

GESTANTE HAITIANA: MINHA PRIMEIRA CONSULTA DE PRÉ- NATAL



Saúde da Família



AYISYEN ANSENT: PREMYE KONSILTASYON PRENATAL MWEN



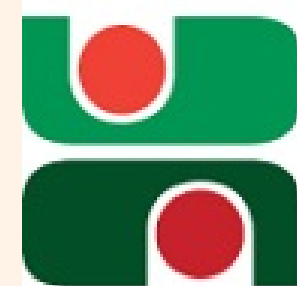
Saúde da Família



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

MÊT: 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 tibebe w 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 matènite w la.



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.

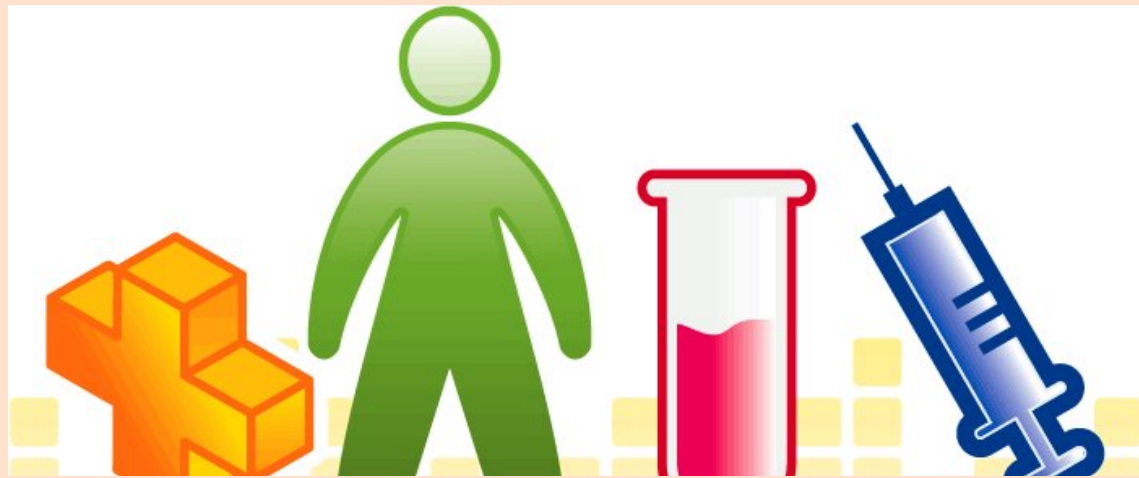
E QUANDO O RESULTADO FOR POSITIVO?



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?

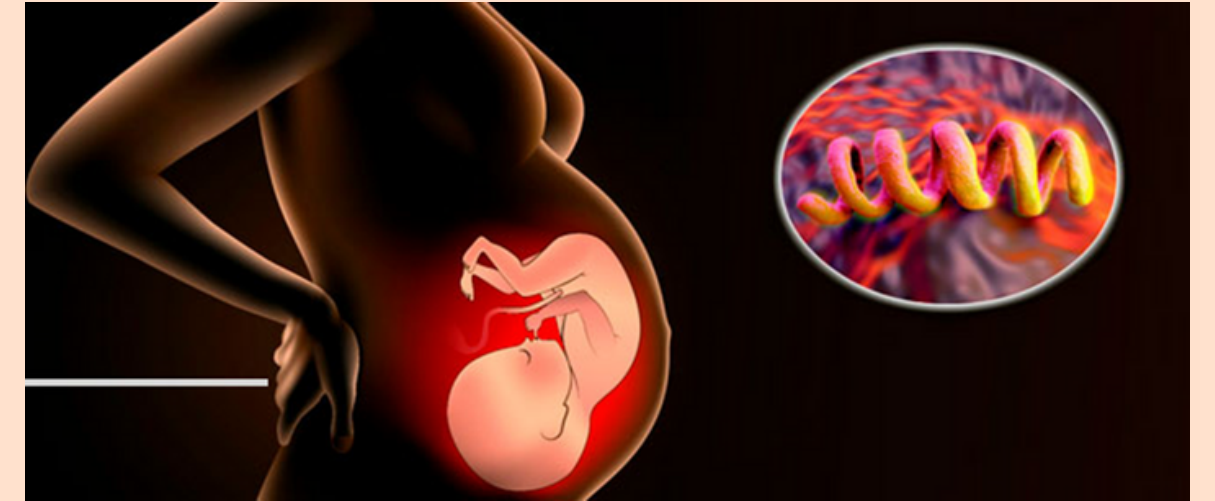
Pandan prenatal la ou pral fè tès pou Epatit B, Epatit C, Sifilis ak Sida ak Emoglobin Elektwoforèz.



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.

E SI REZILTA A BAY POZITIF?



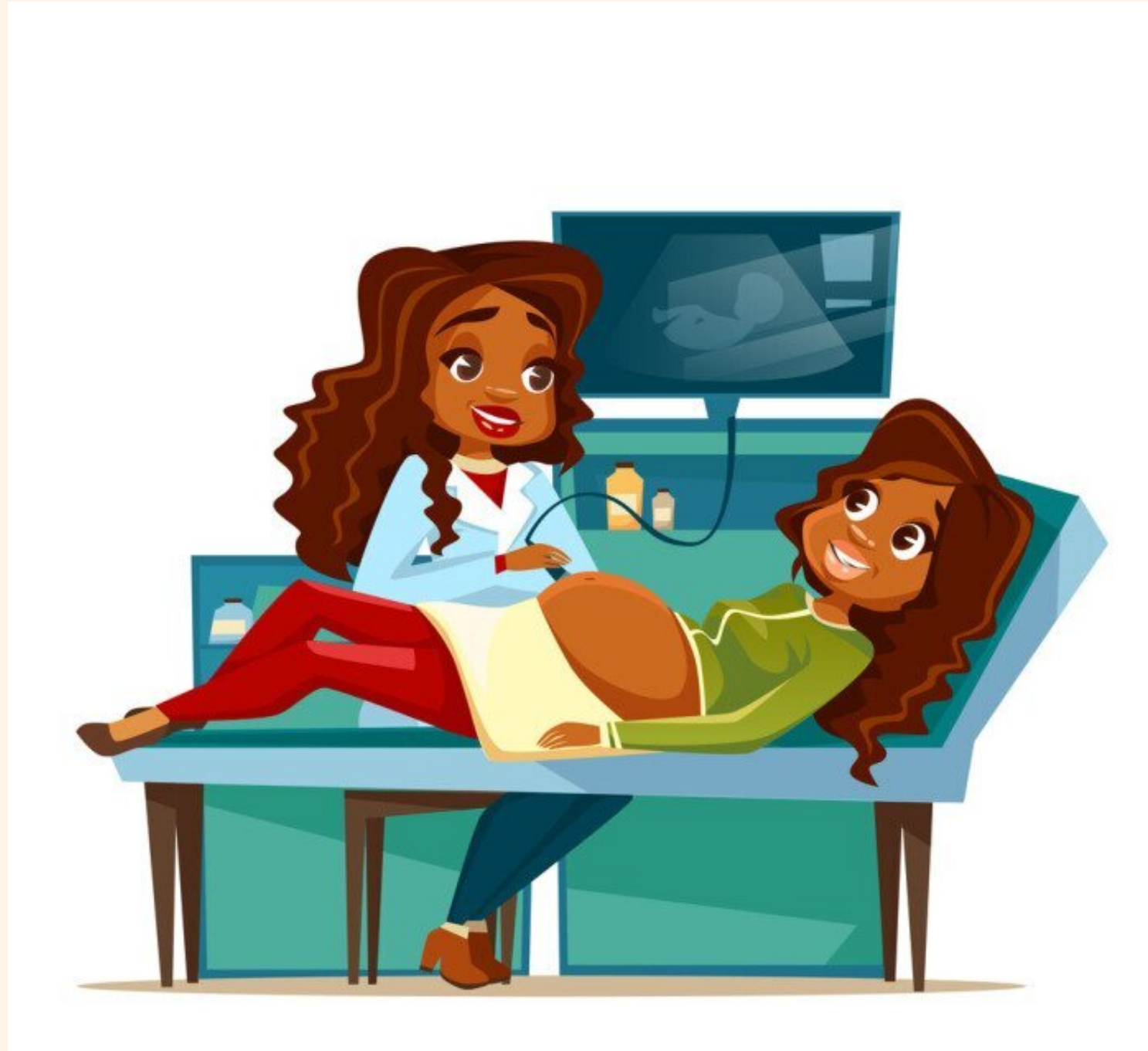
Enfimyè a pral voyew fè tretman an. Li enpòtan pou konplete tout tretman preskri yo epi mennen patnè w la pou fè tès ak tretman si sa nesesè.

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 vètebral.

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.

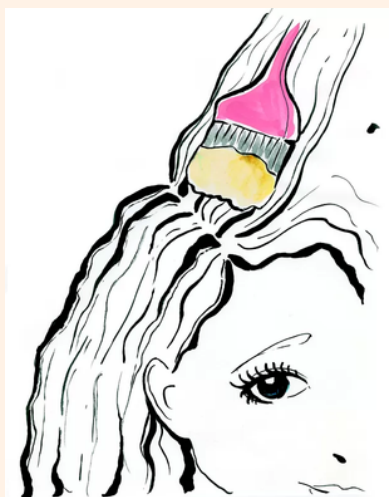
Tout fanm ansent yo ta dwe pran vaksen kont difteri, tetanòs ak koklich (dTpa) depi 20 semèn gwosès.

O QUE EVITAR NA GESTAÇÃO

Fumar



Tratamento químico nos cabelos



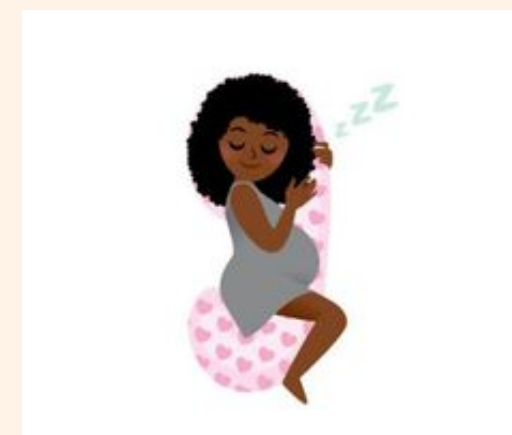
Ficar muito tempo sem se alimentar (risco de sentir náuseas, vômitos, fraqueza ou desmaio)



Ingerir bebidas alcóolicas



Deitar logo após as refeições (mal estar e azia)



Excesso de café



Consumir líquidos durante as refeições (azia)



Tomar leite no almoço



Carne crua ou mal passada



Refrigerantes e sucos industrializados



Chá preto e chá mate



Temperos industrializados

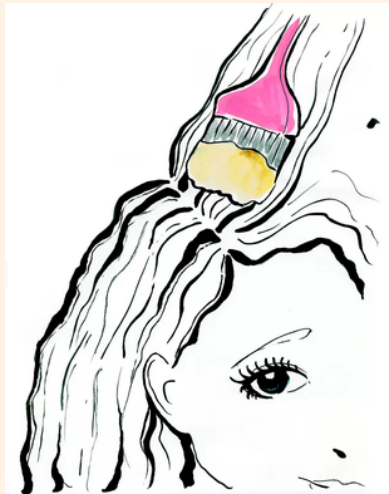


KISA POU EVITE NAN GROSSESYON

Fimen



Tretman chimik
nan cheve



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



Bwè
bwason ki
gen alkòl



Kouche
imedyatman
apre ou manje
(malèz ak
brûlures)



Bwè
twòp
kafe



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



Bwè lèt pou
manje midi



Viann kri
oubyen
mal kwit



Bwason gazez



Te nwa



Epis
endistriyalize



COMO MANTER UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA

Faça pelo menos três refeições e dois lanches saudáveis por dia



Aprecie cada refeição
Coma devagar
Mastigue bem os alimentos



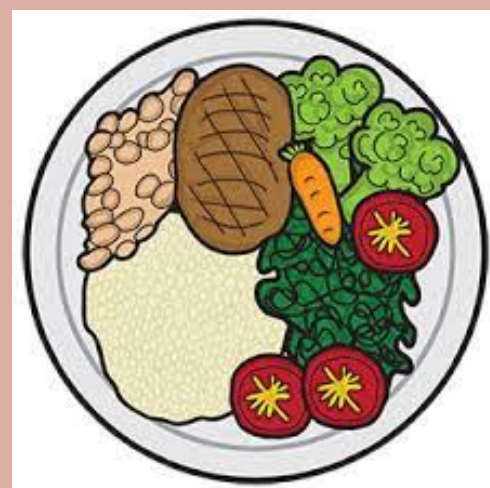
Consuma frutas, legumes e verduras



Beba pelo menos 2 litros de água por dia



Faça um prato colorido



Priorize os sucos naturais



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



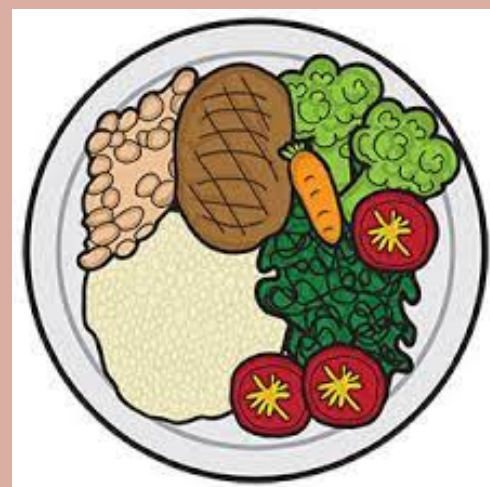
Konsome fwi ak
legim



Bwè omwen 2 lit dlo
pa jou



Manje yon pla ki
gen anpil pwoteyin



Bwè anpil ji
natirèl



Itilize epis natirèl

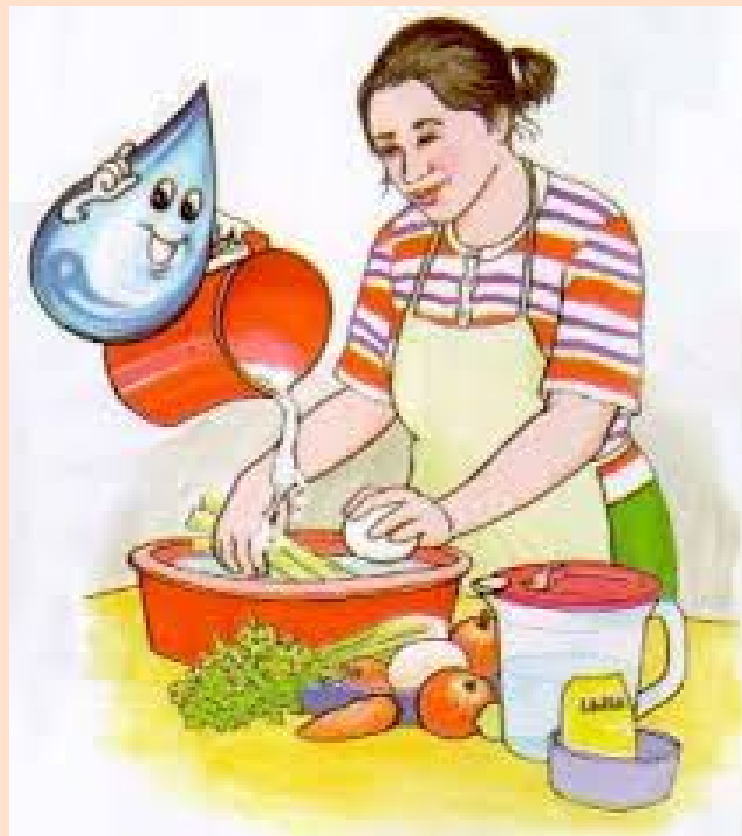


CUIDADOS COM A HIGIENIZAÇÃO DAS FRUTAS E VERDURAS

Lavar bem em água corrente

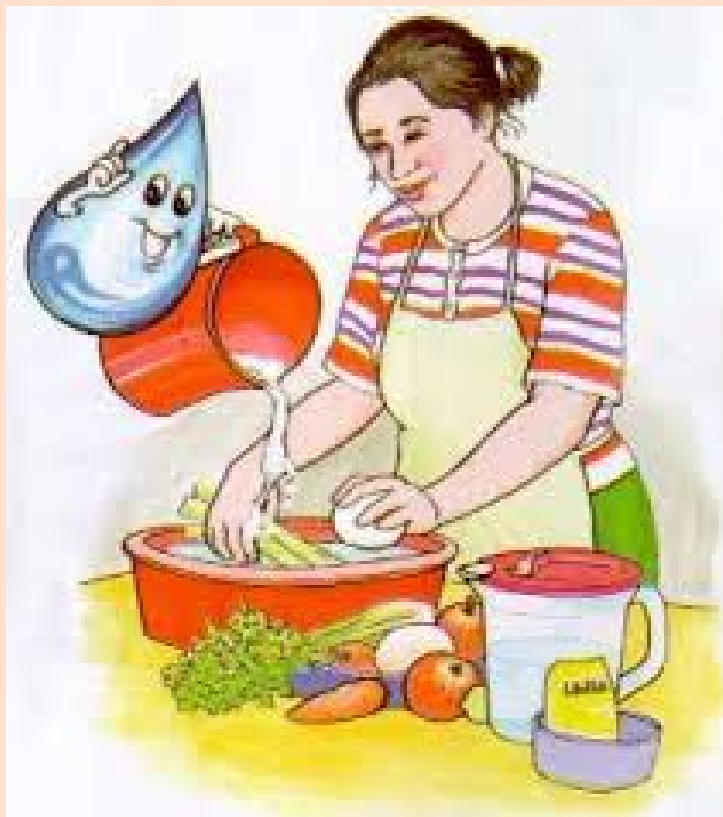
Deixar as frutas e verduras de molho por 15 minutos em água sanitária (01 colher de sopa para cada litro de água)

Após enxaguar em água corrente



SWEN AK HYJENIZASYON FWI AK LEGIM

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



Aprè rensè 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 resipyan) 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

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

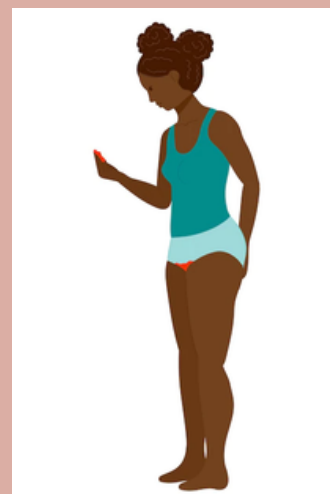


SINAIS DE ALERTA- QUANDO PROCURAR O SERVIÇO DE SAÚDE

A pressão estiver alta



Corrimento escuro
(marrom ou preto)



Dor ou ardência ao urinar



Fortes de cabeça, com a
visão embaralhada ou
enxergando estrelinhas



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



Sangramento ou perda
de líquido pela vagina



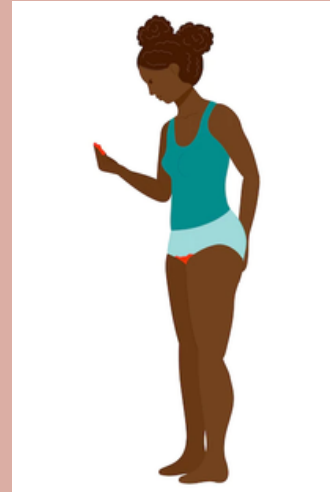
OBS: Se houver sangramento, mesmo sem dor, procure imediatamente o Hospital Regional do Oeste (HRO)

SIYAL AVÈTISMAN - LÈ POU CHÈCHE SÈVIS SANTE

Tansyon wo



Likid sal na kilòt
(mawon ou nwa)



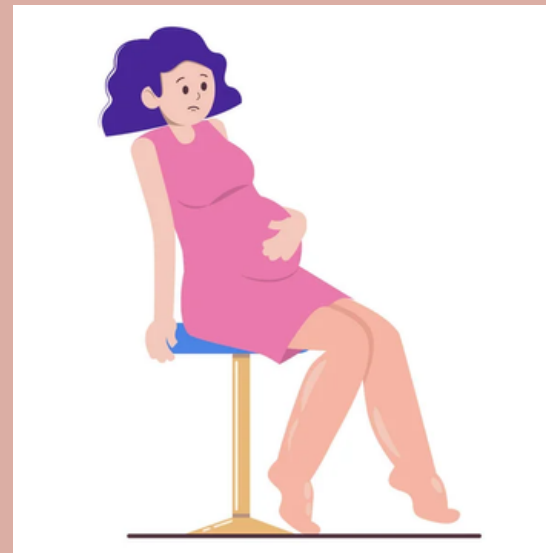
Doulè oswa boule lè wap pipi



Tèt fèmal, ak vizyon
twoub oswa tèt vire



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

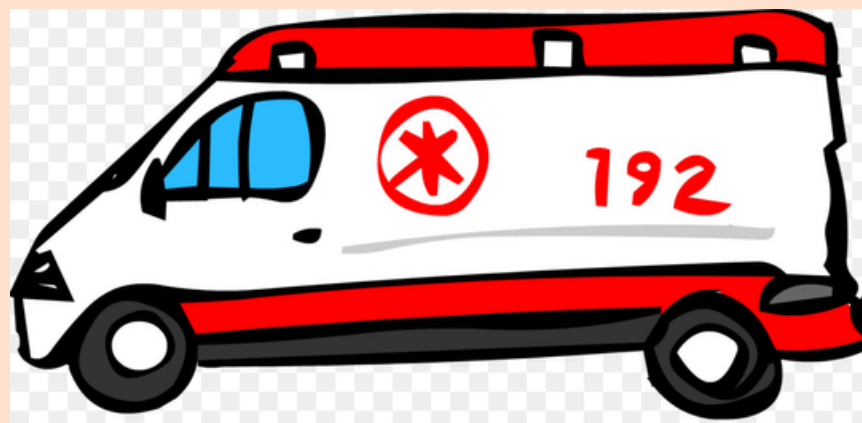


Senyen oswa flit likid
nan vajen an



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

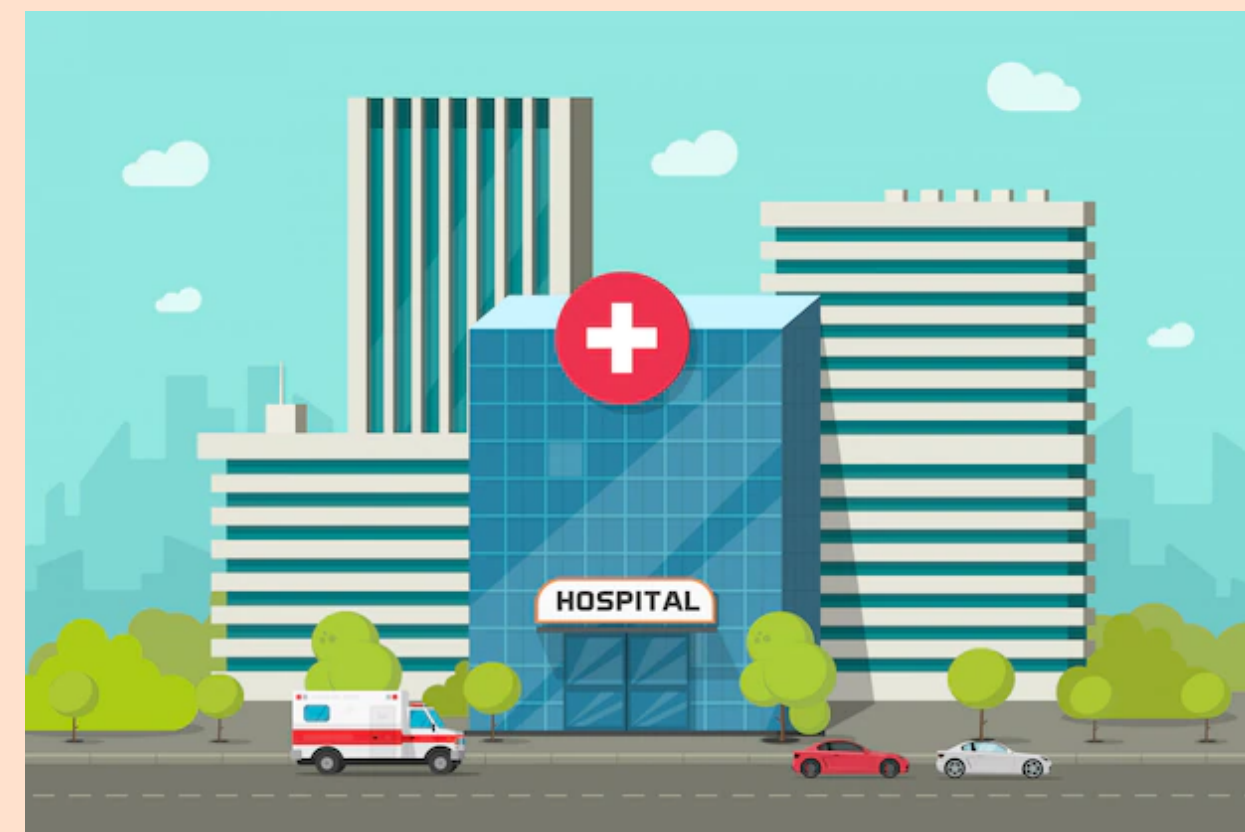
EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA



SAMU 192

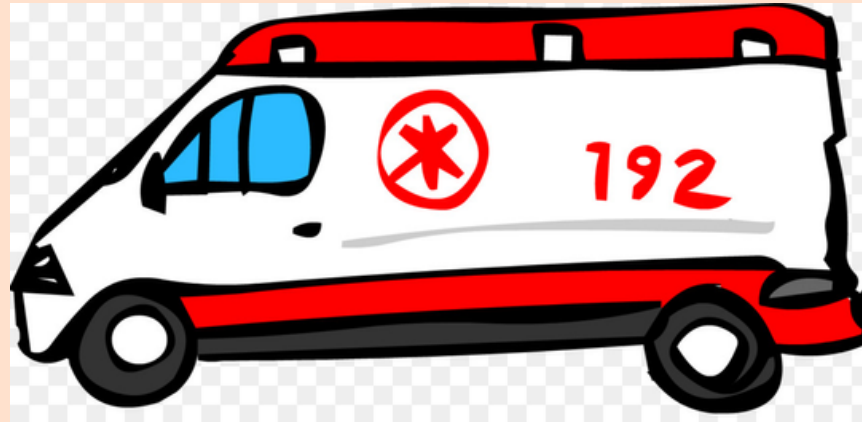


BOMBEIROS 193



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

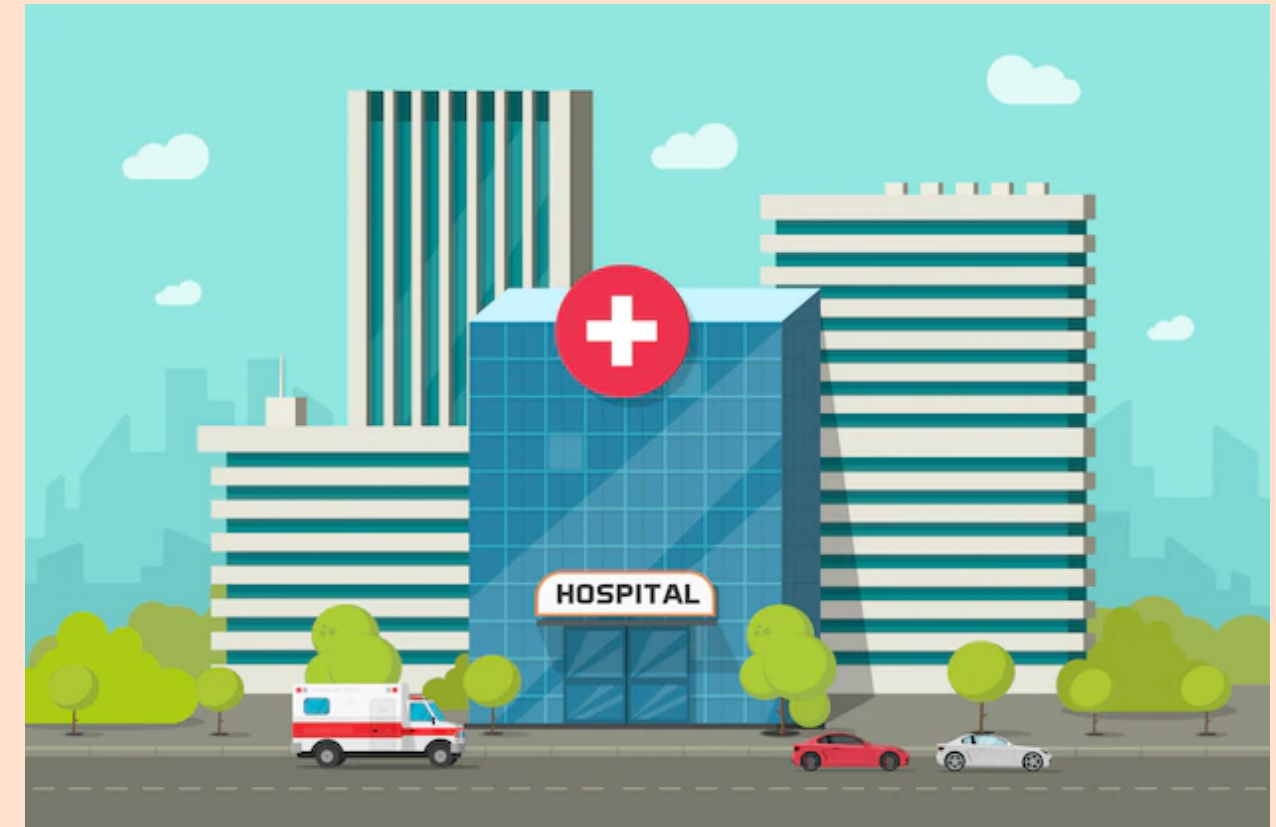
NAN KA IJANS



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>.

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>.