



CARTILHA DA MULHER CEGONHA

Conhecendo o projeto Rede Cegonha

Autora: Prof. Francisca Gomes Montesuma



2014

CARTILHA DA MULHER CEGONHA

Conhecendo o projeto Rede Cegonha

Autora: Prof. Francisca Gomes Montesuma

APRESENTAÇÃO

É com grande satisfação que trago estas orientações em formato de cartilha, ilustrada, colorida, com recomendações perfeitamente reais que ocorrem no cotidiano de uma mulher que gesta e espera um filho, seu olhar, idade, raça, credo ou condição social simplesmente visualizando uma mulher que gera vida.

A gestação - a mulher, a parteira, o ato de partejar, o parto e nascimento de uma criança - é sempre um fato novo e jamais será banal, porque é o início da vida a cada dia. É o renovo, é a esperança, é o começo e o recomeço.

A cartilha da mulher cegonha tem a finalidade de conscientizar as grávidas através de um processo educativo, de promoção e prevenção da saúde da gestante e seu conceito, atendendo os preceitos e diretrizes da Rede Cegonha de acordo com as políticas das boas práticas obstétricas, favorecendo a humanização do parto e nascimento.

Propõe recomendações simples e objetivas de orientações factíveis as gestantes desde o pré-natal até o parto e puerpério, utilizando uma linguagem corriqueira doméstica, própria da comunidade cearense, para alargar os cuidados ao binômio mãe e filho visando numa perspectiva a médio e longo prazo, a redução dos índices de mortalidade materna e neonatal no Ceará.

"E viva a vida que nasce a cada dia".

Autora: Francisca Gomes Montezuma

FICHA TÉCNICA

Prof. Msc Francisca Gomes Montesuma - Professora assistente do curso de graduação em enfermagem da Universidade Estadual do Ceará - UECE . Vice coordenadora do curso de graduação em enfermagem. Coordenadora do curso de especialização em enfermagem obstetrícia. Coordenadora da unidade de empreendedorismo em saúde pública - FUNECE-UECE. Vice presidente do comitê de mortalidade materna de Fortaleza. Membro do grupo de estudo e avaliação de óbitos maternos do município de Fortaleza. Colaboradora da rede cegonha SESA.

Contato institucional: (85) 3101.9881/ 3101.9612/ 9988.1222)

O QUE É O PROJETO CEGONHA?

É o projeto do Governo Federal que foi criado pela portaria 11: 1.459 de 24 de junho de 2011.

É uma rede de cuidados para a mãe e seu bebê, que garante assistência no pré-natal; parto, pós-parto e cuidados com a criança até os dois anos.

A rede cegonha garante para você gestante

1. Consultas e pré-natal de qualidade.
2. Realização de exame de sangue, ultrassonografia e outros.
4. Condução até a unidade de saúde.
5. Acompanhante na hora do parto.
6. Palestras educativas.
7. Vacinação.



A IMPORTÂNCIA DA IMUNIZAÇÃO



Para que haja saúde para a mãe e para o filho, toda grávida deve fazer o teste H.I.V., diabetes, sífilis, toxoplasmose, hepatite "B", hepatite "C", exame de urina, hemograma e tomar a vacina antitetânica se necessário.

DIREITOS DA MULHER GRÁVIDA

1

Você tem o direito de fazer o pré-natal no posto de saúde mais perto de sua casa.



2

Você tem direito de ser acompanhada nas consultas de pré-natal pelo seu marido ou companheiro, pai do seu filho.



DIREITOS DA MULHER GRÁVIDA

3

Você tem o direito de saber quem é seu pré-natalista, que pode ser um médico ou uma enfermeira.



4

Você tem direito ao cartão da gestante, que será preenchido em todas as consultas.



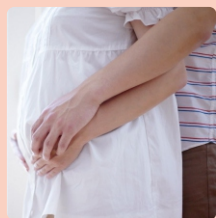
5

Você tem direito ao exame de ultrassonografia e aos demais exames, quando necessário.



6

Você tem o direito de escolher seu acompanhante no parto.



DEVERES DA MULHER GRÁVIDA

1

Você deve comparecer as consultas na hora marcada e lembrar-se de levar o cartão da gestante.



2

Você deve observar com cuidado as recomendações do profissional e fazer todos os exames solicitados.



3

deve fazer a dieta e seguir as orientações médicas sobre sua alimentação.



4

Você deve dormir virada para o lado esquerdo, o lado do coração. Isso porque esta posição melhora a circulação do sangue.



DEVERES DA MULHER GRÁVIDA

5

Você deve tomar os remédios receitados pelo seu pré-natalista na hora certa e nunca tome nenhum remédio que não tenha sido receitado pelo seu pré-natalista.



6

Você deve usar roupas folgadas e calçados antiderrapantes.



7

Você deve fazer do seu banho um momento de prazer.



8

Você deve fazer exercícios físicos somente se o seu pré-natalista recomendar.



CHEGOU A HORA DO PARTO O QUE FAZER?

Quando é que você vai para o hospital ou centro de parto ter o seu bebê?

1. Quando aparecer alguma secreção, semelhante a catarro na calcinha.
2. Quando surgir rajadas de sangue ou sangue vivo na calcinha.
3. Quando sentir dor no pé da barriga e nas costas.
4. Quando a bolsa estourar e escorrer água pelas pernas.
5. Quando sentir outras alterações como: dor de cabeça, vontade de vomitar, dormência das mãos ou pés, vista embaçada, mal estar geral.
6. Procure imediatamente o posto de saúde ou hospital, nunca fique em casa, esperando melhorar.

DEPOIS DO PARTO O QUE FAZER?



Volte ao posto de saúde uma semana depois do parto, se não tiver recebido a visita domiciliar. Faça sempre o que os profissionais orientam, tanto para você como para o bebê.

CUIDANDO DO SEU BEBÊ

1

Siga todas as orientações sobre como amamentar seu bebê e dê a ele somente o leite do seu peito.



2

Cuide do umbigo do bebê conforme a orientação da enfermeira para evitar infecções.



3

Agasalhe bem o bebê, depois do banho, não deixe ele molhado ou sujo do cocô, limpe o bumbum com água e sabonete.



4

coloque talco nas partes ou dobrinhas do bebê.



CUIDANDO DO SEU BEBÊ

5

Cuide bem do bebê, e aproveite quando ele estiver dormindo para repousar também.



6

Observe bem seu bebê. Caso ele apresente alguma reação diferente, leve-o ao posto de saúde imediatamente.



7

Leve o bebê para o posto de saúde do jeito que está marcado no cartão do bebê para: avaliar o peso, medir e vacinar.



8

Só dê ao bebê outra alimentação, fora o seu peito, quando o pediatra mandar e na medida em que ele disser.



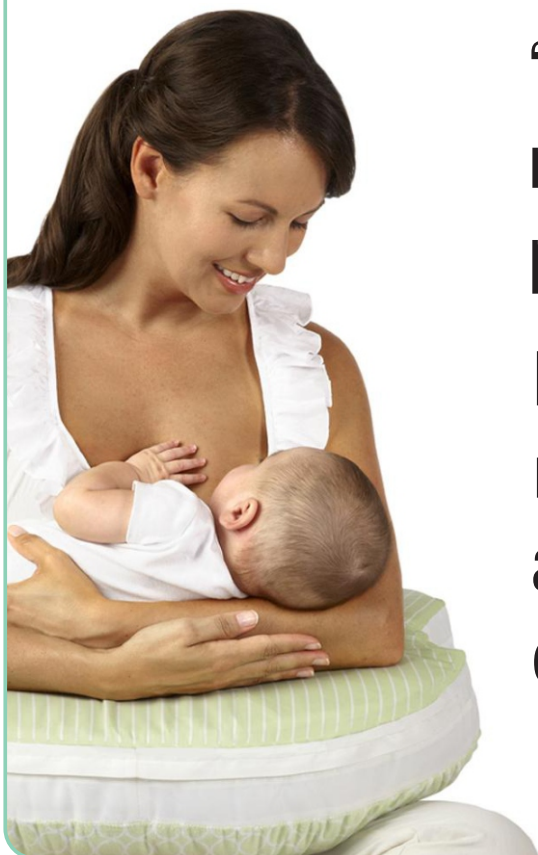
CUIDANDO DO SEU BEBÊ

9

Siga as orientações bem direitinho e você vai ter uma criança linda e saudável com mãe e pai felizes e unidos em amor e paz.



Meu carinho para você, que faz parte da Rede Cegonha



“Quem
não dá o
peito doce.

Dá o
remédio,
amargo
e azedo”

Profª Francisca Gomes Montesuma



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