

EDUCA ENFERMEIRO!

Guia Rápido para
Educação Pré-Natal de
Gestantes e Parceiros



FICHA TÉCNICA

Universidade Federal Fluminense

Programa De Enfermagem Assistencial

Centro Federal De Educação Tecnológica De Minas Gerais

Diretora: Carla Simone Chamon

Conselho Regional De Enfermagem De Minas Gerais

Diretor: Bruno Farias

Mestrado Profissional em Enfermagem Assistencial – MPEA

Coordenadora: Dra. Ana Carla Dantas Cavalcanti

Autores: Chaiene Caroline de Menezes Fortes

Profª Dra. Ana Luiza Dorneles da Silveira

Design Instrucional: Pedro Godoy

REFERÊNCIAS



Ficha catalográfica automática - SDC/BENF
Gerada com informações fornecidas pelo autor

F738e Fortes, Chaiene Caroline de Menezes
EDUCA ENFERMEIRO! Guia Rápido para Educação Pré-Natal de
Gestantes e Parceiros / Chaiene Caroline de Menezes Fortes. -
2025.
12 f.: il.

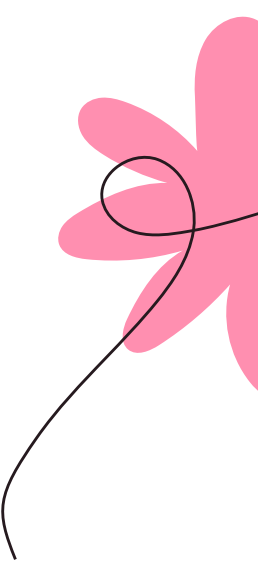
Orientador: Ana Luiza Dorneles da Silveira.
Dissertação (mestrado profissional)-Universidade Federal
Fluminense, Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa,
Niterói, 2025.

1. Educação em Saúde. 2. Gestantes. 3. Consulta de
Enfermagem. 4. Tecnologia Educacional. 5. Produção
intelectual. I. Silveira, Ana Luiza Dorneles da, orientador.
II. Universidade Federal Fluminense. Escola de Enfermagem
Aurora de Afonso Costa. III. Título.

CDD - XXX

Bibliotecário responsável: Debora do Nascimento - CRB7/6368

APRESENTAÇÃO



Querido enfermeiro,

Apresentamos o guia EDUCA ENFERMEIRO! GUIA RÁPIDO PARA EDUCAÇÃO PRÉ-NATAL DE GESTANTES E PARCEIROS, construído com o objetivo de nortear e sistematizar as ações educativas em enfermagem não apenas junto à gestante, mas também com a ativa inclusão e participação do parceiro (a).

A educação em saúde é considerada a forma mais democrática de construir um conceito amplo de saúde, de promover o autocuidado e de produzir melhores indicadores de saúde. Ainda permite a emancipação da população, a democratização do conhecimento e o incentivo da participação social, potencializando a geração de hábitos adequados com repercussão direta sobre a saúde do indivíduo e da comunidade.

Já a educação pré-natal desempenha um papel fundamental na promoção da saúde materna e fetal, sendo reconhecida pelo Ministério da Saúde como uma estratégia essencial para assegurar uma gestação saudável e um parto seguro.

Este guia traz quatro blocos de temas: Gestação, Parto e Puerpério, Amamentação e Cuidados com o bebê. Cada bloco e tema é subdividido em diversos subtemas com suas orientações e condutas. Nele, de forma bem objetiva, temos os principais assuntos e suas considerações, funcionando como um check-list para balizar a sua ação de educação pré-natal. Isso permite maior direcionamento no trabalho as vezes tão atarefado com várias frentes de atividades no dia a dia.

Todo o conteúdo do guia, foi construído e organizado de forma coletiva, partindo das dúvidas de gestantes e parceiros. O material passou por aprimoramento e revisão das autoras, buscando as melhores evidências científicas, e por fim foi validado por enfermeiros especialistas na área de educação em saúde na atenção à saúde da mulher durante o ciclo gravídico-puerperal.

O guia pode ser utilizado na consulta de enfermagem de forma individualizada ou em ações coletivas. Cabe para iniciativa pública e privada de saúde permitindo a atuação em vários cenários, incluindo o consultório de enfermagem - a poucos anos regulamentado - ampliando as possibilidades de trabalho e renda da categoria. Do ponto de vista coletivo, o guia pode ser utilizado como roteiro para condução de ações em grupos operativos e palestras.

Apesar de sua robustez, é um material simples, objetivo e de fácil aplicação. Utilize as fichas para levantar informações sobre o casal e os quadros descritivos para conduzir seu atendimento, grupo ou palestra. E não se esqueça que é necessário buscar, cada vez mais, desenvolver suas habilidades, por meio da aquisição do conhecimento e pela busca de evidências para fundamentar suas práticas e para a tomada de decisão. Assim, conseguirá prestar uma assistência de enfermagem humanizada, eficiente e eficaz na atenção a saúde das mulheres durante o ciclo gravídico-puerperal.

Bom trabalho!

As autoras

FICHA-ROTEIRO - CONSULTA 1 - GESTAÇÃO

ANAMNESE INICIAL E ORIENTAÇÕES SOBRE A GESTAÇÃO

Dados pessoais e clínicos:

Nome: _____ Data: ____/____/____

Nome social: _____ Data nasc. ____/____/____

Idade: _____ Idade gestacional: _____ semanas DPP: ____/____/____ DUM: ____/____/____

GPA: _____ Altura _____ cm Peso _____ kg Peso ao engravidar _____ Kg Gravidez foi planejada (S/N) ____

IMC: _____ FC: _____ FR: _____ Temp. _____ Pressão Arterial _____ X _____ mmHg

DPP: Data provável do parto • DUM: Data da última menstruação • GPA: Gestação, parto e aborto • IMC: Índice de massa corporal • FC: Frequência cardíaca

FR: Frequência respiratória • Temp: Temperatura

Avaliação

História de saúde atual e pregressa: _____

Histórico saúde familiar: _____

Queixas clínicas: _____

Aspetos e queixas emocionais: _____

Histórico social e vulnerabilidades: _____

Alguma alergia ? () Sim () Não *Especifique:* _____

Faz uso de medicamentos () Sim () Não *Qual (is)?* _____

Faz uso de álcool () Sim () Não *Tipo de bebida e frequência:* _____

Faz uso de tabaco () Sim () Não *Frequência:* _____

Faz uso de drogas () Sim () Não *Tipo e frequência:* _____

Pratica atividade física? () Sim () Não *Tipo e frequência :* _____

Formação: _____ Ocupação: _____ Escolaridade: _____

Assistência ao parto:

Nome do médico: _____ Nome Enfermeira / Doula: _____

Equipe de parto? () Sim () Não Plano de saúde ou SUS: _____

Maternidade de Referência / Escolhida: _____

Informações sobre parceiro (a):

Nome: _____ Idade: _____

Nome Social: _____ Escolaridade: _____

Formação: _____ Ocupação: _____ Possui outros filhos? Quantos? _____

História de saúde física e mental atual e pregressa: _____

Sentimentos e medos: _____

Temas educativos a serem trabalhados na consulta seguindo o Quadro de Orientações:

- Alterações e adaptações do corpo na gestação
- Orientações sobre pressão arterial
- Ganho adequado de peso
- Aspectos profissionais e laborais
- Atualização e importância vacinal da gestante, parceiro (a) e bebê
- Pré-natal do parceiro (a) e importância da sua participação em todas as fases
- Alimentação equilibrada e educação nutricional
- Hábitos saudáveis na gestação
- Importância da prática de atividades físicas
- Participação em ações coletivas de socialização, de promoção à saúde e educação da gestante
- Saúde sexual na gestação e prevenção das IST e HIV/AIDS
- Sustentabilidade, consumo consciente e economia familiar.
- Importância da organização de tempo, rotinas e rede de apoio
- Sinais de alerta na gestação

CONSULTA 1 – GESTAÇÃO

Quadro descritivo de temas e orientações a serem abordadas com a gestante e parceiro(a)

ORIENTAÇÕES E/ OU CONSIDERAÇÕES	
TEMA	
01	Dados pessoais, sociodemográficos, clínica geral pessoal e da gestação Traçar e entender o perfil sociodemográfico, histórico e perfil de saúde, social e emocional da gestante (atual e progressivo). Aferição de alguns dados e medidas e avaliar qualquer necessidade de inclusão. Diante de queixas clínicas ou emocionais, alteração de peso ou pressão relevantes, oferecer orientações, condutas e encaminhamentos específicos para o contexto (equipe multiprofissional). Em histórico de vulnerabilidades e social avaliar: com quem reside e qualidade da convivência e do ambiente, acesso a água e esgoto, presença de renda, enfrenta dificuldade financeira, presença de rede de apoio emocional e social, histórico de violência e acesso aos serviços de saúde. Diante de achados relevantes, encaminhar para serviço ou profissional de referência. Oferecer sempre a opção de preferir não responder.
02	Informações parceiro (a) Traçar e entender o perfil sociodemográfico, histórico e perfil de saúde, social e emocional do parceiro (a), sentimentos em relação à gravidez e chegada do bebê, medos e inseguranças (desconstruir os mitos e empoderar o casal) . Diante de achados sociais, físicos e emocionais relevantes, orientar e encaminhar a procurar apoio institucional e/ou profissional
03	Dados assistenciais Estimular contato, vínculo e confiança da gestante e parceiro (a) com os profissionais da equipe de saúde assistencial e visita prévia às maternidades.
04	Anatomia e fisiologia da gestação Explicar as estruturas e órgão envolvidos na gestação, adaptações fisiológicas, hormonais e anatômicas do corpo incluindo as de preparação para o parto. Esclarecer sobre mudanças: hormonais, das mamas, do peso, respiratórias, circulatória, cutâneas, sono, apetite, equilíbrio e marcha, lombalgia, intestinais e azia. Explicar que todas essas mudanças podem causar mudanças psíquicas e emocionais. Oferecer orientações e / ou proposta de cuidados e/ou orientações diante de alterações ou queixas. Recomendar o decúbito lateral esquerdo ao deitar-se principalmente no último trimestre de gestação.
05	Dados vitais Orientar quanto à importância e condutas para manutenção da pressão arterial em níveis ideais. Orientar quanto o uso das medicações, controle e acompanhamento do peso corporal e controle nutricional. Orientar quanto a estratégias que possam contribuir para a redução da ansiedade e estresse, e incentivar à prática de atividade física, fatores que auxiliam nos níveis pressóricos.
06	Dados antropométricos: Aferição de peso e altura Acompanhar IMC e ganho de peso. Conscientizar quanto à importância do ganho adequado de peso, seus benefícios e complicações para mãe e bebê durante gestação, parto e pós-parto. Utilizar o gráfico do cartão da gestante ou outras ferramentas para acompanhar ganho de peso/IMC. Encaminhar para nutricionista se necessário.
07	Dados profissionais e laborais Entender durante a entrevista a profissão, atividades laborais e ambiente de trabalho da gestante para orientá - lá quanto a riscos laborais e ambientais. Fatores emocionais como assédio moral, discriminação ou abuso psicológico também devem ser orientados. Conscientizar sobre a existência de legislação, direitos e benefícios trabalhistas na gestação e pós-parto.
08	Atualização e orientações vacinais Estimular e orientar quantos aos benefícios, importância e segurança das vacinas para gestante, parceiro e bebê. Apresentar esquema vacinal necessários para a saúde materno-infantil a partir do quadro atualizado da SBIM.
09	Pré-natal e participação do parceiro (a) Apresentar e estimular o pré-natal do(a) parceiro(a) ressaltando vacinação e exames de triagem. Atentar para hábitos e doenças que podem interferir na saúde da gestante e bebê. Abordar os benefícios da sua presença nas ações do pré-natal. Estimular a participação ativa (a) parceiro(a) em todo o ciclo gravídico: acompanhamento durante o parto e pós-parto garantida por lei; no puerpério incluindo suporte na amamentação, nos cuidados com o bebê e nas diversas necessidades do binômio mãe-bebê.
10	Alimentação equilibrada e educação nutricional Estimular alimentação saudável e equilibrada ensinando os conceitos básicos da nutrição como, calorias, gorduras, carboidratos e proteínas; qualidade de nutrientes, índice glicêmico e alimento in natura X alimentos industrializados. Estimular a educação e / ou acompanhamento nutricional individual ou coletivo, se possível. Conscientizando que os hábitos alimentares da família moldarão os do filho. Atentar-se a seu perfil respeitando sua condição social, cultural e regional.
11	Hábitos saudáveis na gestação Apresentar a gestante os benefícios da prática de atividades físicas na gestação para prevenção de doenças, promoção da saúde física e mental, bem como coadjuvante terapêutico no controle de doenças. Estimular sua continuidade ou início mediante liberação médica. Estimular uma gravidez mais ativa se clinicamente possível.
12	Prática de atividades físicas Apresentar a gestante os benefícios da prática de atividades físicas na gestação para prevenção de doenças, promoção da saúde física e mental, bem como coadjuvante terapêutico no controle de doenças. Estimular sua continuidade ou início mediante liberação médica. Estimular uma gravidez mais ativa se clinicamente possível.
13	Ações coletivas de socialização e educação Estimular a gestante a participar de grupos presenciais e virtuais, ações coletivas ou individuais de educação em saúde da gestante em sua comunidade e região.
14	Atividade sexual e prevenção das IST. Informar que habitualmente, não há restrição à prática sexual durante a gravidez, salvo exceções seguindo orientação médica. Desconstruir mitos e medos da mulher/casal incluindo desvincular sexo de penetração e importância do desejo e prazer de ambos. Fortalecer autoestima e normalizar a temática. Abordar prevenção de IST / Aids e direitos sexuais.
15	Sustentabilidade, consumo consciente e economia familiar Conscientizar quanto à produtos desnecessários e caros para gestantes e bebês para evitar gastos desnecessários bem como orientá-la quanto à importância da gestão de recursos, do planejamento de gastos e custos. Compras de 2ª mão e vendas de objetos (bazar, brechós e grupos de venda e troca de mãos) de uso temporário otimizam recursos.
16	Organização de tempo e rotinas Organizar tarefas de compras, limpeza e alimentação de forma simples e objetiva para evitar sobrecargas. Conscientizar que a chegada do bebê traz novas rotinas e demandas e estimular o casal para que peça e permita - se receber ajuda de familiares e amigos estimulando já a formação e organização de rede de apoio.
17	Sinais de alerta na gestação Orientar quanto aos sinais e sintomas de alerta da gravidez e procura do serviço de referência no caso de: sangramento vaginal ou perda de líquido vaginal, dor de cabeça persistente, transtornos visuais, dor abdominal, febre, perdas vaginais, dificuldade respiratória, cansaço atípico e diminuição ou parada da movimentação fetal.

FICHA-ROTEIRO - CONSULTA 2 – PARTO E PUERPÉRIO

ANAMNESE INICIAL E ORIENTAÇÕES SOBRE PARTO E PUERPÉRIO

Dados pessoais e clínicos:

Nome: _____ Data: ____/____/____

Nome social: _____

Idade gestacional: _____ semanas Peso _____ kg IMC: _____ FC: _____ FR: _____ Temp. _____

Pressão Arterial _____ X _____ mmHg

IMC: Índice de massa corporal • FC: Frequência cardíaca • FR: Frequência respiratória • Temp: Temperatura

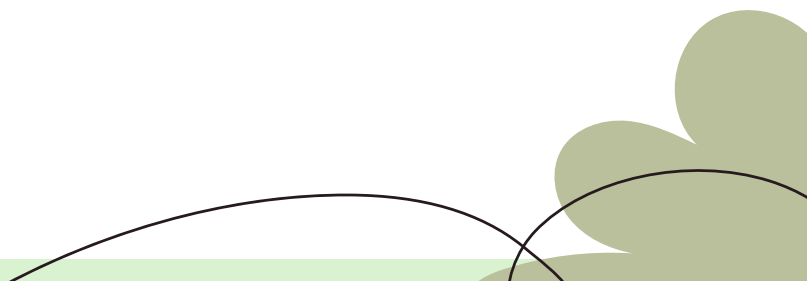
Avaliação

Queixas clínicas: _____

Observações: _____

Temas educativos a serem trabalhados na consulta seguindo o Quadro de Orientações:

- Anatomia e fisiologia do parto
- Ocitocina: o hormônio do amor
- Vias de parto: vaginal e cesariana
- Plano de parto e direito reprodutivo
- Contrações e treinamento x trabalho de parto
- Livre movimentação – parto ativo e posições de parto
- Benefícios do clampeamento tardio do cordão umbilical
- Vernix: Devo dar banho ou não no bebê após o parto?
- Respiração para diminuir ansiedade, autorregulação e preparo para o parto



CONSULTA 2 – PARTO E PUERPÉRIO

Quadro descritivo de temas e orientações a serem abordadas com a gestante e parceiro (a)

TEMA		ORIENTAÇÕES E/OU CONSIDERAÇÕES
01	Dados da gestação Queixas clínicas e Aferição de dados	Registrar informações básicas da gestante. Diante de queixas clínicas ou alteração de peso ou pressão relevantes, oferecer orientações, condutas e encaminhamentos específicos para o contexto clínico.
02	Anatomia e fisiologia do parto	Apresentar a fisiologia e anatomia do parto, hormônios envolvidos, e fases do parto.
03	Ocitocina: o hormônio do amor	Explicar à gestante a ação e benefícios da ocitocina natural durante e após o parto, amamentação e bem-estar materno incluindo na relação sexual. Orientar quanto as indicações da ocitocina sintética no parto. Resaltar sua relação de liberação com estímulos emocionais positivos e seu retardo ou inibição em situações de estresse.
04	Vias de parto: vaginal (PV) e cesariana (PC)	Apresentar as vias de parto, indicações, contraindicações, riscos e benefícios entendendo e respeitando cultura e desejos da mulher. Prepará-la para possível necessidade de cesariana principalmente se ela deseja um parto vaginal.
05	Plano de parto (PP) e direito reprodutivo	Explicar o que é o PP, apresentar modelos, destacar sua importância e benefícios. Conscientizá-la para sua função, educativa e reflexiva para tomada de decisões sobre o parto e os procedimentos realizados bem como sua legalidade. Estimular sua construção ao lado do parceiro (a) durante o PN. Atenta-la sobre direito reprodutivo: escolhas, autonomia no parto, acompanhante, apoio e outros.
06	Contrações e treinamento (Braxton Hicks) x trabalho de parto	Orientar quanto às diferenças e características de cada um.
07	Livre movimentação – parto ativo e posições de parto	Apresentar o conceito de parto ativo, benefícios da livre-movimentação no parto e vivência de uma experiência positiva de parto. Apresentar a mulher posições fisiológicas para o parto e o conceito de verticalização do parto. Falar das práticas integrativas complementares (PICs) para alívio da dor durante o parto.
08	Benefícios do clameamento tardio do cordão umbilical	Esclarecer os benefícios da prática e da sua citação no plano de parto.
09	Vernix: Devo dar banho ou não no bebê após o parto?	Conscientizar a mãe o que é o vernix caseoso, seus benefícios e conduta de tempo para o 1o banho segundo a OMS.
10	Respiração para diminuir ansiedade, autorregulação e preparo para o parto.	Orientar quanto a importância da realização de exercícios respiratórios para autorregulação, redução da ansiedade e parto. Indicar práticas, folders e vídeos para que possa treinar durante a gestação.

FICHA-ROTEIRO - CONSULTA 3 – AMAMENTAÇÃO

ANAMNESE INICIAL E ORIENTAÇÕES SOBRE AMAMENTAÇÃO

Dados pessoais e clínicos:

Nome: _____ Data: ____/____/____

Nome social: _____

Idade gestacional: _____ semanas Peso _____ kg IMC: _____ FC: _____ FR: _____ Temp. _____

Pressão Arterial _____ X _____ mmHg

IMC: Índice de massa corporal • FC: Frequência cardíaca • FR: Frequência respiratória • Temp: Temperatura

Avaliação

Exame das mamas - Tipo de mama _____

Tipo de bico:

- () Normal
- () Plano
- () Protuso
- () Invertido

Observações: _____

Queixas clínicas: _____

Temas educativos a serem trabalhados na consulta seguindo o Quadro de Orientações:

- Amamentação: vantagens para mãe e bebê
- Anatomia e fisiologia da mama e amamentação
- Autoeficácia na amamentação
- Mamadas e sinais fome do bebê
- Cuidados e esvaziamento das mamas
- Compressas: Quente ou fria?
- Posições para amamentar
- Manejo da mama e pega correta
- Complicações mamárias, fatores dificultadores e desestimulantes. Sinais de alerta
- Ordenha manual, mecânica e uso do coletor
- Ordenha e manejo do leite

CONSULTA 3 – AMAMENTAÇÃO

Quadro descritivo de temas e orientações a serem abordadas com a gestante e parceiro (a)

TEMA		ORIENTAÇÕES E/ OU CONSIDERAÇÕES
01	Dados da gestação, queixas clínicas e aferição de dados. Exame de mamas e bicos	Registrar informações básicas da gestante. Diante de queixas clínicas ou alteração de peso ou pressão relevante, oferecer orientações, condutas e encaminhamento específico para o contexto clínico. Examinar perfil de mama e formato do mamilo e orientá-la que independente do formato, a mãe poderá amamentar
02	Amamentação: vantagens para mãe e bebê	Esclarecer os principais benefícios da amamentação para mãe e bebê e reforçar o tempo ideal de duração da amamentação exclusiva e complementar segundo a OMS. Falar sobre os serviços oferecidos pelos bancos de leite.
03	Anatomia e fisiologia da mama e amamentação	Apresentar através de imagem ou modelo a anatomia da mama com suas estruturas. Explicar os hormônios principais envolvidos na amamentação e os tipos de mamilo para que a gestante identifique seu formato. Apresentar o conceito de ajudadura e descrever os três tipos de leite.
04	Autoeficácia na amamentação	Conscientizá-la que além do corpo ser capaz de produzir leite, a gestante tem conhecimentos e habilidades para realizar a amamentação de seu filho com êxito para que esta prática seja bem-sucedida. Aplicar e avaliar a escala Breastfeeding Self-Efficacy Scale - Versão Brasileira (BSES-VB).
05	Mamadas e sinais de fome do bebê	Explicar os conceitos de livre demanda e seus benefícios ressaltando que o RN mama de 8 a 12 vezes em 24 horas. Apresentar imagem dos tamanhos do estômago do bebê no primeiro mês de vida. Esclarecer as situações em que o bebê precisa ser acordado para mamar. Orientar quanto os sinais iniciais de fome do bebê evitando que ele chegue ao estágio de agitação e choro.
06	Cuidados e esvaziamento das mamas	Trazer os principais cuidados com as mamas incluindo as técnicas de massagem e uso da rosquinha para proteger o mamilo. Apresentar as técnicas de esvaziamento das mamas e principais situações que deve ser aplicada.
07	Compressas: Quente ou fria?	Descrever o conceito de termoterapia explicando sobre a dilatação e contração dos vasos por aplicação de calor ou frio. Explicar suas principais indicações para manejo das mamas no contexto da amamentação. Diante da necessidade das aplicações por queixa ou alteração clínica, é importante a orientação profissional incluindo a equipe do banco de leite do município. Em casos mais graves a aplicação deverá ser feita apenas com indicação profissional. Enfatizar sobre a necessidade de orientação e manejo de profissional de saúde especializado em alguns casos.
08	Posições para amamentar	Apresentar com uso de imagem / folder, as principais posições para amamentar, incluindo orientações ergonômicas e o uso de apoios para membros e corpo da mãe e bebê.
09	Manejo da mama e pega correta.	Apresentar com uso de imagem ou modelo, as técnicas de manejo da mama antes de oferecer à criança e os passos para oferta da mama e pega correta. As orientações de pega correta e retirada da pega devem ser explicadas detalhadamente. Utilizar alguma oficina como por exemplo, a experiência de abocanhar um balão cheio e depois vazio para exemplificar o atrito de uma mama muito densa e mama macia.
10	Complicações mamárias, fatores dificultadores e desestimulantes. Sinais de alerta.	Trazer novamente o evento da ajudadura e formas do seu manejo diante da relevância da temática. Discutir os principais fatores que dificultam e desestimulam a amamentação. Orienta a procurar o serviço de saúde diante de dúvidas e suspeitas de complicações. Apresentar as principais complicações mamárias, seus sinais e sintomas e oferecer versão impressa do quadro do guia alimentar brasileiro com descrição dos problemas e soluções para que possa reconhecer quaisquer agravos. Atentar-se para abordar com respeito e manejo de mulheres que tem dúvidas ou não querem amamentar. Entender o contexto e trabalhar medos e mitos.
11	Ordenha manual, mecânica e uso do coletor	Orientar quantos as técnicas de ordenha manual e mecânica, momento e necessidade de aplicação. Explicar para que serve e como utilizar o coletor de leite materno.
12	Ordenha e manejo do leite	Orientar a gestante quanto a higiene, ordenha, esterilização de frasco, prazos e identificação para congelamento e doação. Orientar sobre momentos ideais para utilização do leite incluindo o retorno ao trabalho

FICHA-ROTEIRO - CONSULTA 4 – CUIDADOS COM RECÉM-NASCIDO (RN)

ANAMNESE INICIAL E ORIENTAÇÕES SOBRE CUIDADOS RN

Dados pessoais e clínicos:

Nome: _____ Data: ____/____/____

Nome social: _____

Idade gestacional: _____ semanas Peso _____ kg IMC: _____ FC: _____ FR: _____ Temp. _____

Pressão Arterial _____ X _____ mmHg

IMC: Índice de massa corporal • FC: Frequência cardíaca • FR: Frequência respiratória • Temp: Temperatura

Avaliação

Queixas clínicas: _____

Observações: _____

Temas educativos a serem trabalhados na consulta seguindo o Quadro de Orientações:

- Particularidades do RN, conhecendo seu bebê
- Cuidados de higiene
- Coto umbilical
- Banho
- Roupas e trocas de roupas e fraldas
- Triagem neonatal, vacinas e visita ao pediatra
- Afeto e estimulação
- Pele do bebê
- Arroto (Eructação)
- Choro e conforto do bebê
- Sono
- Picos de crescimento “Crises Transitórias da Amamentação”
- Shantala, massagens e cólicas do bebê
- Baby blues, descanso da mãe, exaustão materna e depressão
- Segurança e prevenção de acidentes

CONSULTA 4 – CUIDADOS COM RECÉM-NASCIDO (RN)

Quadro descritivo de temas e orientações a serem abordadas com a gestante e parceiro(a)

TEMA		ORIENTAÇÕES E/ OU CONSIDERAÇÕES
01	Dados da gestação, queixas clínicas e aferição de dados	Registrar informações básicas da gestante. Diante de queixas clínicas ou alteração de peso ou pressão relevante, oferecer orientações, condutas e encaminhamentos específicos para o contexto clínico.
02	Particularidades do RN, conhecendo seu bebê	Explicar a fisiologia, anatomia e particularidades do RN (Ex: imaturidade dos sistemas respiratório, imunológico, digestivo, neurológico, pele mais fina, sensível e susceptível), ciclos de sonos curtos, alta demanda alimentar/ metabólica para crescimento)
03	Cuidados de higiene	Orientar a quanto a higiene do ambiente, materiais e superfícies bem como higienização das mãos de todos os cuidadores para manipulação do bebê e dos objetos e uso do álcool 70%. Utilizar produtos específicos para o bebê, evitar os que tem cheiro e não usar talcos.
04	Coto umbilical	Explicar brevemente a anatomia e fisiologia do coto umbilical, desconstruindo medos e mitos. Orientar sobre os cuidados locais, sempre mantendo o coto limpo e seco e em caso de dificuldade, dúvidas ou sinais de alterações, procurar orientação profissional em saúde. Importante sempre observar as orientações atualizadas da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP).
05	Banho	Apresentar preparo do banho, frequência, temperatura da água, ergonomia e principais técnicas utilizadas. Incentivar pais e outros familiares nos cuidados.
06	Roupas e trocas de roupas e fraldas	Orientar quanto aos tipos de roupas e coerência com o clima. Ensinar técnica de troca de fraldas e frequência / necessidade.
07	Triagem neonatais, vacinas e visita ao pediatra	Explicar sobre a triagem neonatal e primeiras vacinas do RN, detalhando quais serão ainda no hospital e posteriormente os da atenção básica. Orientar a procurar pediatra de referência para consulta de orientações e avaliar afinidade família / profissional (consulta pediátrica pré-natal). Explicar sobre a puericultura e profissionais que realizam.
08	Alfeto e estimulação	Orientar a conversar, interagir, acariciar, observar, brincar, estimular através do olhar e do toque para criação de vínculo bebê, mãe e família. Compreender o significado de cada choro do bebê e perceber se o bebê comunica/ interage e responde à estímulos para relatar ao pediatra e à equipe de saúde.
09	Pele do bebê	Atentar quanto a sensibilidade e fragilidade, e orientar quanto a cuidados diários e manejo.
10	Arroto (Erução)	Orientar quanto à indicação, posicionamento e técnica para o arroto.
11	Choro e conforto do bebê	Ensinar técnicas para conforto, segurança e aconchego para o dia a dia e para acalmar o bebê. Desconstruir medos e mitos, principalmente os relacionados a excesso de colo e deixar o bebê chorar.
12	Sono	Orientar quanto a necessidade de horas de sono do bebê, média de horas por idade e importância da percepção da mãe de quando o bebê tem sono (tipo de choro). Orientação quanto ao ambiente e técnicas para adormecer o bebê.
13	Picos de crescimento “Crises Transitórias da Amamentação”	Explicar o conceito, perfil, mudanças e aumento das demandas do bebê nesses períodos de transição.
14	Shantala, massagens e cólicas do bebê	Orientar sobre as cólicas, técnicas de massagem, indicações diversas e seus benefícios. Indicar vídeos e imagens complementares para aprendizado.
15	Baby blues, cansaço da mãe, exaustão materna e depressão	Explicar o que é baby blues. Atentar quanto à prevenção e sinais de exaustão materna e depressão. Orientar à pausas, descanso, passeios, autocuidado e autoestima. Orientar quanto aos sinais de depressão pós-parto para busca de ajuda precoce. Estimular rotinas mais objetivas principalmente na ausência de ajuda com afazeres e tarefas diversas.
16	Segurança e prevenção de acidentes	Orientar quanto a posição e atentar quanto a objetos e acessórios no berço, riscos de cama compartilhada, cuidados com sol, quedas de altura e no transporte do bebê. Demonstrar manobra de desengasgo e de RCP no RN / bebê.

