

**Prefeitura de
Bebedouro**

ADM. 2013/2016



www.unifafibe.com.br

(17) 3344-7100

Rua Prof. Orlando França de Carvalho, 325 - Centro
Bebedouro/SP - CEP 14701-070

 /UnifafibeOficial

 @unifafibe

Guia Prático para Gestantes

ELABORAÇÃO

Suelen Sonna de Mendonça
Discente

Profª. Ms. Lilian Donizete Pimenta Nogueira
Orientadora do Projeto



SINAIS DE ALERTA NA GRAVIDEZ

Situações para procurar o seu médico o mais rápido possível

- Sangramento vaginal.
- Dor ou ardor para urinar.
- Dor forte em baixo ventre (no pé da barriga).
- Perda de líquido pela vagina.
- Corrimento vaginal com mau cheiro.
- Ausência de movimentos do bebê por mais de 24 horas, mesmo com estímulo.

SINAIS DE TRABALHO DE PARTO

Quais os sinais de alerta para o nascimento do bebê?

Existem sinais característicos de que a gestante está em trabalho de parto ou que está próximo. Não ocorre uma sequência definida. São eles:

Queda do Ventre

Cerca de 15 dias antes do parto, a gestante observa que a barriga toma outro formato (fica mais baixa), melhorando a respiração, mas, aumentando a frequência das micções.

Saída do Tampão

O tampão é uma espécie de muco, espesso e gelatinoso, que fecha o colo do útero e funciona como uma proteção contra a invasão de bactérias. Quando se inicia a dilatação do colo do útero, o tampão pode sair aos poucos ou inteiro. Pode vir com algumas raíais de sangue. Sua saída pode ocorrer até vários dias antes do início do trabalho de parto.

Dilatação

É a abertura gradativa do colo do útero para a passagem do bebê. Para diagnosticar o trabalho de parto o colo tem que estar mais fino e acima de 3 – 4 cm de dilatação. Durante o trabalho de parto a dilatação aumenta cerca de 1 cm por hora.

Contração

É o endurecimento de toda a barriga. Isso ocorre porque o útero se contrai. Durante a gravidez é comum ter uma ou duas contrações durante o dia. Já, no início de trabalho de parto elas são mais frequentes e intensas. Ocorrem em intervalos regulares, aumentando progressivamente em termos de frequência e intensidade, não diminuem com o repouso.

Dor

Normalmente a dor inicia-se como uma cólica leve e pode acompanhar a contração.

Rompimento da Bolsa

O rompimento da bolsa que envolve o feto pode ser um dos primeiros sinais de que a gestante entrou em trabalho de parto. Há perda de grande quantidade de líquido pela vagina. É importante observar as características desse líquido. Se o líquido for claro e com cheiro semelhante à água sanitária está tudo dentro do esperado, contudo se você observar que está com cor esverdeada ou com muito sangue é importante informar seu médico imediatamente.

Dinâmica

Dinâmica é um exame que você pode fazer para averiguar se é realmente o momento de você ir para o hospital. Siga os passos a seguir e em caso de dúvida procure uma das enfermeiras das Unidades de Saúde para ensinar você:

1º) Sente-se confortavelmente.

2º) Tenha por perto um relógio.

3º) Coloque a mão na barriga e marque no relógio o período de 10 minutos.

4º) Conte quantas contrações você sentirá nesses 10 minutos.

5º) Se você sentiu duas ou mais contrações nos 10 minutos, com duração entre 20 e 60 segundos cada, você pode e deve se dirigir ao hospital.

Diminuição dos Movimentos do Feto

Próximo ao dia parto você observará que o feto mexe menos. Isso ocorre porque já não existe muito espaço para o bebê no útero. Lembre-se de que se seu bebê ficar mais do que 24 horas sem se mexer, você deverá procurar seu médico.

QUANDO É HORA DE PROCURAR O HOSPITAL?

O Hospital deverá ser procurado ao notar qualquer mudança, contração frequente, perda de líquido ou sangramento, principalmente entre a 37ª e 41ª semanas de gestação, ficando sempre atenta a todas as orientações abordadas neste guia.

QUANTO TEMPO DURA O TRABALHO DE PARTO?

Para as gestantes que nunca passaram por um parto normal, o tempo de trabalho de parto varia de 8 a 24 horas e este tempo vai diminuindo a cada parto normal que enfrenta. E por isso é muito comum o relato de que no nascimento do 2º bebê, de parto normal, do início do trabalho de parto até o nascimento do bebê, passaram-se cerca de 6 a 8 horas.

O QUE LEVAR AO HOSPITAL NO NASCIMENTO DO BEBÊ?

- Solicitar à Unidade de Saúde que preencha o cartão de pré-natal com o carimbo da unidade, nº do SIS pré natal, telefone para contato e anotar todos os resultados de exames.
- É obrigatório levar ao hospital os seguintes documentos: RG, CPF, Cartão do SUS, Cartão do pré-natal e todos os exames que tiver em mãos, principalmente os ultrassons.
- Para a Mãe: No mínimo 3 trocas de camisola e calcinha, toalha de banho, sabonete, creme dental, absorvente pós-parto ou noturno e uma troca de roupa para o dia da alta hospitalar.
- Para o Bebê: No mínimo 4 trocas de macacão, body, calça comprida, meias, manta e 2 pacotes de fralda, de preferência do tamanho P. Se estiver em época de frio, trazer um cobertor.

“A gravidez e parto são eventos sociais que integram a vivência reprodutiva de homens e mulheres. Este é um processo singular, uma experiência especial no universo da mulher e de seu parceiro, que envolve também suas famílias e a comunidade. A gestação, parto e puerpério constituem uma experiência humana das mais significativas, com fortes potenciais positivos e enriquecedores para todos que dela participam”. (BRASIL, 2001)

Ser MÃE é sentir na felicidade de seu filho, a própria felicidade.