Gravidez de baixo risco

Trim.	Semana	Consultas	Análises e Exames	Ecografias	Notas
Pré-concecional		Consulta para avaliação pré-concecional	Análises Pré-concecionais Citologia se em falta	Apenas se queixas específicas	Ponderar inicio de suplementação Consulta de cessação tabágica
1º	4	1ª consulta até às 12 semanas	Análises do 1ºT Até às 12s+6d Citologia *se em falta*;		**Teste de gravidez positivo**
	5				Pensar no seguimento (privado, público ou articulado) Entrega de Boletim da Grávida (>8 semanas) Iniciar suplementação com ácido fólico 400ug Falar sobre rastreio combinado do 1º trimestre Pedido de isenção de taxas moderadoras Abono pré natal.
	6				
	7				
	8				
	9				
	10				
	11			Eco 1º Trimestre Entre as 11 e as 13s+6 dias	Ajuste da idade gestacional e previsão de data de parto Rastreio combinado do 1º trimestre
	12				
2º	13				
	14	2ª consulta Entre as 14 e 16+6			Cheque dentista e documento para abono pré-natal Monitorizar altura do fundo uterino + Frequência Cardíaca Fetal Ponderar acompanhamento com Doula
	15				
	16				
	17				
	18		Serologia da Rubeola se não imune Entre as 18 e 20s		
	19				
	20				
	21	3ª consulta Antes das 24		Eco 2º Trimestre Entre as 20 e as 22s+6 dias	Informação e programação da profilaxia da isoimunização das grávidas Rh- Referenciação para curso de parto e parentalidade Vacinação do tétano e difteria (se aplicável) Monitorizar altura do fundo uterino + Frequência Cardíaca Fetal
	22				
	23				
	24		Análises 2ºT Entre as 24 e 28s Inclui PTGO (Teste da Diabetes)		
	25				Vacinação tosse convulsa entre as 20-36
	26				
3º	27	4ª consulta Entre as 27 e 30+6			Falar sobre aleitamento materno - Dúvidas, recursos; Imunoglobulina Anti-D se Tipo de **Sangue Rh-** com um **Pai Rh+** (Semana 28) Monitorizar altura do fundo uterino + Frequência Cardíaca Fetal Ponderar Fisioterapia do Pavimento Pélvico
	28				
	29				
	30			Eco 3º Trimestre Entre as 30 e as 32s+6 dias	
	31				Pensar na Licença de Parentalidade
	32		Análises 3ºT Entre as 32 e 34s		
	33				
	34	5ª consulta Entre as 34 e 35+6			
	35		Colheita de Streptococcus (Zaragatoa) Entre as 35 e 37s		
	36	6ª consulta Entre as 36 e 38+6			Preparação para o parto (conhecer sinais de alarme) Quando ir para a maternidade Recursos da comunidade Detalhes finais para chegada do bebé
	37				
	38			CTG	
	39				
	40	**7ª consulta**			**Data Prevista de Parto** às 40 semanas (+ ou - 2 semanas)
	41				
	42				
Pós-Parto		**Consulta de revisão do puerpério**			Saúde Mental dos Pais (!!) Recursos e apoios disponíveis Licença de parentalidade Fisioterapia Pélvica - Pós Parto