



EBSEH
HOSPITAIS UNIVERSITÁRIOS FEDERAIS

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO PROF. ALBERTO ANTUNES

CARTILHA

ORIENTAÇÃO PARA ÀS MAMÃES DA
UNIDADE NEONATAL DO HUPAA



COMISSÃO DE HUMANIZAÇÃO
HUPAA · UFAL · EBSEH

O Hospital Universitário Professor Alberto Antunes (HUPAA) é referência em gestação de alto risco - recebemos gestantes que apresentam problemas de saúde durante a gestação, sejam decorrentes dela ou não, e recém-nascidos com estado de saúde grave ou potencialmente grave.

C327 Cartilha de orientação às mães da Unidade Neonatal do HUPAA / Fayruz Helou Martins, Érika Manuella dos Santos Melo, Sarah Lins de Barros Moreira, (organizadoras). - Maceió: HUPAA-UFAL-EBSERH, 2021.
23 p.: il.

1. Comportamento social. 2. Regras de convivência. 3. Casa de Gestante, Bebê e Puérpera. I. Martins, Fayruz Helou. II. Melo, Erika Manuella dos Santos. III. Moreira, Sarah Lins de Barros.

CDU 316.62:612.766.2

Ficha catalográfica elaborada pela Bibliotecária Maria Isabel Fernandes Calheiros CRB4/1530
Hospital Universitário Professor Alberto Antunes – HUPAA-UFAL
Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – EBSERH

APRESENTAÇÃO



Esta cartilha foi pensada para orientar as usuárias do alojamento das mães acompanhantes.

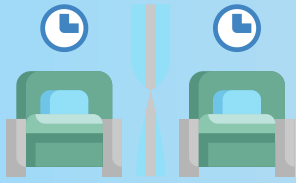
Você sabia que este é um direito da puérpera que está acompanhando seu filho que encontra-se interno na Unidade Neonatal? Este direito está garantido na portaria do Ministério da Saúde 1020/2013, art.52.

Na PORTARIA Nº 1.020, DE 29 DE MAIO DE 2013, Artº 1 são instituídos os princípios e diretrizes que incluem a Casa de Gestante, Bebê e Puérpera (CGBP); uma residência provisória de cuidado à gestação de alto risco para usuárias em situação de risco, identificadas pela Atenção Básica ou Especializada com Capacidade para acolhimento de 10, 15 ou 20 mães, entre gestantes, puérperas com recém-nascidos e puérperas sem recém-nascidos; vinculação a um estabelecimento hospitalar de referência em Atenção à Gestação de Alto Risco Tipo1 ou Tipo 2.



Nesta cartilha, como forma de humanização, utilizaremos o termo "espaço" para nos referirmos ao alojamento das mães acompanhantes.

Normas e rotinas para utilização do espaço conjunto



I. A CONVIVÊNCIA NO ESPAÇO DEVERÁ SEGUIR OS SEGUINTE PRINCÍPIOS:

Legalidade: as regras estabelecidas neste manual têm valor legal no espaço do Hospital Professor Alberto Antunes - HUPAA, onde a mãe que desobedecer, será punida com suspensão de permanecer no alojamento;

Bom senso: novas regras podem ser criadas ou alteradas, respeitando os princípios morais e éticos;

Maioria: quando não houver acordo entre as mães, deverá prevalecer a opinião da maioria. Em caso de discórdia, deve-se observar as regras contidas neste manual.



- O espaço será de acesso exclusivo das mães acompanhantes, visto que, a entrada de qualquer pessoa estranha no espaço fica proibida, principalmente se for do sexo masculino, assim será preservada a privacidade das mães que utilizam o local.
- O espaço é para uso de todas as mães que estão com bebês na Unidade Neonatal, servindo como local para o descanso e higiene pessoal.
- É importante que as usuárias mantenham o ambiente limpo, organizado e arejado, para uma boa convivência.



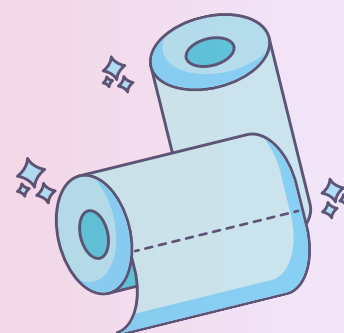
II. CONDIÇÕES MÍNIMAS DE ORGANIZAÇÃO:

- Não deixar roupas e toalhas espalhadas pelo quarto;
- Não jogar lixo no chão;
- Evitar deixar restos de comida no espaço, assim, evitaremos a proliferação de insetos;
- Arrumar a cama;
- Guardar objetos em lugares apropriados.



III. CONDUTAS AO UTILIZAR O BANHEIRO:

- Dar sempre a descarga após o uso do vaso sanitário, ;
- Manter o banheiro sempre seco, durante o banho manter a porta do box fechada;
- Não jogar papel, absorvente, ou qualquer outro objeto dentro do vaso sanitário;
- Jogar o papel na lixeira e enrolar o absorvente no papel higiênico antes de descartá-lo;
- Recolher os fios de cabelo do ralo da pia e do box do banheiro;
- Solicitar papel higiênico e papel toalha no setor de hotelaria;
- Escolher os primeiros horários de cada turno, para o banho diário (ex.: de manhã: banho das 08h às 10h, tarde: banho das 14h às 16h, noite: das 19h às 20h), isto evita interferir no descanso das outras mães do espaço, principalmente as mães que estão amamentando.



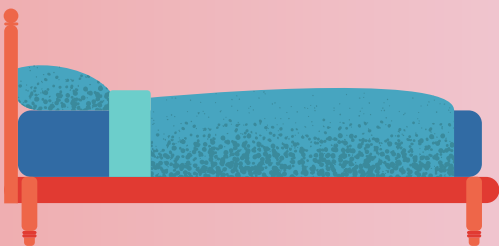
IV. COMPROMISSO EM MANTER O ESPAÇO SEM BARULHO E RESPEITAR O DESCANSO DE CADA UMA, TAIS COMO?

- Ter cuidado ao fechar as portas;
- Evitar barulhos repentinos e repetitivos;
- Manter a televisão e outros aparelhos em volume apropriado;
- Evitar o uso de celular dentro dos quartos;
- Fazer o uso dos aparelhos de celular no silencioso, caso necessário;
- Usar sempre que possível o fone ouvido;
- Conversar em tom baixo.



V. DISPONIBILIZADE DO LEITO PARA CADA MÃE:

- Cada mãe terá direito de usar uma cama dentro do espaço das mães acompanhantes;
- Em caso de ausência prolongada, por mais de dois dias, o leito deverá ser disponibilizado temporariamente para outra mãe, principalmente aquelas que estiverem no corredor;
- Não será permitido que se faça reserva de cama para mães que ainda não estão fazendo uso do espaço. A ocupação dos leitos deverá seguir a ordem de chegada.



VI. COMPORTAMENTOS A SEREM EVITADOS, PASSÍVEIS DE PUNIÇÃO:

- Qualquer tipo de agressão, sendo ela física ou verbal, incluindo ameaças;
- Furtar ou roubar qualquer tipo de objeto;
- Discriminação e intolerância com as diferenças.



ORIENTAÇÕES ADICIONAIS

O HUPAA disponibiliza o atendimento do Serviço Social na maternidade para que as puérperas recebam as orientações sobre seus direitos e os direitos do recém-nascido, tais como:

- Primeira Certidão de Nascimento;
- Auxílio Natalidade;
- Auxílio Funeral;
- Salário Maternidade;
- Benefício de Prestação Continuada;
- Cadastro único/ Programa Bolsa Família/ Programa CRIA – Criança Alagoana.

PROCURE A ASSISTENTE SOCIAL!!!

Compareça ao setor de Serviço Social com documento de identificação e número de telefone para contato.



LICENÇA MATERNIDADE E PATERNIDADE

- Licença Maternidade = 120 dias. Mas se a empresa estiver cadastrada no programa Empresa Cidadã, o prazo será estendido por mais 60 dias, totalizando uma licença de 180 dias.
- Licença Paternidade = 5 dias, com início no primeiro dia útil após o nascimento da criança. Entretanto, se a empresa estiver cadastrada no programa Empresa Cidadã, o prazo será estendido por mais 15 dias, totalizando uma licença de 20 dias.
- Durante o período da licença, o salário não é descontado e tanto o papai quanto a mamãe recebem normalmente o seu salário pelos dias que não compareceram ao trabalho.
- Vale ressaltar que as contribuintes do INSS, desde que estejam em dia com o órgão, podem se afastar de suas atividades por 120 dias e receber um salário-maternidade durante o período, mesmo as que ficaram desempregadas, trabalhadoras informais e empreendedoras.

Obs.: É necessário que o papai e a mamãe avisem aos seus empregadores sobre o nascimento do/a bebê. Vale ressaltar que a licença maternidade pode iniciar antes do nascimento da criança desde que seja apresentado atestado médico.

MITOS E VERDADES SOBRE A ALIMENTAÇÃO DA MÃE LACTANTE

MITO:

- Cerveja preta ajuda a aumentar a produção de leite;
- Algumas mães produzem um “leite fraco” para o bebê;
- O bebê precisa de outros líquidos para se manter hidratado;
- É preciso estabelecer horários rígidos para as mamadas.



VERDADE:

- Amamentar faz com que a mãe perca o peso da gravidez mais rapidamente;
- Oferecer chupeta e mamadeira causa o desmame precoce.
- O tipo de parto influencia na descida do leite;
- Importante deixar de lado alimentos industrializados, fast food, frituras e refrigerantes. É bom lembrar que o aparelho digestivo do bebê ainda é imaturo, e por isso ele pode apresentar cólicas.



- As fórmulas atuais são quase como o leite materno.
- O leite materno é singular. O colostro que sai na primeira mamada pode ser considerado a primeira vacina do bebê. A fórmula atual tem suas qualidades, mas é feita com leite de vaca, que não traz os benefícios do leite materno, como o aumento da imunidade.
- A alimentação da mãe reflete no leite.
- O recomendado é que a mãe tenha uma alimentação saudável e equilibrada. Ela não deve ingerir bebida alcoólica, café em excesso e alimentos muito gordurosos, como o chocolate. No caso do café e do chocolate, a questão não é comer, mas a quantidade que se consome. Um café, pela manhã, faz parte do nosso hábito alimentar e isso não faz diferença ao bebê; porém, pode afetá-lo caso o consumo seja feito em maior quantidade.
- Feijão e leite de vaca provocam cólicas nos bebês? Não se sabe. Ainda não existe comprovação científica de que esses ou outros tipos de alimentos ingeridos pelas mães podem causar cólicas nos pequenos.



- Se você perceber que o pequeno teve cólicas ou ficou mais irritado após a mamada, tente se lembrar de tudo o que comeu e faça um teste: deixe de ingerir esses alimentos por uns dias e observe a reação do pequeno.
- Depois, volte a consumir e note se houve novamente algum tipo de desconforto. Os principais alimentos suspeitos de provocar cólicas são os brócolis, o repolho, a cebola e o leite de vaca.
- Estresse e nervosismo podem atrapalhar a produção do leite. O estresse e o nervosismo podem diminuir a quantidade de leite. Em momentos como este, a mãe modifica o seu sistema endócrino-imunológico e, com isso, a quantidade de leite pode diminuir. O recomendado é que a mãe descanse sempre que possível. Em caso extremo, para dormir bem uma noite, ela pode deixar que outro responsável dê o leite materno ao bebê em um copinho.



- A mãe deve evitar alimentos crus. Os alimentos crus como os peixes crus usados na culinária japonesa, ostras ou leite não pasteurizado, por exemplo, são uma fonte potencial de intoxicação alimentar, o que pode causar infecção gastrointestinal para a mulher com sintomas de diarreia ou vômito, por exemplo. Apesar de não causar nenhum problema ao bebê, a intoxicação alimentar pode causar desidratação na mulher, prejudicando a produção de leite.



DEVE-SE EVITAR:

- Óleos, gorduras, frituras;
- Molhos industrializados e picantes;
- Embutidos em geral;
- Condimentos, mostarda, ketchup, shoyo;
- Café, chá preto, chá verde, chá branco, chá vermelho;
- Chocolate, cacau (causa irritabilidade e cólicas);
- Refrigerantes; sucos industrializados;
- Frutos do mar, peixes crus;
- Produtos light e ou diet (devem ser consumidos por mães diabéticas e com orientação);
- Adoçantes e edulcorantes;
- Leite de vaca (em casos de alergia e cólicas no bebê);
- Vinho, repolho, alho, brócolis, couve-flor, em casos de gases ou cólicas no recém-nascido.



Esta lista de restrição alimentares foi organizada para orientar as mães, é preciso ficar atenta aos sinais dados pelo bebê. Se ele apresentar cólica ou gases (importante saber diferenciar), é indicado tentar relacioná-los ao que comeu nas últimas 24 horas.

O QUE COMER:



Para obter todos os nutrientes que o corpo necessita durante a amamentação, é importante fazer uma dieta balanceada que contenha proteínas como carne magra, frango sem pele, peixe, sementes e leguminosas, carboidratos como pão integral, arroz e batatas cozidas, e gorduras boas como azeite de oliva extra virgem.



Hospital Universitário Professor Alberto Antunes - HUPAA

COLABORADORAS:

FAYRUZ HELOU MARTINS
ÉRIKA MANUELLA DOS SANTOS MELO
SARAH LINS DE BARROS MOREIRA
DAYANE RÍVEA CINTRA XAVIER
ZENAIDE SIQUEIRA
ANDREA COSTA MORAIS AMARAL

Hospital Universitário Professor Alberto Antunes. Setor de
Psicologia

Cartilha de orientação as mães acompanhantes de
bebês prematuros e prematuras. HUPAA, Junho de 2021.



TELEFONES ÚTEIS

3202- 3839

3202-3939