





*Grupo de Trabalho de Humanização
Materno-Infantil*



**CARTILHA DE DIREITOS
DA GESTANTE,
PUÉRPERA E RECÉM-
NASCIDOS**



Elaboração:



Andresa Araujo Amorim Moreira Esteves
Eli Borges de Freitas Silva
Giselle Carlos Santos Brandão Monte
Laís Danielle Ribeiro de Melo
Maria Isabel Fernandes Calheiros
Maria Zenaide Siqueira
Rhaissa Rafaelle Leon de Souza
Sarah Lins de Barros Moreira
Vanessa Ferry de Oliveira Soares
Taynah Raissa Pinheiro Fontan

H 828 Hospital Universitário Professor Alberto Antunes. Grupo de Trabalho de Humanização Materno-infantil / Cartilha de Direitos da gestante, puérpera e recém-nascidos. Maceió: HUPAA, 2021.

1. Gestante - Direitos. 2. Recém-nascido - Direitos. I. Grupo de Trabalho de Humanização Materno-Infantil. II. Título.

CDU 34:612.63



SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO

4

MAMÃES E FUTURAS MAMÃES:
CONHEÇAM OS SEUS DIREITOS NO
PRÉ-NATAL

4

DICAS DE CUIDADOS: FUTURAS
MAMÃES

5

SEUS DIREITOS DURANTE O PRÉ-
PARTO, PARTO E PÓS-PARTO

6

CONHEÇA TAMBÉM OS DIREITOS
DA PUÉRPERA COM O RECÉM-
NASCIDO

7

DIREITOS DO BEBÊ

8

BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO

8

COMO CONDUZIR A AMAMENTAÇÃO?

9

VOCÊ SABE O QUE É VIOLÊNCIA
OBSTÉTRICA?

9

PLANEJAMENTO FAMILIAR

10

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

10



APRESENTAÇÃO

A Maternidade Professor Mariano Teixeira, no Hospital Universitário Professor Alberto Antunes é referência no Estado de Alagoas para o atendimento de gestante de alto risco, atuando no acolhimento e assistência das gestantes e puérperas, bem como ao recém-nascido, visando restabelecer um quadro de normalidade na condução de todo período gestacional e puerperal. A gestação de alto risco pode se caracterizar pela perspectiva de maior chance de complicações que a média populacional (ANTONIAZZI et al, 2019).

No Brasil o Sistema Único de Saúde (SUS) tem buscado o fortalecimento dos direitos da gestante e do seu bebê. Assim, o Grupo de Trabalho de Humanização Materno-Infantil do Hospital Universitário Professor Alberto Antunes (GTHMI/HUPAA) produziu esta Cartilha de Direitos da Gestante, Puérpera e Recém-nascidos, com o objetivo de apresentar a vocês informações importantes sobre seus direitos. Também apresentamos algumas dicas de cuidados durante a gestação e informações sobre os benefícios da amamentação.

Boa leitura e seja bem-vinda ao HUPAA!

MAMÃES E FUTURAS MAMÃES: CONHEÇAM SEUS DIREITOS NO PRÉ-NATAL!

O pré-natal é o acompanhamento médico e de enfermagem oferecido à gestante durante a gravidez, até o trabalho de parto.

São objetivos da consulta pré-natal:

- Orientar sobre hábitos saudáveis (alimentação, exercícios, etc);
- Diagnosticar e monitorar doenças preexistentes ou que possam surgir durante a gestação;
- Ofertar apoio emocional.



Fonte: domínio público



É DIREITO DA GESTANTE:

- Pré-natal pelo SUS, com garantia de pelo menos 6 consultas de acompanhamento pré-natal, sendo 1 no primeiro trimestre, 2 no segundo trimestre e 3 no terceiro trimestre.
- Receber informações claras sobre o seu estado de saúde e do seu filho, desde o pré-natal, para que possa realizar suas escolhas com autonomia (BRASIL, 2018).



Fonte: domínio público

DICAS DE CUIDADOS FUTURAS MAMÃES

- Realizar atividades físicas próprias para gestantes.
- Usar roupas largas e sutiã confortável bem ajustado.
- Evitar ficar muito tempo em pé.
- Descansar durante 15 minutos, no mínimo, com as pernas elevadas, duas vezes ao dia.
- Usar filtro solar e hidratar o corpo com cremes e óleos corporais, evitando as auréolas (bicos) dos seios.
- Não usar medicações sem antes consultar o médico.
- Reduzir o consumo de cafés e refrigerantes.
- Procurar comer alimentos saudáveis, ricos em fibras, como frutas, verduras e alimentos integrais.
- Comer alimentos ricos em ferro (carne, grãos, folhas verdes- escuras, etc.), para evitar a anemia.
- Tomar bastante líquido, de preferência água e chás naturais.



Fonte: domínio público





SEUS DIREITOS DURANTE O PRÉ- PARTO, PARTO E PÓS PARTO:

- Escolha de um acompanhante durante o trabalho de parto e pós-parto.
- Ser incentivada ao parto normal, não sendo submetida à cesariana sem indicação ou por conveniência do profissional.
- Ter o apoio emocional de uma doula (acompanhante de parto que apoia fisicamente e emocionalmente a gestante e seus familiares), se o desejar, inclusive na cesariana.
- Ter garantida a sua privacidade.
- Possibilidade de se movimentar e caminhar livremente.
- Poder ingerir líquidos e alimentos leves à vontade.
- Acesso a métodos para alívio da dor durante a evolução do parto, desde massagens, compressas e banhos mornos, até analgesia.
- Realização da ausculta fetal (ouvir os batimentos do coração do bebê) e o controle dos sinais vitais (pressão, temperatura e frequência cardio-respiratória) da mãe conforme a rotina do pré-natal.
- Escolher a melhor posição para o parto.
- Ter seu plano de parto respeitado.
- Receber a melhor assistência obstétrica (profissionais capacitados), de acordo com suas necessidades, não sendo rotina acelerar o trabalho de parto (uso de ocitocina) ou realizar exames de toque desnecessários e por vários profissionais diferentes, nem ser obrigada a parir deitada ou sofrer corte durante o trabalho de parto (chamada episiotomia ou corte no períneo, região entre vagina e ânus).
- Controle da luz, da temperatura e de ruídos no ambiente.



Figura ilustrativa acerca de movimentos para o parto normal



Fonte: www.humanization.org

CONHEÇA TAMBÉM OS DIRETOS DA PUÉRPERA, COM O RECÉM NASCIDO:

- Contato pele a pele imediato com o bebê logo após o nascimento, tanto no parto normal quanto na cesárea, na primeira hora de vida e antes de qualquer procedimento de rotina;
- Ser incentivada a amamentar ainda na sala de parto;
- Corte do cordão umbilical apenas quando pararem as pulsações (de 1 a 3 minutos após o nascimento, no mínimo);
- Ser encaminhada ao alojamento conjunto (mãe, bebê e acompanhante) desde o nascimento, não devendo haver “período de observação” no berçário sem uma indicação clínica concreta;
- Controle da luz, da temperatura e de ruídos no ambiente;
- Receber informações de continuidade para sua saúde na alta hospitalar;
- Receber orientações sobre vacinação do bebê e consulta de retorno (chamada puericultura);





DIREITOS DO BEBÊ

- Ter certidão de nascimento, esse documento possibilita atendimento pelo Sus, matrícula escolar e o cadastramento em programas sociais.
- Receber Caderneta de Saúde da Criança.
- Receber gratuitamente as vacinas indicadas no calendário básico de vacinação.
- Realizar gratuitamente teste do pezinho, da orelhinha e do olhinho.
- Ser acompanhado pelos pais durante a internação em hospitais.
- Ser acompanhado pela família e pelos profissionais de saúde em seu crescimento e desenvolvimento.
- Mamar exclusivamente no peito durante os primeiros 6 meses de vida de acordo com recomendação da OMS. O bebê deve continuar tomando leite materno, junto a outros alimentos, até os dois anos de idade ou mais.
- Ter uma família e convivência com a comunidade.
- Viver em ambiente afetuoso e harmonioso.
- Viver num lugar limpo, ensolarado e arejado.
- Nenhuma criança ou adolescente poderá sofrer qualquer forma de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão.



BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO

- O leite materno é a melhor proteção natural para a criança e para a mãe, sendo o melhor e mais completo alimento que existe para o bebê. As crianças amamentadas adoecem menos.
- A amamentação protege as mães do câncer de mama e ovário e as crianças do sobrepeso e da obesidade.
- A digestão do leite materno é mais fácil. Diminui as chances do bebê sofrer com cólicas e enjoos.
- Bebês alimentados somente com o leite materno nos primeiros 6 meses de vida ficam menos sujeitos a desenvolver alergias.
- A amamentação favorece o desenvolvimento da face da boca e da dentição do bebê.
- Bebês amamentados têm menos infecções respiratórias graves, menos chiados, menos gripe e menos risco de pneumonia.
- Olhar nos olhos do bebê, conversar suavemente com ele e tocá-lo com carinho enquanto amamenta reforça o vínculo e confiança entre a mãe e o bebê.



COMO CONDUZIR A AMAMENTAÇÃO?



- Pedir ajuda a um profissional da maternidade.
- Amamentar na primeira hora pós-parto (hora dourada).
- Observar e corrigir a pega e a sucção do bebê na mama.
- Puérpera se posicionar adequadamente, bem como seu bebê.
- Massagear as mamas antes de iniciar a amamentação.
- Ordenhar e ficar atenta ao “empedramento”, podendo ir ao Banco de Leite do hospital para ser auxiliada.
- Não oferecer bicos de chupeta e mamadeira e nem fórmulas de leite.



VOCÊ SABE O QUE É VIOLÊNCIA OBSTÉTRICA?

- É a violência cometida contra a gestante e sua família em serviços de saúde durante o pré-natal, parto, pós-parto ou abortamento. Pode ser verbal, física, psicológica e até sexual. Ex.: xingar, constranger, verbalizar frases de conotação sexual, negligenciar, agredir e realizar procedimentos contraindicados, como lavagem intestinal, cortes vaginais e até empurrar com o braço ou sentar sobre a barriga da gestante, procedimentos dolorosos desnecessários e sem consentimento, negligência, discriminação à atributos específicos (que envolvam classe social, identidade étnica, idade ou cor da pele), desrespeito à autonomia das mulheres, são algumas das inúmeras formas com que se caracteriza a violência obstétrica.



Fonte: Manual de apoio à vítima de violência obstétrica, OAB-PI, 2018

EM CASO DE VIOLÊNCIA OBSTÉTRICA, DENUNCIE!

- Onde denunciar?

1. Ouvidoria do HUPAA : e-mail: ouvidoria.hupaa@ebserh.gov.br . Telefone: (82) 3202 -3877
2. Defensoria Pública do Estado de Alagoas: e-mail: dpal.mensagens@gmail.com Telefone: (82) 3315 -2785.
3. Ministério Público do Estado de Alagoas: Telefone: (82) 2122 -3500. Site: <https://www.mpal.mp.br>

PLANEJAMENTO FAMILIAR

Sobre Direitos da Gestante, Puérpera e Recém Nascido

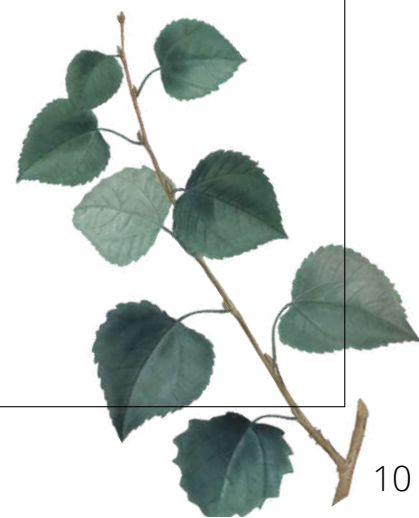
Direitos Sociais

Lei do Planejamento Familiar (Lei nº 9.263, de 12 de janeiro de 1996).

A gestante e puérpera têm direito a orientações sobre a referida Lei e encaminhamento para o trâmite da realização de laqueadura, caso deseje, seja na hora do parto, previsto no Art. 10, inciso 2º, onde refere direito a realização da laqueadura, na hora do parto, por sucessivas cesarianas. A depender de parecer de 2 médicos. Bem como, após o parto, onde há a participação do Serviço Social, com o parecer social e devidas orientações sobre os métodos contraceptivos.

É necessário Parecer Social do Assistente Social para laqueadura ou vasectomia, no seguinte caso:

Esterilização voluntária em homens e mulheres com capacidade civil plena e maiores de vinte e cinco anos de idade ou, pelo menos, com dois filhos, desde que observado o prazo mínimo de sessenta dias entre a manifestação da vontade e o ato cirúrgico, período no qual será propiciado à pessoa interessada acesso a serviço de regulação da fecundidade, incluindo aconselhamento por equipe multidisciplinar, visando desencorajar a esterilização precoce.





BIBLIOGRAFIA CONSULTADA:

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderneta da gestante**. Brasília, DF: MS, 2018. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/agosto/31/Caderneta-da-Gestante-2018.pdf>. Acesso em: 12 nov. 2021.

FIOCRUZ. Fundação Osvaldo Cruz. **Direito das mulheres no parto**. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/direitos-das-mulheres-no-parto-conversando-com-profissionais-de-saude-e-do-direito/>. Acesso em: 16 nov. 2021 .



Fonte: Domínio público





Se a terra fosse mãe, seria mãe das sementes
Pois mãe é tudo o que abraça, acha graça e ama a gente
(Se as coisas fossem mães, de Sylvia Orthof)

