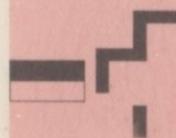


Educação para a Saúde

Espaçamento
entre
Nascimentos

Medidas
Vitais



Ministério da Saúde
Assessoria de Comunicação Social

AGÊNCIA BRASILEIRA DE SAÚDE
Espaço da Mulher - Rua 11, 9º Andar, Sala 520 - CEP 70.000
Fone: (061) 26.689.22.8116 - FAX (061) 26.677.22.806/22.8117 - Telex: (01) 1301-1792



ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE



unicef

Gráfica do INAMPS/90

Espaçamento entre Nascimentos

Conselhos Básicos

- 1** Engravidar antes dos 18 anos, ou depois dos 35, aumenta os riscos de saúde tanto para a mãe como para a criança.
- 2** O risco de morte para os bebês aumenta em cerca de 50% se o intervalo entre os partos for menor que dois anos.
- 3** Dar à luz mais de quatro crianças aumenta os riscos de saúde durante as gestações e os partos.
- 4** O planejamento familiar permite aos casais decidir quando começar a ter filhos, quantos filhos ter, qual o intervalo entre eles e quando parar.

Espaçamento entre Nascimentos

Informações Auxiliares



1

Engravidar antes dos 18 anos, ou depois dos 35, aumenta os riscos de saúde tanto para a mãe como para a criança.

● A cada ano, mais de meio milhão de mulheres morrem devido a problemas ligados à gestação e ao parto, deixando mais de um milhão de órfãos. A maioria dessas mortes poderia ser evitada pela aplicação dos conhecimentos atuais sobre a importância do planejamento familiar.

● Por questões de saúde, nenhuma jovem deveria engravidar antes dos 18 anos. Uma mulher não está fisicamente madura para engravidar antes dessa idade. Bebês nascidos de mulheres com menos de 18 anos são mais propensos a nascer prematuramente e a pesar muito pouco. Têm mais chances de morrer durante o primeiro ano de vida. O risco para a saúde da própria mãe também é maior.

Toda jovem deveria ter tempo para se tornar mulher antes de se tornar mãe. Nas sociedades onde as jovens se casam muito cedo, os casais deveriam usar o planejamento familiar para adiar a primeira gravidez, até a mulher completar no mínimo 18 anos.

● Depois dos 35 anos, o risco de complicações durante a gravidez e o parto aumenta novamente. Se uma mulher tem mais de 35 anos e já teve quatro ou mais gestações, uma nova gravidez é um sério risco para sua própria saúde e a de seu futuro bebê.

2

O risco de morte para os bebês aumenta em cerca de 50% se o intervalo entre os partos for menor que dois anos.

● Pelo bem da saúde da mãe e da criança, os pais devem esperar até que o filho mais novo tenha pelo menos dois anos de idade antes de ter outro bebê.

● Crianças que nascem em intervalos muito próximos geralmente não se desenvolvem tão bem, física ou mentalmente, quanto as crianças nascidas com, no mínimo, dois anos de diferença.

● Uma das maiores ameaças à saúde e ao crescimento de uma criança com menos de dois anos de idade é o nascimento de outro bebê. O aleitamento é

interrompido muito de repente e a mãe tem menos tempo para preparar a alimentação especial de que a criança pequena necessita. Além disso, ela pode não conseguir dar à criança mais velha os cuidados e atenção necessários, principalmente durante as doenças. Em consequência, o crescimento e o desenvolvimento adequados da criança ficam comprometidos.

● O organismo da mãe necessita de dois anos para se recuperar totalmente da gravidez e do parto. Portanto, o risco para a saúde da mãe é maior se o parto seguinte for muito próximo do anterior. A mãe precisa de tempo para recuperar suas forças e suas energias antes de engravidar novamente.

● Se uma mulher engravida antes de estar completamente recuperada de um parto anterior, há grandes chances de seu bebê nascer prematuramente e com pouco peso. Bebês com baixo peso têm menos probabilidades de se desenvolver bem, mais probabilidades de adoecer e quatro vezes mais chances de morrer no primeiro ano de vida do que os bebês com peso normal.

3

Dar à luz mais de quatro crianças aumenta os riscos de saúde nos partos e gestações.

● Após uma mulher ter tido quatro filhos, uma nova gravidez traz grandes riscos para a vida e a saúde da mãe e da criança.

Principalmente se os partos anteriores não tiveram intervalos de mais de dois anos, o organismo de uma mulher pode facilmente chegar a exaustão, devido a várias gestações, partos, amamentação e cuidados com crianças pequenas. Uma nova gravidez geralmente significa que sua própria saúde começa a enfraquecer.

● Após quatro partos, há um enorme risco de sérios problemas de saúde como anemia e hemorragia (perda de grandes quantidades de sangue). O risco de dar à luz crianças deficientes ou com baixo peso, também aumenta depois de quatro partos e quando a mãe tem mais de 35 anos.

4

O planejamento familiar permite aos casais decidir quando começar a ter filhos, quantos filhos ter, qual o intervalo entre eles e quando parar.

● A maioria dos serviços de saúde pode fornecer vários métodos de planejamento familiar seguros e eficazes. Não há um método que seja adequado e que satisfaça a todos. Os casais devem se aconselhar com o agente de saúde sobre os métodos mais adequados de planejamento familiar ou se dirigir ao centro de planejamento familiar mais próximo.

● Dar um intervalo de pelo menos dois anos entre partos e evitar a gravidez antes dos 18 e depois dos 35 anos podem ajudar a garantir que cada bebê nasça e cresça forte e saudável.