



# GUIA DE RECOMENDAÇÕES PARA GESTANTE E LACTANTE

*Tudo o que você precisa  
saber para cuidar da sua  
saúde e a do seu filho em  
tempos de Covid-19*

**Unimed** | 



## Gestante é grupo de risco?

No início de abril o Ministério da Saúde incluiu gestantes e puérperas nos grupos de risco do coronavírus. Isto, porque essas mulheres estão mais vulneráveis a infecções. Assim, apesar de não haver estudos sobre o impacto do coronavírus em gestantes e puérperas, a doença é recente e essa é uma forma de precaução. Importante ressaltar, ainda, que mulheres com algum problema de saúde como hipertensão, diabetes, doenças do coração, rins ou fígado devem ter ainda mais cuidado.



## ***Devo fazer as consultas pré-natal normalmente?***

*As consultas são essenciais para manter o bem-estar do bebê, por isso se você estiver bem, mantenha as consultas normalmente. O intervalo de tempo entre elas, porém, pode ser estendido conforme entendimento do profissional de saúde. Além disso, alguns acompanhamentos e orientações podem ser feitos online.*

*Caso você esteja com sintomas de uma possível infecção pelo novo coronavírus, contate o seu médico e adie a visita de rotina até o término do período de isolamento.*



## *E em relação aos exames e vacinas de pré-natal?*

*É recomendado que as ações de cuidado pré-natal de gestantes assintomáticas tenham continuidade, resguardando o zelo com a prevenção de aglomerações, com as melhores práticas de higiene, e com o rastreamento e isolamento domiciliar de casos suspeitos de síndrome gripal.*



## Ainda posso ir trabalhar?

Ao considerar que qualquer infecção pode comprometer a gestação, é indicado o afastamento de gestantes que atuem diretamente com outras pessoas doentes. Desta forma, mulheres grávidas que podem trabalhar em casa, devem seguir de forma remota. Caso o trabalho não permitir home office, mas há possibilidade de minimizar a exposição à infecção por Covid-19, isso seria o desejado.



## **Por ser gestante, é recomendado sair de casa usando máscara?**

O uso de máscara é indicado a todos como uma medida preventiva. Os profissionais de saúde e pessoas contaminadas com o Covid-19 devem fazer uso de máscaras com características especiais, como a máscara cirúrgica e a N95. Ao restante da população, que não apresenta sintomas, é sugerido o uso de máscaras artesanais, de tecido. Elas evitam que pessoas assintomáticas transmitam o vírus para outros indivíduos.



## ***Se contrair o novo coronavírus durante a gestação, quais cuidados devo tomar?***

*Se você estiver com suspeita da doença, entre em contato com um dos canais da Unimed VTRP (Disque Coronavírus ou PA Virtual) para ser melhor orientada sobre os cuidados. Em caso positivo, tanto você, gestante, como as pessoas com as quais você reside devem permanecer isoladas.*



## ***Se eu tiver alguma complicação na gestação, devo ir a um pronto atendimento ou é muito arriscado?***

*Algumas complicações na gravidez podem ser graves e colocar em risco a saúde da mãe e do bebê. Se possível, tente ligar para o seu médico ou para a unidade básica de saúde para ser previamente orientada. Contudo, se não for possível falar com nenhum deles rapidamente, a orientação é procurar a maternidade.*



## **Tem chances de uma gestante infectada passar a doença para o bebê?**

O vírus é novo e ainda estamos aprendendo sobre ele, por isso não se pode afastar a possibilidade que ocorra uma transmissão do vírus para o bebê, mas a grande maioria dos estudos não encontrou o vírus no líquido amniótico ou no leite.

Em relação a possíveis complicações, quando os sintomas são leves não se identificou aumento das taxas de abortamentos, malformações ou outras complicações para o bebê. Contudo, nos casos graves, especialmente nas gestantes que desenvolvem pneumonia séria, estudos sugerem aumentar a chance de complicações na gestação, tais como abortamento, parto prematuro e pré-eclâmpsia.



## **Caso a gestante esteja contaminada, há um tipo de parto indicado?**

O tipo de parto não sofre influência em caso de infecção pelo novo coronavírus. Apenas gestantes com doença grave, que necessitam ser mantidas em respiradores, podem ter a indicação de cesariana pela doença. Nas outras situações, incluindo gestantes com infecção sem sinais de gravidade, o parto vaginal é seguro e desejável.



## **Qual o risco de infecção para a gestante ou para o bebê caso opte pelo parto em um hospital que tenha casos confirmados de infectados?**

O parto dentro do hospital ainda é o mais seguro, mesmo nesse momento da pandemia. As maternidades, sejam elas localizadas dentro ou fora do hospital, cumprem todas as normas de segurança e, na vigência da pandemia, contam com cuidados específicos para reduzir o risco de contaminação. Pessoas contaminadas pelo coronavírus ficam isoladas em áreas específicas para esse atendimento.



# ***Por que as maternidades estão proibindo visitas? Qual a importância disso?***

As aglomerações devem ser evitadas em qualquer lugar neste momento de pandemia. Assim, as visitas não estão sendo permitidas para evitar o risco de contaminação das gestantes, bebês e profissionais de saúde. Pelo mesmo motivo, a recomendação é que o acompanhante presente durante o trabalho de parto seja o mesmo durante todo o tempo de estadia no hospital.



## ***Se o bebê recém-nascido contrair o novo coronavírus, pode ser letal?***

*Existem poucos casos de infecção em crianças. Ainda assim, o risco de morte é baixo nessa faixa de idade.*



***Devo restringir as visitas ao meu bebê nesse período de alto risco de contaminação?  
Quantos meses devo esperar para liberar as visitas?***

A restrição das visitas reduz o risco de contaminação, tanto para a gestante, quanto para o bebê. O ideal é que as visitas sejam adiadas para quando a pandemia estiver sob controle. O uso de mídias sociais (como videochamadas, vídeos e fotos) pode minimizar a distância de parentes próximos e outras pessoas queridas que queiram ver o bebê.



**Nos primeiros dias de vida do meu bebê, é muito arriscado sair com ele para levá-lo ao pediatra ou ao posto de saúde para tomar as vacinas de rotina?**

Os cuidados essenciais com o bebê após o nascimento são muito importantes. Especialmente as vacinas e as visitas de controle de peso e saúde do bebê devem sempre seguir as recomendações do Ministério da Saúde, que neste momento podem se modificar. O pediatra fará a orientação sobre quando retornar à próxima consulta.



## **A amamentação deve ocorrer normalmente?**

Conforme a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo), pacientes em boas condições de saúde devem amamentar seguindo os cuidados higiênicos.

*Na fase aguda da doença, se a mãe quer amamentar, mas a equipe de saúde está insegura de liberar o contato direto, o leite pode ser ordenhado e ofertado ao bebê.*

# #fiqueemcasa

E CONTE CONOSCO PARA CUIDAR DA SUA SAÚDE

MUDEL  
HÁBITO

Unimed | 

## Fontes:

Associação de Ginecologistas e Obstetras de  
Minas Gerais (Sogimig)

Associação de Ginecologistas e Obstetras do  
Rio Grande do Sul (Sogirgs)