



PASTORAL DA CRIANÇA

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

Entrevista com Dra. Ana Lea Clementino - Gravidez de alto risco: cuidados necessários

A gravidez de alto risco pode estar relacionada a diferentes fatores, como a saúde da gestante, a idade ou condições que surgem durante a gestação.

Problemas como pressão alta, diabetes, doenças cardíacas, doenças renais ou outras condições de saúde preexistentes podem exigir um acompanhamento mais cuidadoso.

Além disso, segundo o Ministério da Saúde, gestações em adolescentes e em mulheres com mais de [35 anos](#) também merecem atenção especial, pois apresentam maior probabilidade de intercorrências e podem necessitar de um acompanhamento diferenciado.

Por isso, algumas gestantes precisam realizar consultas e exames com maior frequência do que outras. O objetivo é prevenir complicações, identificar e oferecer o tratamento necessário no momento certo e proporcionar mais segurança para a mãe e o bebê durante toda a gestação, no parto e também após o nascimento.

Para entender mais sobre a gravidez de alto risco, acompanhe a entrevista com a médica pediatra Ana Lea Clementino, integrante da equipe técnica da Pastoral da Criança.

Você pode ler o conteúdo completo abaixo ou ouvir a entrevista no player de áudio desta página.

Neste conteúdo, você vai encontrar:

- O que é considerado uma gravidez de alto risco?
- Quais sinais a gestante de alto risco deve ficar atenta?
- O que muda no pré-natal em uma gestação de alto risco?
- Quais são os principais cuidados na gravidez de alto risco?
- Como a mulher pode ajudar a prevenir uma gestação de alto risco antes mesmo de engravidar?

- Qual é a importância de tomar ácido fólico antes de engravidar?
- Como a idade da mãe influencia na gravidez?
- Por que é importante cuidar da saúde mental na gravidez de alto risco?

ENTREVISTA COM: Dra. Ana Lea Clementino, médica pediatra, integrante da equipe técnica e líder da Pastoral da Criança em Londrina, Paraná.

O que é considerado uma gravidez de alto risco?

DRA. ANA LEA:

A gravidez é considerada de alto risco quando existe uma maior chance de complicações para a mãe, para o bebê ou para ambos. Isso pode acontecer por condições em que a mulher já tinha antes de engravidar, como hipertensão, diabetes, doenças cardíacas ou doenças renais ou por situações que surgem durante a própria gestação como pressão alta, diabetes gestacional ou alterações no crescimento do bebê. Também merece atenção as gestantes muito jovens, geralmente abaixo de 15 anos e as mulheres com idade mais avançada, consideradas aquelas acima de 35 anos. É importante lembrar que uma gestação de alto risco não significa que algo ruim vai acontecer, mas sim que essa mãe precisa de um acompanhamento mais próximo para identificar e tratar qualquer problema o mais cedo possível.



Dra. Ana Lea, a que sinais a gestante de alto risco deve ficar atenta?

DRA. ANA LEA:

Toda gestante deve procurar atendimento imediatamente se apresentar sangramento vaginal, perda de líquido pela vagina, dor abdominal intensa, febre, falta de ar, dor de cabeça forte e persistente, alterações na visão, inchaço súbito do rosto e das mãos ou diminuição dos movimentos do bebê. Esses sinais podem indicar complicações importantes e eles precisam de avaliação médica rápida. Quanto mais cedo a gestante for atendida, maiores são as chances de proteger a saúde da mãe e do bebê.

Dra. Ana Lea, o que muda no pré-natal em uma gestação de alto risco?

DRA. ANA LEA:

Na gestação de alto risco o pré-natal costuma ser mais frequente e inclui avaliações adicionais conforme a necessidade de cada mulher. Muitas vezes, são solicitados mais exames laboratoriais, ultrassonografias e consultas com especialistas. O objetivo é acompanhar de perto a saúde da mãe e o desenvolvimento do bebê. Mesmo quando a gestante é encaminhada para um serviço especializado, ela continua tendo direito ao acompanhamento da Unidade Básica de Saúde. Esse cuidado compartilhado ajuda a garantir uma assistência mais completa e segura durante toda a gravidez.

Quais são os principais cuidados na gravidez de alto risco?

DRA. ANA LEA:

Além de comparecer a todas as consultas, seguir corretamente as orientações médicas, usar os medicamentos e suplementos prescritos, a mulher quando está grávida deve manter uma alimentação saudável, beber bastante água, evitar cigarro, álcool e outras drogas, além de respeitar os períodos de descanso. Também é fundamental manter as vacinas em dia e observar qualquer sinal de alerta. A participação da família faz muita diferença, oferecendo apoio emocional e ajudando a gestante a seguir o tratamento. Quanto mais organizado for esse acompanhamento, melhores tendem a ser os resultados para a mãe e para o bebê na gestação.

Como a mulher pode ajudar a prevenir uma gestação de alto risco antes mesmo de engravidar?

DRA. ANA LEA:

O ideal é que a mulher cuide da saúde antes da gravidez. Isso inclui controlar doenças como a hipertensão e diabetes, manter um peso saudável, praticar atividade física, atualizar as vacinas, parar de fumar, iniciar o uso de ácido fólico quando estiver planejando engravidar. Consultas pré-concepcionais, ou seja, feitas antes de engravidar, ajudam a identificar fatores de risco que permitem que a gravidez comece nas melhores condições possíveis. Planejar a gestação é um ato de cuidado que beneficia tanto a mãe quanto o futuro do bebê.

Qual é a importância de tomar ácido fólico antes de engravidar?

DRA. ANA LEA:

O ácido fólico é uma vitamina muito importante para a formação do cérebro e da medula espinhal do bebê. O grande detalhe é que essas estruturas começam a se formar logo nas primeiras semanas da gestação, muitas vezes antes mesmo

da mulher descobrir que está grávida. Por isso, quando a suplementação começa só após o teste positivo pode ser tarde para se obter o máximo de benefício. Então, o ácido fólico antes da gravidez reduz de forma significativa o risco de defeitos do tubo neural, como por exemplo, a espinha bífida e a anencefalia, além de contribuir para o desenvolvimento saudável do bebê. Por esse motivo, o Ministério da Saúde recomenda que toda mulher que pretende engravidar, inicie a suplementação de ácido fólico pelo menos 30 dias antes da gestação, antes de pretender engravidar, mantendo o uso até a décima segunda semana da gestação.

Dra. Ana Lea, como a idade da mãe influencia na gravidez?

DRA. ANA LEA:

A idade pode influenciar bastante. Nas adolescentes, por exemplo, especialmente abaixo dos 15 anos, existe maior risco de parto prematuro, anemia e dificuldades sociais. Estas são consequências da própria imaturidade da adolescente, que podem afetar os cuidados na gestação. Já nas mulheres com 35 anos ou mais há o aumento dos riscos de hipertensão, diabetes gestacional e algumas alterações cromossômicas do bebê. Mas é importante lembrar que muitas mulheres têm gestações saudáveis nessas idades quando recebem acompanhamento adequado. Então, o mais importante é iniciar o pré-natal cedo e seguir todas as orientações da equipe de saúde.

Por que é importante cuidar da saúde mental na gravidez de alto risco?

DRA. ANA LEA:

A saúde mental é parte fundamental do cuidado de qualquer gestação, mas principalmente no caso da gravidez de alto risco, pois a mulher se encontra mais fragilizada. Então, a ansiedade excessiva, o estresse intenso e a depressão podem dificultar o autocuidado prejudicando o sono, a alimentação e até a adesão às orientações médicas. Por isso, a gestante precisa ser acolhida, escutada e apoiada pela família, pela comunidade e pelos profissionais de saúde. A Pastoral da Criança tem um papel muito bonito nesse processo, oferecendo presença, escuta e encorajamento. Uma mulher emocionalmente amparada costuma enfrentar melhor os desafios da gravidez e se preparar com mais tranquilidade para a chegada do bebê.



(MENSAGEM) Maria Inês Monteiro de Freitas, coordenadora nacional da Pastoral da Criança.

Maria Inês, como a Pastoral da Criança lida com essa questão da gravidez de alto risco?

MARIA INÊS:

A prevenção e a orientação são essenciais quando falamos em gravidez de alto risco. Manter hábitos saudáveis, como uma alimentação equilibrada, evitar o uso de álcool e cigarro, controlar doenças pré-existentes e seguir corretamente as recomendações dos profissionais de saúde contribuem muito para reduzir complicações durante a gravidez. Além disso, o apoio da família e o acesso à informação de qualidade ajudam a gestante a viver esse período com mais tranquilidade, fortalecendo o cuidado integral com a vida desde o início. Nesse caminho de cuidado e atenção, a Pastoral da Criança exerce um papel importante ao orientar gestantes e famílias, promovendo a prevenção e o acompanhamento responsável. Por meio de visitas domiciliares e ações comunitárias, seus líderes incentivam o pré-natal, a adoção de hábitos saudáveis e a busca por atendimento de saúde sempre que necessário. Assim, a Pastoral da Criança se torna presença de apoio, acolhimento e esperança, contribuindo para a proteção da vida desde o ventre materno.

(TESTEMUNHO) Maria de Fátima do Nascimento, líder da Pastoral da Criança, da paróquia São Sebastião – Gramacho, Duque de Caxias, estado do Rio de Janeiro.

Maria de Fátima, como os líderes da Pastoral da Criança orientam as gestantes a ficarem atentas aos sinais de risco durante a gravidez?

MARIA DE FÁTIMA:

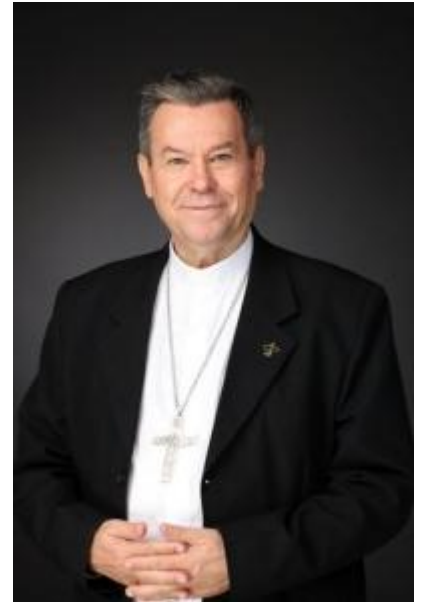
Nós, líderes da Pastoral da Criança, procuramos sempre orientar as gestantes durante as visitas e encontros, conversando sobre a importância de observar alguns sinais que podem indicar alguns riscos na gravidez. Falamos para elas ficarem atentas a sintomas como sangramento, pressão alta, dores fortes, inchaço excessivo, febre, ou quando percebem que o bebê está se movimentando menos do que o normal. Nós também reforçamos a importância de fazer o pré-natal e procurar atendimento de saúde sempre que surgir alguma

dúvida ou sinal de alerta. O nosso papel é estar próximo. Conversamos também sobre a importância de uma alimentação saudável com frutas, verduras, legumes e bastante água que ajuda muito na saúde da mãe e no desenvolvimento do bebê.

(MENSAGEM) Dom Frei Severino Clasen, arcebispo de Maringá, Paraná e presidente do conselho diretor da Pastoral da Criança.

DOM FREI SEVERINO:

Na perspectiva da nossa fé, a gravidez de alto risco é vista à luz do valor sagrado da vida humana, que deve ser protegida e cuidada desde a concepção. A Igreja reconhece a complexidade dessas situações e convida à responsabilidade, ao discernimento e ao acompanhamento médico adequado, sempre priorizando a dignidade e saúde da mãe e do bebê. Reforça-se a importância do cuidado integral, físico, emocional e espiritual. Além disso, a Igreja incentiva o acolhimento, a solidariedade e o apoio às gestantes que enfrentam uma gravidez de alto risco, especialmente por meio das comunidades, que se traduz em presença, escuta e ajuda prática. Assim, a gravidez de alto risco se torna também um caminho de fé, onde o cuidado humano e a graça divina caminham juntos. Que Deus abençoe todos.



Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1817 - 20/07/2026 - Gravidez de alto risco