

CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE



SES
Secretaria
de Estado
de Saúde



Secretaria Adjunta de Atenção e Vigilância à Saúde
Superintendência de Atenção à Saúde
Coordenadoria de Organização de Redes de Atenção à Saúde
Rede Cegonha - Mato Grosso

Caderneta da Gestante Mato-Grossense

Cuiabá, fevereiro de 2026



SES
SECRETARIA DE
ESTADO DE SAÚDE



GOVERNO DE
MATO
GROSSO

A **Caderneta da Gestante Mato-Grossense** foi criada com o objetivo de abordar as peculiaridades do Estado de Mato Grosso.

Além disso, com esse instrumento local, haverá o suprimento da necessidade de distribuição no estado.

A caderneta foi elaborada em conjunto, garantindo uma visão ampla de conhecimentos e cultura.



Foi criada para acompanhar a mulher desde a notícia da gravidez até o puerpério.

IDENTIFICAÇÃO DA GESTANTE

Número do cartão SUS: _____
Número do Sisprenatal: _____
Local de realização do Pré-Natal: _____

Nome: _____
Como gosta de ser chamada: _____
Nacionalidade: _____
CPF: _____
Documento estrangeiro: _____
Nome do (a) companheiro (a) – opcional: _____
Data de nascimento: _____ Idade: _____
Raça: Branca Preta Amarela Parda Indígena
Etnia: _____

Pertence à uma comunidade Cigana? Sim Não
Se sim, qual etnia: Rom Sinti Kalon
Cigano alocado em: Acampamento Casa
Distrito Sanitário Especial Indígena ao qual está vinculada:
Micro área / Polo Base: _____ CASAI: _____
Aldeia: _____
Parteira: _____
Comunidade Quilombola: _____

Endereço: _____ Bairro: _____
CEP: _____ Cidade: _____ Estado: _____
Ponto de referência: _____
Telefone fixo: _____ Celular: _____
E-mail: _____

Em situação de emergência, ligar para:
Nome: _____
Telefone: _____
 Companheiro (a) Familiar Amigo (a) Outros

04 - CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE

Contempla os povos indígenas e ciganos, respeitando suas individualidades e culturas.

Espaço exclusivo para o preenchimento de informações de indígenas e ciganos.

VACINAÇÃO

Dupla Bacteriana (Tétano e Difteria)
Data ___/___/___ 1ª Dose _____
Data ___/___/___ 2ª Dose _____
Data ___/___/___ 3ª Dose _____
Data ___/___/___ 1º Reforço _____

Tríplice Bacteriana Acelular – dTpa - VIP (Tétano, Difteria e Coqueluche)
Data ___/___/___ 1ª Dose _____


Observação: Ser aplicada a partir da 20ª semana de gestação. Respeitar o intervalo mínimo de um mês entre elas.

Hepatite B
Data ___/___/___ 1ª Dose _____
Data ___/___/___ 2ª Dose _____
Data ___/___/___ 3ª Dose _____

Influenza (Gripe)
Data ___/___/___ 1ª Dose _____

Covid - 19
Data ___/___/___ 1ª Dose _____
Data ___/___/___ 2ª Dose _____
Data ___/___/___ Reforço _____


Registro de infecção por Covid-19 durante a gestação: Sim Não



CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE - 09

Após o período pandêmico que enfrentamos, trazemos a importância da inserção de informações referentes à COVID-19.

Os exames Pré-Natal são divididos ao longo dos 3 trimestres, facilitando o preenchimento para o profissional de saúde.



1º TRIMESTRE 2º TRIMESTRE 3º TRIMESTRE

EXAMES PRÉ-NATAL

1º Trimestre

Exames	Data	Resultado	Data	Resultado	Data	Resultado
Teste rápido de de gravidez						
Hemograma						
Tipagem sanguínea e fator Rh						
Coombs indireto						
Eletroforese de hemoglobina						
Glicemia em jejum						
Teste rápido de triagem para sífilis e/ou VDRL/RPR						
Teste rápido diagnóstico anti-HIV						
Anti-HIV						
Toxoplasmose IgM e IgG						
Sorologia para hepatite B (HbsAg)						
Urocultura + urina tipo I						
Citopatológico de colo de útero						
Exame de secreção vaginal						
HTLV I II						
Parasitológico de fezes						
Hematócrito						

2º Trimestre

Exames	Data	Resultado	Data	Resultado	Data	Resultado
Teste rápido de Tolerância para Glicose						
Coombs Indireto						

CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE - 13

ACOMPANHAMENTO PRÉ-NATAL

NÚMERO DE CONSULTAS

	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	7ª	8ª										
DATA																		
IG CRONO																		
IG ECO																		
PESO (kg)																		
IMC																		
AU																		
Circunferência Abdominal																		
PA mmHg																		
Apresentação																		
BCF																		
MOVIMENTOS FETAIS																		
INFORMAÇÕES CLÍNICAS																		
EDEMA (+, ++, +++)																		
ESTRATIFICAÇÃO DE RISCO *	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR
LOCAL DE ATENDIMENTO																		

ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA

16 - CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE

	9ª	10ª	11ª	12ª	13ª	14ª	15ª	16ª										
DATA																		
IG CRONO																		
IG ECO																		
PESO (kg)																		
IMC																		
AU																		
Circunferência Abdominal																		
PA mmHg																		
Apresentação																		
BCF																		
MOVIMENTOS FETAIS																		
INFORMAÇÕES CLÍNICAS																		
EDEMA (+, ++, +++)																		
ESTRATIFICAÇÃO DE RISCO *	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR
LOCAL DE ATENDIMENTO																		

ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA ASSINATURA

*Estratificação De Risco

Uma gestação que está transcorrendo bem pode se tornar de risco a qualquer momento, durante a evolução da gestação ou durante o trabalho de parto. Portanto, há necessidade de reestratificar o risco a cada consulta pré-natal. A intervenção precisa e precoce evita os retardos assistenciais capazes de gerar morbidade grave, morte materna ou perinatal.

A estratificação de risco gestacional é definida em:
 Risco Habitual, Risco Intermediário e Alto Risco **RH RI AR** a partir de fatores, agrupando-os de acordo com:

- * Condições individuais e socioeconômicas e familiares;
- * História reprodutiva anterior;
- * Condições e intercorrências, clínicas ou obstétricas, na gestação atual.

CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE - 17

* Acompanhamento Pré-Natal com 16 consultas

A Estratificação de Risco da gestante será feita a cada consulta Pré-Natal.

O cuidado compartilhado estará presente facilitando a integração entre as equipes.

ACOMPANHAMENTO PRÉ-NATAL

NÚMERO DE CONSULTAS

	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	7ª	8ª										
DATA																		
IG CRONO																		
IG ECO																		
PESO (kg)																		
IMC																		
AU																		
Circunferência Abdominal																		
PA mmHg																		
Apresentação																		
BCF																		
MÓVIMENTOS FETAIS																		
INFORMAÇÕES CLÍNICAS																		
EDEMA (+, ++, +++)																		
ESTRATIFICAÇÃO DE RISCO *	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR	RH	RI	AR
LOCAL DE ATENDIMENTO																		
ASSINATURA																		

16 - CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE

ABORDAGEM INTEGRADA EM EQUIPE E COMPARTILHAMENTO DO CUIDADO NA APS

Médico APS

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /

Enfermeiro APS

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /

Cirurgião Dentista APS

Ações: _____

Gestor do caso () _____


Ass.: _____ Prazo: / /

Equipe Multidisciplinar APS

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /



18 - CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE

ABORDAGEM INTEGRADA EM EQUIPE E COMPARTILHAMENTO DO CUIDADO NA AAE

Médico AAE

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /

Enfermeiro AAE

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /

Psicólogo AAE

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /

Nutricionista AAE

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /

Fisioterapeuta AAE

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /

Assistente Social AAE

Ações: _____

Gestor do caso () _____

Ass.: _____ Prazo: / /

CADERNETA DA GESTANTE MATO-GROSSENSE - 19

Direitos da Gestante expostos para conhecimento.

DIREITOS

- ✓ Certidão de nascimento é um dos documentos mais importantes na vida de uma pessoa. Nela, estão todas as informações do registro de nascimento. Conforme a Lei nº 9.534 de 1997, que trata da gratuidade dos atos necessários ao exercício da cidadania. Tirar o Registro Civil de Nascimento é obrigatório e ninguém precisa pagar pela primeira via, é gratuita.
- ✓ Se a mãe for indígena, deve apresentar também o Registro Administrativo de Nascimento de Indígena (RANI) a fim de orientar o cartório a realizar corretamente o registro da criança. Em alguns locais, ainda existe um entendimento errado de que seria necessariamente exigido o RANI para a emissão da certidão de nascimento de indígenas. No entanto, no Manual de Procedimentos – Acesso à documentação civil para indígenas, elaborado pela Funai, fica claro na página 15 que, para fazer o Registro Civil de Nascimento, é necessário a via da DNV ou o Registro Administrativo de Nascimento de Indígena (RANI). Ou seja, qualquer um dos dois documentos será suficiente.

O manual pode ser acessado pelo link manual-acesso-doc-civil-dezembro-2018-20-12-2018-final.pdf (www.gov.br)

Procure o cartório de registro civil do lugar onde seu (sua) filho (a) nasceu ou onde você mora. Algumas maternidades oferecem esse serviço.

Certidão de Nascimento

- ✓ A certidão deve ser feita logo após o nascimento da criança, no hospital onde ela nasceu, se houver uma unidade de cartório no local.
- ✓ Caso não tenha serviço de cartório na maternidade, os pais ou responsáveis devem ir ao cartório mais próximo, levando os próprios documentos e a Declaração de Nascido Vivo (DNV), entregue pelo hospital.
- ✓ Se o pai não puder ir registrar o filho, a mãe pode providenciar a Certidão de nascimento sozinha, levando a Certidão de Casamento ou uma declaração do pai com firma reconhecida em cartório.
- ✓ Caso a criança nasça em casa, a DNV pode ser preenchida pela equipe da atenção básica.

Direitos trabalhistas:

- ✓ Licença-maternidade de 120 (cento e vinte) dias para gestantes com carteira de trabalho assinada.
- ✓ Não ser demitida enquanto estiver grávida e até cinco meses após o parto, a não ser por "justa causa".
- ✓ Mudar de função ou setor em seu trabalho, caso ele apresente riscos ou problemas para sua saúde ou a saúde do bebê. Para isso, apresente à sua chefia um atestado médico comprovando que você precisa mudar de função ou setor.
- ✓ Receber DECLARAÇÃO DE COMPARECIMENTO sempre que for às consultas de pré-natal ou fizer algum exame. Apresentando esta declaração à sua chefia, você terá a falta justificada no trabalho.
- ✓ Até o bebê completar seis meses, você tem o direito de ser dispensada do trabalho todos os dias, por dois períodos de meia hora ou um período de uma hora, para amamentar. Combine com seu empregador o melhor jeito de aproveitar esse tempo.

- ✓ Licença de cinco dias para o pai logo após o nascimento do bebê.

Procure o setor de gestão de pessoas da sua empresa, para saber mais sobre seus direitos parentais.

Além disso, tem os direitos sociais:

- ✓ Guichês e caixas especiais ou prioridade nas filas para atendimento em instituições públicas e privadas (bancos, supermercados, lojas).
- ✓ Assento prioritário para gestantes e mulheres com crianças de colo em ônibus e metrô. Peça licença e ocupe o lugar que é seu.

Não viaje em pé! No ônibus você pode sair pela porta da frente.

- ✓ Se a sua família é beneficiária do Programa Bolsa Família, você tem direito ao benefício variável extra na gravidez e após o nascimento do bebê. Para conseguir este benefício, busque informações no Centro de Referência em Assistência Social (CRAS) de seu município.

Entrega em adoção:

- ✓ A Lei nº 12.010/2009 garante a você o direito de receber atendimento psicossocial gratuito se desejar, precisar ou decidir entregar a criança em adoção. Procure a Vara da Infância e Juventude de sua cidade.

Se você for estudante, também tem seus direitos garantidos:

- ✓ A Lei nº 6.202/1975 garante à estudante grávida o direito à licença-maternidade sem prejuízo do período escolar.
- ✓ A partir do oitavo mês de gestação a gestante estudante poderá cumprir os compromissos escolares em casa - Decreto-Lei nº 1.044/1969.
- ✓ O início e o fim do período de afastamento serão determinados por atestado médico a ser apresentado à direção da escola.
- ✓ Em qualquer caso, é assegurado às estudantes grávidas o direito a prestação dos exames finais.

Caso seja adolescente, você tem o direito, pelo Estatuto da Criança e do Adolescente, de ser atendida com sigilo, privacidade, autonomia, e receber informações sobre saúde sexual e reprodutivo.

Também pode ser atendida sozinha, se preferir.

Direitos nos serviços de saúde:

- ✓ Ser atendida com respeito e dignidade pelas equipes de saúde, sem discriminação de cor, raça, orientação sexual, religião, idade ou condição social.
- ✓ Ser chamada pelo nome que preferir e saber o nome do profissional que a atende.
- ✓ Aguardar o atendimento sentada, em lugar arejado, tendo à sua disposição água para beber e banheiros limpos.

Lei da vinculação para o parto:

A Lei nº 11.634, de 26.10.2007, garante à gestante o direito de ser informada anteriormente, pela equipe do pré-natal, sobre qual a maternidade de referência para seu parto e de visitar o serviço antes do parto.

A Gravidez na Adolescência foi abordada apontando seus fatores de riscos à saúde.

GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA



A adolescência é caracterizada por múltiplas transformações tanto físicas quanto psicológica. A OMS compreende por esse período de 10 a 20 anos incompletos. Essa é uma fase de formação de autonomia e identidade única de cada indivíduo. Fase onde surgem as diversas dúvidas e as incertezas. Quando ocorre a gravidez na adolescência pode trazer consigo vários sentimentos como inseguranças, medo, ansiedades por isso o apoio familiar é muito importante nessa fase, dessa forma podendo garantir o atendimento de suas necessidades psicossociais, e a permanência na escola.

A gravidez na adolescência pode trazer vários riscos que eleva a prevalência de complicações tanto maternas, fetais e neonatais. As complicações e gravidade da gestação correlacionam-se à idade da adolescente, e especialmente menores de 14 anos, ou menos de dois anos da menarca (primeira menstruação).

GESTAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA

Fatores que aumentam os riscos

- ♦ altura da adolescente inferior a 150cm ou peso menor que 45kg.
- ♦ idade menor que 16 anos ou ocorrência da primeira menstruação há menos de dois anos.
- ♦ Adolescente usuária de álcool ou de outras drogas lícitas (cocaína/ crack ou medicamentos sem prescrição médica).
- ♦ não realização do pré-natal ou menos do que seis visitas de rotina.
- ♦ Tentativa de interromper a gravidez por quaisquer meios.
- ♦ presença de doenças agudas e emergentes: como dengue, zika, entre outras doenças.
- ♦ falta de apoio familiar à adolescente.

Riscos para a mãe adolescente e para o recém nascido

- ♦ não amamentar o RN por quaisquer motivos.
- ♦ quando a família rejeita ou expulsa a mãe e o RN do convívio familiar.
- ♦ abandono do RN em instituição ou abrigos.
- ♦ RN com anomalias graves, problemas congênitos ou traumatismo durante o parto.
- ♦ quando o núcleo familiar apresenta doenças psiquiátricas, ou uso de drogas, álcool.

Riscos para a mãe adolescente e para o recém nascido

Um dos fatores principais para a prevenção é a educação, educação sexual integrada e compreensiva faz parte da promoção do bem-estar de adolescentes e jovens. O respeito pelo outro, a igualdade e equidade de gênero, assim também a proteção inoportuna, prevenção de doenças sexualmente transmissíveis com HIV.

A garantia de desenvolvimento integral na adolescência é uma responsabilidade coletiva.

A data foi instituída pela lei nº 13.798/2019 e realizar-se todo ano na semana que inclui o dia 1º de fevereiro, com o objetivo de espalhar a informação sobre medidas preventivas e educacionais que contribuem para a redução da incidência da gravidez na adolescência.

Sugestões de preparação para o parto.

O parto está a cada dia mais perto!

Sugestões práticas

Você conseguiu organizar as roupas e as fraldas de que seu bebê vai precisar? Se tiver dificuldades com o enxoval, peça orientações na Unidade Básica de Saúde sobre locais de apoio para esse fim em seu município.

Peça a seu (sua) companheiro (a) ou alguém próximo de você para ajudá-la nas seguintes tarefas:

Organizar documentos para levar no momento do parto e para entrar com a licença-maternidade.

Fazer a lista de telefones úteis. Comprar mantimentos para quando vocês chegarem da maternidade.

Colocar na sacola o que vocês vão levar:

- Roupas e fraldas para o bebê, roupas para você, absorventes, casaco ou manta para seu acompanhante durante a noite, produtos de higiene pessoal;
- Carteira de Identidade ou Certidão de Nascimento;
- Esta caderneta e a Caderneta de Saúde, se for adolescente;
- Cartão do SUS, se possuir.

Se você é estudante, já solicitou o atestado para o afastamento de suas atividades escolares?

Se você tem outros filhos, quem ficará com eles enquanto estiver na maternidade?

Você já escolheu quem será seu acompanhante?

Você já visitou a maternidade?

Conhecer a maternidade pode deixar você mais confiante e tranquila no momento do parto. A Lei nº 11.634, de 26.10.2007, garante à gestante o direito.

Seu útero já está se preparando para o parto!

Perto da data do parto você poderá sentir sua barriga endurecer, como contrações que não duram muito tempo. Antes de pensar em sair para o hospital, tome um banho, repouse e veja se essas contrações continuam fortes e regulares. Pode ser que ainda não seja o trabalho de parto, mas só um treino.

Dias antes do parto poderá sair por sua vagina um muco grosso amarelado, como clara de ovo, com rajadas de sangue, o tampão mucoso. Este é um sinal de que o parto pode estar próximo.

Temas Contemplados

Saúde do Homem

PRÉ-NATAL DO PARCEIRO

Tem como objetivo preparar o homem para a paternidade ativa e consciente, assim como detectar precocemente doenças, atualizar a carteira vacinal, incentivar a participação em atividades nos serviços de saúde, diminuir a violência intrafamiliar, fortalecer o cuidado do bebê e da mãe, no processo de amamentação diminui a insegurança alimentar e fornece exemplos positivos de autocuidado, conforme o Marco Legal da Primeira Infância (Lei nº 13257/2016).

A gestação é um momento importante tanto para a mulher quanto para o homem. São emoções intensas que se misturam e você pode contar com sua equipe de saúde. Nas Unidades Básicas de Saúde do SUS, os homens também têm o direito de cuidar de si ao mesmo tempo em que acompanham suas parceiras. Essa estratégia se chama Pré-Natal do Parceiro.

Converse e apoie a sua parceira! Fala com ela sobre seus sentimentos, emoções e sobre o que vocês esperam desta nova vida!

Troque ideias com outros pais que já viveram essa experiência e aproveite esse momento para se cuidar também!

Afinal, seu bebê precisa de você saudável!

Dados do Parceiro

Nome: _____
Como gosta de ser chamado: _____
Grau de instrução:
 Nenhuma Fundamental Médio Superior
Idade: _____
Pressão Arterial: _____
Peso: _____
Altura / cm: _____
IMC (Índice de massa corporal): _____



Saúde Mental

Aspectos emocionais da gravidez e puerpério

Não existe maneira certa ou errada de se sentir quando uma mulher descobre que está grávida. As reações e emoções variam de acordo com as experiências individuais e com o momento particular de cada uma. Muitas mulheres sentem uma grande alegria e entusiasmo com a descoberta da gravidez, enquanto em outras a felicidade está misturada com preocupação, incertezas e medo. Ter um bebê pode ser uma das experiências mais emocionantes e desafiadoras da vida e, ao mesmo tempo, uma montanha russa: às vezes a mulher sentirá alegria, felicidade e prazer, mas pode haver outras emoções quando ela começa a se sentir estressada, frustrada, sobrecarregada e confusa.

É importante identificar que há diferenças entre estar deprimida e estar apenas muito cansada. É comum haver sobreposição entre os sintomas da depressão e as demandas próprias da maternidade. Deve-se reconhecer alguns aspectos da vida da mulher que tem um recém-nascido, como a privação do sono e o aumento do estresse. Quando estes sintomas persistirem, podem levar a algum tipo de transtorno mental. O apoio do parceiro (a) e família é muito importante nesse período.

A relação inicial mãe/bebê é, ainda, pouco estruturada, com o predomínio de uma comunicação não verbal e, por isso, intensamente emocional e mobilizado. A chegada do bebê desperta muitas ansiedades e os sintomas depressivos são comuns. O bebê deixa de ser idealizado e passa a ser vivenciado como um ser real e diferente da mãe. As necessidades próprias da mulher são postergadas em função das necessidades do bebê, porém ela continua a precisar de amparo e proteção, assim como ao longo da gravidez.

Tristeza puerperal - Existe um evento que muitas mulheres experimentam, o baby blues (tristeza puerperal). Ele pode surgir entre o terceiro e o décimo dia após o parto devido às alterações hormonais. As mulheres podem se sentir chorosas e sobrecarregadas, durante alguns dias. O quadro tende a se resolver sem nenhum cuidado específico, além do apoio e da compreensão dos familiares. O baby blues não é a mesma coisa que depressão pós-parto, mas se os sintomas não desaparecerem após algumas semanas, pode ser um sinal de algo mais sério, que precisa ser investigado por um profissional da saúde.

Depressão Pós Parto - Não existe uma única causa para a depressão pós-parto. As mulheres com maior risco de desenvolver algum problema de saúde mental na gestação e puerpério são aquelas que tem história prévia de proble-

Aleitamento Materno

NÃO EXISTE LEITE FRACO!



Tipos de leite materno

Colostro: É o primeiro leite a ser produzido pela mulher antes mesmo do nascimento do bebê, ele é secretado entre o 3 e 5 dias primeiros dias após o parto, é rico em células imunologicamente ativas, anticorpos e proteínas, funcionando como a primeira vacina. O colostro transforma-se no leite de transição: é a chamada descida do leite ou ajudadura.

Transição: é produzido pela mulher entre o sexto dia até os 15 dias após o parto, e é rico em gordura e lactose, mas contém menos proteínas e probióticos.

Saúde Bucal



SAÚDE BUCAL

É fato que a saúde começa pela boca e, por saber que a gravidez provoca uma série de alterações no organismo da mulher, inclusive na cavidade bucal, justifica-se a importância de o pré-natal odontológico compor uma das etapas das consultas de pré-natal.

Sobre a temática, sabe-se que, o pré-natal odontológico tem como principal objetivo cuidar e ensinar a gestante a ter um bebê saudável. Nesse contexto, vale ressaltar que, as consultas com cirurgiões-dentistas são importantes e seguras, tanto para a mãe quanto para o bebê, e são necessárias para prevenir, diagnosticar e tratar os problemas, evitando-se o comprometimento da gestação.

Lei do direito a acompanhante ao parto e disponibilização de contatos para denúncias de violência na gravidez.



GESTANTE E BEBÊ SEMPRE TEM O DIREITO A VAGA!

Para o parto, você deve ser atendida no primeiro serviço de saúde que procurar. Em caso de necessidade de transferência para outro serviço de saúde, o transporte deverá ser garantido de maneira segura.

Lei do direito a acompanhante no parto:

Lei Federal nº 11.108/2005, que garante às parturientes o direito a acompanhante durante todo o período de trabalho de parto, no parto e no pós-parto, no SUS. Este acompanhante é escolhido por você, podendo ser homem ou mulher.

Lei Estadual nº 11.852, DE 27 DE JULHO DE 2022, que dispõe sobre o direito de toda mulher a ter acompanhante, pessoa de sua livre escolha, nas consultas e exames, inclusive os ginecológicos, nos estabelecimentos públicos e privados de saúde no Estado de Mato Grosso.

Violências na gravidez:

✓ Se você sofrer qualquer tipo de violência física, sexual ou psicológica por parte de pessoas próximas ou desconhecidas e desejar ajuda do serviço de saúde, converse com o profissional que a está atendendo.

Procure orientações para defender seus direitos e não permitir que aconteça novamente.

✓ Se você é portadora do vírus HIV ou HTLV, não deve amamentar seu bebê e tem o direito de receber leite em pó, gratuitamente, pelo SUS, até o bebê completar 6 meses ou mais.

Ligue: 180 ou Disque Saúde: 136, de forma gratuita e denuncie.

SINAIS DE ALERTA NA GESTAÇÃO, PROCURE O SERVIÇO DE SAÚDE

- ✓ Sentir dores fortes de cabeça, com a visão embaralhada ou enxergando estrelinhas;
- ✓ A pressão estiver alta;
- ✓ Tiver sangramento ou perda de líquido (água) pela vagina;
- ✓ Apresentar muito inchaço nos pés, nas pernas e no rosto, principalmente ao acordar;
- ✓ Tiver dor ou ardor na uretra (local por onde sai a urina) ao urinar;
- ✓ Houver sangramento, mesmo sem dor;
- ✓ Tiver contrações fortes, dolorosas e frequentes;
- ✓ Passe muito tempo e você não consiga sentir o bebê mexendo de maneira alguma;
- ✓ Apresentar febre, dor de cabeça, dor no corpo, vermelhidão nos olhos ou manchas vermelhas na pele.

Importância da Rede de Apoio durante o período gravídico-puerperal.

Rede de apoio

A rede de apoio pode ser constituída pela família, amigos, colegas de trabalho, pessoas com as quais você poderá contar após o nascimento do bebê. Busque sempre informar a eles sobre suas vontades para o parto, pós-parto e cuidados com o bebê. A rede de apoio é de extrema importância especialmente para as coisas práticas do dia a dia no pós-parto, para que a mãe consiga ter tempo para descansar ou para ficar mais tempo em conexão com a cria, para que tenha tranquilidade na amamentação. Sempre que necessário busque ajuda, lembre-se que está em nascimento não apenas o bebê, mas a mãe também, e vocês aprenderão juntos o que é melhor para vocês, e a sua rede segura de apoio deve estar pronta para lhe auxiliar.

Dicas para a rede de apoio:

- ◆ Evite palpites ou repassar mitos, respeite as decisões da mãe;
- ◆ Não ofereçam bicos artificiais ou chupetas como presentes, principalmente se a mãe já deixou claro sua escolha por amamentar;
- ◆ Observe sinais de emoções da mãe, mantenha contato, pergunte se ela está bem e ofereça suporte sempre que ela precisar; em casos de sinais mais preocupantes direcione a ajuda profissional;
- ◆ Ajude com as atividades práticas da casa, alimentação, farmácia, e outros filhos quando houver;
- ◆ Escute e se faça presente, mesmo que as vezes a distância.

Se isso acontecer com você, peça ajuda a alguém de sua família. Se os sintomas não se resolverem ou se tornarem muito intensos, você deverá ir à Unidade de Saúde para uma avaliação. Caso você não consiga seguir o acompanhamento proposto ou não houver melhora do quadro, deverá ser referenciada para equipe de referência em saúde mental.

Aborda a Violência Obstétrica em suas diferentes formas, sendo elas físicas e/ou verbais.

TRABALHO DE PARTO

Algumas coisas que você deve saber para ter um bom parto:

- ◆ Você tem direito a um ambiente sossegado, privativo, arejado, sem ruídos, só para você e seu acompanhante, durante o trabalho de parto e o parto.
- ◆ É fundamental que você seja apoiada por pessoas que lhe tragam ânimo e confiança!

Procedimentos Não Recomendados

Alguns procedimentos e atos de imprudência atinge diretamente as mulheres e pode ocorrer durante a gestação, parto e pós-parto. O desrespeito à mulher, à sua autonomia, ao seu corpo e aos seus processos reprodutivos, pode manifestar-se por meio de violência verbal, física ou sexual e pela adoção de intervenções e procedimentos desnecessários.

Existem vários procedimentos que não devem ser realizados, por exemplo:

- ✓ Xingamentos, humilhações, comentários constrangedores em razão da cor, da raça, da etnia, da religião, da orientação sexual, da idade, da classe social, do número de filhos etc.;
- ✓ Episiotomia ("pique" no parto vaginal) sem necessidade, sem anestesia ou sem informar à mulher;
- ✓ Ocitocina ("sorinho") sem necessidade;
- ✓ Manobra de Kristeller (pressão sobre a barriga da mulher para empurrar o bebê);
- ✓ Lavagem intestinal durante o trabalho de parto;
- ✓ Raspagem dos pelos pubianos;
- ✓ Amarrar a mulher durante o parto ou impedi-la de se movimentar;
- ✓ Não permitir que a mulher escolha sua posição de parto, obrigando-a a parir deitada com a barriga para cima e pernas levantadas;
- ✓ Impedir a mulher de se alimentar e beber água durante o trabalho de parto;
- ✓ Negar anestesia, inclusive no parto normal;

A
Rede Alyne
Agradece a sua atenção!

