

***Gestação, parto e pós-parto:
orientações para mulheres com suspeita
ou confirmação de COVID-19***



Cartilha educacional



*Escola de Enfermagem da Universidade
Federal do Rio Grande*

***Gestação, parto e pós-parto:
orientações para mulheres com suspeita
ou confirmação de COVID-19***



***Cartilha educacional
Rio Grande – 2020 – 1ª edição***



Ficha técnica

Este material foi produzido na Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande (FURG) e é destinado às mulheres gestantes, parturientes e puérperas com suspeita ou diagnóstico de COVID-19 moradoras da cidade de Rio Grande-RS. O objetivo é orientar as mulheres e seus respectivos parceiros(as) e familiares quanto aos cuidados que serão realizados devido à suspeita ou confirmação de COVID-19 na gestante, parturiente e puérpera.

Elaboração

GRUPO VIVER MULHER

Escola de Enfermagem- Universidade Federal do Rio Grande - EENF/FURG

Prof^a Dr^a Enf^a Fabiane Ferreira Francioni – Coordenadora do Grupo Viver Mulher

Prof^a Dr^a Enf^a Fernanda Demutti Pimpão Martins – Vice-coordenadora do Grupo Viver Mulher

Acadêmicas de Enfermagem e Integrantes do Grupo Viver Mulher:

Bruna Rodrigues dos Reis

Isadora Gautério de Moraes

Kellen Amaral Costa

Luciana Duarte Moreira

Verônica Perazza Mandagara Andre

Vitória Gargetti Kickhöfel



**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Gestação, parto e pós-parto: orientações para
mulheres com suspeita ou confirmação de COVID-19
[livro eletrônico]. -- 1. ed. -- Rio Grande, RS :
Fernanda Demutti Pimpão Martins, 2020.
PDF

Várias autoras.
Bibliografia.
ISBN 978-65-00-03546-9

1. Coronavírus (COVID-19) - Diagnóstico
2. Coronavírus (COVID-19) - Epidemiologia
3. Coronavírus (COVID-19) - Prevenção 4. Gestantes
5. Gestantes - Cuidado e tratamento 6. Gravidez.

20-36915

CDD-618.2

Índices para catálogo sistemático:

1. Coronavírus : COVID-19 : Gravidez : Obstetrícia :
Medicina 618.2

Cibele Maria Dias - Bibliotecária - CRB-8/9427

Sumário

1	Apresentação.....	05
2	Coronavírus – informações úteis.....	06
3	Cuidados durante o pré-natal.....	10
4	Cuidados durante o trabalho de parto.....	12
5	Cuidados no pós-parto imediato.....	13
6	Orientações sobre o acompanhante.....	14
7	Cuidados durante internação na maternidade.....	15
8	Cuidados durante a amamentação e o contato com o recém-nascido.....	16
9	Orientações para a alta hospitalar.....	17
10	Telefones úteis.....	20
	Referências.....	21
	Ilustrações.....	22



Apresentação

A gestação, o parto e o pós-parto são períodos de intensas mudanças para a mulher, parceiro(a) e toda a família. A chegada da COVID-19 no Brasil trouxe mais dúvidas e incertezas à esse momento.

E foi pensando em você gestante que elaboramos essa cartilha na tentativa de esclarecer alguns cuidados que você deverá ter para prevenção do COVID-19 ou no caso de estar com suspeita ou diagnóstico da doença.

Esse material foi elaborado por docentes e discentes do Grupo Viver Mulher, da Escola de Enfermagem, da Universidade Federal do Rio Grande. Esperamos contribuir para tornar esse momento da chegada de um bebê em meio a uma pandemia mais leve e tranquilo para todas as mulheres e famílias.



Coronavírus – informações úteis

O que é o Coronavírus?

Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias.

A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que apresenta um quadro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves.

Como ocorre a transmissão?

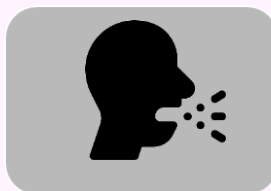
A transmissão acontece principalmente com o contato de gotículas respiratórias de uma pessoa doente para outra por meio de:



Toque ou aperto de mão



Gotículas de saliva



Espirro, tosse e catarro



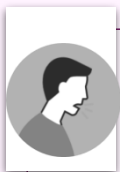
Contato com objetos ou superfícies contaminadas



Coronavírus – informações úteis

Quais são os sinais e sintomas?

Os sinais e sintomas da COVID-19 podem variar de um **simples resfriado** até uma **pneumonia severa**. Os sintomas mais comuns são:



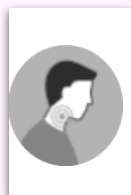
Tosse



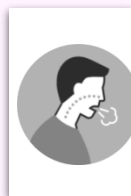
Febre igual ou superior à 37,8°C



Coriza



Dor de garganta



Dificuldade para respirar

Outros sintomas são dor no corpo, cansaço e diarreia (mais raro).



Coronavírus – informações úteis

Quais as medidas de prevenção?



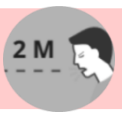
Lave com frequência as mãos, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.



Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.



Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.



Mantenha uma distância mínima de cerca de 2m de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.



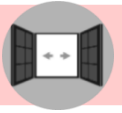
Evite abraços, beijos e apertos de mãos. Adote um comportamento amigável sem contato físico.



Higienize com frequência o celular e os brinquedos das crianças.



Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.



Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.



Evite circulação desnecessária nas ruas. Se puder, fique em casa.



Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e fique em casa até melhorar.



Durma bem e tenha uma alimentação saudável.



Utilize máscaras caseiras ou artesanais feitas de tecido em situações de saída de sua residência.



Coronavírus – informações úteis

Quais os grupos de risco?

São considerados grupos de risco aquelas pessoas que têm mais chances de ter complicações ao adquirir a COVID-19.

Grupos de risco

Idade igual ou superior a 60 anos

Diabetes

Doenças cardíacas

Hipertensão

Doenças respiratórias

Câncer

Doenças renais crônicas em estágio avançado

Imunossuprimidos

Doenças cromossômicas

Gestantes e mulheres no pós-parto (42 dias pós-parto)



Devido as alterações da gestação e do puerpério as mulheres apresentam um sistema imunológico mais vulnerável às infecções.

As evidências sobre o assunto ainda são limitadas.

Por isso, recomenda-se seguir rigorosamente os cuidados gerais durante a gestação, parto e pós-parto e vigilância constante dos casos suspeitos ou confirmados de COVID-19.



Cuidados durante o pré-natal

Devo ir na consulta de pré-natal?

Sim. Você deve **continuar** o **pré-natal** e fazer os **exames** de acordo com a orientação do seu profissional que lhe acompanha.

As consultas de pré-natal são necessárias e importantes para monitorar e garantir o bem-estar da mãe e bebê.

E se eu apresentar sintomas gripais?

Procure orientação de um profissional de saúde, preferencialmente via remota (telefone e/ou online) para certificar-se de que você está com sintomas leves.

Caso esteja com sintomas leves, a **consulta de pré-natal** e/ou a realização de **exames** poderão ser adiados **em até 14 dias** (período que deverá ser realizado o isolamento domiciliar).

Se durante esse período precisar consultar observe as medidas de precaução e seu **atendimento** deverá ser em **área isolada** dos demais pacientes.



Cuidados durante o pré-natal

Devo fazer a vacina da influenza?

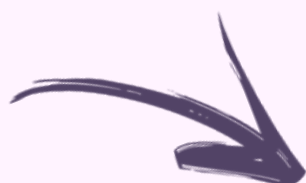
Sim. É importante realizar a vacina da influenza, em qualquer trimestre da gestação, pois apesar de não proteger contra a COVID-19, auxilia na exclusão do diagnóstico para coronavírus visto que os sintomas são parecidos.

A vacina da influenza é gratuita no Sistema Único de Saúde (SUS) e protege contra três vírus: Influenza A (H1N1), Influenza B e Influenza A (H3N2).

E como ficam os grupos de gestantes?

Durante a pandemia do COVID-19 os grupos de gestantes estão suspensos para evitar aglomerações.

Siga no Instagram [@gestantes.extensao](#), do Grupo de Gestantes da FURG, e tenha acesso à conteúdo de qualidade baseado nas melhores evidências científicas.





Cuidados durante o trabalho de parto

Se você é gestante e está com sintomas ou confirmação de COVID-19 tenha os seguintes cuidados durante o trabalho de parto e parto:



Use máscara cirúrgica durante toda a permanência no Centro Obstétrico.



Você tem direito a um acompanhante de sua escolha que poderá ficar com você durante todo o período do trabalho de parto e parto ou cesárea e no pós-parto.



Sempre que possível você ficará em uma sala reservada.



O atendimento à gestante/parturiente seguirá o fluxo normal: avaliação e conduta conforme indicação do médico plantonista.



O tipo de parto será avaliado individualmente, conforme a situação clínica-obstétrica de cada mulher.



Até o momento não há evidências de transmissão vertical do COVID-19 (da mãe para o bebê durante a gestação, parto ou aleitamento materno) e também não foi encontrado vírus no leite materno.



Cuidados no pós-parto imediato

O que acontece após o parto normal?

A mãe e o bebê ficam em observação no Centro Obstétrico (salas de parto), por cerca de duas horas e se estiverem estáveis são encaminhados para a Maternidade.

O que acontece após a cesárea?

A mãe e o bebê ficam na sala onde ocorreu a cesárea, até passar o efeito da anestesia, em torno de duas a três horas.

Após esse tempo, com a estabilidade da mãe e do bebê, os mesmos são encaminhados para a Maternidade.



É recomendado o contato pele a pele e amamentação em mães com suspeita ou confirmação de COVID-19?



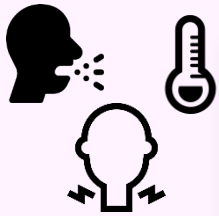
Não é recomendado o contato pele a pele em pacientes com COVID-19, pois pode haver um contato importante do recém-nascido com secreções da mãe.



Recomenda-se a amamentação, desde que a paciente esteja em boas condições clínicas. Todas as precauções deverão ser adotadas (ver “cuidados durante a amamentação e o contato com o recém-nascido” na página 15).



Orientações sobre o acompanhante



O acompanhante de escolha da gestante não poderá ter sintomas de gripe (tosse, febre, dor de garganta ou dificuldade respiratória).



O acompanhante não deve pertencer ao grupo de risco.



O acompanhante não deve morar com pacientes suspeitos ou confirmados de COVID-19.



Não é recomendada a troca de acompanhante.

Lembre-se de ter uma pessoa de reserva que atenda esses critérios no caso do seu acompanhante de escolha não poder ficar com você.

Medidas de prevenção do COVID-19



Evite contato com pessoas com sintomas de gripe.



Evite tocar no rosto.



Limpe superfícies e objetos frequentemente.



Lave as mãos com água e sabão ou use álcool gel 70%.



Cuidados durante internação na maternidade

Além dos cuidados gerais, durante a internação hospitalar você (gestante ou no pós-parto) deve:



utilizar máscara cirúrgica caso precise circular em áreas comuns;



manter a janela da enfermaria aberta para promover a circulação de ar.



Mesmo que você esteja com COVID-19 é importante manter essas medidas por 14 dias a contar do início dos sintomas para evitar transmitir a doença ao bebê e ao acompanhante (ver “medidas de prevenção” na página 7).



Cuidados durante a amamentação e o contato com o recém-nascido



Se você está com sintomas ou tem diagnóstico de COVID-19, tenha os seguintes cuidados antes, durante e após o contato com recém-nascido:



Lave as mãos com água e sabão ou álcool gel 70%.



Evite beijar e tocar mãos e rosto do recém-nascido.



Use máscara cirúrgica durante a amamentação e os cuidados com o bebê.



Sempre que possível mantenha o recém-nascido no berço.



Evite falar ou tossir durante a amamentação.



A máscara deve ser trocada em caso de tosse ou espirro ou a cada nova mamada.



2 metros



Mantenha distância mínima de 2 metros entre a cama da mãe e o berço.



As mesmas orientações valem para o acompanhante durante os cuidados com o recém-nascido.

A mãe deve ter contato com o bebê estritamente quando necessário, como por exemplo durante a amamentação.



Orientações para alta hospitalar

Quais os cuidados que a mulher deve ter após a alta?

Após a alta hospitalar, a gestante ou a mulher no pós-parto/cesárea deve manter os cuidados para prevenção da transmissão da COVID-19 para o bebê e/ou familiares (ver “medidas de prevenção” na página 7).

Por quanto tempo a mulher deve manter o isolamento social?

Considera-se que o período de transmissão do COVID-19 ocorre dentro de 14 dias desde o início dos sintomas. Por isso, a mulher com suspeita ou confirmação de infecção por COVID-19 deve manter o isolamento social por 14 dias, contando a partir do início dos sintomas.



Evite visitas, contato e aglomerações com outras pessoas.



Aproveite a tecnologia e as redes sociais para interagir com família e amigos.



Recomenda-se agendar atendimentos nas unidades de saúde por telefone ou por visita domiciliar, evitando deslocamento desnecessários aos serviços de saúde.

É fundamental que a mulher e o recém-nascido sejam examinados por um profissional de saúde entre 7 a 10 dias após o parto, tendo em vista as complicações que podem surgir (infecções, hemorragia e depressão pós-parto). A consulta poderá ser mediante visita domiciliar ou atendimento via Telemedicina.



Orientações para alta hospitalar

Quais os sinais de gravidade da COVID-19 na mulher?

Se você sentir qualquer um dos sintomas abaixo procure imediatamente um serviço de saúde ou ligue 192 (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência – SAMU).

SINAIS DE GRAVIDADE



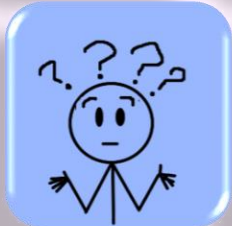
Falta de ar ou dificuldade para respirar



Dificuldade para completar uma frase sem ofegar ou precisar parar para recuperar o fôlego ao atravessar a sala



Sensação de desmaio ou tontura ao se levantar



Alteração no estado mental (confusão)



Orientações para alta hospitalar

Quais os sinais de gravidade da COVID-19 no bebê?

Se você observar no bebê qualquer um dos sinais abaixo procure imediatamente um serviço de saúde ou ligue 192 (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência – SAMU).

Falta de ar

- Observe se o bebê tem dificuldade em respirar;
- Sinais: batimento de asa no nariz do bebê e retração das costelas durante a respiração.

Pele azulada ou arroxeada (cianose)

- A pele pode ficar dessa cor devido a baixa quantidade de oxigênio no sangue.
- Observe se há cianose em mãos e pés.
- Observe se há aumento da cianose atingindo o resto do corpo, o que pode significar agravamento da dificuldade respiratória.

Letargia

- Observe a resposta do bebê após ser manuseado.
- Normalmente ele acorda ou chora.

Febre

- Verifique a temperatura do bebê com o termômetro.
- A temperatura normal é acima de 36°C.
- Considera-se febre uma temperatura acima de 38°C.



Telefones úteis

Listamos a seguir os telefones disponíveis à comunidade de Rio Grande/RS para orientações e esclarecimentos de dúvidas sobre o COVID-19.

TeleGestante HU-
FURG/EBSERH
Rio Grande/RS

- (53) 3233.8823 ou (53) 98421.0702
- Atendimento 24h
- Informações sobre necessidade de acesso ao hospital

TeleCovid19
Rio Grande/RS

- 0800.6424.650
- De segunda a sexta, das 8h às 17h

SAMU

- 192
- Atendimento 24h

Vigilância
Epidemiológica
Rio Grande/RS

- (53) 3231.3456 ou (53) 3233.7288

Disque Vigilância
Secretaria Estadual da
Saúde/Rio Grande do
Sul

- 150
- De segunda a sexta, das 8h30 às 22h
- Aos sábados, domingos e feriados, das 8h às 20h

Disque Saúde
Sistema Único de
Saúde (SUS)

- 136
- De segunda a sexta, das 8h às 20h
Sábado, das 8h às 18h

Baixe também o aplicativo do **CORONAVÍRUS SUS** do Ministério da Saúde.



Disponível para o sistema IOS e Android.



Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS). Protocolo de Manejo Clínico do Coronavírus (COVID-19) na Atenção Primária à Saúde. Brasília, DF, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Sobre a doença. Brasília, DF, 2020. Acesso em: 6 de abril de 2020.

Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#o-que-e-covid>

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Coordenação-Geral de Ciclos da Vida. Coordenação da Saúde da Mulher. Nota Técnica N° 12/2020-COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/M. Infecção COVID-19 e os riscos às mulheres no ciclo gravídico-puerperal. Abril, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Coordenação-Geral de Ciclos da Vida. Coordenação de Saúde das Mulheres. Nota Técnica N° 13/2020-COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS. Recomendação Acerca da Atenção Puerperal, Alta Segura e Contracepção durante a pandemia da COVID-19. Maio, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Vacinação contra a gripe. Ministério da Saúde, 23 de Março de 2020. Acesso em: 28 de abril de 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46567-comeca-segunda-feira-vacinacao-contragripe>

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e Adolescente Fernandes Figueira (IFF). Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz). Portal de Boas Práticas em Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente. Atenção à mulher. COVID-19: orientações da Febrasgo para Atendimento na Gestação, Parto, Puerpério e Abortamento. Acesso em: 29 de abril de 2020. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/covid-19-orientacoes-da-febrasgo-para-avaliacao-e-tratamento-ambulatorial-de-gestantes/>

HU-FURG/EBSERH. Fluxograma do atendimento obstétrico no HU-FURG/EBESERH. Rio Grande (RS): FURG, 2020.

Prefeitura Municipal do Rio Grande. Pré-natal: atenção primária em saúde. Rio Grande (RS): Prefeitura Municipal do Rio Grande, 2020.



Ilustrações

Imagens do Bing em ícones do Power Point.

Vetores medidas de prevenção COVID-19: Infográfico vetor criado por freepik - br.freepik.com

BRASIL. Ministério da Saúde. Novas orientações coronavírus. Brasília, DF, 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/07/Cartilha-Coronavirus-Informacoes-.pdf>

BRASIL. Ministério da Saúde. Sobre a doença. Brasília, DF, 2020. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#o-que-e-covid>

<https://www.google.com/search?q=emoji+telefone>

https://www.google.com/search?q=aplicativo+ministerio+da+saude+covid&sxsrf=ALeKk00FYqo8-SUa_NSC1bp-B8bAtA5gJg:1588196456051&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEw