

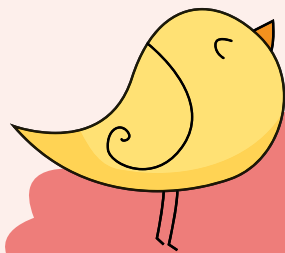
Bial

Keeping life
in mind.



Curso Online

Preparação para o
parto e parentalidade



AULA 1

Enf^a. Sílvia Filipe

ESTOU GRÁVIDA! E AGORA? I

- ▶ **Período embrionário e fetal**
- ▶ **Acompanhamento na gravidez**
 - ▶ **1^a Consulta pré-natal**
 - ▶ **Consultas pré-natais**
 - ▶ **Exames a realizar durante a gravidez**
 - ▶ **Meios de diagnóstico**
 - ▶ **Vacinação na gravidez**

Período embrionário e fetal¹

Semanas

Desenvolvimento

-
- 1ª-3ª semana
- ▶ Fecundação: união do óvulo e do espermatozoide, dando-se a formação do ovo.
 - ▶ Nidação: o ovo migra das trompas de Falópio até ao útero, fixando-se nas suas paredes.
 - ▶ O ovo vai-se diferenciando em camadas de células, que se organizam com vista ao desenvolvimento dos diferentes órgãos e tecidos.
-
- 4ª-8ª semana
- ▶ 4ª semana: distingue-se a cabeça, o sistema nervoso, o tronco e uns minúsculos esboços dos membros superiores e inferiores.
 - ▶ 8ª semana: o embrião terá em média 25 mm de comprimento e 1 g de peso.
-



Período embrionário e fetal¹

Semanas

Desenvolvimento

9^a-12^a
semanas

- ▶ Formação do sistema digestivo, respiratório e urinário.
- ▶ Início da formação do esqueleto.
- ▶ A face começa a tomar forma e aparecem as orelhas, os lábios, o nariz e os olhos. Identificam-se esboços dos tornozelos e dedos dos pés e das mãos.
- ▶ O cérebro, coração e fígado aumentam de tamanho.
- ▶ O feto mede em média cerca de 30 mm e pesa 6 g.

Por volta da
12^a semana

- ▶ Aparecem as unhas e, nas gengivas, uns “rebentos” que irão dar origem aos primeiros 20 dentes (de leite).
- ▶ Os órgãos sexuais já estão constituídos.
- ▶ Apesar de a mãe não sentir, o bebé já mexe.
- ▶ O coração já se consegue ouvir na consulta e bate ao dobro do ritmo da mãe.
- ▶ Mede cerca de 7 a 8 cm e pesa aproximadamente 30 g.



Período embrionário e fetal¹

Semanas

Desenvolvimento

Por volta da
16ª semana

- ▶ Distinguem-se claramente os dedos das mãos e dos pés.
- ▶ Placenta bem desenvolvida, o que permite as trocas necessárias entre mãe e filho.
- ▶ Verificam-se já certos reflexos, como o da sucção (chupar) e o da deglutição (engolir) e o feto tem o hábito de chuchar o dedo polegar.
- ▶ Mede cerca de 14 cm e pesa aproximadamente 200 g.

Por volta da
20ª semana

- ▶ O cabelo, as sobrancelhas e as pestanas começam a crescer.
- ▶ O bebé tem geralmente os braços dobrados e os cotovelos junto do corpo.
- ▶ A gordura começa a depositar-se debaixo da pele.
- ▶ Os músculos estão ativos e já poderás sentir os seus movimentos.
- ▶ Mede cerca de 22 cm.



Período embrionário e fetal¹

Semanas

Desenvolvimento

Por volta da
24ª semana

- ▶ O feto tem o corpo protegido por uma camada de uma substância gordurosa chamada “vérnix”.
- ▶ Mantém os braços dobrados sobre o peito e as pernas fletidas sobre o abdômen, as pálpebras podem abrir-se e verifica-se um grande desenvolvimento dos músculos.
- ▶ Mede cerca de 30 cm e pesa aproximadamente 800 a 900 g.

Por volta da
28ª semana

- ▶ O feto pode colocar-se de cabeça para baixo.
- ▶ Abre e fecha os olhos, ouve os sons fortes que chegam do exterior e pode chorar e responder a estímulos como a dor e a luz.
- ▶ Uma penugem fina cobre o corpo.
- ▶ Mede cerca de 40 cm e pesa em média 1600 g.



Período embrionário e fetal¹

Semanas

Desenvolvimento

Por volta da
32ª semana

- ▶ Devido às pequenas acumulações de gordura que se formam debaixo da pele, grande parte das rugas do feto desaparecem.
- ▶ O tom da pele torna-se rosa claro.
- ▶ Os órgãos vitais estão preparados e dotados para sobreviver, mas os pulmões ainda não estão maduros.
- ▶ O bebé faz mais movimentos e dá, com força, pancadas com o pé.
- ▶ Mede em média 45 cm e pesar cerca de 2250 g.

Entre a
36ª-37ª
semana

- ▶ O bebé está preparado para nascer, apesar do ideal ser a partir das 37 semanas.
- ▶ Os pulmões estão adequadamente formados.
- ▶ Apresenta um aspeto bem arredondado, com a pele rosada.
- ▶ Continua a levar o dedo à boca e, de vez em quando, tem soluços.

Entre a
38ª-40ª
semana

- ▶ O feto está pronto para nascer, com os seus órgãos completamente maduros para resistir à vida extrauterina.
- ▶ Os movimentos fetais são um pouco mais reduzidos.
- ▶ O feto tem em média 50 cm e pesa cerca de 3000 g.



Antes das 12 semanas serão avaliados²:

Cálculo da idade gestacional e data provável de parto.

Avaliação de:

- ▶ Dados da consulta preconcepcional (se existir);
- ▶ Elementos da história clínica;
- ▶ Fatores de risco pré-natal;
- ▶ Adaptação à gravidez, saúde mental e fatores psicossociais;
- ▶ Estado nutricional;
- ▶ Bem estar-materno:
 - ▶ Peso e altura (antes da gravidez e atual);
 - ▶ Ganho de peso adequado durante a gravidez;
 - ▶ Pressão arterial;
 - ▶ Análise sumária à urina;
 - ▶ Pesquisa de edemas (inchaço localizado em alguma parte do corpo);
 - ▶ Pesquisa de sinais de anemia (coloração da pele, das extremidades e mucosa oral).



1ª Consulta Pré-Natal²

- ▶ Consumo de substâncias nocivas como tabaco, álcool e outras substâncias psicoativas;
- ▶ Ingestão de fármacos e medicamentos de venda livre;
- ▶ Histórico vacinal;
- ▶ Exame físico e ginecológico;
- ▶ Informação sobre as análises sanguíneas contempladas ao longo da gravidez;
- ▶ Informação sobre as ecografias contempladas ao longo da gravidez;
- ▶ Suplementação a efetuar durante a gravidez;
- ▶ Preenchimento do Boletim de Saúde da Grávida.



Consultas Pré-Natal (de seguimento)²

Nas consultas seguintes serão verificados e realizados os seguintes itens²:

- ▶ Controlo do peso, pressão arterial, crescimento do útero, auscultação do ritmo cardíaco do feto;
- ▶ Avaliação dos exames efetuados (análises sanguíneas e ecografias obstétricas);
- ▶ Prescrição de tratamentos, se necessário;
- ▶ Esclarecimento de dúvidas relacionadas com a gravidez e o bebé;
- ▶ Informação e conselhos sobre diferentes aspetos da gravidez e sobre os cursos de educação materna/preparação para o parto.



Exames a realizar durante a gravidez²

Primeiro trimestre²

► Ecografia Obstétrica do 1º Trimestre

Entre as 11 e 14 semanas e tem como objetivos: confirmar a viabilidade fetal, determinar o número de fetos, datar corretamente a gravidez, diagnosticar malformações *major*, contribuir para a avaliação do risco de aneuploidias (alterações cromossômicas) e medir a translucência da nuca (quantificar o risco de trissomia 21).



Exames a realizar durante a gravidez²

Primeiro trimestre (continuação)²

- ▶ Citologia cervical
- ▶ Pesquisa de aglutininas irregulares (Teste Coombs Indireto)

Realiza-se para saber o grupo sanguíneo da grávida, caso necessite de uma transfusão sanguínea durante a gravidez ou parto. A determinação do fator Rh (uma proteína presente na superfície dos glóbulos vermelhos) é importante para detetar uma possível incompatibilidade de sangue (Rh) entre a mãe e o bebé.



Exames a realizar durante a gravidez²

Primeiro trimestre (continuação)²

- ▶ Determinação do grupo sanguíneo ABO e fator RhD
- ▶ Análise sanguínea

Hemograma completo (contagem do número das diferentes células do sangue) e glicemia em jejum.

- ▶ Análise e cultura de urina

Verifica-se se existem células, glucose, proteínas e bactérias na urina.



Exames a realizar durante a gravidez²

Primeiro trimestre (continuação)²

▶ Rastreio Triplo

A quantificação de risco de trissomias consiste na análise conjunta de três parâmetros: análise sanguínea que se realiza entre a semana 11 e 13, através da qual são medidos dois marcadores bioquímicos (PAPP-A e β -hCG), a idade materna e a translucência da nuca um marcador ecográfico que consiste na medição da acumulação de líquido fisiológico na nuca do feto.



Exames a realizar durante a gravidez²

Segundo Trimestre²

▶ Ecografia Obstétrica do 2º Trimestre

Entre as 20 e 23 semanas e tem como objetivos: confirmar alguns dados do 1º trimestre, e, sobretudo, identificar malformações fetais (ecografia morfológica).

▶ Análise sanguínea

Hemograma completo.



Exames a realizar durante a gravidez²

Segundo Trimestre (continuação)²

- ▶ Rastreio de diabetes gestacional

Realiza-se entre as 24 e 28 semanas e consiste: na ingestão de uma solução açucarada (75 g de glicose) e colheitas de amostras de sangue sucessivas (0, 1 e 2 horas).

- ▶ Pesquisa de aglutininas irregulares (Teste Coombs indireto)
- ▶ Análise de urina
- ▶ Exame sérico

Análise sanguínea para detetar rubéola e toxoplasmose.



Exames a realizar durante a gravidez²

Terceiro Trimestre²

▶ Ecografia Obstétrica do 3º Trimestre

Entre as 30 e 33 semanas e permite: avaliar o desenvolvimento fetal e diagnosticar anomalias tardias. São também avaliados a apresentação fetal, perímetro cefálico e abdominal, comprimento do fémur, estimativa ponderal (peso e altura no nascimento) e parâmetros biofísicos de bem-estar fetal.

▶ Análise sanguínea

Hemograma completo.



Exames a realizar durante a gravidez²

Terceiro Trimestre (continuação)²

- ▶ Exame sérico

Análise sanguínea para a deteção de toxoplasmose, hepatite B e C, VIH e sífilis.

- ▶ Estreptococcus β hemolítico do grupo B

Micro-organismos que se encontram na vagina e no reto e que podem ser transmitidos ao bebé no momento do parto. Para analisá-los é colhida uma amostra da vagina e reto. Caso o teste seja positivo, são administrados antibióticos na altura para evitar que o bebé seja infetado.



Meios de Diagnóstico Pré-Natal^{3,4,5}

Patologias

Recomendações

- | | |
|------------------------------------|--|
| Amniocentese | ▶ Diagnóstico precoce de doenças cromossómicas.
Extração de uma pequena quantidade de líquido amniótico, introduzindo uma agulha através do abdómen e da parede do útero. |
| Biópsia das vilosidades coriônicas | ▶ Diagnóstico cromossómico pré-natal.
Extração de uma pequena quantidade de vilosidades do córion da placenta. |



Meios de Diagnóstico Pré-Natal^{3,4,5}

Patologias

Recomendações

Cordocentese

- ▶ Diagnosticar doenças no feto (ex: rubéola e toxoplasmose), doenças genéticas (síndrome de Down e outras trissomias) e doenças hematológicas (hemofilia, anemia por incompatibilidade do fator Rh).
Introdução de uma agulha no abdómen e útero para extrair sangue fetal da veia do cordão umbilical.

Teste Harmony[®]

- ▶ Diagnóstico pré-natal de trissomias mais comuns (21, 18 e 13). Realiza-se através de uma análise sanguínea, onde são analisados fragmentos de ADN específicos dos cromossomas das células fetais, libertados no sangue materno.



Plano Nacional de Vacinação 2017 – Vacinação durante a gravidez⁶

Vacinas	Recomendação
Tdpa ^a	▶ Recomendada (20-36 semanas de gestação)*
Td ^b , VHB ^c , VIP ^d , MenC ^e , Pn13 ^f e Pn23 ^g	▶ Administrar, se indicadas
HPV ^h	▶ Não recomendada
VASPR ⁱ	▶ Contraindicada

a Tétano, Difteria e Tosse convulsa, doses reduzidas; bTétano e Difteria, doses reduzidas; c Hepatite B; d Poliomelite; e Doença invasiva por *Neisseria meningitidis* C; f,g Infeções por *Streptococcus pneumoniae* de 13 e 23 serotipos respetivamente; h Vírus do Papiloma Humano; i Sarampo, Papeira e Rubéola.

* A vacina com Tdpa na gravidez deve ocorrer após a ecografia morfológica e, idealmente até às 32 semanas de gestação.



Bibliografia

1. Orientação da Direção Geral de Saúde. A Gravidez na Adolescente. Lisboa. 2005. ISBN 972 675 113 6. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
2. Orientação da Direção Geral de Saúde. Programa Nacional para a vigilância da Gravidez de Baixo Risco. Lisboa. 2016. ISBN 978 972 675 233 2. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
3. The American College of Obstetricians and Gynecologists. Patient education. Exámenes de rutina durante el embarazo. 2016. El embarazo SP133. ISSN 1074-8601.
4. <http://www.ariosadx.com/expecting-parents/faqs/>
5. Técnicas invasivas de diagnóstico e terapêutica fetal. Centro de Diagnóstico Pré-natal da Maternidade Dr. Alfredo da Costa. Acedido pelo site da Associação Portuguesa de Diagnóstico Pré-Natal.
6. Orientação da Direção Geral de Saúde nº016/2016 de 16/12/2016. Programa Nacional de Vacinação 2017. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
7. Direcció General de Salut Pública. Generalitat de Catalunya. Guia para embarazadas. 2009. Disponível em http://www.capsbe.cat/media/upload/pdf/guiaembarassades_editora_6_31_1.pdf
8. Departamento de Sanidad del Gobierno Vasco. Vas a ser madre. 2007. Osakidetza. Disponível em http://www.osakidetza.euskadi.eus/contenidos/informacion/embarazo_parto_posparto/es_mujer/adjuntos/vas_ser_madre.pdf.
9. Orientação da Direção Geral de Saúde. Programa da Saúde Mental na Gravidez e Primeira Infância. Lisboa. 2005. ISBN 972 675 121 7. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
10. Sociedad Española de Ginecología y obstetricia. Control prenatal del embarazo normal. Protocolo actualizado en julio de 2010. ProSEGO.
11. Orientação da Direção Geral de Saúde. Alimentação e Nutrição Saudável na Gravidez. Lisboa. 2014. ISBN 978 972 675 221 9. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
12. Organização Mundial de Saúde. Diretriz: Suplementação diária de ferro e ácido fólico em gestantes. Genebra. 2013. ISBN 978 92 4 850199 9.
13. Orientação da Direção Geral de Saúde nº030/2013 de 31/12/2013. Abordagem, Diagnóstico e Tratamento da Ferropénia no Adulto. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
14. Orientação da Direção Geral de Saúde nº011/2013 de 26/08/2013. Aporte de iodo e mulheres na preconceção, gravidez e amamentação. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
15. <https://hmsportugal.wordpress.com/2012/01/21/atividade-fisica-durante-a-gravidez-recomenda-se/>
16. Relatório de Consenso sobre a Diabetes e Gravidez. Janeiro 2011. Disponível em <http://www.dgs.pt>.
17. <https://www.germanodesousa.com/page/doencas/article/perguntas-e-respostas-sobre-preeclampsia/>
18. <http://portal-chsj.min-saude.pt/pages/425>.
19. Martinez Bueno C, Villar Varela MT. Como superar el puerperio y no rendirse en el intento. Federación de asociaciones de matronas de España (FAME). Barcelona, 2014.
20. Guías de salud infantil. De 0-6 meses. Departamento de Salud. Osakidetza. Administración de la Comunidad Autónoma de Euskadi. Diciembre 2013. Depósito Legal: VI 868-2013.
21. <http://saudereprodutiva.dgs.pt>.
22. Cuidados de las criaturas en los primeros meses de vida. Federación de asociaciones de matronas de España (FAME). Barcelona, 2015. Depósito legal: B 13178-2015.
23. 14. Levy L, Bértolo H. Manual de Aleitamento Materno. Comité Português para a Unicef. 2012. ISBN 978 972 96436 1 3.
24. Associação Portuguesa dos Nutricionistas. Aleitamento Materno: Promover Saúde! Porto. 2010. ISBN 978 989 96506 3 3
25. Organização Mundial da Saúde em colaboração com a Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação. Preparação, manipulação e conservação de fórmulas desidratadas para lactentes. Lisboa. 2015. ISBN 978-989-8794-06-2. Depósito Legal n.º 390791/15.
26. <http://www.guiadelnino.com/salud/datos-y-curiosidades/que-sabes-sobre-vacunas>.
27. http://portal-chsj.min-saude.pt/uploads/writer_file/document/193/Vigilancia_do_RN.pdf
28. Cardoso de Menezes, H, Edanius, K, Cordeiro, M. Evitar os acidentes no primeiro ano de vida. Vale a pena crescer em segurança. Lisboa. Agosto 2003. ISBN 972-95995-2-1. Depósito Legal 143774/99.
29. http://www.mdb.pt/sites/default/files/mb_3517_13.pdf
30. http://www.seg-social.pt/documents/10152/23362/subsidio_parental/0bd0fafb-9e8d-4613-8bb4-e9bf3ac7e5f1?version=1.12.
31. http://www.irn.mj.pt/sections/irn/a_registral/registo-civil/docs-do-civil/nascer-cidadao/

Os dados, opiniões, e conclusões expressos nesta publicação não refletem necessariamente os pontos de vista de Bial, mas apenas os dos autores. Bial não se responsabiliza pela atualidade da informação, por quaisquer erros, omissões ou imprecisões.

Material elaborado pela equipa médica da EP Health Marketing, SL.
© 2018 EP Health Marketing, SL.