

1. Gestão de Saúde e Vacinação/ Atualização do Plano Vacinal: Alargar a lista de vacinas e incluir descrições detalhadas sobre a utilidade de cada uma.

- Nascimento: [Hepatite B](#) (1^a dose). A vacina contra a Hepatite B é essencial para prevenir a infecção pelo vírus, sendo segura e eficaz, e está disponível gratuitamente no SUS para todas as idades; o esquema para crianças envolve 4 doses (ao nascer, 2, 4 e 6 meses)
- 2 Meses:
 - [Hexavalente](#) (DTPa, Hib, VIP, VHB - 1^a dose + 2^a dose VHB).
 - **Vantagens: combina várias vacinas em uma só, ou seja diminui dor e estresse para a criança/bebe**
 -
 - [Pneumocócica](#) (Pn20/Pn13 - 1^a dose). A vacina pneumocócica protege contra infecções graves causadas pela bactéria *Streptococcus pneumoniae*, como pneumonia, meningite, otite média e infecções sanguíneas (bacteremia)
 - [Meningocócica](#) B (MenB - 1^a dose). A vacina meningocócica protege contra a meningite e outras infecções graves
- 4 Meses:
 - [Pentavalente](#) (DTPa, Hib, VIP - 2^a dose). A vacina Pentavalente protege contra **cinco doenças graves** em bebés e crianças: **Difteria, Tétano, Coqueluche**
 - [Pneumocócica](#) (Pn20/Pn13 - 2^a dose).
 - [Meningocócica](#) B (MenB - 2^a dose).
- 6 Meses:
 - [Hexavalente](#) (DTPa, Hib, VIP, VHB - 3^a dose).
- 12 Meses:
 - [Pneumocócica](#) (Pn20/Pn13 - 3^a dose).
 - [Meningocócica](#) C (MenC - dose única ou reforço).
 - [Meningocócica](#) B (MenB - 3^a dose).
 - [VASPR](#) (Sarampo, Papeira, Rubéola - 1^a dose).
- 18 Meses:
 - [Pentavalente](#) (DTPa, Hib, VIP - 4^a dose).

* Agendamento: Implementar uma funcionalidade de marcação com definição de dia e hora, uma vez que a versão atual não permite esta gestão.

2. Bem-estar e Conteúdo Pós-Parto/ e na gestação

* Saúde Física e Nutrição: Adicionar secções dedicadas a treinos específicos para o pós-parto, dicas de nutrição e hábitos alimentares saudáveis durante e após a gravidez também adicionar aulas de zumba mais tranquilas para que as mães possam se manter saudáveis e ativas durante a gestação

* Artigos Técnicos: Pesquisar e integrar artigos científicos/informativos sobre saúde na aplicação.

3. Alteração de nomes: Substituir a palavra "Fármacos"

- Criar duas secções distintas: * "Essenciais para a mamã" e * "Essenciais para o bebé"

4. Conectividade e Serviços Online

* Redes Sociais: colocar o link direto para o nosso perfil de Instagram

* Teleconsultas: Garantir o funcionamento e a visibilidade das consultas online com:

* Nutricionista e um enfermeiro

6- adicionar uma parte para as mães colocarem fotos e vídeos que gostariam de eternizar dos seus bebés, como fotos durante a gestação e até pós gravidez

7- lembretes para as mães de tomar medicação, ou seja terem um sítio para darem entrada das medicações que necessitam e a hora a que costumam tomar

8- dicas para uma recuperação eficaz e segura após o parto

9- meditação para ajudar na questão de saúde mental

10- o que não é aconselhável se fazer durante uma gestação e pós parto /cuidados a ter

11- se fosse possível adicionar um chat de inteligência artificial para quando as mães não se sentem muito a vontade de falar com ninguém até mesmo um psicólogo para tirarem possíveis ideias e dicas

12- frases motivacionais ao entrar na app