



# PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

## Entrevista com Luciana Herrero – Preparação da mulher para a gestação

Talvez muita gente ainda não tenha pensado que os cuidados com uma gestação podem começar antes mesmo do fenômeno biológico da fecundação. Conversar, escolher o melhor momento e fazer um “check-up” antes de tentar uma gravidez podem fazer uma grande diferença para a saúde física e emocional da família que ganhará uma nova vida. Por que se preparar para a chegada do bebê? Para a pediatra Dra. Luciana Herrero, “a preparação oferece a segurança merecida, as referências necessárias, para que as mães/papais possam confiar em si mesmos, pois sabem o que esperar de cada fase”. Assim, as decisões deste período são tomadas com mais certeza e tranquilidade.



A seguir, a entrevista da enfermeira Regina Reinaldin, da coordenação nacional da Pastoral da Criança, traz mais informações sobre os exames que o casal deve realizar antes de começar a tentar a gravidez. E a psicóloga Monica Flugel Hill orienta como se preparar emocionalmente para este momento tão transformador na vida da mulher, do homem e dos familiares.

### Por que é importante o casal realizar exames antes de tentar uma gravidez?

Para ter uma gravidez sem sobressaltos, avaliar o histórico do casal quanto às doenças anteriores e as suas possíveis sequelas, que não somente dificultam a gravidez, mas também podem indicar a possibilidade de fetos mal-formados. Durante a consulta, são avaliados os medicamentos e vacinas que o casal já tomou, bem como o mapeamento de vícios que possam prejudicar a saúde. Além disso, é preciso verificar anomalias genéticas na família, episódios de aborto ou gravidez anterior.

## Quais são os principais exames que a mulher deve fazer, antes de engravidar?

O papanicolau; hemograma completo, para identificar o grupo sanguíneo, tipagem sanguínea e o fator Rh; e a glicemia, que vai permitir descartar o diabetes. Outros exames que a mulher deve fazer são: exame de sedimento urinário; reação sorológica para sífilis; reação sorológica para a rubéola, pois a rubéola provoca lesões graves no filho; também temos a sorologia para HIV, que deverá ser solicitada com consentimento do casal.

## Que exames são importantes para o homem?

Para o homem, temos o espermograma completo, que permite conhecer suas condições de fertilidade; e o hemograma completo. Também temos a tipagem sanguínea para identificar o grupo sanguíneo e o fator Rh - exame muito importante para saber quando o homem tem fator Rh positivo e a esposa tem o fator Rh negativo. O exame de sedimento urinário é importante para verificar a função renal. E, ainda, a glicemia, que permite descartar o diabetes; reação sorológica para sífilis; sorologia para hepatite B e C; e sorologia para HIV.

## Quanto tempo antes do casamento deve-se fazer esses exames?

O mais recomendável é marcar uma consulta em um período de seis a três meses antes do casamento com um ginecologista e um urologista de inteira confiança do casal.

## Onde a pessoa pode fazer esses exames pré-nupciais?

São vários os laboratórios capacitados a realizar esses exames. Para solicitar, em primeiro lugar, os noivos devem procurar um médico: consultar um clínico geral ou ginecologista. Uma visita que, por regra de bom convívio, será a dois. Uma vez que já optaram por esse tipo de convivência ao marcar o casamento: checando as dúvidas em um bate papo claro e franco com o médico.

## Quanto custa esses exames pré-nupciais?

O Sistema Único de Saúde (SUS) faz todos os exames pré-nupciais gratuitamente. Para quem depende da saúde pública, é preciso procurar uma unidade de saúde mais próxima da sua casa e conversar com a equipe de médicos da família, quando eles estiverem em sua comunidade. Se a pessoa tem um plano de saúde, basta marcar uma consulta com um médico de sua confiança.

## Hoje em dia, ainda é possível pensar nesses cuidados todos?

Sem dúvida. Eles são muito importantes. As pessoas devem compreender que ter filhos deve fazer parte de um projeto, deve ser algo muito bem pensado antes, com atitudes concretas. Por exemplo: fazer todos os exames médicos antes, porque depois, se não prevenir, só sobra lidar com as consequências.

## Regina, o que mais você destacaria sobre os cuidados para o casal se preparar para a gestação?

O diagnóstico de doenças antes da gravidez, seja no homem ou na mulher, é muito importante para que a pessoa doente receba o tratamento adequado e para que a mulher, com o uso de medicamentos apropriados, consiga evitar a transmissão de alguma doença para o filho durante a gravidez. Lembro, ainda, que a mulher, antes de ficar grávida, também tem que controlar o excesso de peso, tomar ácido fólico e ter uma alimentação e hábitos saudáveis.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.  
Programa de Rádio 1245 - 10/08/2015 – Preparação da mulher para a gestação