

A close-up photograph of a pregnant woman's lower torso and belly. She is wearing a white t-shirt and a light green, ribbed, knee-length skirt. Her right hand is resting on her pregnant belly. The background is a plain, light color.

GUIA ONLINE DA GESTANTE

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



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 orientações mais comuns algumas 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.

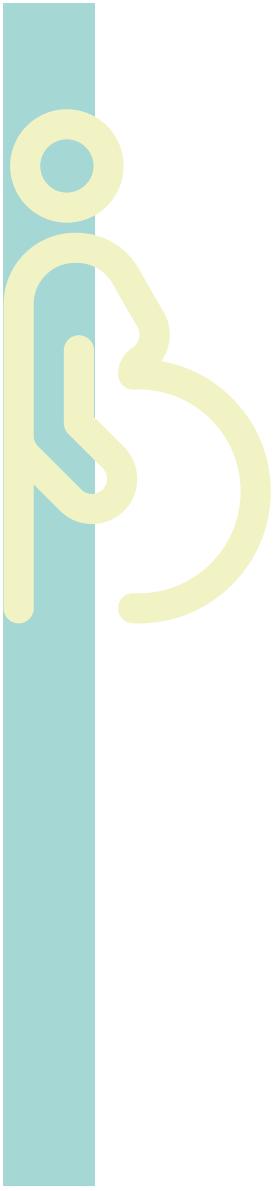
Quando procurar a emergência da maternidade? Ao completar 39 semanas de gestação você deve ser acompanhada • Em casos de sangramento vaginal; perda de líquido; parada dos movimentos do bebê mais de 12 horas; febre e ardência ao urinar; dor de cabeça severa ou contínua; visão embaçada e dor abdominal,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

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



Rotinas da maternidade

Durante toda a permanência 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 48 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 confortáveis, 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 aquecido
- 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 higiene 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 _1/2

1. **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.

2. **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.

3. **Devo trazer algum alimento ou bebida durante a internação?**

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

4. **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.

5. **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.

6. **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 infecte 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.

Orientações sobre Presentes e Alimentos no HIFA Maternidade

No HIFA Maternidade, a nossa prioridade é a saúde e a segurança das nossas mães e recém-nascidos. A chegada de um bebê é um momento muito esperado e especial, e por isso o HIFA Maternidade trabalha continuamente para que sua estadia seja segura, acolhedora e o mais humanizada possível.

Para manter um ambiente protegido e garantir os padrões de higiene, o SCIRAS (Serviço de Controle de Infecção Relacionada à Assistência à Saúde) estabeleceu algumas orientações.

Queremos que esse momento seja vivido com tranquilidade e segurança. Confira abaixo o que é permitido e o que deve ser evitado durante a internação:

O que é permitido?

- Balões Metalizados: De tamanho pequeno/médio, devendo permanecer fixado em suporte, sem flutuar pelo quarto;
- Enfeites de Porta: Em materiais rígidos e lisos (acrílico, MDF tratado, madeira ou plástico);
- Lembrancinhas: Itens de papelaria, acrílico ou frascos de álcool em gel lacrados;
- Frutas In Natura: A entrada é permitida, desde que autorizada e orientada pela nutricionista do hospital, de acordo com a condição clínica e dieta de cada paciente. Além disso, devem ser entregues obrigatoriamente à equipe do SND (Serviço de Nutrição e Dietética) para a higienização correta antes do consumo.

O que não é permitido?

- Flores e Plantas: Nem naturais, nem secas. Solo e água são fontes de fungos e bactérias;
- Bichos de Pelúcia: Proibidos por acumularem ácaros e poeira, prejudiciais às vias respiratórias do bebê;
- Alimentos perecíveis;
- Cestas de café da manhã.

Cuidar com segurança também é uma forma de carinho.

Pronto, agora você está com as principais informações para a chegada do seu bebê!

Estamos esperando por vocês!

