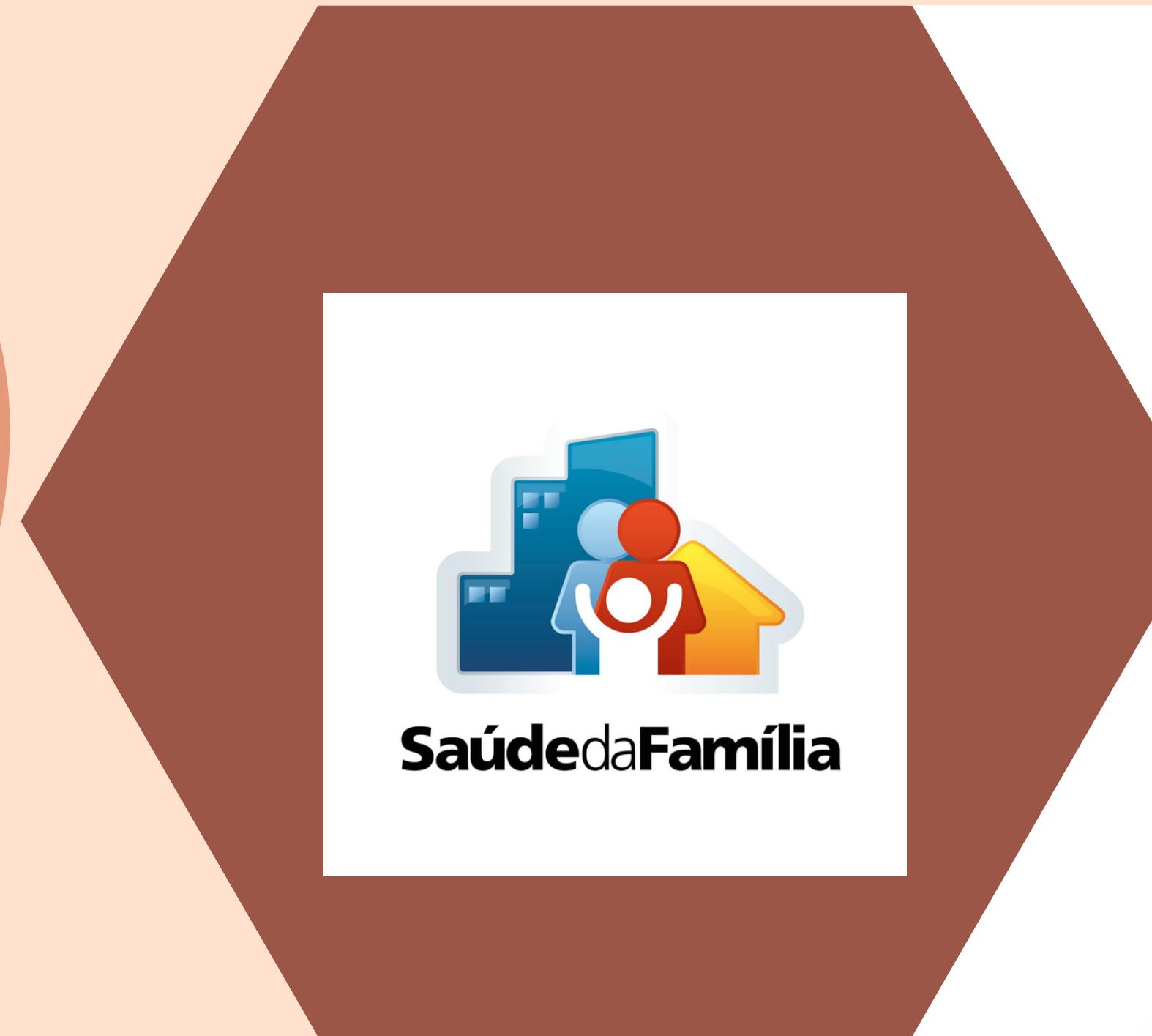


GESTANTE HAITIANA: MINHA PRIMEIRA CONSULTA DE PRÉ- NATAL



AYISYEN ANSENT: PREMYE KONSILTASYON PRENATAL MWEN



COLEGA ENFERMEIRO

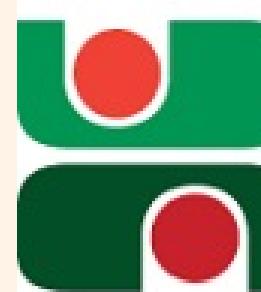
Este álbum seriado tem como objetivo subsidiar o enfermeiro da Atenção Primária à Saúde na primeira consulta de pré-natal à mulher haitiana. Desse modo, consta a tradução em língua Crioula, com vistas à facilitar a comunicação e integração cultural, baseando-se nos conceitos de prevenção, promoção da saúde e diminuição do potencial de vulnerabilidade da mulher imigrante.



UDESC
UNIVERSIDADE
DO ESTADO DE
SANTA CATARINA

PPGENF
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
EM ENFERMAGEM

Mestranda: Taiza Dal Pian
Orientadora: Dra. Lucimare Ferraz
Coorientadora: Dra. Silvana Dos Santos Zanotelli



UDESC
UNIVERSIDADE
DO ESTADO DE
SANTA CATARINA

PPGENF

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
EM ENFERMAGEM

MÈT: Taiza Dal Pian

KONSEYE: Dra. Lucimare Ferraz

KÒDINATÈ: Dra. Silvana Dos Santos Zanotelli

O QUE É E COMO FUNCIONA O PRÉ NATAL?

O pré-natal é o acompanhamento da sua saúde e do seu bebê até o nascimento.

As consultas de acompanhamento do pré-natal vão ocorrer do seguinte modo:

Até 28º semana- uma vez ao mês
Da 28º até a 36º semana- a cada quinze dias

Da 36º até a 41º semana- toda semana

É importante que você compareça em todas as consultas no dia e no horário que foi agendado e sempre traga a caderneta de gestante.



KISA LI YE E KÒMAN PRENATAL LA FONKSYONE?

Prenatal la se yon akonpayman sante ou ak sante tibebew la jiskaske li fèt.

Konsiltasyon swivi prenatal yo dwe fèt nan jou sa yo:

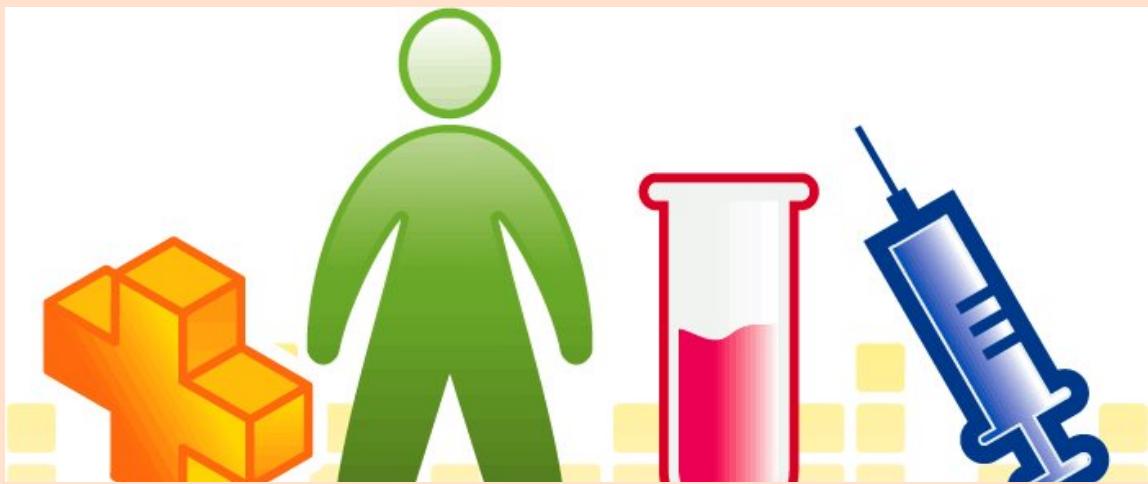
Jiska 28yèm semèn - yon fwa pa mwa
Soti nan 28yèm a 36yèm semèn nan - chak
kenz jou
36yèm a 41yèm semèn - chak semèn

Li vrèman enpòtan pou w ale nan tout randevou nan jou ak lè yo te pwograme a epi pou w toujou pote tiliv matènité w ia.



QUAIS SÃO OS TESTES REALIZADOS NO PRÉ-NATAL?

Durante o pré-natal você vai realizar os testes de Hepatite B, Hepatite C, Sífilis e HIV e Eletroforese de Hemoglobina.



QUAL A IMPORTÂNCIA DE FAZER OS TESTES?

Com o teste rápido é possível descobrir a infecção no início, realizando o tratamento correto e evitando maiores problemas de saúde para você e principalmente para seu bebê.

E QUANDO O RESULTADO FOR POSITIVO?

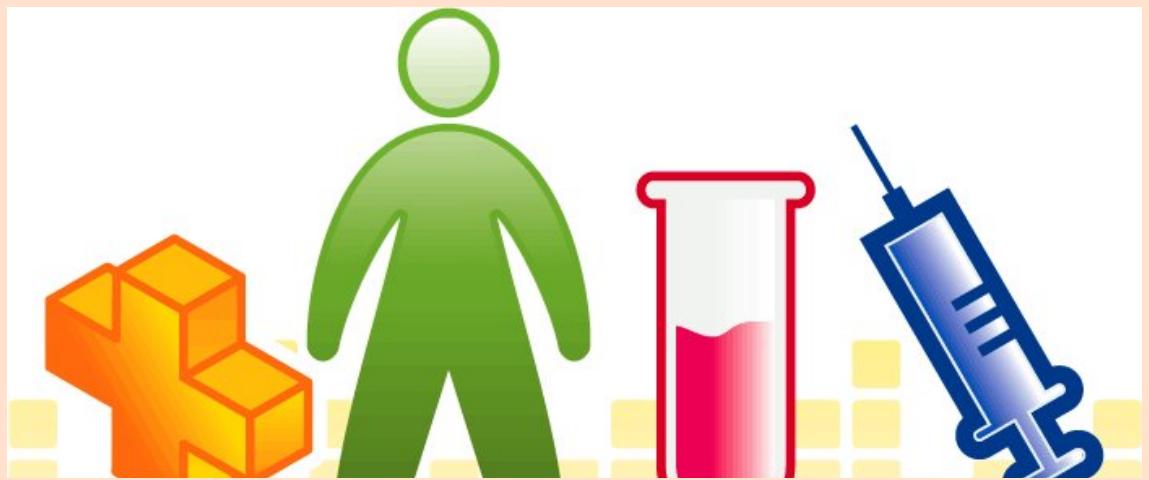


O enfermeiro vai estar encaminhando você para a realização do tratamento.

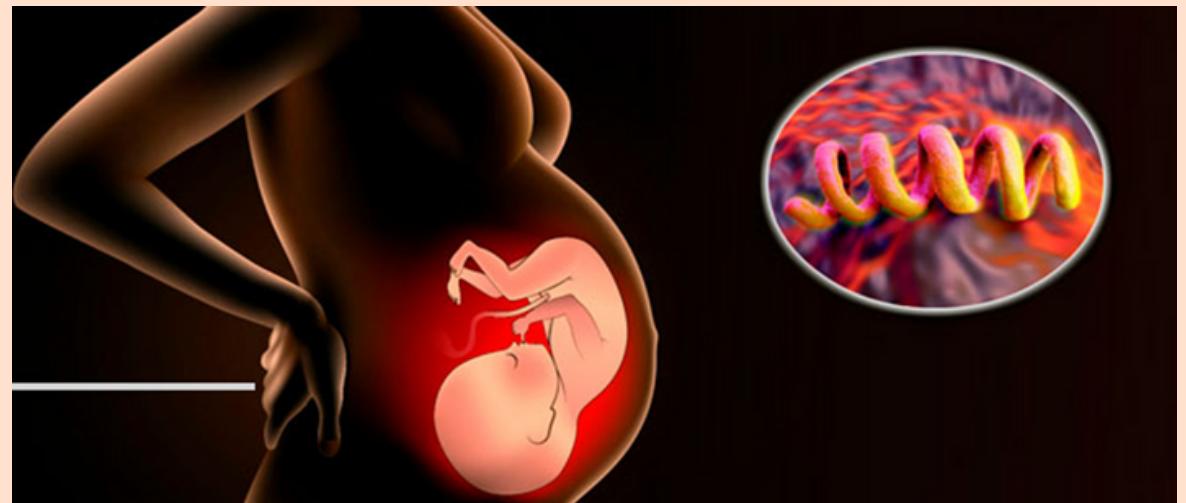
É importante realizar todo o tratamento prescrito e trazer seu parceiro(a) para realizar os testes e o tratamento se necessário.

KI TÈS YO REALIZE NAN PRETANAL LA?

Pandan prenatal la ou pral fè tès pou Epatit B, Epatit C, Sifilis ak Sida ak Emoglobin Elektwoforèz.



E SI REZILTA A BAY POZITIF?

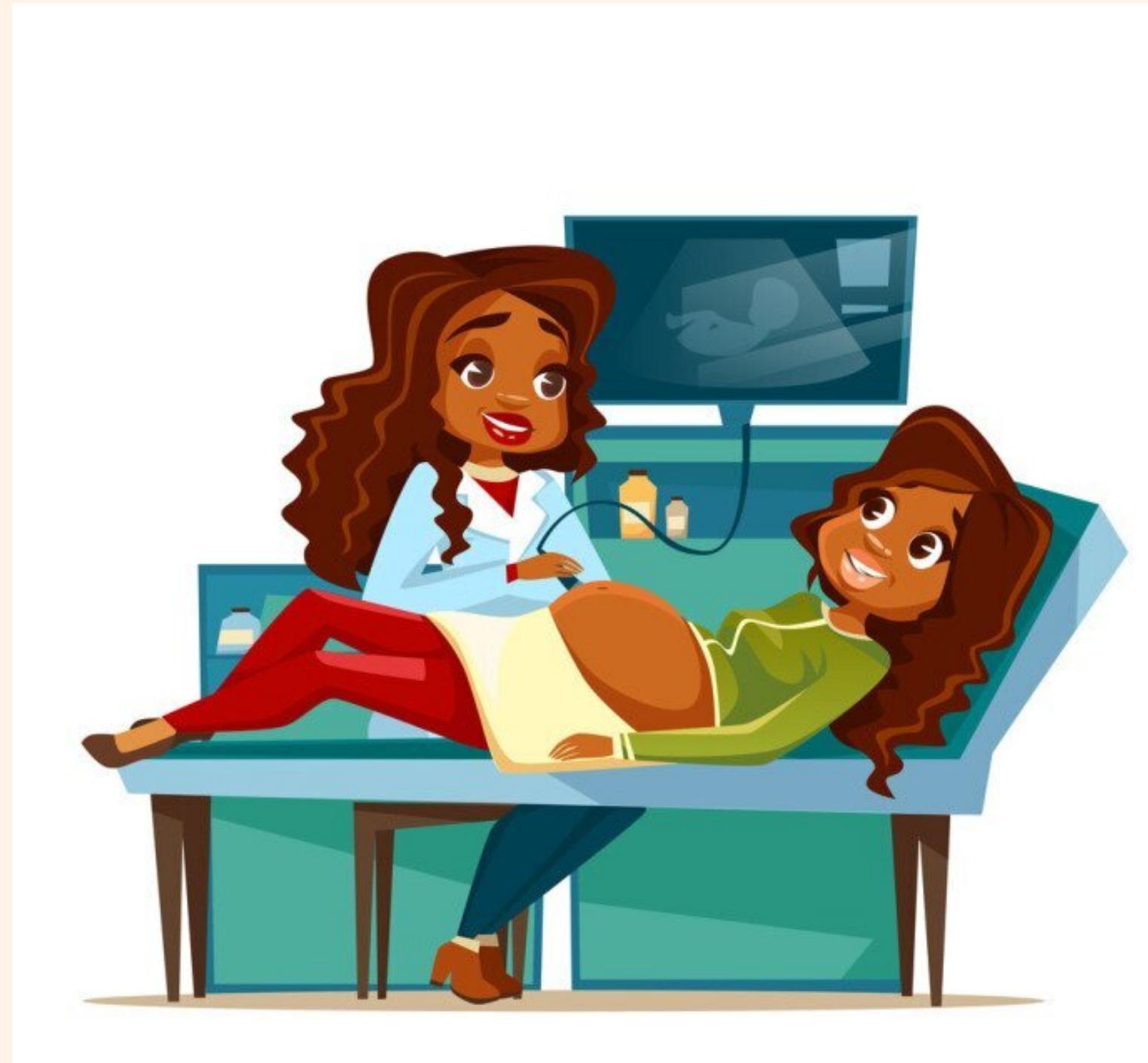


Enfimyè a pral voyew fè tretman an. Li enpòtan pou konplete tout tretman preskri yo epi mennen patnè w la pou fè tès ak tretman si sa nesesè.

POUKISA LI ENPÒTAN POU FÈ TÈS YO?

Avèk tès rapid la, li posib pou dekouvri enfeksyon nan kòmansman an, fè tretman ki kòrèk la epi evite gwo pwoblèm sante pou ou e sitou pou tibebe w la.

EXAMES COMPLEMENTARES



Para um bom acompanhamento de pré-natal é importante realizar todos os testes de sangue que foram solicitados e comparecer a clínica realizar a ultrassom para ver se seu bebê está bem e está crescendo.

EGZAMEN KONPLÈMANÈ



Pou yon bon akonpayman prenatal, li enpòtan pou fè tout tès san yo te mande yo epi ale nan klinik la pou yon sonografi pou wè si tibebe w la byen epi ap grandi.

TOMAR CORRETAMENTE OS REMÉDIOS PRESCRITOS



O enfermeiro irá prescrever vitaminas bem importantes que devem ser tomadas durante a gestação:

Ácido Fólico: Importante para o crescimento e desenvolvimento do seu bebê evitando problemas no cérebro e na coluna.

Sulfato Ferroso: Evitar a anemia e auxiliar no crescimento saudável do seu bebê.

Não fazer uso de remédios sem orientação do médico ou do enfermeiro.

BWÈ MEDIKAMAN YO PRESKRI YO KÒREKTEMAN



Enfimyè a pral preskri vitamin trè enpòtan ki ta dwe
pran pandan gwosès la:

Asid folik: Enpòtan pou kwasans ak devlopman
tibebe w la, pou anpeche pwoblèm nan sèvo ak
kolòn vêtebral.

Ferrous Sulfate: Anpeche anemi epi sipòte kwasans
sante tibebe w la.

**Pa sèvi ak medikaman san konsèy doktè oswa
enfimyè a.**

VACINAÇÃO NA GESTAÇÃO



A vacinação durante a gestação é importante para a proteção da gestante e para a proteção do bebê.

As vacinas necessárias na gestação são as que previnem contra a Hepatite B, Tétano, Difteria, Influenza e Covid-19

Toda a gestante deve realizar a vacina contra a difteria, tétano e coqueluche (dTpa) a partir das 20 semanas de gestação.

VAKSINASYON NAN GWOSSESIS LA



Vaksinasyon pandan gwosès la enpòtan pou pwoteksyon fanm ansent lan ak pou pwoteksyon tibebe a.

Vaksen ki nesesè pandan gwosès yo se sa yo ki anpeche epatit B, tetanòs, difteri, grip ak Covid-19.

Tout fanm ansent yo ta dwe pran vaksen kont difteri, tetanòs ak koklich (dTpa) depi 20 semèn gwosès.

O QUE EVITAR NA GESTAÇÃO

Fumar



Consumir líquidos durante as refeições (azia)



Tratamento químico nos cabelos



Tomar leite no almoço



Ficar muito tempo sem se alimentar (risco de sentir náuseas, vômitos, fraqueza ou desmaio)



Carne crua ou mal passada



Refrigerantes e sucos industrializados



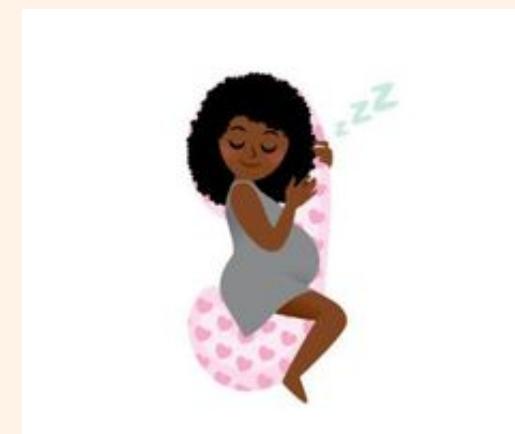
Ingerir bebidas alcóolicas



Chá preto e chá mate



Deitar logo após as refeições (mal estar e azia)



Excesso de café



Temperos industrializados



KISA POU EVITE NAN GROSSESYON

Fimen



Bwè bagay likid pandan ou ap manje(brule nan kè)



Tretman chimik
nan cheve



Rete san manje pou yon tan long (risk pou gen kè plen, vomisman, feblès, oswa endispoze)



Bwè lèt pou manje midi



Viann kri
oubyen
mal kwit



Bwason gazez



Bwè
bwason ki
gen alkòl



Te nwa



Kouche

imedyatman
apre ou manje
(malèz ak brûlures)



Bwè
twòp
kafe



Epis
endistriyalize



COMO MANTER UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA

Faça pelo menos três refeições e dois lanches saudáveis por dia



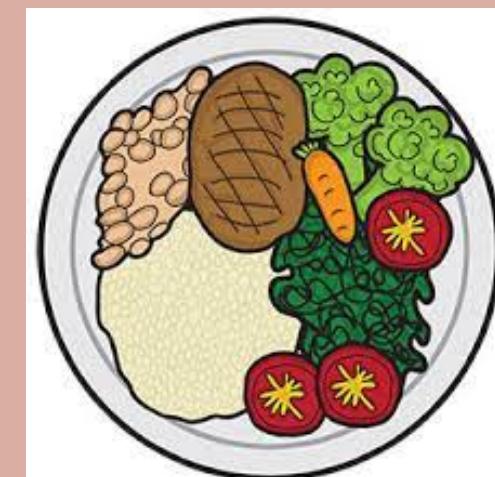
Beba pelo menos 2 litros de água por dia



Aprecie cada refeição
Coma devagar
Mastigue bem os alimentos



Faça um prato colorido



Priorize os sucos naturais



Consuma frutas, legumes e verduras



Use temperos naturais



KIJAN POU OU GENYEN YON ALIMANTASYON EKILIBRE

Manje omwen twa
repa ki an sante ak de
ti goute pa jou



Jwi chak repa,
manje dousman,
Moulen manje yo byens



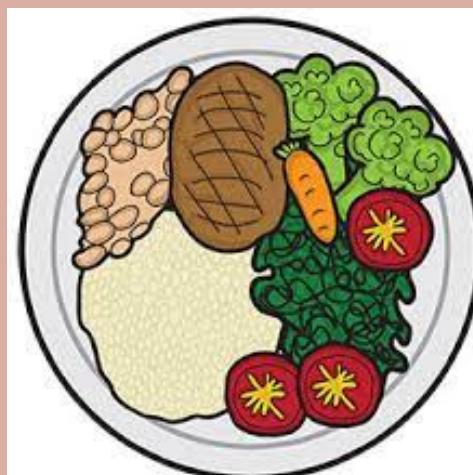
Konsome fwi ak
legim



Bwè omwen 2 lit dlo
pa jou



Manje yon pla ki
gen anpil pwoteyin



Bwè anpil ji
natirèl

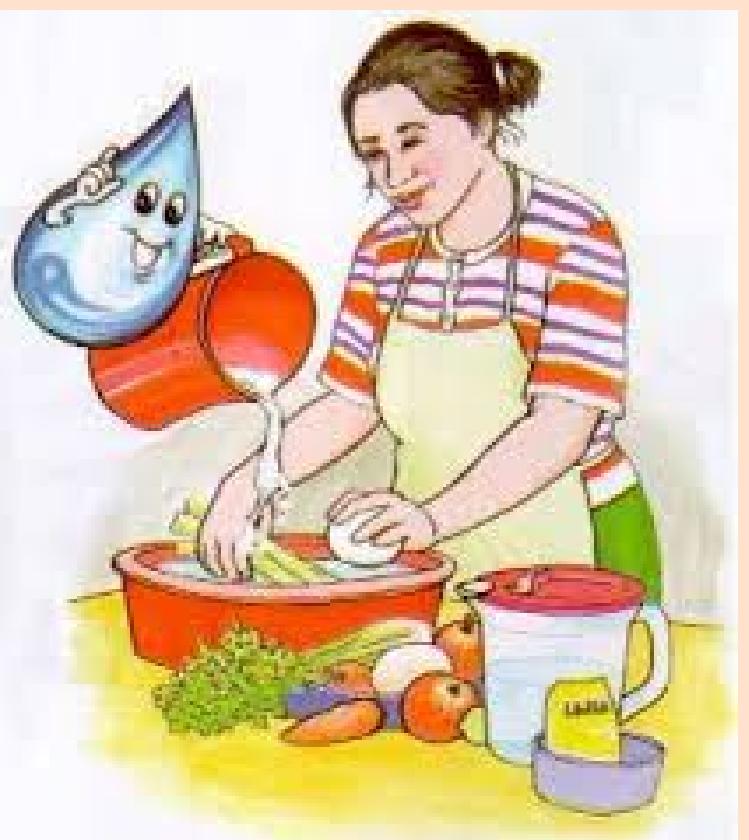


Itilize epis natirèl



CUIDADOS COM A HIGIENIZAÇÃO DAS FRUTAS E VERDURAS

Lavar bem em água corrente
Deixar as frutas e verduras de molho por 15
minutos em água sanitária (01 colher de sopa
para cada litro de água)

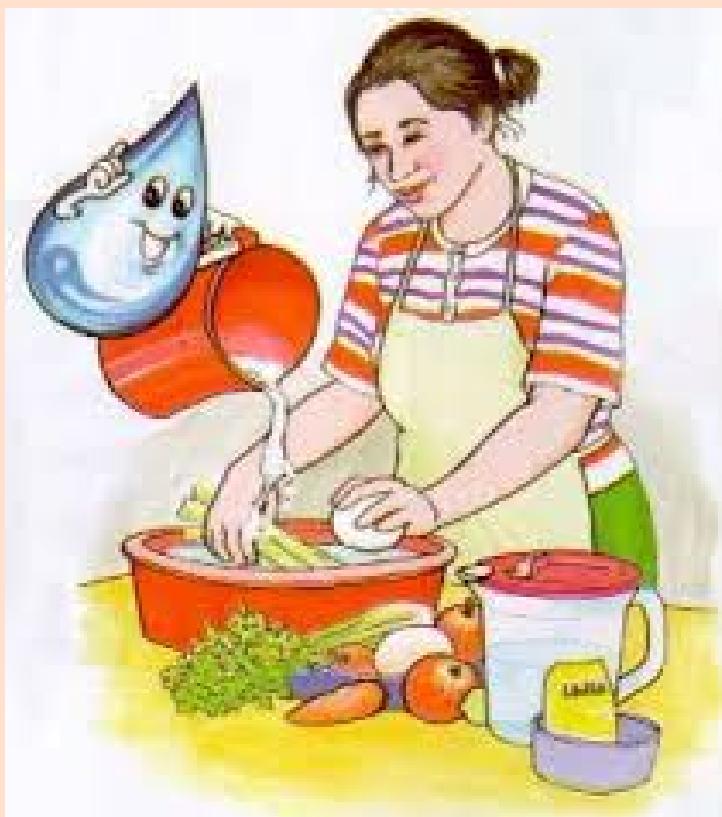


Após enxaguar em água corrente



SWEN AK HYJIENIZASYON FWI AK LEGIM

Lave byen nan dlo a Tranpe fwi ak legim pou
15 minit nan klowòks (01 gwo kiyè pou chak
lit dlo)



Apre rense yo nan dlo



CONSULTA COM O DENTISTA NO PRÉ-NATAL

Mesmo sem dor de dente a gestante deve fazer uma consulta com o dentista para evitar problemas e infecções para a mãe e para o bebê.



KONSILTASYON AK DANTIST LA NAN PRENATAL

Menm san dan fè mal, fanm ansent lan ta dwe pran yon randevou ak dantis la pou evite pwoblèm ak enfeksyon pou manman an ak tibebe a.



MEDIDAS PARA PREVENÇÃO DA DENGUE, ZIKA VÍRUS E CHIKUNGUNYA

Utilize repelente todos os dias e elimine criadouros no ambiente (não deixe acumular água em recipientes) e realize a limpeza do seu terreno.

Você também pode colocar telas nas portas e janelas



OBS: Em caso de febre, dor de cabeça, dor no corpo, vermelhidão nos olhos ou manchas vermelhas na pele procure imediatamente o serviço de saúde

MEZI POU ANPECHE DENGUE, VIRIS ZIKA AK CHIKUNGUNYA

Sèvi ak pwodui pou repouse moustik chak jou epi elimine sit elvaj nan anviwònman an (pa kite dlo akimile nan resipyen) epi netwaye kote ou rete a.

Ou kapab tou mete ekran sou pòt ak fenèt yo.



REMAK: Si ta gen lafyèv, maltèt, kò fè mal, woujè nan je yo oswa tach wouj sou po a, chèche swen medikal imedyatman.

MEDIDAS PARA PREVENÇÃO DE SINTOMAS RESPIRATÓRIOS

Quando tiver algum familiar com problema respiratório (tosse, gripe), mantenha o distanciamento e o uso de máscara

Evite também locais fechados e com alta concentração de pessoas



MEZI POU ANPECHE SENTÒM RESPIRATWA

Lè ou gen yon manm nan fanmi ou ki gen yon pwoblèm respiratwa (tous, grip), kenbe distans epi sèvi ak yon mask

Epitou evite kote ki fèmen ak kote ki gen anpil moun.



PRÉ-NATAL DO PARCEIRO (A)

A gravidez também é um assunto do seu parceiro (a), por isso é importante que ele (a) também realize os exames, as vacinas e te acompanhe durante as consultas de pré-natal.



PRENATAL PATÈ A

Gwosè se yon pwoblèm tou pou patnè w, kidonk li enpòtan pou li fè egzamen, vaksen tou, epi akonpaye w pandan konsiltasyon prenatal yo.



SINAIS DE ALERTA- QUANDO PROCURAR O SERVIÇO DE SAÚDE

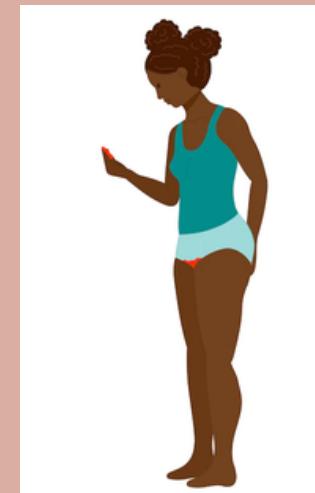
A pressão estiver alta



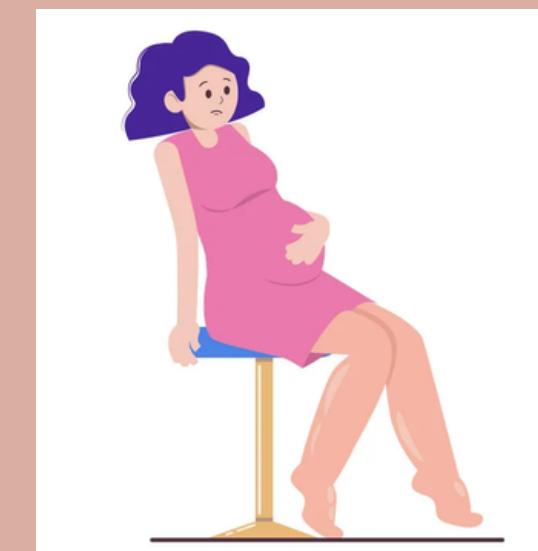
Fortes de cabeça, com a visão embaralhada ou enxergando estrelinhas



Corrimento escuro
(marrom ou preto)



Apresentar muito inchaço nos pés, nas pernas e no rosto, principalmente ao acordar



Dor ou ardência ao urinar



Sangramento ou perda de líquido pela vagina



OBS: Se houver sangramento, mesmo sem dor, procure imediatamente o Hospital Regional do Oeste (HRO)

SIYAL AVÈTISMAN - LÈ POU CHÈCHE SÈVIS SANTE

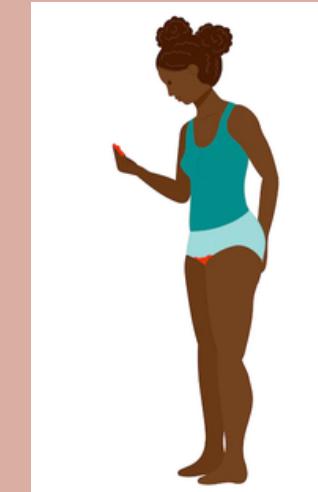
Tansyon wo



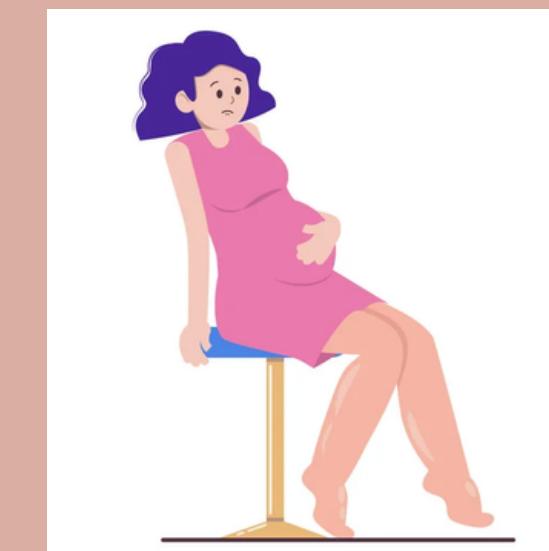
Tèt fèmal, ak vizyon
twoub oswa tèt vire



Likid sal na kilòt
(mawon ou nwa)



Gen anpil anfle nan pye w,
nan janm yo ak nan figi w,
sitou lè w reveye



Doulè oswa boule lè wap pipi



Senyen oswa flit likid
nan vajen an



REMAK: Si gen senyen, menm san doulè, imedyatman chèche Hospital Regional do Oeste a (HRO)

EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA



SAMU 192



BOMBEIROS 193



HOSPITAL REGIONAL DO OESTE- HRO
(49) 3321-6500

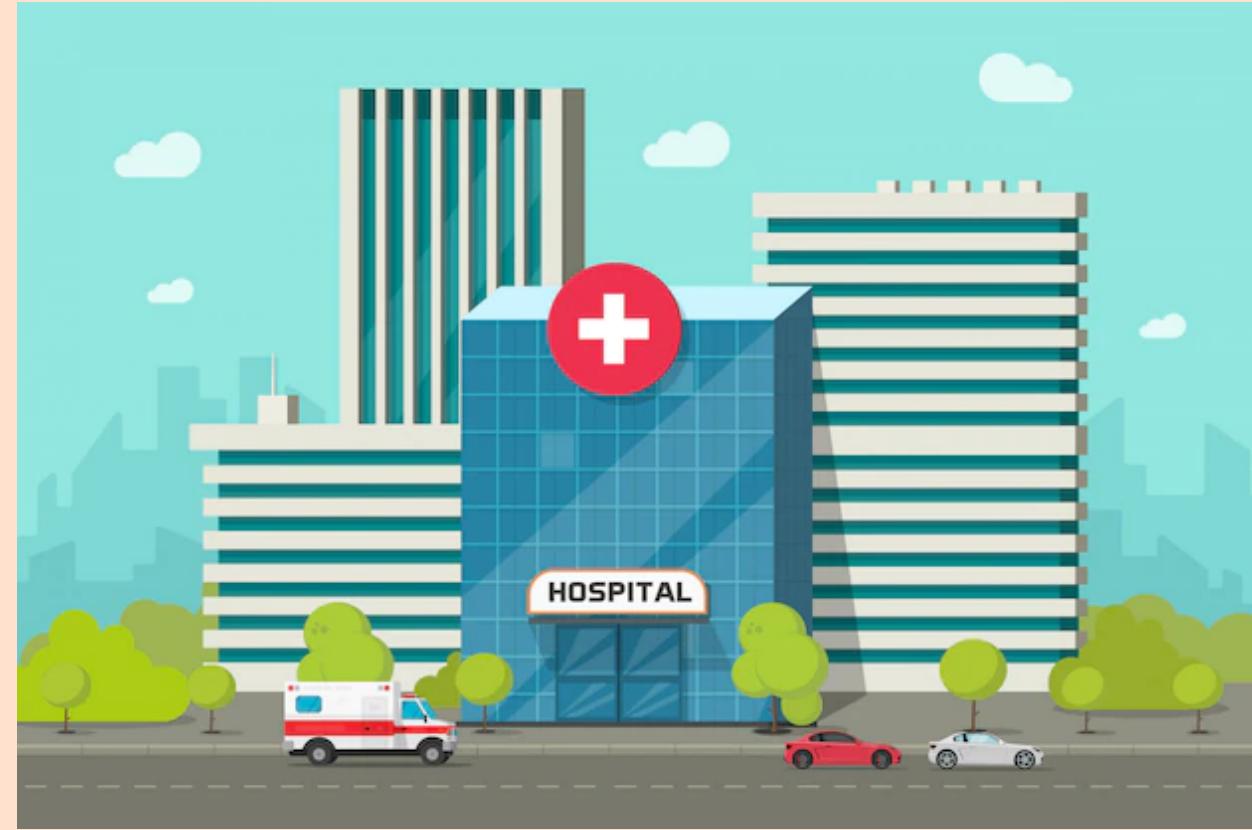
NAN KA IJANS



SAMU 192



BOMBEIROS 193



HOSPITAL REGIONAL DO OESTE- HRO
(49) 3321-6500

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Cadernos de Atenção Básica, 32)

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. BRASÍLIA : MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2016.

Canva Pro - Uma ferramenta de design gráfico online: Experimente o Canva Pro gratuitamente . Disponível em: <https://www.canva.com/q/proV2/>

Imagens do Google . Disponível em: <https://www.google.com/imghp?hl=pt-br>.



UDESC
UNIVERSIDADE
DO ESTADO DE
SANTA CATARINA

PPGENF

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
EM ENFERMAGEM

REFERANS

BRASIL. Ministério da Saúde. Atenção ao pré-natal de baixo risco. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Cadernos de Atenção Básica, 32)

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. BRASÍLIA : MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2016.

Canva Pro - Uma ferramenta de design gráfico online: Experimente o Canva Pro gratuitamente . Disponível em: <https://www.canva.com/q/proV2/>

Imagens do Google . Disponível em: <https://www.google.com/imghp?hl=pt-br>.



UDESC
UNIVERSIDADE
DO ESTADO DE
SANTA CATARINA

PPGENF

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
EM ENFERMAGEM