

**CETPS – Centro de Ensino Técnico Profissionalizante e Superior**  
**Curso Técnico de Enfermagem**  
**Disciplina: Enfermagem Materno-Infantil**

# **DESCONFORTOS NA GRAVIDEZ**



**Prof<sup>a</sup>. Enf<sup>a</sup> Josilene Castro Teixeira**



# DESCONFORTOS RELACIONADOS AOS SISTEMAS DO ORGANISMO HUMANO

- SISTEMA GASTRINTESTINAL;
- SISTEMA NERVOSO;
- SISTEMA RESPIRATÓRIO;
- SISTEMA MUSCULAR;
- SISTEMA CIRCULATÓRIO;
- SISTEMA URINÁRIO;
- SISTEMA REPRODUTOR E
- SISTEMA TEGUMENTAR

# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Prisão de ventre ou constipação intestinal

### ➤ Causas comuns:

- \_ Progesterona;
- \_ Tamanho do útero.

### ➤ Tratamento;

- \_ Evitar excesso de Carboidratos e lipídios.

Fruits and  
Vegetables



# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Dor abdominal, cólicas e flatulência

### ➤ Orientações a gestante:

- \_ Certificar que não é contração uterina;
- \_ Alimentação adequada;
- \_ Exercícios físicos;
- \_ Aumento do Consumo de água.



# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Hemorróidas

### ➤ Causa comum:

- \_ Deslocamento do int. grosso
- \_ Aumento da pressão nas veias

### ➤ Orientações a gestante:

- \_ Alimentação;
- \_ Higiene perianal;
- \_ Banhos de vapor.

# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Sialorréia

✦ Causa comum:

\_ Glândulas salivares

✦ Orientações a gestante:

\_ Explicar o sintoma;

\_ Alimentação = náuseas e vômitos;

\_ Deglutição da saliva.

# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Perversão do apetite

### ➤ Causas comuns:

- \_ Crendice popular
- \_ Problemas psíquicos

### ➤ Orientações a gestante:

- \_ Desmistificação;
- \_ Conversas.

# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Pírose (azia)

### ➤ Causas comuns:

- \_ Aumento dos níveis de progesterona
- \_ Diminuição o tônus e motilidade gástricos

### ➤ Orientações a gestante:

- \_ Alimentação fracionada;
- \_ Deambulação;
- \_ Reduzir a ingestão de líquidos.

### ➤ Evitar:

- \_ Alimentos q irrirem a mucosa gástrica.

# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Náuseas e Êmese

### ➤ Causas comuns:

- \_ Autos níveis de hCG;
- \_ Refluxo e alterações metabólicas.

### ➤ Orientações a gestante:

- \_ Afastar- se de aromas q provocam náuseas;
- \_ Evitar pratos gordurosos;
- \_ Não dormir de estômago cheio.

# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Hiperemese

- O que é?
  - \_ Exacerbação da êmese gravídica.
- Diagnóstico
- Conduta/Orientações



# SISTEMA NERVOSO

## Tonturas, vertigens, fraquezas e desmaios

### ➤ Causas comuns:

- \_ Crises lipotímicas;
- \_ baixa pressão sanguínea.

### ➤ Orientações a gestante:

- \_ Não fazer mudanças bruscas de posição;
- \_ Evitar jejum prolongado.



# SISTEMA RESPIRATÓRIO

Falta de ar, dificuldade p/respirar e cansaço

➤ Causas comuns:

- \_ > do útero;
- \_ Ansiedade da gestante.

➤ Orientações a gestante:

- \_ Ouvir a gestante;
- \_ Estar atento p/ sintoma cardiopulmonar.



# Sistema muscular

## Cãimbras

### ➤ Causa comum:

- \_ Hipocalcemia: Diminuição de cálcio no sangue;
- \_ Hipocaliemia.

### ➤ Orientação a gestante:

- \_ Massagem muscular;
- \_ > consumo de potássio, cálcio e vit. B1

# SISTEMA CARDIOVASCULAR

## Palpitações

### ✦ Causas comuns:

- \_ Cansaço cardíaco
- \_ Alterações de posição do coração

### ✦ Orientação a gestante:

- \_ Repouso;
- \_ Dieta.



# SISTEMA REPRODUTOR

## Dor, formigamento, latejos nas mamas

### ➤ Causas comuns:

— > dos níveis de estrogênio e progesterona

### ➤ Orientações a gestante:

— Uso de sutiã;

— Orientar o preparo das mamas p/ amamentação.

# SISTEMA ESQUELÉTICO

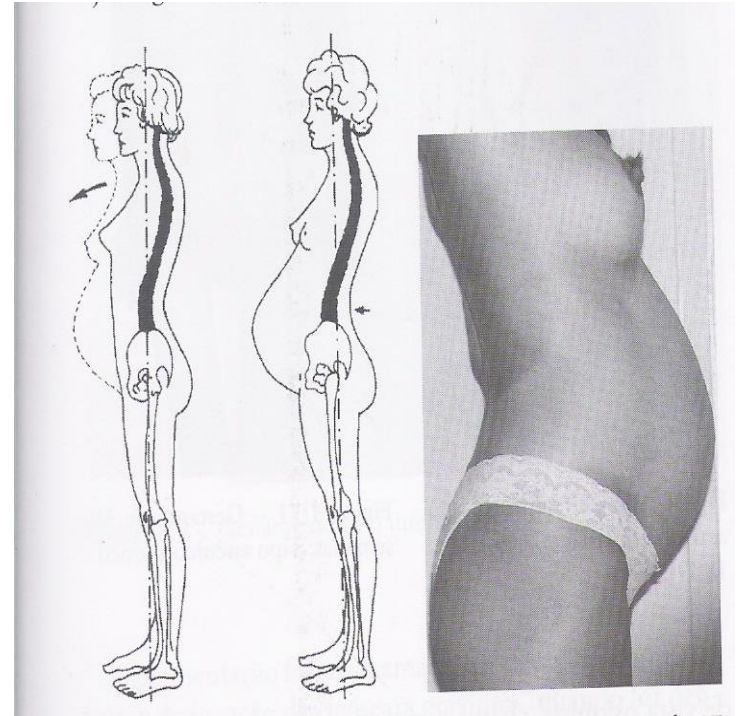
## lombalgia

### ➤ Causas comuns:

- \_ > do útero inclinando a pelve;
- \_ > das mamas puxando os ombros p/ frente

### ➤ Orientações a gestante:

- \_ Correção da postura;
- \_ Aplicação de calor local;
- \_ Uso de sapatos e sandálias confortáveis.





# SISTEMA NERVOSO

## Cefaléia

- Orientação a gestante:
  - \_ Afastar a hipertensão arterial;
  - \_ Conversar com a gestante;
  - \_ Eventualmente, prescrever analgésico (enfermeiro ou médico.)

# SISTEMA GASTRINTESTINAL

## Sangramento nas gengívas

➤ Causas comuns:

\_ Gengivas edemaciadas;

➤ Orientação a gestante:

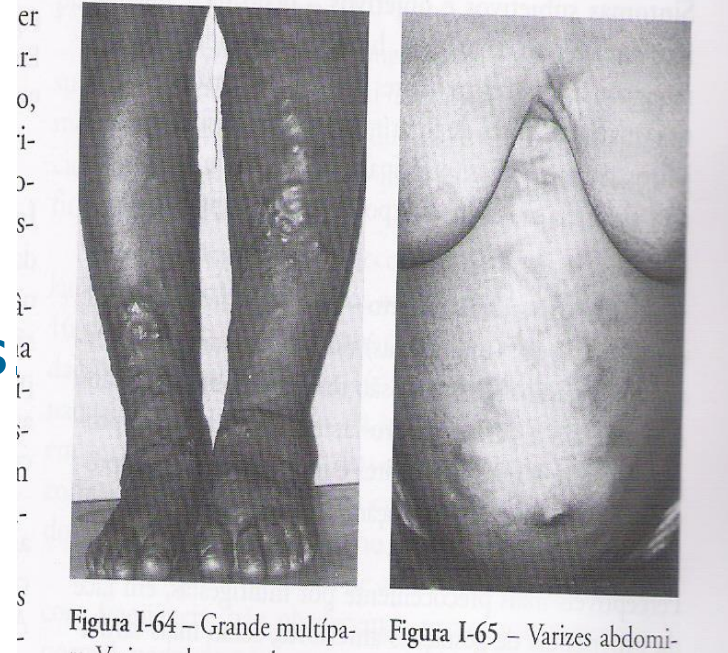
\_ Recomendar escova de dente macia;

\_ Agendar atendimento odontológico

# SISTEMA CIRCULATÓRIO

## Varizes

- Causas comuns:
  - \_ Aumento de peso;
  - \_ Uso de saltos altos inadequados
  
- Orientação a gestante:
  - \_ Não ficar muito tempo em pé;
  - \_ Não usar roupas muito justas.



# SISTEMA TEGUMENTAR

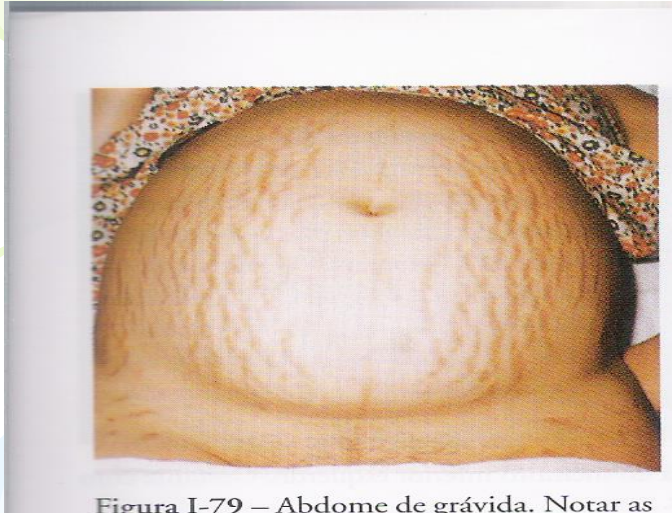


Figura I-79 – Abdome de grávida. Notar as

Estrias



- ✦ Causas comuns:
  - \_ Ganho ponderal;
  - \_ Ação de hormônios.
- ✦ Orientação a gestante:
  - \_ Fazer massagens locais;
  - \_ Utilizar substâncias oleosas.

# SISTEMA TEGUMENTAR

## Cloasma gravídico (manchas no rosto)

### ➤ Causas comuns:

- \_ Hormônios

### ➤ Orientação a gestante:

- \_ Explicar que é comum na gravidez;
- \_ Não exposição ao sol;
- \_ Uso de filtro solar.

