

## CUIDADOS PRÉ CONCEPCIONAIS

As consultas de planeamento familiar constituem momentos privilegiados para a prestação de cuidados pré-concepcionais, com vista a uma futura gravidez, conforme é preconizado na CN nº 2/DSMIA de 16/01/06, da qual se transcrevem os seguintes procedimentos:

### DETERMINAR

- *De forma sistemática o risco concepcional, em particular o risco genético, através da história reprodutiva, médica e familiar*
- *Os possíveis efeitos da gravidez sobre as condições médicas existentes, quer do ponto de vista materno quer fetal, e introduzir as modificações convenientes, orientando de acordo com os riscos identificados, com recurso aos cuidados diferenciados, sempre que necessário.*

### EFFECTUAR:

- *A determinação do grupo sanguíneo e factor Rh*
- *O rastreio das hemoglobinopatias, de acordo com a CN nº 18/DSMIA/2004*
- *A determinação da imunidade à rubéola e a vacinação, sempre que necessário*
- *A determinação do estado de portador de hepatite B e a vacinação, de acordo com o PNV 2006 – CN nº 8/DT/2005 de 21 de Dezembro*
- *A vacinação anti-tetânica de acordo com o PNV 2006*
- *O rastreio da toxoplasmose, da sífilis, da infecção por VIH e por Citomegalovírus (CMV)*
- *O rastreio do cancro do colo do útero, se o anterior foi efectuado há mais de um ano*
- *Outros testes laboratoriais, sempre que indicado.*

*Os dados devem ser registados no local próprio do Boletim de Saúde Reprodutiva/Planeamento Familiar e, posteriormente, transferidos para o Boletim de Saúde da Grávida.*

### DISCUTIR

- *O espaçamento recomendado entre os nascimentos, incluindo as questões relativas ao uso dos contraceptivos e à sua interrupção*
- *As possíveis consequências para o feto da ocorrência na gravidez de uma infecção de transmissão sexual e a importância da adopção de comportamentos seguros pelo homem e pela mulher*
- *O estado nutricional, hábitos alimentares e estilos de vida*
- *Os aspectos psicológicos, familiares, sociais e financeiros relacionados com a preparação da gravidez*
- *As vantagens da vigilância pré-natal precoce e continuada.*

## RECOMENDAR

- *O registo do calendário das menstruações*
- *A suplementação com ácido fólico a iniciar pelo menos dois meses antes da data de interrupção do método contraceptivo*
- *A realização, pelo futuro pai, do rastreio da sífilis, da infeção por VIH e do estado de portador de hepatite B.*

## PROGRAMAR

- *O acompanhamento das situações de risco em estreita colaboração com o Hospital de Apoio Perinatal.*

## INFORMAR

- *Dos potenciais riscos da gravidez sobre a doença crónica em causa, dos eventuais efeitos negativos desta, ou da terapêutica utilizada, sobre o feto e das medidas que podem ser implementadas para obviar estes riscos, designadamente, com o envio atempado à consulta pré-concepcional de referência.*

*Todos/as utentes da consulta de planeamento familiar devem estar informados sobre a importância da programação de uma gravidez. Ênfase especial deve ser dado, às mulheres com patologia crónica (HTA, DM I e II, epilepsia, asma e doenças auto-imunes, entre outras), em que a pré-concepção deve ser entendida, pelas próprias, como indispensável*

*Nenhuma mulher que pretenda engravidar, deve interromper o uso do método contraceptivo que o casal utiliza, sem que sejam postos em prática os procedimentos anteriormente citados*