



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

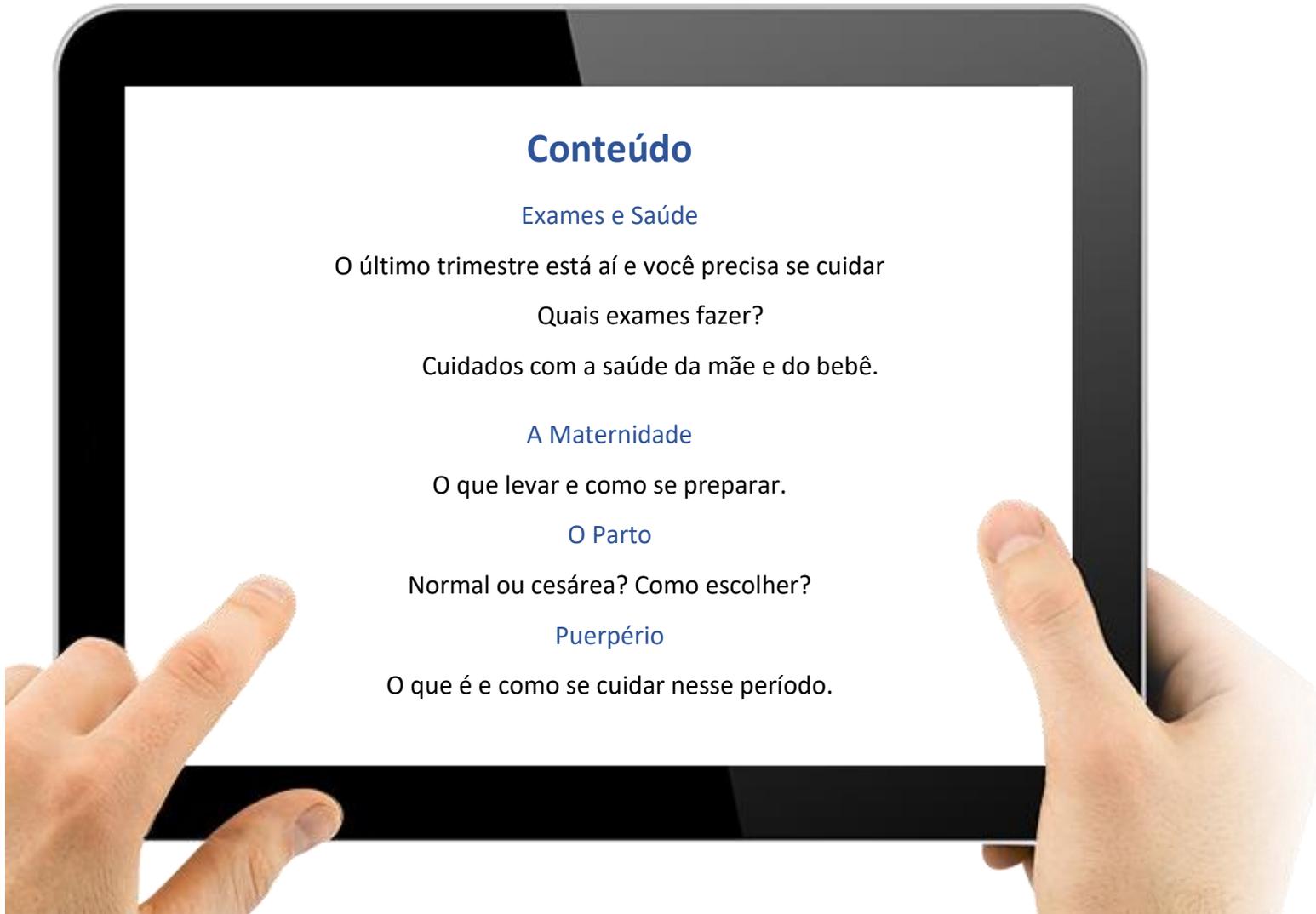
O que levar e como se preparar.

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

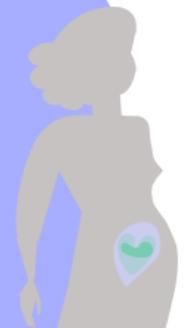
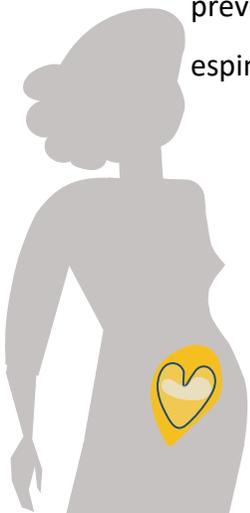
Tipagem sanguínea e fator Rh: Identifica o tipo de sangue. Se a gestante tem Rh negativo e o pai do bebê tem Rh positivo, ela deve fazer um outro exame durante o pré-natal, o Coombs Indireto. Após o nascimento, caso o bebê tenha Rh positivo, a mulher deverá tomar uma vacina em até 3 dias após o parto,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

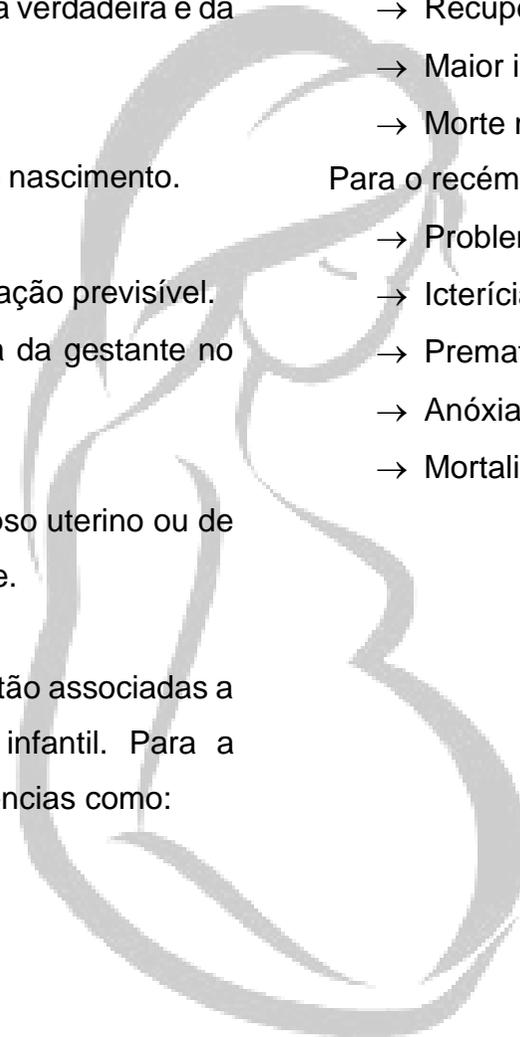
→ Problemas respiratórios.

→ 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 . 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.

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.