

O seu calendário pré-natal de visitas de rotina

| De quantas semanas deve estar quando é vista (aproximadamente) | Vista por / Quem precisa de ser visto | Objetivo Abaixo encontra exemplos de temas a abordar pela parteira durante a sua visita |
|--|---|--|
| <p style="text-align: center;">Agendamento de visita</p> <p>Isto deve estar concluído às 9 semanas. No entanto, compreendemos que, por vezes, tal não é possível. Assim, a parteira irá procurar concluir a marcação até ao final das suas 12 semanas de gravidez</p> | <p>Parteira</p> <p>Todas as mulheres</p> | <p>Será feito um levantamento completo do seu histórico de registos. A parteira irá completar/enviar o formulário de marcações e entregar-lhe os seus registos de maternidade físicos</p> <p>Discutir a sua escolha de local para o nascimento, preocupações e preferências</p> <p>Discutir e facultar folhetos informativos relativos a testes de rastreio: HIV, Hepatite B, Sífilis, rastreio a Talassemia e a Falciforme (FOQ).</p> <p>Discutir/obter autorização para análises ao sangue de rotina (hemograma, grupo, anticorpos),</p> <p>Discutir e oferecer um rastreio combinado (um scan plus de medição da nuca)</p> <p>Registar as observações de referência, incluindo IMC, tensão arterial e análise à urina</p> <p>Fale sobre fumar, controlo de CO, dieta, álcool, cuidados dentários, ácido fólico, vitamina D, medicação prescrita e não prescrita</p> <p>Outros “riscos” podem ser destacados durante as suas consultas que poderão necessitar do apoio de outros profissionais de saúde</p> |
| <p style="text-align: center;">11 – 14</p> | <p>Dep.^{to} USS</p> <p>Todas as mulheres</p> | <p>Ecografia de rotina para determinar tempo +/- Rastreio Combinado (TN)</p> <p><i>(Tenha em conta que existe um custo para todas as imagens de exames)</i></p> |
| <p style="text-align: center;">16</p> | <p>Parteira</p> <p>Todas as mulheres</p> | <p>Discuta/confirme a data acordada para o parto após o exame</p> <p>Discuta subsídios de maternidade e/ou outros.</p> <p>Reveja e registre as suas análises ao sangue e discuta os resultados/testes futuros</p> <p>Registe a sua tensão arterial (TA), análise à urina, discuta movimentos do bebé</p> <p>Discuta/organize Anti-D se for RH negativo e um Teste de Tolerância à Glicose (TTG), se necessário</p> <p>Discuta P2P e gripe / vacinas para tosse convulsa</p> <p>Organize um teste quádruplo para rastreio (se aplicável)</p> |
| <p style="text-align: center;">Aproximadamente 20 semanas</p> | <p>Dep.^{to} USS</p> <p>Todas as mulheres</p> | <p>Exame de anomalia fetal de rotina – este exame verifica anomalias do bebé com maior detalhe; coração, crescimento, fluído à volta da localização da placenta e do bebé</p> |
| <p style="text-align: center;">25</p> | <p>1.º bebé</p> <p>Parteira</p> | <p>Reveja e discuta os resultados dos exames. Controlo de avaliação e exame pré-natal completo; TA, análise à urina, altura do seu útero, quanto o bebé se mexe e o seu bem-estar e saúde psicológica</p> <p>Discuta a alimentação do bebé</p> <p>Discutir/emitir quaisquer formulários de subsídios aplicáveis, incluindo o formulário Mat B1</p> |
| <p style="text-align: center;">28</p> | <p>Parteira</p> <p>Todas as mulheres</p> | <p>Exame pré-natal completo / avaliação (conforme indicado acima). Discuta a alimentação do bebé.</p> <p>Repetir o hemograma +/- exame anticorpos.</p> <p>Administração de injeção Anti-D se for RH negativo</p> <p>Isto deve ser dado entre as 28 a 32 semanas.</p> |
| <p style="text-align: center;">31</p> | <p>1.º bebé</p> <p>Parteira</p> | <p>Exame pré-natal completo / avaliação (conforme indicado acima)</p> <p>Rever e registar resultados de análises ao sangue, discutir resultados e quaisquer testes futuros. Discutir alimentação do bebé e preparação para o parto</p> |

| | | |
|----|-------------------------------|---|
| 34 | Parteira Todas as mulheres | Exame pré-natal completo / avaliação (conforme indicado acima) Preparativos para uma visita domiciliária às 36 semanas, se planear um nascimento em casa. Falar sobre trabalho de parto / contacto pele com pele / plano de nascimento / quaisquer preocupações. Completar a lista de verificação da alimentação do bebé. |
| 36 | Parteira Todas as mulheres | Exame pré-natal completo/avaliação (conforme indicado acima) Confirmar local de nascimento - discutir cuidados infantis, transporte, apoio ao nascimento Exames MRSA / hemograma, se necessário Precisamos de confirmar a posição do bebé neste momento e se não aparentar estar de "cabeça para baixo" será marcado um exame para determinar a apresentação do bebé |
| 38 | Parteira | Exame pré-natal completo/avaliação (conforme indicado acima) Discutir o trabalho de parto e varredura de membrana. Se for o seu primeiro filho, ser-lhe-á indicada uma varredura de membrana na próxima consulta após as 40 semanas |
| 40 | 1.º bebé Parteira | Exame pré-natal completo/avaliação (conforme indicado acima) Oferecer uma varredura de membrana, discutir indução de parto. |
| 41 | Parteira Todas as mulheres | Exame pré-natal completo/avaliação (conforme indicado acima) Oferecer uma varredura de membrana A consulta para indução de parto será marcada para o Termo +10 a 14 |

Mulheres com uma gravidez complicada poderão necessitar de ver um obstetra/parteira com mais frequência. Isto será discutido consigo pela sua parteira ou médico.