



mãe
tamor
fose



PNM

*Pré-Natal
Multidisciplinar*

espaço mãetamorfose

 AV. BOA VIAGEM, 09, PINA

 81 3125-5795

 81 98183-1601





PNM

*Pré-Natal
Multidisciplinar*

Com o objetivo de proporcionar a gestante um cuidado multidisciplinar durante toda a gravidez, o Espaço Maetamorfose oferece o PNM (Pré Natal Multidisciplinar) com diversos profissionais que podem auxiliar no processo do preparo corpo, mente e alma para a maternidade.

A gestante pode optar por escolher cada pré-natal individualmente ou realizar esse caminho com diversos de nossos profissionais que trabalham de forma multidisciplinar.

 AV. BOA VIAGEM, 09, PINA

 81 3125-5795

 81 98183-1601

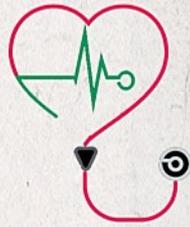




ÍNDICE

Pré Natal Obstétrico.....	03
Pré Natal Nutricional.....	04
Pré Natal Psicológico.....	06
Pré Natal Odontológico.....	08
Pré Natal da Fisioterapia Pélvica.....	10
Pré Natal Vacinal.....	12
Pré Natal Dermatológico.....	13
Pré Natal da Amamentação e Cuidados com o RN.....	14
Pré Natal junto ao Neopediatra.....	16
Acupuntura no Pré Natal.....	18
Osteopatia no Pré Natal.....	20





PRÉ NATAL OBSTÉTRICO

Consultas de pré-natal que duram em média **60 MINUTOS** com escuta ativa da gestante e do companheiro associadas ao **EXAME FÍSICO** com avaliação do bem estar materno e fetal, além do planejamento de encontros futuros e de um momento para tirar dúvidas. Nessas consultas também abordamos as expectativas do casal para o **PARTO**, com esclarecimento sobre fases de trabalho de parto, intercorrências possíveis, papel da equipe e puerpério, munindo, assim, a paciente de informações baseadas em **EVIDÊNCIA CIENTÍFICA**.

Benefícios

Acolhimento por uma equipe humanizada com disponibilidade para assistência ao pré-natal e parto. Com a possibilidade de acompanhamento multidisciplinar por enfermeiras obstétricas.

QUANTIDADE DE CONSULTAS PRÉ NATAL RISCO HABITUAL:

Mensais até 28 semanas

Quinzenais até 37 semanas e

Semanal até o parto.

Profissionais:



AMAH

Ginecologia
e Obstetrícia



PRÉ NATAL NUTRICIONAL

Antes mesmo da gestação, a alimentação e estilo de vida dos pais irão influenciar a saúde do futuro bebê, são os 1100 dias. Cada vez mais, os estudos científicos apontam que investir na nutrição é o principal meio de determinar **saúde e prevenção de diversas doenças**. Assim, ofertar alimentos saudáveis e orgânicos irá repercutir positivamente na vida da gestante, da família e do bebê.

Estudos mostram que **80% DO AMBIENTE** (intra e extrauterino) a qual o bebê é exposto influenciam na saúde ao longo de toda a sua vida.

Benefícios

1. Mais saúde para a gestante:

- Identificar carências nutricionais;
- Melhorar nutrição celular e aumentar reservas de nutrientes através de ajustes pela alimentação e suplementação de micronutrientes;
- Orientar sobre a redução de exposição à tóxicos;
- Prevenção e controle de distúrbios na gestação (Prevenindo e/ou controlando a hipertensão arterial, diabetes gestacional, hipotireoidismo, trombofilia, obesidade, anemia, constipação, insônia e outras patologias associadas à má qualidade nutricional);
- Oferta de nutrientes que vão influenciar a amamentação.

2. Investimento para a saúde do bebê:

- Melhorar nutrição celular promovendo crescimento e desenvolvimento adequado;
- Prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (Programação metabólica- 1100 dias).

3. Investimento para o futuro da família

- Promover a construção de hábitos e estilo de vida mais saudáveis;
- Melhor relação com o alimento, influenciando os hábitos alimentares e prevenindo dificuldades alimentares.

Alimentar corpo, mente e alma.

Quantidade de Consultas:

As consultas acontecem duas vezes por trimestre, onde cada consulta será de monitoramento do estado nutricional e ajustes de necessidades.

O acompanhamento nutricional é individualizado, respeitando a cultura e preferências, contudo propondo reeducação alimentar por meio de escolhas nutritivas e prazerosas.

Profissionais de Nutrição:



**ANNE ALVES E
JULIANA CARVALHO**

A saúde do bebê começa antes mesmo da gestação, uma vez que os hábitos dos pais irão influenciar a saúde do óvulo e do espermatozoide. O casal saudável potencializa a saúde do futuro bebê.



PRÉ NATAL PSICOLÓGICO

Trata-se de um atendimento **TERAPÊUTICO ESPECIALIZADO**, focado nas demandas emocionais decorrentes do período de gestação e puerpério, mas que pode acontecer inclusive em famílias passando por processo de adoção ou tratamentos de fertilização.

Benefícios

O pré natal psicológico é um **COMPLEMENTO AO PRÉ NATAL MÉDICO** e visa **ACOLHER** as angústias do momento da gestação e puerpério prevenindo adoecimento psíquico da mulher e favorecendo a construção de uma **PARENTALIDADE SAUDÁVEL**. Favorece a identificação de sinais de sofrimento emocional materno e possibilita um espaço de elaboração e ressignificação dessas demandas evitando assim o surgimento de depressão pós parto e outros sintomas.

Cuidar da saúde emocional da gestante e favorecer a criação de uma rede de apoio para a construção da parentalidade é cuidar do desenvolvimento global do bebê e da criança.

Quantidade de sessões:

Não existe uma quantidade pré estabelecida, isso é acordado junto com a paciente no primeiro encontro e a duração dos atendimentos dependerá do desejo e da necessidade de cada caso. Pode se iniciar a qualquer tempo da gestação ou antes de engravidar, em casos de tentativas de fertilização ou durante processos de adoção.

O atendimento também pode se estender até o período em que a criança complete 02 anos ou de acordo com o desejo da paciente.

Poderá haver sessões com o parceiro ou outros membros da família durante o pré natal psicológico, ou até mesmo interconsultas com demais profissionais que acompanham a paciente.

Profissionais



Renata Soares

Psicóloga Perinatal
e Infantil
CRP: 13/4472

Danielle Maciel

Psicóloga e Psicanalista
CRP: 02/17647



Sandra Moura

Psicóloga Perinatal



PRÉ NATAL

ODONTOLÓGICO

O pré-natal odontológico é o **ACOMPANHAMENTO** feito por um dentista especializado em cuidados à gestante, afim de **PREVENIR OU TRATAR** doenças bucais já instaladas.

Durante a gravidez, a mulher se torna mais susceptível a doenças bucais como a cárie e a gengivite. A gengivite gravídica é uma inflamação gengival acentuada que causa sangramento, dor e dificuldade de escovar os dentes. Os **HORMÔNIOS FEMININOS** aumentados, dilatam os vasos sanguíneos e deixam as gengivas mais sensíveis e favorecem esta inflamação causada pela placa bacteriana, quando esta não é removida adequadamente durante a limpeza bucal.

O grande problema é que as bactérias presentes na gengivite liberam toxinas na corrente sanguínea que induzem ao **PARTO PREMATURO** e/ou nascimento do bebê de baixo peso.

Além disso, os hormônios também modificam a saliva e o pH da boca. Dessa forma, os enjoos e vômitos frequentes nesse período deixam a boca mais ácida e mais propensa a desenvolver aftas, cáries e erosão dentária. O que ocorre é que a dificuldade de fazer a higienização correta dos dentes ou fazer de forma rápida, não eliminado a placa bacteriana, aliada ao consumo acentuado de carboidratos, torna o ambiente bucal propício ao aparecimento de lesões de cáries.

Quantidade de consultas:

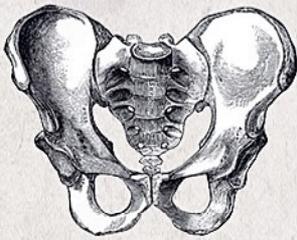
O ideal é incluir a visita ao dentista antes mesmo de engravidar. No entanto, se você já está grávida procure o dentista especializado em gestantes e comece o quanto antes o seu pré-natal odontológico. O acompanhamento é feito durante toda a gestação, a cada início de trimestre, ou no período aconselhado pelo seu dentista. Normalmente são 3 consultas, realizadas, preferencialmente, no período da manhã e as sessões devem ser curtas.

Profissional:



PAMELA FERRARI
Abre o Bocão





FISIOTERAPIA OBSTÉTRICA

Você sabia que durante a gravidez, enquanto o bebê se desenvolve, ganha peso e cresce, ocorre um monte de alterações no corpo da mãe? Claro que essas alterações são maravilhosas para uma gestação saudável, mas podem ocasionar fortes incômodos na mulher.

Benefícios

Realizar fisioterapia obstétrica a partir de 15 semanas de gestação, pode prevenir alguns sintomas indesejáveis, como:

- Dor na região do quadril, e coluna;
- Edemas (inchaço); Dores posturais;
- Perda de urina aos esforços;
- Desconforto respiratório, entre outros
- Constipação intestinal;

Quantidade de Consultas:

Importante lembrar que, Independente da via de parto escolhida pela mulher, o fato de estar gestante, nos predispõe a ter essas queixas

A partir de uma minuciosa avaliação, identificamos a necessidade do acompanhamento da fisioterapia obstétrica e explicamos todo o formato das sessões.

Esse acompanhamento é realizado com hora marcada, de forma individualizada, de 1 a 2x por semana, e com duração de 40 a 60 minutos cada sessão..Nossa desejo é que todas vocês tenham uma gestação saudável e livre de desconfortos, para que possam realizar as infinitas ornadas do dia a dia, e ainda poder curtir a fase de gestar.

Profissionais:



GRAP

Reabilitação e Preparação
do assoalho Pélvico

PRÉ NATAL VACINAL



As vacinas tomadas durante a gestação protegem a mãe e também podem ajudar a proteger o bebê durante os primeiros meses de vida. Esses anticorpos são transferidos para o bebê via transplacentária.

Vacinas recomendadas na gestação são:

- **dTpa** (difteria, tétano e coqueluche) preferencialmente na vigésima semana de gravidez (sem histórico de vacina prévia fazer esquema de 3 doses- 0-60-90 dias sendo duas doses de dT)

A dTpa está recomendada em todas as gestações, pois além de proteger a gestante e evitar que ela transmita a Bordetella pertussis (coqueluche) ao recém-nascido, permite a transferência de anticorpos ao feto protegendo-o nos primeiros meses de vida até que possa ser imunizado. Mulheres não vacinadas na gestação devem ser vacinadas no puerpério, o mais precocemente possível

- **HEPATITE B** (esquema de 3 doses) 0-30-180 dias

A vacina hepatite B é recomendada para todas as gestantes suscetíveis

- **INFLUENZA:** dose única

Gestante é grupo de risco para as complicações da infecção pelo vírus influenza. A vacina está recomendada nos meses da sazonalidade do vírus, mesmo no primeiro trimestre de gestação.

Essas orientações são de acordo com os protocolos da Sociedade Brasileira de Imunização (Sbim)

PROFISSIONAL:



CLÍNICA
ESPECIALIZADA
EM VACINAS
Natália Magalhães

PRÉ NATAL



DERMATOLÓGICO

Atendimento **PERSONALIZADO** sobre os cuidados necessários para a prevenção de **ALTERAÇÕES DE PELE** comuns na gestação, como melasma e estrias; Além de esclarecimentos quanto aos produtos essenciais para uso diário mais seguros e recomendados na gravidez e lactação. Avaliação clínica e dermatoscópica de nevos (sinais) e outras lesões pré-existentes.

Benefícios

Orientações quanto aos ingredientes nocivos na gestação e proteção materna e fetal. Prevenção de alterações cutâneas que comumente surgem durante esse período. Preparação para as mudanças corporais da gravidez. Elaboração de rotina dermatológica diária individualizada

Quantidade de Consultas: **01 (primeiro trimestre)**

Profissional

DRA. ISABELA COSTA

Dermatologista





Amamentação e Cuidados com RN

A **INFORMAÇÃO É A BASE** para a compreender como funciona o processo anatomofisiológico da produção de leite humano, fatores que podem influenciar na sua **PRODUÇÃO**,

- a necessidade alimentar do recém-nascido;
 - técnicas adequadas para pega e **POSICIONAMENTO** na mamada;
 - quando e como ordenhar, armazenar e oferecer leite materno ao bebê;
 - enxoval necessário para apoio ao aleitamento; mitos e verdades sobre amamentação.
-

Benefícios

Tranquilidade e segurança no conhecimento dos benefícios e possibilidades do aleitamento materno junto a rede de apoio.

Periodicidade Consultas / Encontros:

- **01 encontro de amamentação + 01 encontro sobre cuidados com os recém-nascidos,** preferência entre a 28^a - 34^a semana gestacional.
- **Consulta Pré-Natal de Amamentação de gemelar/múltiplos** (online ou presencial em consultório) ou
- **Curso de Amamentação (online ou presencial);**
Curso de Cuidados com recém-nascidos gemelares.

Profissionais:



Ivna Cabral | Vivienne Pires | Renata Morais

PRÉ NATAL junto ao Neopediatra

A consulta ao neonatologista ainda no terceiro trimestre do pré natal é uma prática com **EMBASAMENTO CIENTÍFICO** na literatura porque ela faz parte de uma tríade para **REDUÇÃO DE DOENÇAS E MORTE NEONATAL**, junto com a assistência ao recém nascido na sala de parto e a consulta pós natal na primeira semana de vida. A consulta com neonatologista no pré natal vai muito além de conhecer pessoalmente quem vai cuidar do teu bebê, por isso é indicada para todas as gestantes, não apenas àquelas classificadas como gestação de alto risco.

Benefícios

Esta consulta reduz os medos , apreensões e ansiedades da família em relação a chegada do filho(seja ele o primeiro ou não) por antecipar informações e estratégias para enfrentar e resolver situações do cotidiano do bebê.

Vários aspectos são abordados

- Gestação (intercorrências do pré natal, prevenção de doenças infecciosas , vias de parto)
- Nascimento (assistência pediátrica na sala de parto, procedimentos intra parto)
- Aleitamento materno
- Testes de triagem neonatal
- Cuidados com o recém nascido
- Impacto do nascimento dessa criança na família

- Segurança da criança e acompanhamento da saúde da criança.
- Além, claro, de tirar todas as dúvidas que estão na mente desses cuidadores e sua rede de apoio. Essa consulta dura em torno de 60 min .

**Quantidade de
consultas:**
APENAS 1

Profissional:
NEONATOLOGISTA

*FONTE: DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE PEDIATRIA AMBULATORIAL,
SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA - A CONSULTA PEDIÁTRICA
PRÉ NATAL / ABRIL 2020*

Profissionais do Espaço:



Dr.ª Ana Claudia Firmino



Dr. Guilherme Urban



Dr.ª Dafne Barcala



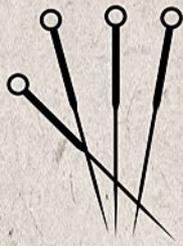
Dr.ª Alessandra Maia



Dr.ª Marina Rocha



Dr.ª Adeline Gomes



ACUPUNTURA NO PRÉ NATAL

Cada vez mais são conhecidas práticas integrativas que podem ajudar a enfrentar alguns desconfortos ou alterações na gestação, visto que há limitações em relação ao uso de medicamentos.

A acupuntura é uma das técnicas da Medicina Chinesa, que utiliza agulhas finíssimas em pontos específicos no corpo, com o objetivo de estimular o equilíbrio das funções orgânicas. Na gestação, tem mostrado resultados positivos em diversas situações, além de não haver contra indicações para sua aplicação.

O atendimento dura cerca de 60 minutos e pode ser composto de outras técnicas além da acupuntura, como prática de respiração guiada, ventosaterapia, moxaterapia, auriculoterapia, entre outras, de acordo com a necessidade de cada gestante

Benefícios

- Pode ajudar nas mais diversas condições.
- Mais comuns no primeiro trimestre: enjoos, vômitos, ansiedade e variações de humor. Melhora a vascularização uterina, auxiliando na melhor implantação do embrião.
- No segundo trimestre: alterações do sono, azia, melhor funcionamento dos intestinos, edemas e dores em geral.

- No terceiro trimestre: redução de dores musculares e articulares, auxiliar na correta posição do bebê (versão para posição cefálica) e preparação do corpo para o parto.
- Em qualquer período pode contribuir de forma complementar para o tratamento de hipertensão, diabetes, entre outras patologias.

A frequência

A quantidade ou frequência das sessões, vai depender de cada caso, após uma avaliação bastante individualizada.

Podemos lançar mão das sessões para tratamento de condições agudas, crônicas ou de forma a prevenir desconfortos comuns da gestação.

Profissional:

Adriana Afonso
Acupuntura





OSTEOPATIA NO PRÉ NATAL

Com o crescimento do bebê dentro da barriga o corpo da mãe passa por diversas mudanças para permitir o seu crescimento, como o deslocamento de todos os órgãos abdominais, o aumento das curvaturas da coluna e uma rotação nos membros inferiores. Todas essas mudanças são necessárias para o crescimento do bebê, mas podem trazer desconfortos para as mães também. A Osteopatia pode atuar de forma preventiva até mesmo antes da mulher engravidar e após a concepção, ou diretamente nas dores causadas por essas alterações.

Benefícios

- Redução de dores na região da coluna e nervos;
 - Redução de dores no quadril;
 - Diminuição das tensões do corpo;
 - Preparação das articulações para o parto.
-

Quantidade de consultas:

As consultas são individuais e tem duração de 40min à 1h.
Você pode fazer as consultas de duas formas:

– Acompanhamento durante toda a gestação:

– você pode fazer consultas 1x por semana ou 1x a cada quinze dias de forma preventiva ou para garantir uma gestação mais tranquila.

– Consultas para aliviar os sintomas:

– você também pode marcar consultas isoladas sempre que aparecer um sintoma novo (dor, irradiação, dificuldade para respirar e etc). As técnicas vão aliviar seus sintomas de forma não farmacológica.

Profissional:



Carolina Lucena

Osteopatia Adulto e
Pediátrica