



Guia do
Pré-Natal:

Saúde para a mãe e o bebê

Unimed 

Cascavel

Qual é a importância do Pré-Natal?

O acompanhamento pré-natal é essencial para garantir a saúde da gestante e do bebê durante toda a gravidez. Por meio das consultas regulares, é possível identificar precocemente qualquer alteração ou risco, além de receber orientações importantes sobre alimentação, sintomas, exames e cuidados necessários em cada fase da gestação.

Realizar o pré-natal com comprometimento é um ato de amor e responsabilidade, que proporciona mais segurança, tranquilidade e bem-estar para a mãe e o bebê. Cada consulta é uma oportunidade de:



Identificar precocemente possíveis problemas.



Tirar dúvidas sobre sintomas, alimentação e mudanças no corpo.



Receber orientações para uma gestação mais tranquila e segura.



Monitorar o desenvolvimento do bebê.

Após descobrir a gestação, a recomendação do Ministério da Saúde é iniciar o pré-natal o mais breve possível. A primeira consulta, a coleta dos primeiros exames de sangue e a realização do primeiro ultrassom devem ser realizados, preferencialmente, antes de 12 semanas de gestação.

Sabia que a gestação é dividida em três trimestres? Abaixo, confira a relação dessa divisão:

1º trimestre

Vai do primeiro dia desde a última menstruação até a 13ª semana (ou 13 semanas e 6 dias). É uma fase crítica para o desenvolvimento do embrião, e os primeiros sinais da gravidez podem surgir nessa fase.

2º trimestre

Vai da 14ª semana até a 27ª semana (ou 27 semanas e 6 dias). É uma fase em que o feto começa a se tornar mais visível na ultrassonografia, e a gestante pode começar a sentir os primeiros movimentos do bebê.

3º trimestre

Vai da 28ª semana até o parto. É a fase final da gravidez, quando o feto ganha peso e se prepara para o nascimento.



Orientações para a mamãe:

- ♥ A contagem das semanas da gestação é feita a partir do primeiro dia da última menstruação, mesmo que a fecundação ocorra posteriormente.
- ♥ Os trimestres são uma ferramenta para facilitar o acompanhamento da gestação, mas o desenvolvimento fetal é contínuo e progressivo ao longo de toda a gravidez.
- ♥ Cada gestante pode apresentar variações individuais nas semanas e no desenvolvimento do feto.
- ♥ As consultas com o médico responsável pelo pré-natal deverão ocorrer mensalmente até a 34ª semana de gestação, quinzenalmente até a 36ª semana e, a partir de então, semanalmente até o nascimento do bebê. É importante lembrar que cada gestação é única e deve ser acompanhada de forma individualizada, de acordo com as necessidades de cada gestante.

**Fazer o
pré-natal é
um gesto
de amor.**



Cuide de você. Cuide do seu bebê.
Compareça às consultas e siga as
orientações do seu médico!

Unimed 
Cascavel