

MATERIAL PARA GESTANTES



Guia para a *maternidade*

O dia tão esperado chegou: é hora de receber o seu bebê aqui fora. Esse momento sempre traz muita ansiedade, por isso é importante se preparar antes e saber o que esperar.

Neste material vou deixar sugestões para a mala da maternidade da mãe e do bebê, e também vamos falar dos procedimentos realizados após o nascimento.

Mala da mamãe

Mala do bebê

Procedimentos na maternidade



POR

Dra. Arleide Medeiros

Médica Pediatra · CRM-PA 17963 · RQE 9804



O que precisa levar

Documentos

- ☐ Documentos do pré-natal
- ☐ Cartão da gestante e exames
- ☐ Documento de identidade com foto
- ☐ Plano de parto, se tiver

No geral, **as maternidades dão uma lista de itens** a serem levados, mas vou deixar aqui algumas coisas que acho importantes.

Para a mamãe

- ☐ Calcinhas absorventes pós-parto
- ☐ Chinelo confortável para ficar dentro do quarto
- ☐ Chinelo para o banho
- ☐ Pijama ou camisola com botões / abertura frontal
- ☐ Sutiã de amamentação
- ☐ Roupas confortáveis
- ☐ Itens de higiene
Shampoo, condicionador, sabonete, creme hidratante, escova de cabelo, escova e pasta de dente, maquiagem leve, prendedor de cabelo
- ☐ Look especial, se for fazer fotos
- ☐ Roupas para ir para casa

Para o bebê



Roupinhas

- ☐ **6** bodies de manga longa
- ☐ **6** calças
- ☐ **3** pares de meias
- ☐ **6** macacões
Tecido mais fino ou mais grosso,
conforme a estação do ano
- ☐ **1** roupa especial para a saída da
maternidade

Para aquecer

- ☐ **1** manta leve
- ☐ **1** cobertor
Manta e cobertor dependendo da
estação do ano

Trocas e cuidados

- ☐ **1** pacote de fraldas tamanho RN
ou P
- ☐ Paninhos de boca
- ☐ **2** toalhas tipo fralda

Higiene

- ☐ Sabonete líquido
- ☐ Escovinha de cabelo de bebê



Procedimentos feitos na maternidade

01

LOGO APÓS O NASCIMENTO

Clampeamento tardio do cordão umbilical

Deverá ser tardio sempre que possível, por volta de 1 minuto após o bebê nascer, caso ele não precise de nenhuma ajuda para respirar ou não necessite de nenhum procedimento.

Contato pele a pele com a mãe **1ª hora**

O contato na primeira hora após o nascimento é importante para:

- acalmar o bebê e transmitir segurança;
- aumentar o vínculo afetivo entre a mãe e o bebê;
- ajudar a manter a temperatura corporal adequada do bebê;
- favorecer o sucesso do aleitamento materno.

Amamentação **1ª hora**

O incentivo à amamentação na primeira hora de vida também deve ser feito, se o bebê e a mãe estiverem bem.

02

NAS PRIMEIRAS HORAS

Vitamina K

Aplicada via intramuscular, para prevenção da doença hemorrágica neonatal.

Vacina da hepatite B

Geralmente já é aplicada logo após o nascimento também.

Primeiro banho **após 6h**

Deve ser dado só depois de pelo menos 6 horas de vida, mas pode ser postergado.

Tipagem sanguínea do bebê

Deve ser coletada se a mãe tiver tipo sanguíneo Rh negativo.



Exames e cuidados até a alta

03

EXAMES E TRIAGENS

Exame físico e teste do olhinho

O pediatra deve realizar o exame físico completo do bebê e o teste do olhinho (teste do reflexo vermelho).

Teste do coraçãozinho **24 a 48h**

Realizado entre 24 e 48 horas de vida. Mede a saturação do bebê para ajudar na detecção de cardiopatias graves.

Teste da orelhinha **obrigatório**

Outra triagem obrigatória. Será realizado pelo fonoaudiólogo, com um aparelhinho no ouvido do bebê, geralmente durante o sono.

04

O QUE OBSERVAR

Xixi **até 24h**

O bebê deve fazer xixi nas primeiras 24 horas de vida. Se for menino, é importante observar se o jato urinário é forte.

Mecônio **até 48h**

O mecônio, aquele cocozinho preto, deve ser eliminado nas primeiras 48 horas de vida.

Peso antes da alta **até 10%**

Antes da alta o bebê deve ser pesado. Ele pode perder até 10% do seu peso de nascimento, não mais do que isso.



DEPOIS DA MATERNIDADE

Agende a primeira *consulta do seu bebê*

Vou estar com vocês desde os primeiros dias, acompanhando o crescimento e o desenvolvimento do seu bebê.



WHATSAPP PARA AGENDAMENTO
(83) 99954-0307



INSTAGRAM
@dra.arleidemedeiros



CONSULTÓRIO
Tv. João XXIII, nº 320, Centro
Bragança, PA · CEP 68600-000

Dra. Arleide Medeiros

Médica Pediatra · CRM-PA 17963 · RQE 9804