



Você é quem melhor conhece o seu corpo.

Se você apresentar algum sintoma que pareça incomum ou que esteja preocupando, não o ignore.

HEAR
OUÇA AS
PREOCUPAÇÕES DELA

Aprenda sobre os sinais de alerta urgentes e como conversar com o seu médico.

Se você está grávida ou deu à luz no último ano, é importante conversar com o seu médico sobre qualquer coisa que não esteja bem.

Se você apresentar qualquer um desses sinais de alerta, procure assistência médica imediatamente:

- Dor de cabeça severa que não passa ou que piora com o tempo
- Tontura ou desmaio
- Pensamentos de fazer mal a si mesma ou ao bebê
- Alterações na visão
- Febre de 38 °C ou mais alta
- Inchaço extremo das mãos ou do rosto
- Problemas para respirar
- Dor no peito ou frequência cardíaca rápida
- Náusea severa e vômito (*diferente do enjoo matinal*)
- Dor severa na barriga que não passa
- O movimento do bebê parou ou ficou reduzido durante a gravidez
- Sangramento vaginal ou perda de líquido durante a gravidez
- Sangramento ou secreção vaginal intensos com mau cheiro depois da gravidez
- Inchaço, vermelhidão ou dor na perna
- Cansaço excessivo

Saiba mais sobre a campanha "Ouça ela" do CDC em www.cdc.gov/HearHer.

Use o guia a seguir para ajudar a iniciar a conversa:

- Obrigada por me atender. Eu estou grávida/estive grávida recentemente. A data da minha última menstruação/do parto foi _____, eu estou muito preocupada em relação à minha saúde e gostaria de conversar com você.
- Tenho tido _____ (sintomas) que parecem _____ (descreva em detalhes) e que já duram há _____ (número de horas/dias).
- Eu conheço o meu corpo e isso não parece ser normal.

Exemplos de perguntas a serem feitas:

- O que esses sintomas podem significar?
- Tem algum exame que eu possa fazer para descartar um problema mais grave?
- Qual é o critério para eu considerar ir ao pronto-socorro ou ligar para a emergência?

Observações:

Dicas:

- Leve com você esse início de conversa e todas as outras dúvidas que queira tirar com seu médico.
- Lembre-se de informá-lo que você está grávida ou esteve grávida no último ano.
- Informe ao médico ou enfermeiro todos os medicamentos que você está tomando atualmente ou que tomou recentemente.
- Anote e faça mais perguntas sobre qualquer coisa que não tenha entendido.