GUIA ONLINE DA

# GESTANTE

**Nesta caminhada fantástica, queremos estar com vocês antes mesmo da chegada do seu bebê.**

HIFA

INTRODUÇÃO/**04**

PRÉ-NATAL **/ 05**

ROTINAS DA MATERNIDADE **/ 06**

TRANSPORTE DE CRIANÇAS **/ 07**

O QUE LEVAR? **/ 08**

PERGUNTAS FREQUENTES **/09 e 10**

# Bem-vinda a maternidade HIFA!

Esse é o nosso guia da gestante, um material feito com todo carinho pela nossa equipe. O objetivo é tirar as principais dúvidas e ajudar você e a sua família a se preparar para o momento mais importante: a chegada do seu bebê.

Neste manual, listamos algumas orientações mais comuns que preocupam toda mulher no período gestacional.

# Pré-natal

**O pré-natal é o conjunto de consultas realizadas ao longo da gravidez** A assistência pré-natal adequada, com a detecção e o atendimento precoce em situações de risco, é fundamental para a saúde da mãe e do bebê e pode diminuir as principais causas de mortalidade materna e neonatal. Acompanhar o desenvolvimento da gestação de forma a proporcionar segurança e oferecer orientações para um parto tranquilo e um recém-nascido saudável.

**Caderneta da gestante** É um documento fornecido à gestante, onde são anotados dados referentes às consultas pelos profissionais da saúde envolvidos em seu pré-natal. É necessário que você sempre ande com o cartão do pré-natal, mesmo quando não for seu dia de consulta. Ele possui informações importantes da sua gestação.

**Quando procurar a emergência da maternidade?** Ao completar 39 semanas de gestação você deve ser acompanhada • Em casos de sangramento vaginal; perda de líquido; parada dos movimentos do bebê mais de 12 horas; febre e ardência ao urinar; dor de cabeça severa ou contínua; visão embaçada e dor abdominal, procure assistência médica.

**Lembre-se de não tomar medicamentos sem a orientação do seu médico.**

# Rotinas da maternidade

**Durante toda a permancência no HIFA , vocês terão suporte de uma equipe multidisciplinar (psicólogo, assistente social, nutricionista, enfermeiro, médico, fisioterapeuta, entre outros).**

**1 • Alta hospitalar:** A alta hospitalar acontecerá no mínimo 4 horas após o parto, tenha sido ele cesário ou vaginal. Um cuidado essencial com você e com o seu bebê. No momento da alta hospitalar, vocês receberão alguns documentos importantes, como: Declaração de Nascido Vivo (DNV) e carteirinha do bebê. Pedimos a sua colaboração para participar e entregar a pesquisa de satisfação, pois é a partir dela que podemos buscar melhorias.

**2 • Objetos pessoais:** O hospital não se responsabiliza por objetos pessoais dos pacientes e seus acompanhantes.

**3 • Acompanhante**: Você terá direito a acompanhante durante todo o período que estiver na instituição. No entanto, só é permitido apenas um acompanhante por vez ao lado do paciente.
OBS: O acompanhante deve ser maior de idade e ter em mãos documento com foto.

**4 • Orientações ao acompanhante**

• É fundamental que o acompanhante ou visitante não esteja trajando roupas inadequadas (sem camisa, roupas transparentes, minissaia, decote avantajado, bermuda e camiseta sem manga e calçados abertos como chinelos e sandálias).
• Para preservar a segurança de todos, nenhum acompanhante ou visitante pode circular sem identificação.

• O acompanhante tem o direito de realizar as refeições no hospital, no período em que ele estiver acompanhando a paciente, e deve se dirigir ao refeitório do hospital.

**5 • Horário de visita e troca de acompanhante:** Os horários de visita do Alojamento Conjunto e da Unidade de Terapia Intensiva Neonatal (UTIN) e de troca de acompanhantes podem ser consultados na recepção de sua unidade.

**6• Não traga flores:** As flores e plantas podem ser reservatório de fungos e bactérias, podendo apresentar risco de infecção aos pacientes.

# O que levar?

## para a mãe

- Exame e cartão do pré-natal
- Roupas confortaveis, para um período mínimo de 48h
- Roupas que facilitem a amamentação
- Absorventes para Pós-parto
- Itens de higiene pessoal

(sabonete, escova de dente, creme dental, desodorante, etc)

## para o bebê

- Roupinhas suficientes para 48h de internação

2 completas para cada dia. Lembre-se: nos primeiros dias de vida o bebê precisa ficar mais aqucido

- Fraldas descartáveis
- Meias e Luvas
- Saquinhos para guardar roupas sujas
- Toalhas de banho ou toallhas fralda
- Mantas

## não é necessário trazer

- Cremes, shampoos ou perfumes

Produtos para higiêne do bebê devem ser neutros

- Alimentos (Não é permitido entrar com alimentos no hospital)
- O uso de bicos não é permitido para recém-nascidos

# Transporte Seguro de Recém-Nascidos e Crianças em Veículos

Garantir a segurança do seu filho começa já no primeiro trajeto para casa. Por isso, o uso do bebê-conforto, cadeirinha ou assento de elevação é obrigatório por lei e essencial para a proteção da criança em qualquer deslocamento de carro.

## O que diz a legislação?

De acordo com o Código de Trânsito Brasileiro (CTB) e a Resolução nº 819/2021 do CONTRAN os Equipamento obrigatório de acordo com a faixa etária são:

- 0 a 1 ano - Bebê-conforto
- 1 a 4 anos - Cadeirinha
- 4 a 7,5 anos - Assento de elevação (booster)
- 7,5 a 10 anos - Cinto de segurança (no banco traseiro)

É proibido transportar crianças no colo, mesmo com cinto de segurança.
O não cumprimento dessa norma é infração gravíssima, com multa e pontos na CNH do condutor.

## Na alta hospitalar

Ao receber alta da maternidade ou da internação pediátrica, a criança deverá obrigatoriamente sair do hospital em veículo com o dispositivo de retenção adequado à sua idade.

**Caso a família não possua o equipamento:**

- A equipe orientará sobre a importância e obrigatoriedade do uso.
- Será registrado em prontuário que a orientação foi prestada.
- O hospital não poderá reter a alta por esse motivo, mas reforçará a responsabilidade dos responsáveis legais.

**Dicas para os pais e responsáveis:**

- Providencie o bebê-conforto ainda durante a gestação.
- Aprenda a instalar corretamente o equipamento no veículo.
- Em caso de dificuldade econômica, consulte o serviço social do hospital para orientação sobre apoio disponível.
- Verifique se o transporte por aplicativo ou táxi aceita uso de bebê-conforto;

# Perguntas frequentes

## Rompeu minha bolsa. Devo ir imediatamente para a maternidade?

A primeira coisa é manter a calma. O estouro da bolsa não significa que o bebê nascerá imediatamente. Se o líquido for transparente, você não precisa ter pressa. Ligue para o seu acompanhante, tome um banho, arrume as coisas e vá para a maternidade. Se junto com o líquido sair uma secreção de coloração escura, siga para o hospital rapidamente.

## Posso trazer mamadeira, chupeta e bico de silicone para o hospital?

Não é necessário levar nenhum desses itens para a maternidade. Em nosso hospital a nossa equipe irá te orientar e auxiliar a iniciar o aleitamento materno.

## Devo trazer algum alimento ou bebida durante a internação?

Não é permitido trazer nenhum tipo de alimento ou bebida para o HIFA Guarapari. Aqui tanto paciente como acompanhante receberá suas refeições, sendo a paciente na enfermaria e o acompanhante deverá ir ao refeitório nos horários definidos.

## Quais tipos de métodos não farmacológicos o hospital possui?

No quarto PPP gestante terá disponível métodos alternativos e não farmacológicos para alívio da dor. Entre eles bola de pilates que estimula o relaxamento do tronco e do assoalho pélvico, e também proporciona alívio da dor, permitindo liberdade de movimento e controle; banho quente de chuveiro ajuda na redução da dor do trabalho de parto; Balanço pélvico tipo “cavalinho”; banco de parto; e barra de alongamento.

## Posso filmar e fotografar meu parto?

É permitido fotografar e filmar o parto, desde que alinhado previamente com a equipe que realizará o parto, seguindo as normas de cada unidade.

## Quando eu começo a amamentar? Os profissionais dão orientações?

Logo após o parto a equipe já estimula a mãe a amamentar o bebê. Os nossos profissionais são preparados para orientar sobre a pega correta e melhor posição do bebê.

# Perguntas frequentes _2/2

**7 • Quais testes são realizados no meu bebê ainda na maternidade?**
O teste do Coraçãozinho e da Orelhinha são realizados ainda na maternidade. Já o do pézinho, que deve ser realizado do 1 ao 10º dia após o nascimento, de preferência no 5º dia, deve ser realizado na unidade de saúde, caso ele tenha alta médica junto com a mãe após 48h do parto. Em caso de permanência na instituição para tratamento clínico, o exame é realizado no HIFA.

**8 • O meu bebê recebe quais vacinas na maternidade?**
Após o nascimento, o bebê é vacinado contra a Hepatite B ainda na maternidade. As demais vacinas devem ser realizadas na Unidade de Saúde de referência do seu bairro.

**9 • Tenho outro filho. Ele pode ir a maternidade conhecer o irmãozinho(a)?**
O HIFA realiza a visita do irmão, no entanto, esta visita deve ser previamente alinhada com a equipe assistencial.

**10 • Meu bebê precisou ficar internado. Posso ficar com ele?**
Caso o seu bebê necessite permanecer internado é permitida a presença da mãe. Para isso é necessário consultar na recepção o horário das trocar de acompanhantes e de visita.

**11 • Após a alta, é necessário retornar a maternidade para alguma consulta ?**
Não é necessário. Após a alta é necessário o acompanhamento médico deve ser realizado na Unidade de Saúde referência do seu bairro.

**12 • O que é necessário para registrar o meu bebê?**
Para fazer o registro do seu bebê é necessário ter Declaração de Nascido Vivo (DNV), que é entregue pelo HIFA que é fornecida aos responsáveis até o momento da alta. Na DNV constam informações para a futura certidão de nascimento, como o local e horário em que o bebê nasceu. É necessário que os representantes legais procurem o cartório de registro civil com a DNV em mãos e documentos pessoais dos pais. O prazo máximo para registro é de 15 dias.

**13 • Quais cuidados devo ter com o umbigo do meu bebê?**
É importante mantê-lo bem seco e sem bactérias para que não infeccione e cicatrize logo. Para higienizar, a cada troca de fralda, utilize Merthiolate incolor ou Álcool 70% (o produto é indicado pelo médico pediatra). É importante utilizar cotonete e manter protegido com gaze.

Pronto, agora você está
com as principais informações
para a chegada do seu bebê!
**Estamos esperando por vocês!**

HIFA
HOSPITAL MATERNO INFANTIL
FRANCISCO DE ASSIS