

**Secretaria Municipal de Saúde**  
**Centro de Saúde da Mulher**

**Como grávidas podem se prevenir do Coronavírus ?**

Para as mulheres que não correm o risco de contaminação, principalmente por não terem tido nenhum contato com pessoas diagnosticadas com coronavírus ou que têm a suspeita da doença, os cuidados necessários básicos são:

- 1- A primeira medida a ser tomada deve ser evitar o contato com pessoas que apresentam algum tipo de infecção respiratória aguda;
- 2- Evitar aglomerações;
- 3- Evitar contato com pessoas febris;
- 4- Considerar que a higienização das mãos, evitar contato das mãos com boca, nariz ou olhos são as medidas mais importantes.
- 5- Entretanto, caso aconteça a proximidade, é importante que as mãos sejam lavadas por, pelo menos 20 segundos;
- 6- A medida de higiene das mãos também é indicada sempre que houver a saída para o meio público e antes de se alimentar. Não tem água e sabão? Use álcool em gel;
- 7- Também é preciso estar atenta ao ato de limpar as mãos após tossir ou espirrar, usar lenço descartável para higiene nasal e não esquecer da etiqueta respiratória, ato de usar a dobra do braço para cobrir as vias nasais ao tossir ou espirrar em vez das mãos.
- 8- Evitar contato com qualquer secreção, não esqueça de não compartilhar itens de uso pessoal, como talheres, pratos, copos ou garrafas.
- 9- Já para as grávidas que forem colocadas como “caso suspeito”, elas deverão usar máscaras de proteção e quem atendê-las deverá estar equipado com “máscara, luvas, óculos e avental”, como protocolo;
- 10- Se a gestante for realmente diagnosticada com o coronavírus, ela mostrará sintomas semelhantes aos de quem foi diagnosticado com pneumonia causada pelo H1N1 e outras bactérias atípicas.
- 11- Por isso, o tratamento indicado será parecido com o dessas doenças, dependendo do grau de sintomas apresentado pela paciente e com atenção para os sinais diferentes que surgirem.
- 12- Até o momento, não há nenhuma informação sobre o potencial do COVID-19 para causar algum tipo de malformações, mas é importante que a gestante seja protegida. "Com o tempo, será possível assumir informações deste tipo com segurança;
- 13- A amamentação pode ser mantida para puérperas em bom estado geral, utilizando máscaras de proteção e higienização prévia das mãos”.

## **Secretaria Municipal de Saúde**

### **Centro de Saúde da Mulher**

14- Não adianta automedicação, nem com suplementos vitamínicos nem outros medicamentos “A gestante só pode consumir suplementos e medicamentos sob restrita orientação médica, porque podem ter problemas graves”.

15- E, em casos de suspeita de qualquer doença ou contaminação, é imprescindível procurar um serviço de saúde, imediatamente