

CADERNETA DA GESTANTE



GOVERNO DO
ESTADO DO CEARÁ
Secretaria da Saúde



**GOVERNO DO
ESTADO DO CEARÁ**
Secretaria da Saúde

MUNICÍPIO: _____

UNIDADE BÁSICA: _____

DADOS PESSOAIS

NOME: _____

ENDEREÇO: _____

BAIRRO: _____

LOCALIDADE: _____

CEP: _____ CIDADE: _____

ESTADO: _____ TELEFONE: _____

Nº SISPRENATAL: _____



DADOS CLÍNICOS/EPIDEMIOLÓGICOS

Data: ___/___/___ Prontuário: _____

Idade: _____ < 15 15 - 35 > 35

Escolaridade: Nenhuma 1º Grau 2º Grau Superior

Estado Civil/União: Casada Solteira (sem união estável)

Solteira (com união estável) Outra: _____

Cor/Raça: Branca Negra Parda Indígena Asiática

Natural: _____

ANTECEDENTES CLÍNICOS

Antecedentes familiares:

Hipertensão arterial Diabetes Gemelidade Malformação

Outros: _____

Antecedentes pessoais:

Hipertensão arterial Diabetes Cirurgias

Cardiopatia Infec. Urinária

Outros: _____

ANTECEDENTES OBSTÉTRICOS

Gestação: _____ Parto: _____ Aborto: _____

Ectópica: _____ Gemelares: _____

Abortamento: _____ Espontâneos: _____

Provocados: _____ Com curetagem: _____

Partos: Vaginais: _____ Césareos: _____

Nascidos vivos: _____ Nascidos Mortos: _____

Filhos vivos atuais: ___ Óbitos 1ª semana: ___ Óbitos após 1ª semana: ___

Causa do óbito: _____

Peso RN: <2500g _____ 2500-4000g _____ >4000g _____

Data da última gestação ____/____/____ (Mês/Ano)

Amamentação: S N Duração: _____ Causa insucesso: _____

Intercorrências em gestações anteriores: _____

GESTAÇÃO ATUAL

DUM ____/____/____ DPP ____/____/____ Dúvida: S N

Qual: _____

Grupo sanguíneo: Rh+ Rh- Sensibilizada: S N

Vacinação antitetânica: S N Doses prévias: 1 2 3

Vacinação da hepatite B: S N Doses prévias: 1 2 3

Última dose > 5 anos: S N Ignorado

Data prevista vacinações: 1ª ____/____/____ Realizada: S N

2ª ____/____/____ Realizada: S N

3ª ____/____/____ Realizada: S N

Fumo: S N Quantos/Dia: _____

Álcool: S N Frequência: _____

Intercorrências até 1ª consulta: _____

EXAME FÍSICO

Peso 1ª consulta: _____ Kg Peso prévio: _____ Kg estatura: _____ cm

Ex. clínico: normal S N Ex. mamas: Normal S N

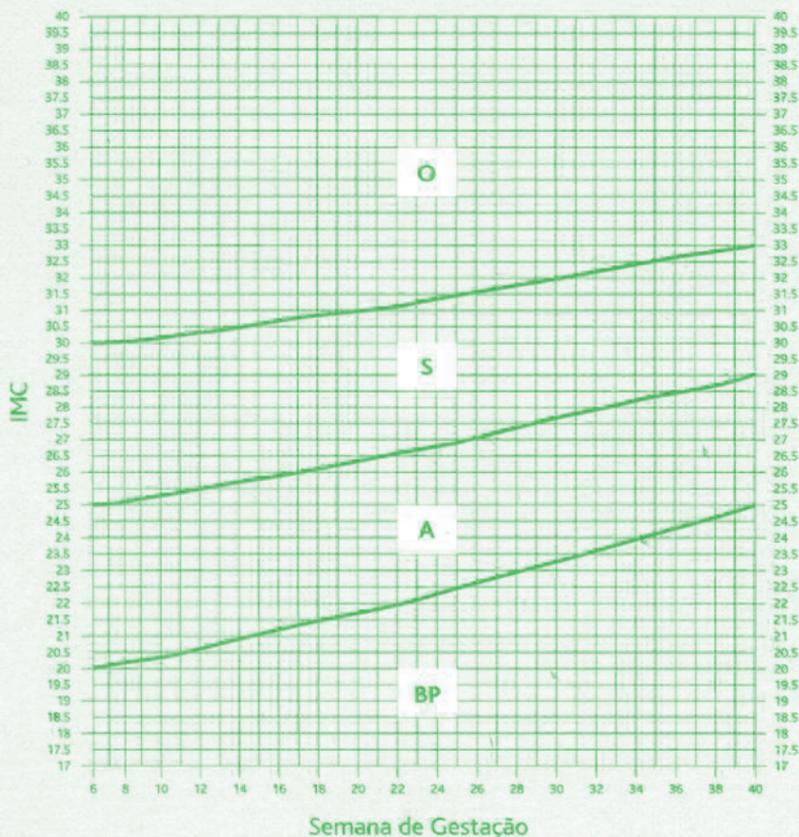
Ex. ginecológico: normal S N

Achados alterados nos exames realizados: _____

EXAMES LABORATORIAIS

Exame	Data	Resultado	Data	Resultado	Data	Resultado
Tipo Sanguíneo						
Hemoglobina Hematócrito						
Glicemia jejum						
TOTG 50g (Teste Oral de tolerância à Glicose)						
VDRL (Sífilis)						
HbsAg (Hepatite)						
HIV						
Toxoplasmose						
Rubéola						
Urina 1						
Urocultura						
Papanicolau						
Outros						

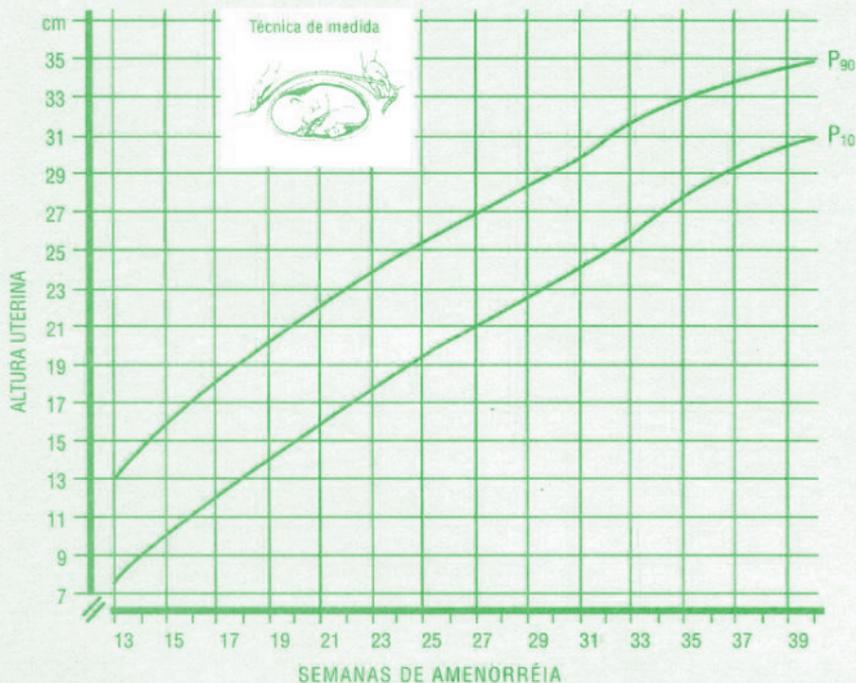
Gráfico de acompanhamento nutricional da gestante



BP – baixo peso **A** – adequado **S** – sobrepeso **O** – obesidade

PLANO DE PARTO

Gráfico de curva altura uterina/idade gestacional



MATERNIDADE DE REFERÊNCIA

ENDEREÇO: _____

TELEFONE: _____

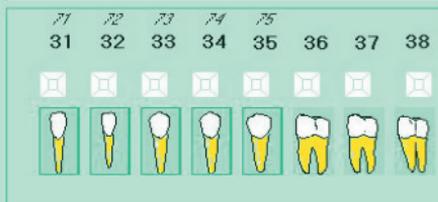
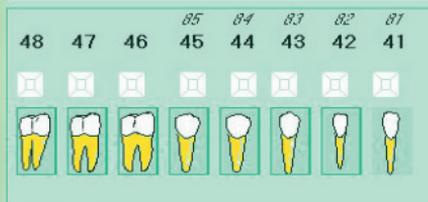
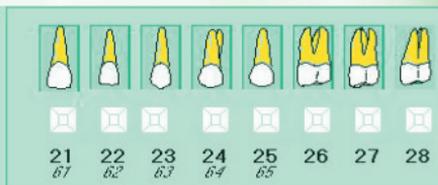
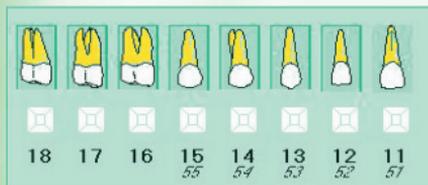
ATENDIMENTO ODONTOLÓGICO

DIAGNÓSTICO DE LESÕES E CÂNCER BUCAL

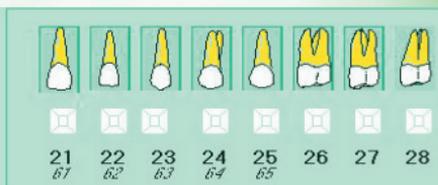
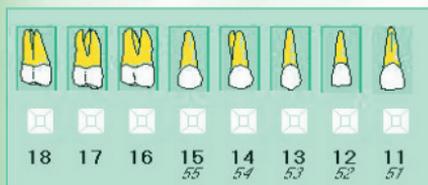


ODONTOGRAMAS

1º EXAME: ____/____/____



2º EXAME: ____/____/____



MATERNIDADE E PATERNIDADE

A maternidade e a paternidade são momentos extremamente importantes no ciclo da vida. Por mais que você tenha sonhado ou planejado, ter um filho traz mudanças. Essas transformações podem gerar preocupações com o futuro, tensões, medos, dúvidas, tristezas. É um período que você sente:

- Sensibilidade e irritabilidade aumentadas.
- Variações de humor - você chora e ri facilmente.
- Sentimentos de culpa, devido à “oscilação entre desejar e não desejar a gravidez” - absolutamente natural, portanto, não se culpe.
- Carência afetiva.

Todas as relações de amor são suficientemente grandes para permitir a existência de diversos sentimentos.

ATENÇÃO!

Esta caderneta não substitui as consultas de pré-natal. Deve ser levada em todas as suas consultas e peça que façam anotações. Também não se esqueça de levar para a maternidade na hora do parto.

Os fatores que contribuem para a intensidade desses estados emocionais são:

- Hormônios sexuais.
- História de vida.
- Idade (se adolescente ou adulta).
- Presença de apoio ou não.
- Evolução da gravidez
- Situação sócio-econômica.
- Condições assistenciais.

Portanto, é um período em que você sente maior necessidade de afeto, cuidados adequados, proteção e muito carinho de sua família e de quem entende de SAÚDE e GRAVIDEZ.

MODIFICAÇÕES GRAVÍDICAS E EMOCIONAIS:

TRÊS TRIMESTRES

É importante considerar que os sintomas acontecem em graus variados e diferenciados a cada mulher e a cada gestação. Portanto, é necessário considerar a sua individualidade e a sua história de vida.

PRIMEIRO TRIMESTRE:

- Hipersonia: sente mais necessidade de dormir.
- Náuseas e vômitos: mais frequentes em mulheres que apresentam esses sintomas em situações de tensão.
- Desejos e aversões: várias justificativas: carência nutricional, emocional e social.
- Aumento de apetite: muito cuidado com a sua alimentação. É necessário fazer pequenas refeições várias vezes ao dia.
- Oscilações de humor e hipersensibilidade: você fica mais sensível do que normalmente. Chorar e rir facilmente. É normal nesse período devido as alterações dos hormônios e por se encontrar muito identificada com o bebê.
- Procure participar de grupos de apoio, isto lhe ajudará a se compreender melhor.

CUIDADOS IMPORTANTES:

- Escove os dentes depois de todas as refeições e antes de dormir.
- Não fume. O cigarro impede o desenvolvimento do bebê.
- Evite tomar bebidas que tenham álcool. Seu bebê pode nascer com baixo peso e mal formação.
- Não tome remédio sem consultar o médico ou a enfermeira que acompanha seu pré-natal.

ANOTE AQUI SUAS DÚVIDAS PARA PERGUNTAR NA PRÓXIMA CONSULTA:

SEGUNDO TRIMESTRE:

Nesse período você se sente mais plena. Está livre dos desconfortos dos primeiros meses.

Você percebe seu bebê se mexendo, sua barriga crescendo, e diante das alterações de seu corpo você sente alterações do desejo sexual.

SEXO E GRAVIDEZ

Devido às tensões, você provavelmente fica sem disposição, com necessidade de receber atenção. Portanto, deve conversar com seu companheiro sobre seus sentimentos. Quanto ao bebê no momento do ato sexual, fisicamente ele está protegido no útero dentro da bolsa-d'água. E em relação às sensações emocionais, o bebê sentirá prazer diante de sua satisfação e alegria. Lembre-se: o limite é a dor.

ANOTE AQUI SUAS DÚVIDAS PARA PERGUNTAR NA PRÓXIMA CONSULTA:

TERCEIRO TRIMESTRE: proximidade do parto

Provavelmente, você deve ficar muito preocupada e ansiosa com o seu bebê e em como vai ser o parto.

É importante conversar com seu médico sobre seus medos e sentimentos relacionados ao parto e cuidados com o bebê. Você tem direito a ser preparada para o parto, receber apoio e obter segurança no momento do nascimento de seu filho.

Dicas importantes:

- Pergunte ao médico ou à enfermeira a data que eles acham que o bebê vai nascer, e sobre a maternidade que você deverá ir no momento do parto.
- Importante dar atenção aos sinais de depressão, nesse caso converse com seu médico.
- Diante da dificuldade para dormir e falta de ar, deite-se do lado esquerdo. Diminua seu ritmo, caso trabalhe.
- Em caso de inchaço nos pés, descanse com as pernas para cima.
- Procure a Unidade de Saúde se você tiver sangramento ou perda de líquido (água), se tiver contrações fortes, dolorosas e frequentes.

ATENÇÃO!

Não deixe de ir às últimas consultas. Seu pré-natal só irá terminar quando o bebê nascer.

ANOTE AQUI SUAS DÚVIDAS PARA PERGUNTAR NA PRÓXIMA CONSULTA:

O “PAI GRÁVIDO”

Para se obter uma assistência pré-natal integral é necessário considerar que há uma “família grávida”, em especial, também, que há um “pai grávido”.

Se o pai do bebê participar ativamente de sua gestação, vivenciará os temores e as ansiedades referentes ao parto e ao pós-parto, compartilhará das expectativas e fantasias em relação ao bebê.

Frequentemente o pai do bebê é o único apoio disponível para a mulher. E, com maior número de mulheres trabalhando, observa-se que eles estão desempenhando um papel mais ativo junto aos cuidados com o bebê.

Enfim, o pai merece ser cuidado também.

A PARTICIPAÇÃO DO PAI É UM DIREITO QUE DEVE SER EXERCIDO.

O pai tem direito a:

- Participar do pré-natal – isso é muito importante para para o bebê e para você.
- Ter suas dúvidas esclarecidas sobre a gravidez, sobre o relacionamento com a mulher e sobre os cuidados com o bebê.
- Ser reconhecido como PAI e não como visita no Serviço de Saúde.
- Ter acesso facilitado para acompanhar você e o bebê a qualquer hora do dia.
- No pós-parto, é importante que o pai do bebê vá com você na consulta, para receber informações sobre a vida sexual e cuidados com o bebê.

PARTICIPAR É FUNDAMENTAL! VOCÊ TEM DIREITO AO PRÉ-NATAL

O que toda gestante deve saber sobre o pré-natal

O pré-natal pode lhe assegurar uma gestação saudável e um parto seguro. Esse acompanhamento, feito regularmente, é da maior importância para avaliar as modificações, o desenvolvimento do bebê e para prevenir problemas que podem ocorrer nessa fase da vida.

Você tem direito a fazer pelo menos sete consultas durante a gravidez.

A consulta deve sempre ter quatro momentos: acolhimento, escuta, exame físico e o aconselhamento.

No acolhimento você precisa sentir que o profissional está atento em sua pessoa, através de uma saudação, olhar no rosto, ser chamada pelo nome.

Na escuta o profissional favorece o diálogo que permite você expressar suas queixas, preocupações, temores e alegrias relacionadas a gestação.

O exame físico deve ser minucioso e respeitoso, quando o profissional observa, ausculta, toca, verificando sinais no seu corpo relativos à evolução da gravidez e ao crescimento do bebê no útero materno.

No aconselhamento o profissional procura orientar e aconselhar você sobre comportamentos necessários, tendo como base os resultados dos exames. É um momento para discutir dieta, cuidados com o corpo, respiração e postura, exercícios físicos.

O intervalo entre as consultas deve ser de quatro semanas. Após 36 semanas, a gestante deverá ser acompanhada a cada 15 dias.

Há casos, em que a gestação não evolui tão bem como se esperava. Podem surgir outros tipos de alterações no organismo ou a gravidez intensificar problemas que você já tinha antes, como a diabete e a hipertensão. Estes problemas podem ser detectados através de exames e do pré-natal.

Esses casos são chamados de gravidez de risco e exigem assistência redobrada durante o pré-natal. Em algumas situações precisa de exames especializados e de ser acompanhada diariamente, fazer repouso, receber alimentação equilibrada e de mais atenção e carinho.

SINAIS DE PERIGO NA GRAVIDEZ

Sangramento.

Perda de líquido pela vagina.

Dor ou ardência ao urinar.

Urinar com sangue.

Diminuição ou aumento de peso repentino.

Não sentir os movimentos fetais por mais de 24 horas a partir do 5º mês.

Contrações fortes.

Sintomas de pressão alta (dor de cabeça, zumbido, tontura).

Inchaço no rosto, mãos e pernas.

Nestes casos procure o Centro de Saúde e converse com o médico.

SINAIS DE PARTO

Os primeiros sinais de que você está entrando em trabalho de parto:

Contrações

Parecem cólicas menstruais. Começam nas costas e se espalham em direção ao quadril e à barriga. Procure perceber durante um período de tempo se elas estão ficando regulares.

Primeiro “Sinal”

Descida do tampão mucoso - é como um catarro branco, com um pouco de sangue, que desce pela vagina, um ou dois dias antes do parto.

PARTO SEGURO - DIREITO DE TODA MULHER

O Parto é uma experiência gratificante se você se permitir vivenciar intensamente todas as emoções e cooperar ativamente em todo o processo.

AS VANTAGENS DO PARTO NORMAL

“Quando vêm as contrações envolvendo o bebê, ele sente-as como um abraço, uma massagem firme. Ele se entrega com prazer a esse jogo sensual”

David Boadella.

O parto normal é natural porque o bebê nasce espontaneamente no momento certo.

A mulher se recupera mais rápido, retornando mais cedo as suas atividades e está pronta aos cuidados do bebê logo após o parto.

A mãe pode amamentar e curtir o filho ainda na sala de parto.

O útero retorna ao tamanho natural mais rápido, evitando hemorragias.

A mulher acompanha ativamente o nascimento do filho, amenizando sua dor através de mecanismos aprendidos durante o pré-natal.

DIREITOS BÁSICOS DA MULHER PARA UM PARTO SAUDÁVEL

Baseado nas recomendações da Organização Mundial da Saúde

Obter orientações e referências sobre a maternidade, garantindo assistência no parto.

Presença de acompanhante de sua escolha para lhe fornecer segurança e apoio, facilitando o relaxamento e a evolução do trabalho de parto. Pais que participam do processo de parto estabelecem melhor relacionamento com o bebê.

Durante a internação e no trabalho de parto você tem direito a:

- Ser escutada em suas queixas e reclamações e ter suas dúvidas esclarecidas;
- Expressar seus sentimentos e suas reações livremente.
- As roupas usadas durante o trabalho de parto devem ser confortáveis e estar de acordo com seu tamanho.
- Durante o trabalho de parto você também pode e deve caminhar, mover-se, pois facilita a dilatação e a descida do bebê.
- Você tem direito a receber o Registro Civil de seu filho na Maternidade.

A CESARIANA SÓ DEVE SER INDICADA EM CASOS ESPECIAIS

- Quando o colo do útero não dilata.
- Quando a mulher tem sangramento.
- Quando o bebê é muito grande em relação ao tamanho da bacia da mãe.
- Quando o bebê está sentado ou atravessado no útero.
- Quando a mãe tem doença grave.

VOCÊ TEM O DIREITO DE SER INFORMADA QUANTO AOS MOTIVOS PARA FAZER ESTA CIRURGIA.

FIQUE ATENTA:

O parto é considerado uma urgência e o seu atendimento não pode ser recusado em nenhum hospital e maternidade. Se a unidade de saúde não puder atendê-la, os profissionais devem examiná-la antes de encaminhá-la para outro local.

DIREITOS DE TODOS OS BEBÊS

Teste do Pezinho: (LEI FEDERAL, N° 8069 DE 13 DE JULHO DE 1990)

Esse exame é realizado em grande parte nas maternidades quando o bebê completa 48 horas de vida. O exame também é feito em laboratórios.

O ideal é que o teste seja feito até o sétimo dia de vida.

A simples atitude de se realizar o exame faz com que doenças causadoras de sequelas irreparáveis no desenvolvimento mental e físico da criança sejam detectadas e tratadas mesmo antes do aparecimento dos sintomas.

Não esqueça de buscar o resultado. Qualquer alteração no resultado, leve para o pediatra examinar.

Teste do olhinho:

O teste do olhinho é um exame que deve ser realizado rotineiramente em bebês na primeira semana de vida, preferencialmente antes da alta da maternidade, e que pode detectar e prevenir diversas patologias oculares, assim como o agravamento dessas alterações, como uma cegueira irreversível.

Prematuros - Bebês prematuros devem obrigatoriamente realizar esse teste visual para afastar o risco da retinopatia da prematuridade, principal causa da cegueira infantil.

Teste da Orelhinha: (LEI N° 12303 DE 02 DE AGOSTO DE 2010)

Previne a deficiência auditiva ou até mesmo de remediar no caso dos bebês que apresentam surdez congênita.

O PUERPÉRIO – RESGUARDO:

Período que dura aproximadamente 42 dias após o parto. Período sensível devido as profundas mudanças desencadeadas pelo parto.

Você estará sensível, confusa, ansiosa e a tristeza materna é comum nos três primeiros dias devido a adaptação à nova realidade que ao lado da satisfação da maternidade, significa, também, assumir novas responsabilidades e a limitação de algumas atividades anteriores;

A intensificação ou a permanência dos sintomas depressivos após algumas semanas depois do parto merece ser vistas com cuidado, procure seu médico!

Nas três primeiras semanas após o parto, as mulheres são muito suscetíveis às infecções, portanto, não devem manter relações sexuais.

Vá a sua consulta de pós-parto: fique sabendo como está a sua saúde, receba informações sobre amamentação, cuidados com o bebê, relacionamento familiar, melhor método anticoncepcional, nutrição, enfim, tudo que for relacionado a você e ao seu bebê.

DST/Aids

Você terá oportunidade de fazer o teste VDRL que vai diagnosticar sífilis. Se for positivo, será necessário fazer o tratamento e o seu filho poderá nascer saudável.

A gestante tem maior risco de desenvolver vulvovaginites. Por isso é necessário a realização do exame ginecológico durante o pré-natal.

Toda gestante terá oportunidade de fazer o teste ANTI-HIV, logo no início do pré-natal. O teste é muito importante e deve ser realizado antes da 14ª semana de gestação.

Se você é soropositiva, é fundamental esclarecer todas as suas dúvidas sobre HIV- Aids, com um profissional de saúde.

Já existem medicamentos para reduzir a possibilidade de transmissão do HIV para o seu bebê.

Você fará o uso de um medicamento durante a gravidez e na hora do parto chamado zidovudina (AZT). Este medicamento é gratuito e está disponível na rede pública de saúde.

Independente do tipo de parto que você terá, a conduta a ser instituída pelos profissionais de saúde será individualizada e todos os cuidados serão tomados durante o parto.

Seu bebê terá um atendimento específico e recomendado com todas as medidas de segurança e precauções básicas, com a finalidade de reduzir os riscos de contaminação. Ele também irá tomar o AZT até completar um mês e meio de vida.

Seu bebê ficará com você em alojamento conjunto. Você será informada de que NÃO deverá AMAMENTÁ-LO. Não se preocupe com isto, pois ele será alimentado com uma fórmula infantil durante 6 meses, pelo Governo do Estado, através da Secretaria da Saúde ou leite pasteurizado em banco de leite credenciado pelo Ministério da Saúde.

DIREITOS DA GESTANTE

Garantia de emprego

A mulher não pode ser demitida a partir do dia em que confirmar a sua gestação até cinco meses depois do parto (a não ser em casos de demissão por justa causa).

Se foi contratada para um trabalho temporário, o empregador não tem obrigação de manter o contrato quando terminar a licença maternidade.

A mulher tem direito a 120 dias de licença (a Lei 13.881, 24 de abril de 2007 garante ao funcionário público estadual prorrogar a licença por mais 60 dias)

A mulher tem direito a mudar de atividade ou começar sua licença maternidade a partir do oitavo mês de gravidez, se provar que o trabalho pode prejudicar a sua saúde ou a do bebê.

Direito a acompanhante

A parturiente tem direito à presença de acompanhante durante o trabalho de parto, parto e pós-parto imediato, no âmbito do Sistema Único de Saúde – SUS (Lei Federal Nº 11.108, de 7 de abril de 2005).

Amamentação

O melhor alimento para o bebê é o leite materno. Ele contém todas as proteínas, vitaminas, sais minerais e anticorpos indispensáveis para o crescimento e desenvolvimento saudável da criança.

A mulher tem direito a dois descansos especiais, de meia hora cada, durante sua jornada de trabalho, para amamentar seu filho até os 6 meses de idade.

Licença paternidade

O pai tem direito a cinco dias de licença paternidade, contados a partir do nascimento do bebê.

***O melhor alimento para o seu bebê é o leite materno.
Ele contém todas as proteínas, vitaminas, sais minerais
e anticorpos indispensáveis para o crescimento e
desenvolvimento saudável da criança.***



**GOVERNO DO
ESTADO DO CEARÁ**

Secretaria da Saúde