

ROTA DE APRENDIZAGEM

Solicite sua caderneta no centro de saúde mais próximo de sua casa. Na Caderneta da Futura Mamãe, você encontrará todas as informações necessárias para um papel ativo no controle de sua saúde e da saúde de seu filho

Um pacto entre a gestante, o companheiro, a família, a comunidade e o serviço de saúde para uma maternidade segura

GOVERNO DO ESTADO DO CEARÁ
SECRETARIA DA SAÚDE - SESA

APOIO:
FNUAP
JICA



EDUCAÇÃO PARA SAÚDE DA MÃE E DO FILHO. SAIBA O QUE O SERVIÇO DE SAÚDE DEVE OFERECER E O QUE VOCÊ DEVE SABER E FAZER

O VIVA MULHER/PROSAD QUER CONVERSAR COM VOCÊ

O serviço de saúde materno-infantil quer construir um modelo de atendimento e de educação para a saúde que responda às suas necessidades durante a gravidez, parto e puerpério (resguardo). Para isso, faz um apelo a você gestante, família e comunidade: a saúde é responsabilidade de todos.

É verdade. Saber cuidar de si mesmo (auto-cuidado) e reconhecer direitos e deveres são caminhos para uma maior participação. Se a comunidade participa mais, terá serviços de qualidade.

Toda mulher grávida deve fazer pré-natal para receber o atendimento clínico e educação para a saúde. A gestante, o companheiro e demais membros da família podem e devem participar. Eles devem se capacitar e obter todas as informações necessárias para o auto-cuidado.

O Setor de Saúde pode contribuir para a maternidade segura. Basta você e sua comunidade se envolverem no exercício prático do auto-cuidado e nas tomadas de decisão.

Em que consiste a rota de aprendizagem?

- A rota de aprendizagem é a parte educativa da consulta, que lhe prepara para o auto-cuidado.
- Sua saúde depende tanto do cuidado que o serviço pode lhe oferecer, como do auto-cuidado que você é capaz de proporcionar a si mesma e ao seu filho.

Você sabe o que o serviço de saúde oferece e o que você deve fazer para garantir uma maternidade segura?

DURANTE A GRAVIDEZ

- Você deve ir regularmente ao serviço de saúde. É preciso fazer pelo menos seis consultas pré-natal para que o profissional de saúde acompanhe o desenvolvimento do bebê e as suas condições de adaptação à gestação.
- Você deve também preparar-se para garantir sua participação nesse processo.
- Por exemplo: não fumar e não tomar bebidas alcoólicas, comer alimentos nutritivos e saber identificar situações de riscos para a gestante.



DURANTE O PARTO

- O parto é um acontecimento natural de expectativa e comemoração. A responsabilidade deve ser compartilhada entre o profissional de saúde e você.
- A mulher pode ser ativa. Colaborar, ter tranquilidade e disposição. Por outro lado, o profissional de saúde deve demonstrar segurança, afetividade, tornando o local do parto um ambiente mais humano e agradável.

DEPOIS DO PARTO

- O puerpério (resguardo) representa um momento único para o exercício prático e correto do auto-cuidado. É esta atenção que vai favorecer sua recuperação física e a proteção ao bebê.
- É importante o seu retorno ao serviço de saúde. Na sua volta, você passará pela revisão pós-parto, enquanto seu bebê terá seu crescimento e desenvolvimento acompanhados corretamente.