos batimentos cardíacos e da movimentação do bebê; e a avaliação da pressão arterial da mãe.

Vale ressaltar que em casos de risco, são necessários exames adicionais e específicos, que serão pedidos pelo médico.



## Mala maternidade o que levar?

A gravidez é uma época cheia de surpresas. Embora esperemos que o bebê nasça a termo, pode haver eventos imprevistos que exijam o parto mais cedo do que o esperado. Portanto, a dica é começar a preparar a mala três meses antes da data estimada. Pelo menos com o mínimo de itens como garantia. Nesse caso, no caso de você ser pega de surpresa, o essencial da maternidade foi resolvido.

## Mala maternidade mamãe

Fazer uma mala de maternidade é uma mistura de emoções. A ansiedade, pois em breve poderá segurar o bebê nos braços, o medo do que está para acontecer, a dúvida do que deve ser levado e a felicidade que não cabe em nenhuma mala. Para que esta tarefa seja mais tranquila e que você possa aproveitar os últimos momentos da gravidez, preparamos um checklist de itens que compõem uma bolsa de maternidade tanto para você mamãe quanto para o seu bebê.



## Itens para a mamãe

- 2 ou mais pijamas com abertura frontal
- 1 Roupão
- Calcinhas confortáveis
- Meias
- Sutiãs próprios para amamentação
- Absorventes para os seios
- Chinelo para o banho e para o quarto
- 1 cinta pós-parto
- Produtos de higiene pessoal, incluindo absorvente noturno
- 
- 
-

## Mala maternidade recém nascidos

Os recém-nascidos precisam se manter aquecidos e limpos. Se ele nasceu em um período de frio, chapéus, luvas, meias e cobertores são essenciais. Embora seu corpinho esteja quente, seu bebê tem mais dificuldade em controlar a temperatura corporal e está mais sujeito à hipotermia. Portanto, não traga roupas curtas, ainda é muito pequeno para ficar exposto. Então, vamos dar uma olhada na lista dos itens mais importantes para o bebê que não podem faltar da bolsa maternidade:

## Documentos e detalhes que não podem ser esquecidos

Os documentos precisam estar corretamente separados na mala de maternidade, pois caso contrário você terá problemas na internação.

Os documentos básicos exigidos são:

- RG e CPF ou Carteira de Habilitação da mamãe e do acompanhante
- Carteirinha do plano de saúde.

- Carta do seu médico, cartão do pré-natal ou cartão da gestante.
- Autorização do plano de saúde.
- Últimos exames feitos durante a gestação



**Itens para o bebê**

- 6 Body
- 6 Mijões
- 6 Macacões
- 6 Pares de meia
- Fraldas de boca
- 2 Casaquinhos com botões na frente
- 1 Xale ou cobertor
- 2 Mantas
- Pacote de fralda descartável
- Escova para cabelo
- 2 Toalhas fraldas
- Pomada para assadura
- Sacolinha para roupas sujas



## Normal ou Cesária? Qual escolher?

### Parto normal

Ele acontece naturalmente, ele deve ser realizado de modo que intercorrências ou procedimentos desnecessários não ocorram ao longo do trabalho de parto, dedicando sempre atenção frequente para segurança e respeito aos direitos tanto da parturiente como de seu filho tendo como objetivo o bem-estar.

### Benefícios

- Recuperação rápida.
- Complicações do parto normal são menos graves quando comparadas ao parto cirúrgico.
- Processo de amamentação é facilitado.
- Infecção hospitalar menos frequente.

### Malefícios

- Ansiedade pela preocupação com dores no parto.
- Risco de complicações relacionadas ao parto vaginal.
- Possíveis complicações: lesão do plexo braquial relacionado a distorcia de ombro, traumas ósseos

(fratura de clavícula, crânio e úmero) ou asfixia provocada por complicações intraparto.

### Cesária

A cesariana é uma forma de parto realizada por meio de um ato cirúrgico, em que é feita uma incisão no abdômen e outra no útero para se chegar ao bebê.

### Indicações

O cesariano indicado apenas em casos em que o parto normal ofereça riscos à parturiente e ao bebê. Algumas possíveis complicações:

- O descolamento prematuro de placenta.
- Infecção pelo HIV.
- Cardiopatia materna.
- Má formação fetal.
- Sofrimento fetal crônico.
- Placenta prévia.
- Ruptura uterina.





→ Parto com desproporção céfalo-pélvica verdadeira e da eclampsia.

## **Benefícios:**

- Escolher previamente a data exata do nascimento.
- Ajuda a reduzir o estresse materno.
- O trabalho de parto é curto e com duração previsível.
- Garante a disponibilidade do obstetra da gestante no dia do parto.
- Impede nascimentos pós-termo.
- Reduz o risco a longo prazo de prolapso uterino ou de bexiga e incontinência urinária na mãe.

## **Malefícios:**

As cesáreas sem a devida recomendação estão associadas a maiores riscos para a saúde materna e infantil. Para a parturiente aumentam os riscos de intercorrências como:

- Hemorragias.
- Infecções puerperais.
- Embolia pulmonar.
- Complicações anestésicas.
- Maior risco de trombose dos membros inferiores.

→ Recuperação mais prolongada.

→ Maior incidência de dor no pós operatório.

→ Morte materna.

Para o recém-nascido ocorre maior risco de:

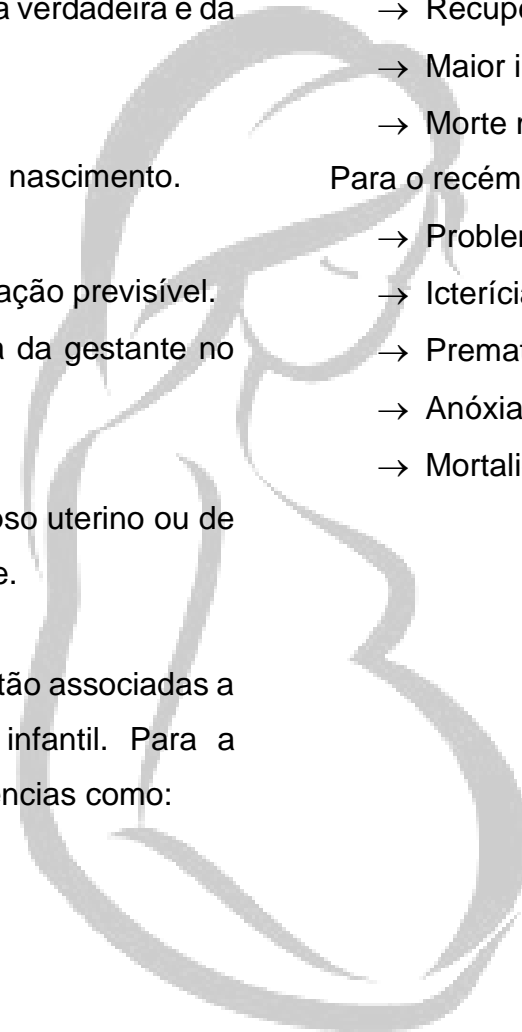
→ Problemas respiratórios.

→ Icterícia fisiológica.

→ Prematuridade iatrogênica.

→ Anóxia.

→ Mortalidade neonatal.





## PUERPÉRIO

Cuidados com a mamãe após o parto.

Período em que as modificações no organismo da mulher provocadas pela gravidez e pelo parto, retornam à situação anterior à gravidez.

### Seu parto foi normal? Houve corte próximo a vagina (episiotomia)?

- ✓ Mantenha a região bem limpa.
- ✓ A região está cicatrizando e pode ficar dolorida.
- ✓ Os pontos geralmente caem sozinhos.

### Seu parto foi por cesariana?

- ✓ Mantenha a região bem limpa.
- ✓ Seus pontos deverão ser retirados de 8 a 10 dias.

Inicia-se de uma a duas horas após o parto e o término é imprevisível, dependendo do tempo que durar a amamentação.

### NÃO SE PREOCUPE!

Logo após o parto é normal apresentar um estado de exaustão e relaxamento, principalmente se ficou um longo período sem hidratação e/ou alimentação, além dos esforços para o nascimento do seu filho, este estado pode se manifestar por sonolência e exige repouso.

Você pode apresentar ligeiro aumento da temperatura nas primeiras 24 horas, podendo ocorrer ainda calafrios, estas alterações podem ocorrer sem que represente um risco à sua saúde, mas exigem cautela.

E ainda pele seca e queda dos cabelos, que é um processo natural desta fase.

## AS EMOÇÕES FORAM FORTES, NÃO É?

As transformações que se iniciam no puerpério, não são somente nos aspectos endócrino e genital, mas no seu todo, inclusive psicologicamente, se você se sentir frágil, insegura, triste, com dificuldade para dormir, peça ajuda ao seu parceiro, algum familiar ou amigo(a) próximo, essa é uma fase passageira e é necessário a adaptação à chegada do novo integrante da família.

### VOLTANDO AO MÉDICO!

Você e o bebê devem passar por consulta na semana seguinte ao parto, essa consulta é importante para saber como vocês estão: Avaliar a amamentação e se há sangramento vaginal, observar a cicatrização e retirar pontos, se necessário, examinar e vacinar o bebê, tirar possíveis dúvidas e discutir se deseja ou não uma nova gravidez e sobre os métodos anticoncepcionais.

### A FAMÍLIA AUMENTOU!!!

Um planejamento familiar é importante, por isso é necessário se pensar em um método contraceptivo!

Logo após o parto, os cuidados com o bebê são intensos e demandam tempo, o que não deixa espaço para um tempo a sós com seu parceiro. Além disso as relações sexuais deverão aguardar em média 40 dias após o parto, para acontecer.

Mas tão logo elas voltem, o ideal é se evitar uma gestação precoce, para isso existem vários métodos que você juntamente com o(a) ginecologista podem escolher.



## Referencia

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderneta da Gestante.** Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/caderneta\\_gestante.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/caderneta_gestante.pdf) . Acesso em: 22/04/2021.

CANDEIAS, Nelly Martins Ferreira. **Assistência pré-natal: conhecimentos, atitudes e práticas de mulheres internadas no Serviço de Obstetrícia de um hospital do município de São Paulo, Brasil.** Disponível em: <https://scielosp.org/article/rsp/1980.v14n4/427-438/pt/>. Acesso em: 10/06/2021.

GOIÁS, Governo do Estado de. Secretaria de Estado de Saúde. **Pré-natal.** Nov, 2019. Disponível em: <https://www.saude.go.gov.br/biblioteca/7637-pr%C3%A9-natal>.

MDSAÚDE. **Parto cesariana.** 2020. Disponível em: <https://www.mdsaude.com/gravidez/parto-cesariana/>. Acesso em 09 jun.2021.

RAMOS, Sérgio dos Passos. **Pré-natal: exames.** Disponível em: <https://www.gineco.com.br/saude-feminina/gravidez/exames>.

SARTORI, Amanda Caroline; *et al.* **Cuidado integral à saúde da mulher** [recurso eletrônico]. Porto Alegre: SAGAH, 2019.

SAÚDE, Ministério da. **Assistência pré-natal: manual técnico.** Brasília, 2000. Disponível em: [https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04\\_11.pdf](https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd04_11.pdf).

SEDICIAS, Sheila. **Quais são os exames do 3º trimestre de gestação.** Disponível em: <https://www.tuasaude.com/exames-do-terceiro-trimestre-de-gravidez/>.



VICENTE, Albeniz Campos; LIMA, Ana Karla Bezerra da Silva; LIMA, Carlos Bezerra de. **Parto cesário e parto normal: uma abordagem acerca de riscos e benefícios**. Temas em saúde, João Pessoa, v.17, n. 4, 2017. Disponível em: <https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2018/01/17402.pdf>. Acesso 09 jun. 2021.