

# Prenatal Care

Prenatal care is the health care you get while pregnant. Schedule a prenatal visit as soon as you think that you are pregnant. These visits help you have a healthy pregnancy and can help find problems before they become serious for you or your baby. Your doctor will want to see you every 4-6 weeks for the first 6 months of pregnancy. You will need to see your doctor more often during the last three months of pregnancy.

This is a guide. If you have problems, the doctor may want to see you more often or do more tests.

## What to Expect at Your Prenatal Visits

- Your **first visit** will be your longest visit. During this visit:
  - Your height, weight and blood pressure are checked.
  - Your blood is drawn to check for diseases and low iron levels. You will be asked if you want to test for HIV.
  - You will need to give a urine sample to check for infection, sugar and protein.
  - You will be given a due date, an estimate of the day your baby will be born.
  - You will be asked questions about you, your partner, family members, and medicines and herbs you are taking.
  - Your doctor will do a physical exam including a pelvic exam with pap smear.
  - The doctor will tell you to start taking a prenatal vitamin with folic acid.
  - Make an appointment for your next visit.

# Cuidados no pré-natal

A assistência médica que você recebe durante a gravidez representa os cuidados no pré-natal. Marque uma consulta pré-natal assim que achar que está grávida. Estas consultas ajudam você a ter uma gravidez saudável e podem detectar problemas antes que se tornem graves para você ou seu bebê. Seu médico vai querer vê-la a cada 4-6 semanas nos primeiros 6 meses da gravidez. Durante os últimos três meses da gravidez você precisará se consultar com mais frequência.

Esta é uma orientação geral. Se tiver problemas, o médico poderá querer vê-la com mais frequência ou examiná-la mais vezes.

## O que esperar em suas consultas de pré-natal

- Sua **primeira consulta** será a mais demorada. Durante essa consulta:
  - Verifica-se a pressão arterial, altura e peso.
  - Você fará um exame de sangue para a detecção de possíveis doenças e baixos níveis de ferro. Se quiser, poderá fazer um teste de HIV.
  - Você precisará levar uma amostra de urina para verificar se tem alguma infecção e analisar as taxas de açúcar e proteínas.
  - Você saberá a data estimada em que seu bebê vai nascer.
  - Serão feitas perguntas sobre você, seu parceiro, membros da família e sobre remédios e ervas que toma no momento.
  - Você será submetida a um exame físico pelo médico, incluindo o exame pélvico com esfregaço de Papanicolau.
  - O médico pedirá para que comece a tomar uma vitamina pré-natal com ácido fólico.
  - Marque uma data para a próxima consulta.

- **At all prenatal visits:**
  - Your blood pressure, weight, urine, and general health are checked.
  - Your baby’s heart rate and growth are checked.
  - Other tests such as a blood test or an ultrasound may be done.
  - **Ask questions and share any concerns about yourself and your baby.**
  
- **Tests**

You may have the following tests:

  - **Blood tests** to check for:
    - Blood type
    - Iron level
    - Syphilis
    - Hepatitis B
    - Rubella
    - Alpha-fetoprotein (AFP) test—This test checks for an increased risk of some types of birth defects in your baby. It is done between 15 to 20 weeks of pregnancy. If the test result is high, more testing will be done.
    - Rh factor test—This test checks to see if you are Rh positive or negative.
    - HIV—All women should consider getting a blood test to check for HIV. Mothers can pass this infection to their babies during pregnancy, labor and breastfeeding. Test results are confidential.
    - Sickle cell anemia

- **Em todas as consultas pré-natal:**
  - Verifica-se peso, pressão arterial, urina e saúde geral.
  - Verifica-se o crescimento e a frequência cardíaca de seu bebê.
  - Podem ser feitos outros exames como de sangue ou ultra-som.
  - **Faça perguntas e exponha qualquer preocupação que tiver em relação a você mesma e ao bebê.**
  
- **Exames**

Você poderá fazer os seguintes exames:

  - **Exames de sangue** para verificar:
    - Tipo sanguíneo
    - Nível de ferro
    - Sífilis
    - Hepatite B
    - Rubéola
    - Teste de Alfa Feto Proteína (AFP)—Este teste verifica se há grande risco de alguns tipos de defeitos congênitos em seu bebê. Ele é feito no período entre a 15ª e a 20ª semana de gravidez. Se o resultado do teste for elevado, serão feitos outros testes.
    - Teste de fator Rh—Este teste verifica se você é Rh positivo ou Rh negativo.
    - HIV—Todas as mulheres devem pensar em fazer um exame de sangue para verificar se estão contaminadas com o vírus HIV. As mães podem passar esta infecção para seus bebês durante a gravidez, trabalho de parto e amamentação. Os resultados do exame são confidenciais.
    - Anemia de células falciformes

— **Ultrasound**

You will have at least 1 ultrasound during your pregnancy. Your doctor may want to do more ultrasounds to check your baby's growth or condition.

— **Amniocentesis**

This test checks for genetic diseases and is often done between 15 and 18 weeks of pregnancy. The doctor puts a needle through the woman's abdomen to remove a small amount of amniotic fluid. The fluid is sent to a lab for testing.

— **Glucose tolerance test (GTT)**

Between 24 and 28 weeks of pregnancy, you will be tested for high blood sugar in pregnancy, called gestational diabetes. You will be given a sweet soda to drink and then samples of your blood will be taken.

— **Non-stress test**

This test records your baby's heart rate on a special machine. This test is painless and involves putting patches on your abdomen.

At anytime during your pregnancy, call your doctor **right away** if:

- Your membranes or bag of water break or leak.
- You have any vaginal bleeding.
- You have cramping or contractions that occur more than 4-6 times in an hour.

— **Ultra-som**

Durante sua gravidez você fará no mínimo um exame de ultra-som. O seu médico talvez queira fazer mais exames de ultra-som para avaliar as condições e o crescimento do bebê.

— **Amniocentese**

Este exame verifica a existência de doenças genéticas e, em geral, é realizado no período entre a 15ª e a 18ª semana de gravidez. O médico introduz uma agulha no abdome da mulher para retirar uma pequena quantidade do líquido amniótico. O líquido é enviado para análise em laboratório.

— **Teste de Tolerância à Glicose (TTG)**

No período entre a 24ª e a 28ª semana de gravidez, você será submetida a um exame para a detecção de taxa elevada de açúcar no sangue, denominado diabetes da gestação. Você tomará um refrigerante doce e depois serão retiradas amostras de seu sangue para análise.

— **Teste sem estresse**

Este teste registra a frequência cardíaca de seu bebê em um equipamento especial. É indolor e envolve a colocação de eletrodos em seu abdome.

Em qualquer momento de sua gravidez, ligue **imediatamente** para o seu médico caso:

- Suas membranas ou bolsa de líquido amniótico se rompam ou vazem.
- Você tenha algum sangramento vaginal.
- Você tenha cólicas ou contrações que ocorram mais de 4 a 6 vezes em uma hora.

4/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).