



DOENÇAS INFECTO-CONTAGIOSAS

RUBÉOLA

A Rubéola é uma doença infecciosa e contagiosa. Nos primeiros meses de gravidez esta doença pode provocar malformações no bebé, podendo ser muito grave.

Se já teve esta doença ou foi vacinada fica definitivamente imunizada e deixa de haver perigo de um novo contágio. Para saber se está imunizada faz-se análises de sangue.

A vacina só pode ser administrada fora do período da gravidez.

No caso de não estar imunizada deve, durante a gravidez, evitar contacto com crianças doentes.

VARICELA

A varicela é uma doença infantil bastante inofensiva mas se for contraída durante a gravidez pode ter efeitos nocivos para a criança.

A varicela pode constituir uma ameaça séria para o bebé se a mãe a contrair um pouco antes do parto ou se a criança a contrair pouco tempo depois de nascer.

No caso de não estar imunizada deve, durante a gravidez, evitar contacto com crianças com varicela.

VIH/SIDA

A SIDA (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida) é provocada pelo Vírus da Imunodeficiência Humana. Este destrói o sistema imunitário e, normalmente ao fim de alguns anos, abre caminho a uma série de doenças conhecidas pela designação de SIDA.

Se uma grávida for portadora do VIH a probabilidade de que transmita ao seu filho é de menos de 2%, desde que cumpra a terapêutica adequada.

Uma vez que o vírus da SIDA pode ser transmitido à criança através do leite materno, a Organização Mundial de Saúde recomenda às mães seropositivas, que vivam em países industrializados, que não amamentem.

HÁBITOS NOCIVOS

TABACO

O tabaco é constituído entre outras substâncias por nicotina, monóxido de carbono, Ac. Cianídrico e benzopireno (potencialmente cancerígeno). Todas estas substâncias, podem atravessar a barreira placentária atingindo níveis altos no feto. As crianças filhas de mães fumadoras podem:

- Nascer mais pequenas (com baixo peso)
- Ter um desenvolvimento mais lento
- Ter alterações do desenvolvimento intelectual
- Ter Síndrome de morte súbita
- Podem ainda ocorrer aborto, nascimento prematuro ou morte fetal

Quanto mais cedo deixar de fumar, tanto melhor para o seu bebé. Tente também convencer o seu parceiro a deixar de fumar ou, pelo menos, a não fumar na sua presença e sempre fora de casa.

Se não conseguir de todo deixar de fumar tente, pelo menos, reduzir o mais possível.

ÁLCOOL

Tal como a “nicotina”, também o álcool atravessa a placenta e chega à circulação sanguínea do seu bebé. O cérebro do bebé, por ainda não estar completamente desenvolvido, é muito mais vulnerável àquele tóxico. Beber álcool não permite o bom desenvolvimento do cérebro do bebé.

AUTO MEDICAÇÃO

Apesar da evolução dos últimos anos, ainda é desconhecido o efeito de muitos medicamentos (mesmo os de venda livre) sobre o desenvolvimento do bebê. A grávida não deve tomar qualquer medicamento que não seja receitado pelo médico. Este cuidado também se aplica aos medicamentos naturais (ervanárias)

CAFEÍNA

Desde que consumida moderadamente (2 a 3 cafés ou equivalentes de bebidas com cafeína por dia) não tem implicação conhecida no crescimento do bebê.

DROGAS

O uso de drogas durante a gravidez, como a heroína, a cocaína ou as anfetaminas, coloca em risco a vida do bebê, afeta o desenvolvimento do sistema nervoso central e aumenta a probabilidade de sofrer um aborto ou de ocorrer um parto de um nado-morto.

Poderá também acontecer um parto prematuro. O bebê, depois de nascer terá “síndrome de privação”, também conhecido por “ressaca”.

Informe o seu médico acerca do tipo e quantidade de drogas que consome, bem como desde quando tal acontece. Juntamente consigo, o médico ponderará se deve submeter-se a uma terapia de substituição de drogas ou a abstinência total.