



# Orientações sobre segurança das gestantes nesse período de pandemia da COVID-19



**UFRRJ**

UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL  
DO RIO DE JANEIRO

**Progep**

Pró Reitoria de Gestão  
de Pessoas

**DASDP**

Departamento de Admissão,  
Saúde e Desenvolvimento de  
Pessoas


**CASST**

COORDENAÇÃO DE ATENÇÃO À  
SAÚDE E SEGURANÇA DO TRABALHO



A gravidez é um momento único para qualquer mulher, mas a mulher que já está sensível à sua situação de gestante ainda enfrenta o medo, a ansiedade e preocupações com o cenário presente diante de uma pandemia.

A COVID-19 é a doença infecciosa causada pelo novo coronavírus, identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, em Wuhan, na China. Os sintomas mais comuns da COVID-19 são febre, cansaço e tosse seca. Alguns pacientes podem apresentar dores, congestão nasal, dor de cabeça, conjuntivite, dor de garganta, diarreia, perda de paladar ou olfato, erupção cutânea na pele ou descoloração dos dedos das mãos ou dos pés. Esses sintomas geralmente são leves e começam gradualmente. Algumas pessoas são infectadas, mas apresentam apenas sintomas muito leves. A maioria das pessoas (cerca de 80%) se recupera da doença sem precisar de tratamento hospitalar (OPAN, 2020).



Até o momento, a COVID-19 não parece se associar a risco de maior gravidade em gestantes, mesmo que a maioria dos casos descritos na literatura científica trate de mulheres na segunda metade da gestação (FIOCRUZ, 2020a e FIOCRUZ, 2020c; Ministério da Saúde, 2020). Os sintomas da doença tanto em pessoas não gestantes, quanto gestantes são os mesmos, e aqueles mais comumente apresentados são tosse e febre. Assim, a recomendação do Ministério da Saúde (MS) é que o protocolo de diagnóstico para gestantes seja o mesmo adotado para qualquer outra pessoa.

Todavia, destaca-se que devido às alterações no corpo e sistema imunológico da mulher nessa fase, principalmente nos últimos meses de gravidez podem ser seriamente afetadas por infecções respiratórias (UNICEF, 2020). **Assim é de extrema importância que as gestantes priorizem o isolamento social, evitem o transporte público sempre que possível, evitem reuniões presenciais, trabalhe em casa, quando possível, e adote as medidas de segurança recomendadas (uso de máscara, higienização correta das mãos com água e sabão, higienização frequente das superfícies tocadas em casa, dentre outras).**

Quanto às consultas de pré-natal é de extrema importância o acompanhamento da gestante por um médico assistente nesse período. Caso a gestante apresente síndrome gripal, o adiamento de consultas e exames por 14 dias, ou quando necessário o atendimento, que esse seja realizado de forma isolada dos demais pacientes (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).



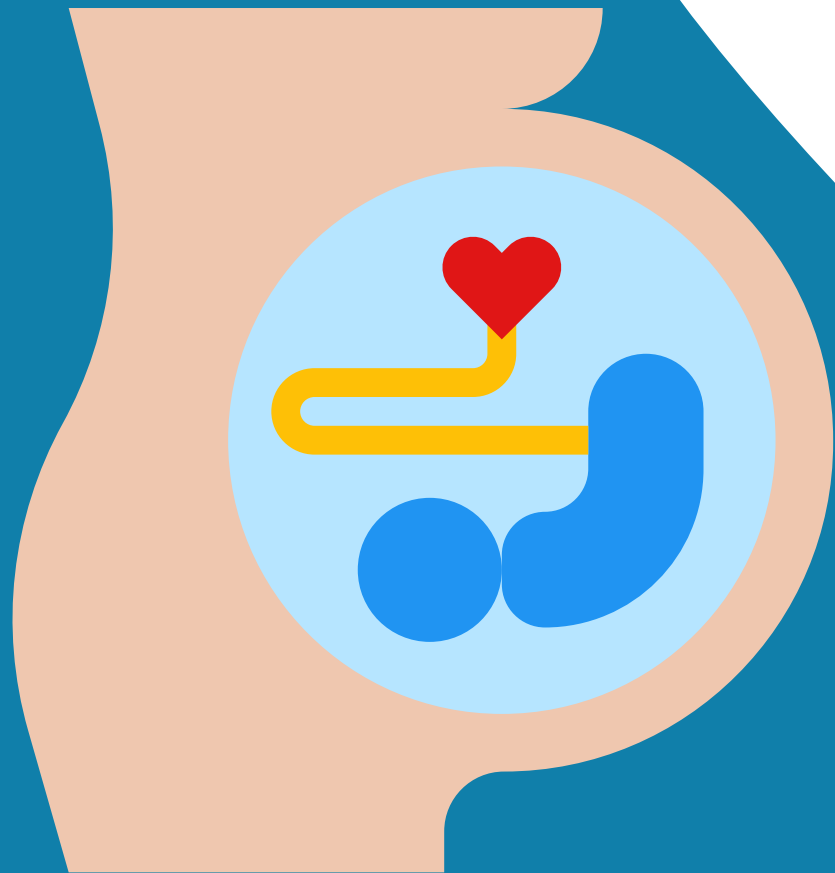
Verifique se o profissional que tem realizado o pré-natal se dispõe a atender utilizando a telemedicina ou ainda o acompanhamento menos frequente, levando-se em consideração as gestações de maior risco x de menor risco. Caso seja necessário a consulta presencial, se proteja utilizando máscara; mantenha o distanciamento de no mínimo 1,50 m, caso fique em uma sala de espera; se possível evite levar acompanhantes nas consultas, priorizando reduzir aglomerações; higienize sempre que possível as mãos com água e sabão e ainda utilize álcool em gel 70%, evite tocar nariz, boca e olhos. Caso precise utilizar sanitários evite tocar maçanetas diretamente com as mãos, utilize o papel toalha para abri-las e faça o descarte adequado em lixeiras, atente-se para higienizar bem as mãos antes e depois que utilizar os sanitários.

Depois que o bebê nascer as consultas também são de extrema importância para o acompanhamento da saúde e imunização da criança. Verifique com o pediatra a forma mais segura e disponível por ele para realizar esse acompanhamento.




Ainda não existem evidências que a mãe possa transmitir a COVID-19 para o bebê durante a gravidez, seja por infecção congênita e nem comprovando passagem intrauterina do vírus (Ministério da Saúde, 2020 e UNICEF, 2020). A melhor alternativa ainda é tomar todos os cuidados necessários para evitar a contaminação pelo vírus.

Até o momento, de acordo com Ministério da Saúde (2020), 47% das mulheres diagnosticadas com COVID-19 tiveram seus partos pré-termo, a maior parte destes partos ocorreu após as 36 semanas de gestação.





Dúvidas podem surgir sobre o local de realização do parto. A definição dependerá de cada caso, dos profissionais assistentes que tem acompanhado a gestante, bem como do sistema de saúde disponível para atendimento. Algumas gestantes já mudaram de ideia e preferem ter seu bebê em casa, outras não se sentem seguras desta forma e preferem serem atendidas em um hospital. É importante que a gestante se sinta segura nesse momento, por isso é de extrema relevância que ela se mantenha informada sobre os possíveis locais para atendimento (hospital, clínicas, unidades de pronto atendimento) e esclareça suas dúvidas com a equipe que a acompanha para tomar sua decisão.





Durante o parto é direito garantido à gestante a presença de um acompanhante (Lei Federal no 11.108), e baseada na Lei nº 13.979, de 6 de fevereiro de 2020, desde que a pessoa tenha de 18 a 59 anos; não tenha doenças crônicas; não apresente sintomas ou tenha tido contato recente com pessoa infectada ou não coabite com pessoas com suspeita ou diagnóstico de COVID-19. Assim, a gestante precisa se informar se no local onde será realizado o parto esse seu direito será assegurado, pois a presença de um acompanhante garante maior segurança emocional nesse momento tão delicado na vida da mulher. Medidas de precaução, como usar uma máscara na sala de parto e lavar as mãos corretamente, podem ser adotadas para a permanência segura de um acompanhante, no momento do parto (UNICEF, 2020).

Depois da chegada do bebê a melhor coisa a fazer é ficar com sua família e evitar visitas nesse momento. Tente manter o isolamento social, pois ainda virá o tempo de compartilhar com todos os seus amigos e familiares, presencialmente, a alegria da chegada do bebê. Pense que esse é um momento único de compartilhar com tranquilidade com sua família toda a rotina de cuidados com o novo integrante.





Ainda não existem evidências e um consenso entre as entidades técnicas de conhecimento que o coronavírus seja transmitido por meio da amamentação. Desta forma, caso tenha sintomas relacionados à COVID-19, busque orientações com seu médico. Caso a mãe queira amamentar estando com a doença, o leite poderá ser ordenhado e ofertado ao bebê com um copinho/colher por outra pessoa, seguindo todos os cuidados higiênicos e o uso de máscara no momento da amamentação (FIOCRUZ, 2020a e FIOCRUZ, 2020b).

A maternidade é um momento ímpar na vida de uma mulher e futura mamãe, por isso, se informe e desfrute das descobertas desse momento com segurança, priorizando a sua saúde e do seu bebê.



## Referências consultadas:

FIOCRUZ. Fundação Oswaldo Cruz, **Gestantes e lactantes: tirem suas dúvidas sobre coronavírus.** Rio de Janeiro, 2020a. Disponível em:

<https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1755-gestantes-e-lactantes-tirem-suasduvidas-sobre-coronavirus>. Acesso em 11/05/2020.

FIOCRUZ. Fundação Oswaldo Cruz. **Coronavírus e Gestação.** Rio de Janeiro, 2020b. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/coronavirus-gestacao/>. Acesso em 11/05/2020.

FIOCRUZ. Fundação Oswaldo Cruz. **Coronavírus: Cuidado Clínico de Gestantes e Puérperas.** Rio de Janeiro, 2020c. Disponível em:

<https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/coronavirus-cuidado-clinico-de-gestantes-e-puerperas/>. Acesso em 11/05/2020.

Referências consultadas:

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Atenção às gestantes no contexto da infecção COVID-19 causada pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2).** Nota Técnica N° 7/2020-COSMU/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS. 2020. Disponível

em:[https://coronavirus.ceara.gov.br/wp-content/uploads/2020/04/Nota-T%C3%A9cnica-do-minist%C3%A9rio-da-Sa%C3%Bade-\\_aten%C3%A7%C3%A3o-%C3%A0s-gestantes-no-contexto-da-infec%C3%A7%C3%A3o-por-Covid\\_19.pdf](https://coronavirus.ceara.gov.br/wp-content/uploads/2020/04/Nota-T%C3%A9cnica-do-minist%C3%A9rio-da-Sa%C3%Bade-_aten%C3%A7%C3%A3o-%C3%A0s-gestantes-no-contexto-da-infec%C3%A7%C3%A3o-por-Covid_19.pdf). Acesso em 13/05/2020.

OPAN. Organização Pan-Americana de Saúde. **Folha informativa – COVID-19 (doença causada pelo novo coronavírus).** 2020. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875). Acesso em: 15/05/2020.

UNICEF. United Nations Children's Fund. **Gravidez durante a pandemia da Covid-19 - Como melhor proteger você e seu bebê.** 2020. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/gravidez-durante-pandemia-da-covid-19>. Acesso em 11/05/2020.

## Fale com a CASST

Somos uma equipe multidisciplinar de atenção à saúde e segurança dos trabalhadores da UFRRJ.

Estamos em trabalho remoto e disponíveis em nossos meios eletrônicos aos trabalhadores da UFRRJ.

Caso tenham dúvidas ou sugestões entrem em contato pelo email:  
[casst-progep@ufrrj.br](mailto:casst-progep@ufrrj.br)