



E-vida 

CARTÃO DA GESTANTE

Nome _____

Endereço _____

Bairro _____

Município _____ UF _____

Telefone _____ Operadora _____

Nº da carteirinha _____

Registro ANS

Nome do médico _____

CRM do médico

Hospital _____

Agendamento

[illegible]

CARTA DE INFORMAÇÃO À GESTANTE

O parto é um momento muito especial, que marca uma transição na vida da mulher e da família. Representa o primeiro encontro com o bebê. Por isso, é importante a mulher vivenciar este momento plenamente.

Pense em tudo o que gostaria ou não gostaria que acontecesse em seu parto, quem você gostaria de ter ao seu lado, como gostaria de aliviar a dor.

Quando for escolher o médico para realizar o seu pré-natal, você pode buscar informações importantes junto a sua operadora pelos canais de comunicação disponíveis, como o percentual de cesarianas e de parto normais realizados pelo médico e a maternidade.

A operadora deverá lhe fornecer um número de protocolo e responder à sua solicitação em 15 dias úteis de forma presencial, por carta ou por e-mail.

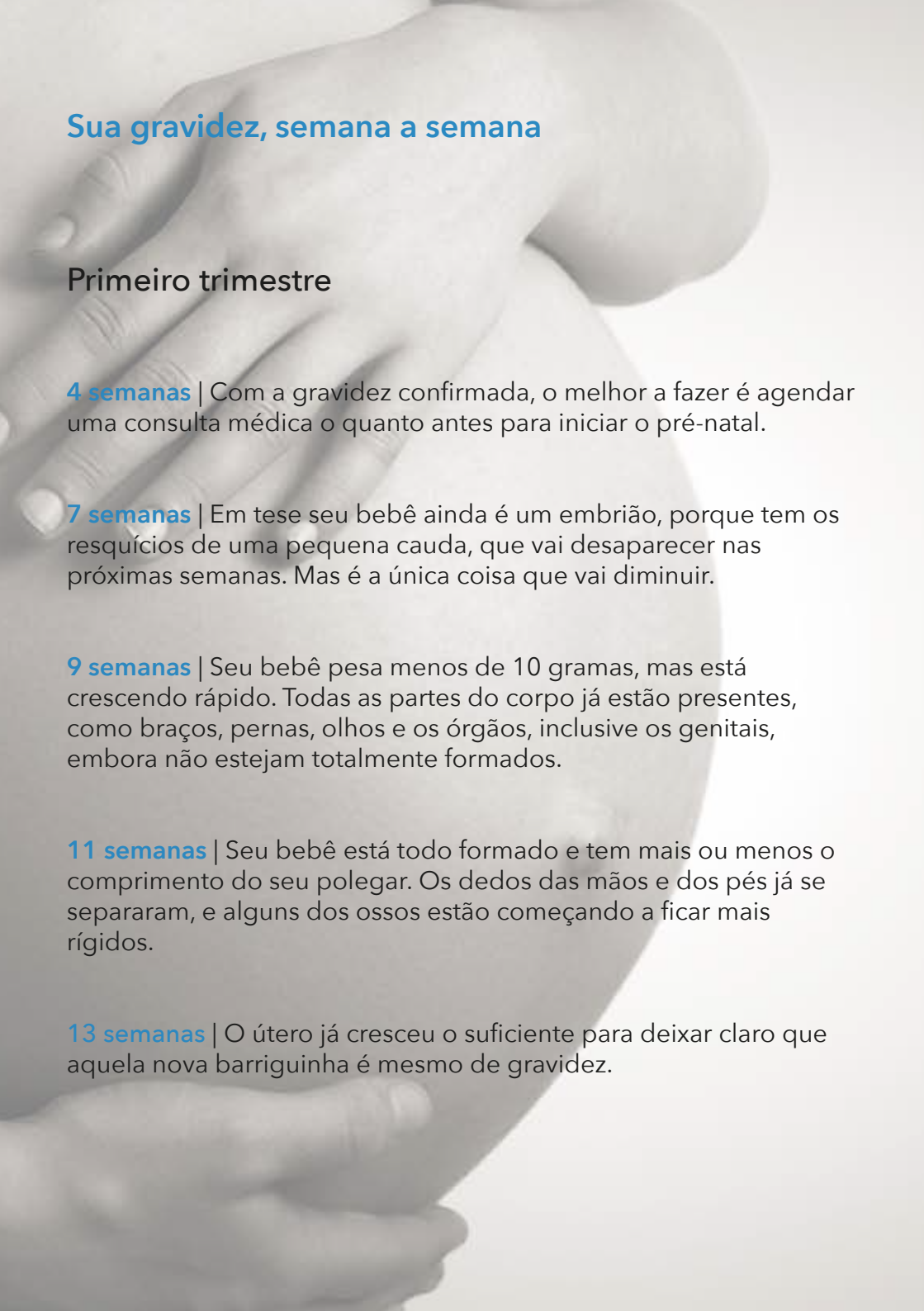
Além disso, esclareça as dúvidas com seu médico. Assim você participará de forma ativa de todas as decisões sobre o seu parto.

O final da gestação, entre a 37ª e a 42ª semana, também é fundamental para a completa formação do bebê dentro do útero, para que após o nascimento ele possa se adaptar ao mundo exterior, física e mentalmente com mais facilidade e tranquilidade. Muitos recém-nascidos acabam sofrendo de problemas respiratórios devido a cesáreas agendadas e realizadas antes do início do trabalho de parto, em uma fase em que o bebê ainda não está pronto para nascer. Isto pode aumentar algumas complicações, tais como problemas respiratórios agudos e outras morbidades neonatais, quando comparados àqueles nascidos com 39 semanas ou mais. Em consequência, levar a necessidade de internação em uma UTI neonatal. Esta situação interfere no início do aleitamento materno e na adequada adaptação do recém-nascido à vida extrauterina, ocasionados pela internação.

O parto cesáreo é procedimento cirúrgico que deve observar claras indicações médicas.

Todas as mulheres têm o direito a um acompanhante de sua livre escolha no pré-parto, parto e pós-parto imediato. Planos hospitalares com obstetrícia com acomodação enfermaria, quarto semi-privativo, quarto privativo, ou qualquer outra acomodação, devem cobrir as despesas da paramentação (roupas higienizadas necessárias para entrar no centro cirúrgico), alimentação e acomodação do acompanhante.

Dúvidas, reclamações e sugestões, entre em contato com o Disque ANS 0800 701 9656.



Sua gravidez, semana a semana

Primeiro trimestre

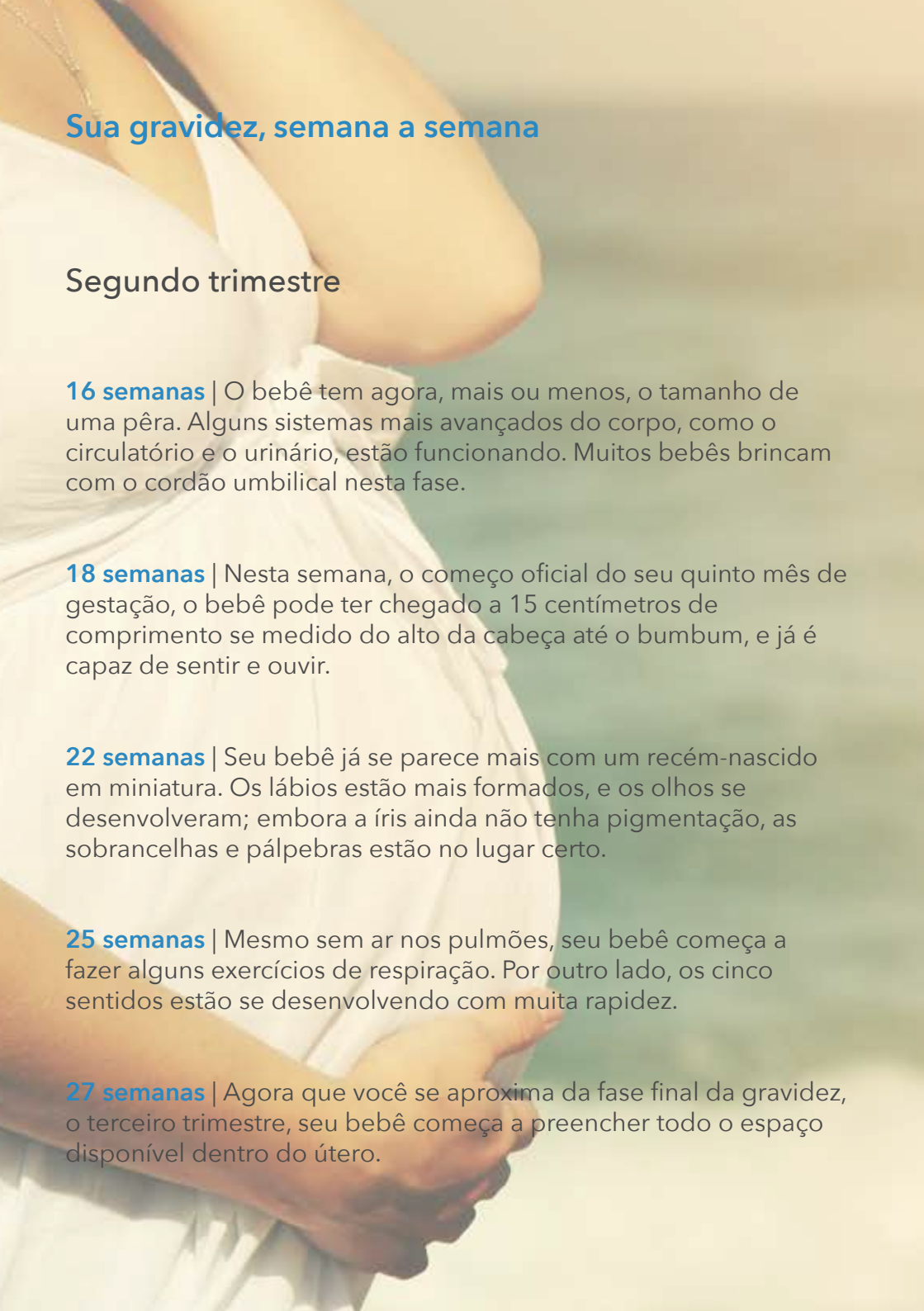
4 semanas | Com a gravidez confirmada, o melhor a fazer é agendar uma consulta médica o quanto antes para iniciar o pré-natal.

7 semanas | Em tese seu bebê ainda é um embrião, porque tem os resquícios de uma pequena cauda, que vai desaparecer nas próximas semanas. Mas é a única coisa que vai diminuir.

9 semanas | Seu bebê pesa menos de 10 gramas, mas está crescendo rápido. Todas as partes do corpo já estão presentes, como braços, pernas, olhos e os órgãos, inclusive os genitais, embora não estejam totalmente formados.

11 semanas | Seu bebê está todo formado e tem mais ou menos o comprimento do seu polegar. Os dedos das mãos e dos pés já se separaram, e alguns dos ossos estão começando a ficar mais rígidos.

13 semanas | O útero já cresceu o suficiente para deixar claro que aquela nova barriguinha é mesmo de gravidez.



Sua gravidez, semana a semana

Segundo trimestre

16 semanas | O bebê tem agora, mais ou menos, o tamanho de uma pêra. Alguns sistemas mais avançados do corpo, como o circulatório e o urinário, estão funcionando. Muitos bebês brincam com o cordão umbilical nesta fase.

18 semanas | Nesta semana, o começo oficial do seu quinto mês de gestação, o bebê pode ter chegado a 15 centímetros de comprimento se medido do alto da cabeça até o bumbum, e já é capaz de sentir e ouvir.

22 semanas | Seu bebê já se parece mais com um recém-nascido em miniatura. Os lábios estão mais formados, e os olhos se desenvolveram; embora a íris ainda não tenha pigmentação, as sobrancelhas e pálpebras estão no lugar certo.

25 semanas | Mesmo sem ar nos pulmões, seu bebê começa a fazer alguns exercícios de respiração. Por outro lado, os cinco sentidos estão se desenvolvendo com muita rapidez.

27 semanas | Agora que você se aproxima da fase final da gravidez, o terceiro trimestre, seu bebê começa a preencher todo o espaço disponível dentro do útero.

Sua gravidez, semana a semana

Terceiro trimestre

30 semanas | Seu bebê flutua dentro de quase meio litro de líquido amniótico. A quantidade de líquido vai diminuir com o passar das semanas, à medida que o bebê vá ocupando quase todo o espaço disponível.

33 semanas | Seu bebê está cada vez mais comprido. Pode já ter 44 centímetros. Ao mesmo tempo, continua engordando para perder as ruguinhas.

36 semanas | Reta final! Quando esta semana terminar, seu bebê estará oficialmente "a termo", ou seja, não será mais prematuro se resolver nascer antes da hora. Mas o melhor é não ter pressa. Lembre-se de que a gestação dura oficialmente 40 semanas.

39 semanas | Seu bebê já está pronto para chegar ao mundo! Agora ele está acumulando gordura para poder se manter quentinho depois que nascer. Os meninos tendem a nascer um pouco maiores que as meninas.

Anotações:



Anotações:



Exames

ABO-RH

Toxoplasmose

HBsAg (1º e 3º trimestre)

Glicemia de Jejum

TOTG (2h/75g)

Anti-HIV

HB/Ht

VDRL

Urina-EAS

Urina Cultura

Coombs Indireto

Outros

Data

Resultado

Idade

Altura (cm)

Estado civil

Antecedentes familiares:

☐ Hipertensão arterial

☐ Diabetes

☐ Gemelar

Data

Resultado

Elektroforese de Hemoglobina

☐ AA

☐ AS

☐ AC

☐ SS

☐ AC

Padrão

Heterizigose

Homoizigose

Teste rápido

Sífilis

HIV

Hepetite B e C

Data

Resultado

Data

Resultado

Data

Resultado

Malária (somente para região Amazônica)

Suplementação Sulfato ferroso

Sim

☐ 1ºmês

☐ 2ºmês

☐ 3ºmês

☐ 4ºmês

☐ 5ºmês

☐ 6ºmês

☐ 7ºmês

☐ 8ºmês

☐ 9ºmês

Não

☐ 1ºmês

☐ 2ºmês

☐ 3ºmês

☐ 4ºmês

☐ 5ºmês

☐ 6ºmês

☐ 7ºmês

☐ 8ºmês

☐ 9ºmês

Suplementação Ácido fólico

Sim

☐ 1ºmês

☐ 2ºmês

☐ 3ºmês

☐ 4ºmês

☐ 5ºmês

☐ 6ºmês

☐ 7ºmês

☐ 8ºmês

☐ 9ºmês

Não

☐ 1ºmês

☐ 2ºmês

☐ 3ºmês

☐ 4ºmês

☐ 5ºmês

☐ 6ºmês

☐ 7ºmês

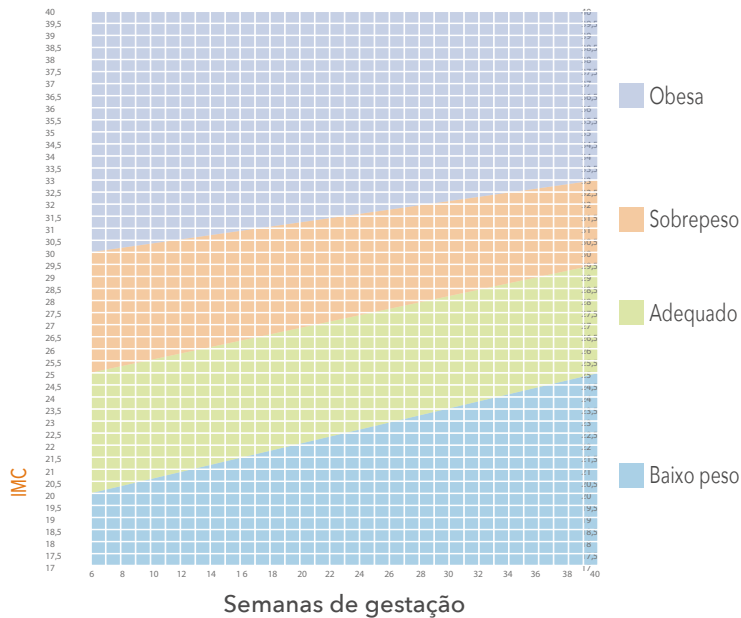
☐ 8ºmês

☐ 9ºmês

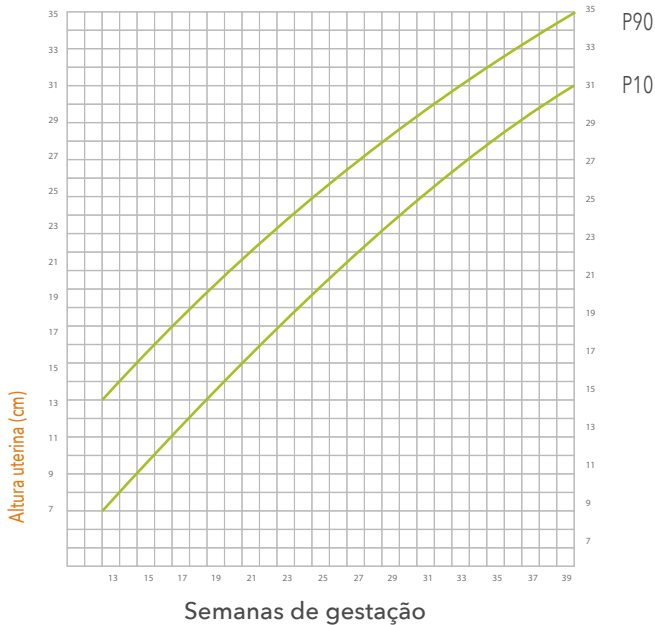
Ultrasonografia

Data	IG DUM	IG USG	Peso fetal	Placenta	Líquido	Outros

Gráfico de acompanhamento nutricional



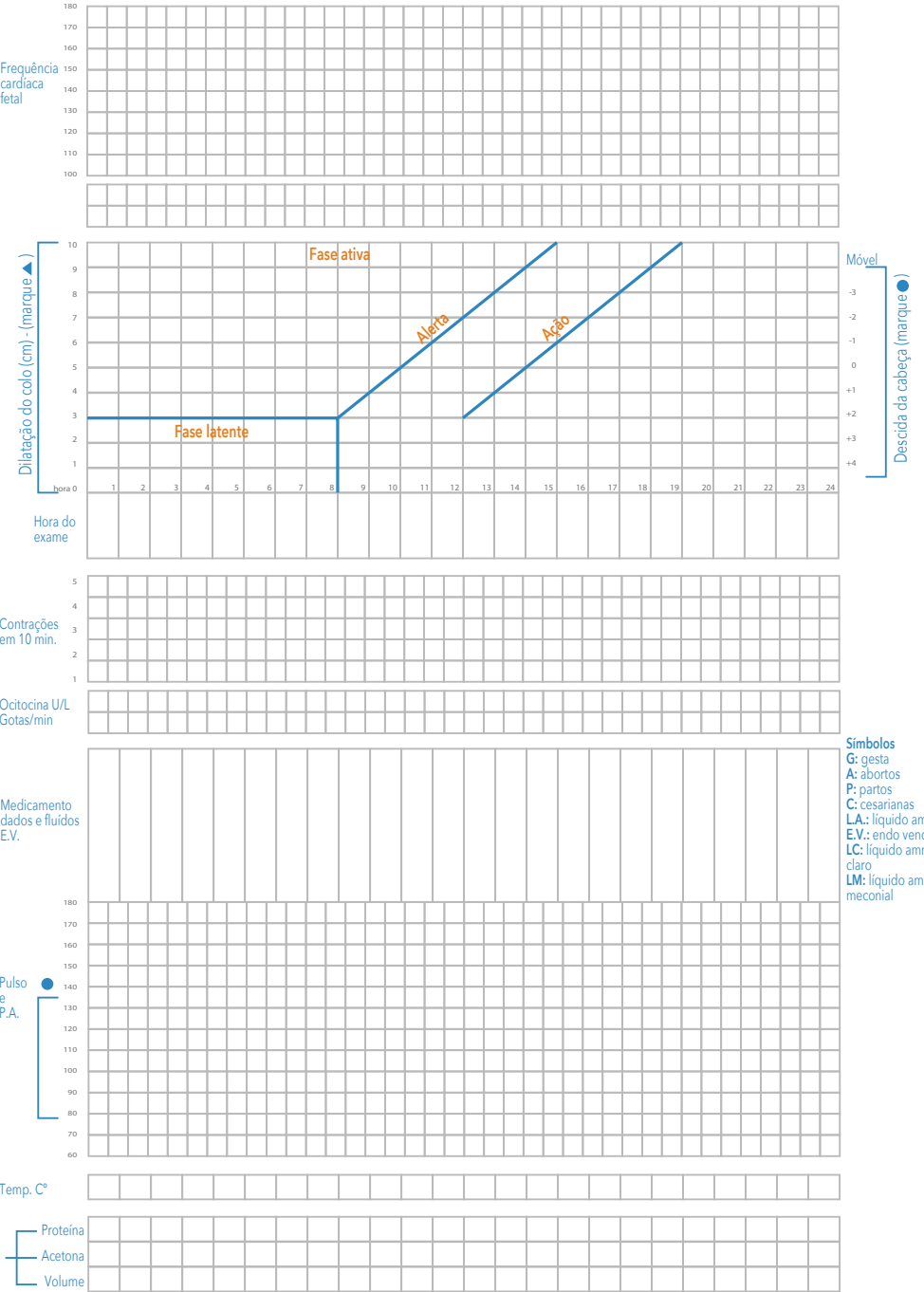
Curva de altura uterina / idade gestacional



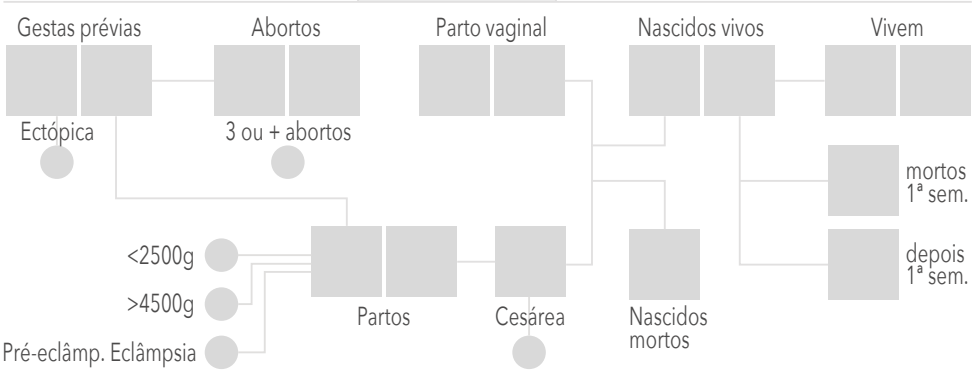
Partograma

Nome: _____ G: _____ A: _____ P: _____ C: _____ N° pront.: _____

Data de admissão: / / Hora da admissão: / / Ruptura das membranas: horas.



DUM	/	/	Tipo de gravidez	Risco habitual	
DPP	/	/	<input type="radio"/> Única	Gravidez alto risco	<input type="radio"/>
DPP (USG)	/	/	<input type="radio"/> Gemelar	Gravidez planejada	Sim <input type="radio"/> Não <input type="radio"/>
			<input type="radio"/> Tripla ou mais		
			<input type="radio"/> Ignorada		



Antecedentes clínicos

Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não
Diabetes		Cardiopatia	<input type="radio"/>	Cir.pelv.uterina	<input type="radio"/>
Infecção urinária	<input type="radio"/>	Tromboembolismo	<input type="radio"/>	Outros	<input type="radio"/>
Infertilidade	<input type="radio"/>	Hipertensão arterial	<input type="radio"/>	Outros	<input type="radio"/>

Gestão atual

Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não
Fumo (nº de cigarros)		Anemia	<input type="radio"/>	Hipertensão arterial	<input type="radio"/>
Álcool	<input type="radio"/>	Inc. istmocervical	<input type="radio"/>	Pré-eclâmpsia/eclâmp.	<input type="radio"/>
Outras drogas	<input type="radio"/>	Ameaça parto premat.	<input type="radio"/>	Cardiopatia	<input type="radio"/>
Violência doméstica	<input type="radio"/>	Isoimunização rh	<input type="radio"/>	Diabetes gestacional	<input type="radio"/>
HIV/Aids	<input type="radio"/>	Oligo/polidrâmio	<input type="radio"/>	Uso de unsulina	<input type="radio"/>
Sífilis	<input type="radio"/>	Rut.prem.membrana	<input type="radio"/>	Hemorragia 1º trim.	<input type="radio"/>
Toxoplasmose	<input type="radio"/>	CIUR	<input type="radio"/>	Hemorragia 2º trim.	<input type="radio"/>
Infecção urinária	<input type="radio"/>	Pós-datismo	<input type="radio"/>	Hemorragia 3º trim.	<input type="radio"/>

Vacinas antitetânica






Sem informação de imunização	<input type="radio"/>
Imunizada há menos de 5 anos	<input type="radio"/>
Imunizada há mais de 5 anos	<input type="radio"/>
1ª dose / / 2ª dose / /	
3ª dose / / 4ª dose / /	

Coqueluche (dTpa)

Hepatite B

Imunizada	<input type="radio"/>
1ª dose / /	
2ª dose / /	
3ª dose / /	
Influenza / /	
Difteria / /	
Tétano / /	



Consulta odontológica

18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27	28
															
															
48	47	46	45	44	43	42	41	31	32	33	34	35	36	37	38

Legenda

* - Mancha branca ativa	Ca - Lesão cavitada ativa	PF - Prótese fixa
O - Mancha branca inativa	Ci - Lesão cavitada inativa	RE - Restauração estética
A - Ausente	E - Extraído	SP - Selamento provisório
Ae - Abrasão/erosão	H - Hígido	T - Traumatismo
Am - Amálgama	M - Restauração metálica	X - Extração indicada

Presença de gengivite/periodontite

Sim  Não 

Data / /

Plano de tratamento (por consulta)

Tratamento realizado (para o cirurgião dentista)

Data	Dente	Procedimentos realizados	Ass.CD
/ /			
/ /			
/ /			
/ /			
/ /			
/ /			
/ /			

Necessidade de encaminhamento para referência (para o cirurgião dentista)

Especialidade	Tratamento necessário	Encaminhamento	Retorno	Plano cuidado (contra-refer.)

Palavra de Mãe

Joaquim nasceu no dia 30 de janeiro de 1985. Foi o melhor momento da minha vida, de longe.

Me lembro como se fosse ontem, ou no máximo anteontem. Antonio tinha acabado de sair do banho, e naquele dia íamos jantar fora, mas acabei fazendo lasanha. É o nosso prato preferido.

Quando Antonio chegou na cozinha, viu que eu coloquei três pratos na mesa, e me perguntou:

- Vem alguém pra jantar com a gente hoje?

Com o pano de prato na mão, olhei pra ele e disse: "A partir de hoje, não somos mais dois. A partir de hoje, somos três".

Antonio me olhou, ficou parado sem reação durante 5 minutos. Não sabia o que fazer. Eu juro que cheguei a ver uma lágrima nos olhos dele.

Não consigo contar a quantidade de vezes que ele disse "eu te amo" naquele dia.

Não foi algo exatamente planejado, mas mudou nossas vidas. Uniu ainda mais o amor que eu sinto por aquele homem.

Jantamos, e o prato ficou na mesa. Desde aquele dia, em todos os jantares temos três pratos na mesa. Aquele foi um dos melhores jantares de nossa vida.

As primeiras semanas foram as mais difíceis. Descobertas e dúvidas. Eu não sabia o que fazer, Antonio não sabia o que fazer. A minha sogra ajudou muito, desde sempre.

A partir daí, sempre tivemos ajuda. Sempre pesquisei muito, li livros sobre o que era ser mãe, mas aprendi que ser mãe não se aprende, ser mãe não está escrito em nenhum lugar. Ser mãe está dentro de nós.

Nas próximas semanas, mudei muito e Antonio teve que mudar comigo. E as vezes eu brigava com ele, admito.

Mas hoje, vinte nove anos depois, percebi que briga de amor não dói.

Somos felizes, temos o Joaquim. Nos ensinou muito mais do que eu achava que conseguiria aprender.

Este é o melhor momento da minha vida.

