



GESTAÇÃO,

PARTO E

PÓS-PARTO:

**OS DESAFIOS DAS MULHERES EM TEMPOS
DE NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19)**

CARTILHA COM DICAS E ORIENTAÇÕES

MULHERES GESTANTES e no PÓS-PARTO são GRUPO DE RISCO para COMPLICAÇÕES pelo COVID-19!

Então, é fundamental que sigam TODAS as MEDIDAS PREVENTIVAS GERAIS, bem como:

- Realizar distanciamento social, independente da fase da gravidez e durante o pós-parto;
- Realizar o home office ou o afastamento do trabalho, sempre que possível;
- Diminuir idas desnecessárias aos serviços de saúde, salvo o essencial como as o pré-natal (que devem ser mantido!) e em caso de adoecimento;
- Evitar receber visitas durante a gestação, em casa, mesmo de pessoas que estão sem sintomas ou que mantêm distanciamento social;
- Evitar receber visitas durante o pós-parto, na maternidade e/ou em casa;
- As pessoas que moram na mesma casa com a mulher gestante ou no pós-parto devem ter cuidados redobrados com higiene, distanciamento social e medidas preventivas gerais;
- Evitar procedimentos desnecessários que exponham a um maior tempo de internação para o parto (por exemplo: indução ou cesárea desnecessárias);
- Tudo isso deve ser seguido ainda mais à risca se a mulher gestante ou no pós-parto possuir alguma doença crônica ou fatores de risco.

MULHERES GESTANTES devem MANTER O PRÉ-NATAL em dia!

E devem UTILIZAR AS MEDIDAS PREVENTIVAS quando forem ao Serviço de Saúde!

- Avalie a possibilidade de ir sozinha à consulta ou exame de pré-natal (sem acompanhante) para evitar aglomeração de pessoas na sala de espera do serviço de saúde;
- Se for imprescindível a presença do acompanhante na consulta ou exame de pré-natal, este também deve realizar todas as medidas preventivas;
- Mantenha distância de no mínimo 2 metros de outras pessoas que estiverem na sala de espera;
- Utilize máscara de tecido (*Siga as recomendações do Ministério da Saúde para confecção, uso, higiene e armazenamento da máscara de tecido!*);
- Higienize as mãos com frequência;
- Evite tocar o rosto sem ter higienizado as mãos;
- Ao retornar para casa, realize todas as medidas recomendadas de higiene.

Estou GESTANTE ou no PÓS-PARTO, e tive contato com alguém SUSPEITO ou CONFIRMADO para COVID-19, mas não tive nenhum sintoma!

O QUE DEVO FAZER?

Neste caso, você se torna uma pessoa com suspeita de ter o COVID-19, e portanto deve:

- Comunicar ao serviço de saúde em que você faz ou fez o pré-natal, por telefone;
- Manter o isolamento social por 14 dias, para garantir que não contamine outras pessoas da comunidade, em caso de ter adquirido a doença;
- Realizar todas as medidas de isolamento domiciliar para evitar a possível contaminação de outros membros da família, conforme recomendadas pela equipe de saúde e pelo Ministério da Saúde.

**Estou GESTANTE ou no PÓS-PARTO e
TENHO SINTOMAS DE COVID-19 (febre ou tosse
ou dor de garganta ou dificuldade respiratória)!**

O QUE DEVO FAZER?

- Entre em contato com a Equipe de Saúde por telefone ou ligue 136 para receber orientações quanto ao tratamento adequado e o momento oportuno para ir até o Serviço de Saúde!
- Todas as precauções de proteção e o isolamento social deverão ser realizados a fim de evitar a possível contaminação de outras pessoas da sua casa ou comunidade;
- Caso os sintomas sejam leves, você deve procurar, preferencialmente, os Serviços de Atenção Primária à Saúde, após contato telefônico;
- Caso os sintomas sejam graves, deve procurar os Serviços de Urgência e Emergência.

**Uma forma de PREVENIR o COVID-19 é EVITAR IR
AOS SERVIÇOS DE SAÚDE SEM NECESSIDADE!**

**Vamos relembrar os SINAIS do
TRABALHO DE PARTO?**

**São sinais de que seu Trabalho de Parto começou ou
começará em breve:**

- O endurecimento da barriga (contrações) que dure mais de 30 segundos, a cada 5 minutos, permanecendo assim por mais de uma hora.
- Perda líquida pela vagina, que escorra pelas pernas, molhe a roupa ou a cama (rompimento da bolsa de águas – bolsa amniótica com o líquido amniótico).

***A presença destes dois sinais ou de um deles é indicativo
que está na hora de ir ao hospital/maternidade.***

O meu ACOMPANHANTE será permitido no meu TRABALHO DE PARTO e PARTO?

O direito ao acompanhante durante o Trabalho de Parto, Parto e Pós-parto Imediato, em qualquer maternidade do país (pública ou privada), é garantido pela Lei Federal nº. 11.108/2005, e neste momento de pandemia do COVID-19, continua em vigor, com algumas considerações:

- O acompanhante não pode ser de nenhum grupo de risco;
- O acompanhante não pode estar com sintomas do COVID-19;
- Para mulheres com confirmação de COVID-19, o acompanhante permitido deverá ser pessoa do convívio diário;
- Não deverá haver revezamentos de acompanhante.

O surgimento de sintomas pelo acompanhante implicará no seu afastamento, com orientação a buscar atendimento em local adequado.

Meu TRABALHO DE PARTO começou!

Como será meu atendimento pela equipe de saúde em tempos de COVID-19?

Você e seu acompanhante serão avaliados em uma triagem para identificar se são suspeitos ou confirmados para o COVID-19, antes da admissão no hospital/maternidade.

- Será considerado caso suspeito ou confirmado a mulher e/ou acompanhante que tenha:
 - contato com pessoa suspeita ou confirmada de COVID-19;
 - febre e tosse ou dor de garganta ou falta de ar;
 - resultado de exame positivo para o vírus nos últimos 14 dias.

Se triagem for negativa: mulher e acompanhante receberão orientações de medidas de prevenção de infecção durante a internação.

Se triagem for positiva (mulher ou acompanhante): mulher e acompanhante permanecerão em um quarto em isolamento, com circulação restrita de pessoas; serão idealmente atendidos no mesmo ambiente (quarto Pré-parto/Parto/Pós-parto - PPP); deverão utilizar máscara cirúrgica; receberão orientações e meios de higienizar as mãos; e receberão cuidados por uma equipe devidamente protegida com EPI.

Mesmo neste momento de Pandemia de COVID-19, eu devo fazer o meu PLANO DE PARTO?

- O **Plano de Parto** é um documento de caráter legal, elaborado você, em conjunto com sua família e com os profissionais de saúde de sua confiança.
- Nesse documento, você expressa o que gostaria e o que não gostaria que acontecesse durante o seu parto, pós-parto e também em relação aos cuidados com o seu bebê.
- Mesmo neste momento de pandemia, o Plano de Parto é um instrumento essencial para a declaração expressa dos seus desejos sobre a assistência que receberão!
- Também possibilita o conhecimento prévio das ações que podem ser modificadas neste período de pandemia, gerando maior tranquilidade.

É importante ressaltar que as escolhas colocadas no Plano de Parto são válidas quando tudo transcorre bem!

Caso o Plano de Parto não possa ser seguido em sua totalidade, devido a alterações na sua saúde e/ou do bebê, e neste momento atual devido às condutas para o controle da pandemia do COVID-19, você e sua família devem ser avisados e consultados a respeito das mudanças indicadas pela equipe.

Mesmo neste momento de Pandemia do COVID-19, eu devo AMAMENTAR o meu bebê?

- Sim, **a amamentação deverá ser mantida**, até mesmo nos casos de mãe confirmada com COVID-19!
- A decisão de amamentar o bebê levará em consideração a sua vontade de amamentar e as suas condições clínicas.
- No caso de não se sentir segura em amamentar enquanto estiver com COVID-19, recomenda-se que seu leite seja retirado e ofertado à criança, de preferência por uma pessoa saudável, utilizando copinho, xícara ou colher.
- Caso você seja suspeita ou confirmada com COVID-19, você deverá seguir as orientações da equipe de saúde quanto a:
 - higienizar as mãos imediatamente antes de pegar o bebê ou antes de retirar o leite materno;
 - usar máscara (cobrindo completamente nariz e boca) durante as mamadas e extração do leite;
 - evitar falar ou tossir durante a amamentação e/ou extração do leite;
 - e trocar a máscara imediatamente em caso de tosse ou espirro ou a cada nova mamada e/ou extração do leite.
- Em caso de opção pela extração do leite, devem ser seguidas as orientações para ordenha de leite materno disponibilizadas pelo Ministério da Saúde.

Se você estiver sem sintomas e não for caso suspeito ou confirmado para COVID-19 a recomendação é amamentar em livre demanda (a hora que o bebê quiser mamar)!

Como ficam as VISITAS PARA AS MULHERES E BEBÊS neste período de pandemia do COVID-19?

Nos Hospitais/Maternidades:

- Em razão da situação de pandemia e para garantir a saúde e segurança das mulheres e dos seus bebês, bem como dos funcionários, **todas as visitas estão temporariamente suspensas!**

Nos Domicílios:

- É importante lembrar que o distanciamento social é uma das medidas mais eficientes para combater a propagação de COVID-19 até o presente momento.
- **Assim, orienta-se que as visitas à mulher e ao bebê sejam adiadas!**

*Lembre-se que mulheres Gestantes e no Pós-parto, bem como as crianças menores de 5 anos (especialmente as menores de 6 meses) são grupos de risco para complicações pelo COVID-19!
Prevenir é melhor que remediar! Cuidem-se!*

Ressalta-se que estas são as orientações atuais do Ministério da Saúde, baseadas nos documentos listados abaixo. Porém, devido a constante produção de novas informações, estas recomendações estão sujeitas a revisão e atualização.

REFERÊNCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **NOTA TÉCNICA Nº 9/2020-DAPES/SAPS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em:

<http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/notatecnicaamamentacao92020DAPESSAPSMS03abr2020COVID-19.pdf>

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **NOTA TÉCNICA Nº 10/2020-COCAM/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em:

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/notatecnica102020COCAMCGCIVIDAPESSAPSMS_003.pdf

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **NOTA TÉCNICA Nº 7/2020-COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em:

<http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/notatecnica72020COCAMCGCIVIDAPESSAPSMS03abr2020COVID-19.pdf>

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **NOTA TÉCNICA Nº 9/2020-COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em:

https://egestorab.saude.gov.br/image/?file=20200415_N_notatecnica92020COSMUCGCIVIDAPESSAPSMS_8781753489806424666.pdf

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **NOTA TÉCNICA Nº 10/2020-COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS**. Brasília: Ministério da Saúde, 2020. Disponível em:

<http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/notatecnica102020COSMUCGCIVIDAPESSAPSMS.pdf>

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **NOTA TÉCNICA Nº 12/2020-COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS**. Brasília, Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/SEL_MS-0014496630-Nota-T%C3%A9cnica-4_18.04.2020.pdf

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Especializada à Saúde. Departamento de Atenção Hospitalar, Domiciliar e de Urgência. **Protocolo de manejo clínico da Covid-19 na Atenção Especializada** [recurso eletrônico] – 1. ed. rev. – Brasília : Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <https://portalarquivos.saude.gov.br/images/pdf/2020/Abril/14/Protocolo-de-Manejo-Clínico-para-o-Covid-19.pdf>

Projeto de Extensão: “Gestação, Parto e Pós-parto: sentimentos e reflexões”

Autoras: Ms. Bárbara Dias Rezende Gontijo, Dra. Clarissa Monteiro Borges, Dra. Marisa Aparecida Elias, Ms. Mayla Silva Borges, Oridia Carollyne Marcolino Santos e Oliveira, Ayslane da Silva Souza, Betânea Carvalho de Paula, Camila Amaro Guedes Santos, Gabriela Mariella Murer e Thayna Martins Cunha

Fotografia: Paulo Faria

Contato: extensaogestantesufu@gmail.com

UFU

PROEXC
Projeto de Extensão e Cultura