

## HORÁRIO DE VISITA PARA A PESSOA SIGNIFICATIVA

- Todos os dias entre as 13h00 e as 18h30
- É permitida a presença dos irmãos.

## DURANTE O INTERNAMENTO DEVERÁ:

- Registar o seu bebé no Gabinete Nascer Cidadão (Piso 5 no átrio do Serviço de Obstetrícia), todos os dias úteis (exceto às quartas-feiras), das 13h00 às 17h00;
- Aderir ao projeto Nascer Utente no secretariado do Internamento de Obstetrícia, todos os dias úteis das 8h00 às 16h00 (sempre após o registo).

## TRAGA CONSIGO:

- Cartão do cidadão;
- Boletim de Saúde da Grávida (BSG);
- Ecografias realizadas durante a gravidez;
- Exames laboratoriais realizados durante a gravidez

Para agilizar as Vossas necessidades após a alta hospitalar, **PROCURE INFORMAR-SE JUNTO DA SUA UNIDADE DE SAÚDE SOBRE:**

- O agendamento do Teste do Pezinho (idealmente entre 3º e o 6º dia de vida do bebé);
- Realização da vigilância de saúde infantil, incluindo avaliação ponderal e a consulta de revisão pós-parto.

## O QUE TRAZER PARA A MATERNIDADE?

### SERVIÇO DE OBSTETRÍCIA



**Centro Hospitalar Barreiro Montijo, E.P.E.**  
Av. Movimento das Forças Armadas | 2834-003 Barreiro  
Serviço de Obstetrícia  
Telefone: 21 2147300, extensão: 2428  
[www.chbm.min-saude.pt](http://www.chbm.min-saude.pt)

## **ROUPA PARA O SERVIÇO DE URGÊNCIA OBSTÉTRICA E GINECOLÓGICA (BLOCO DE PARTOS)**

## **PARA O BEBÉ:**

- 1 manta;
  - 1 fralda de pano;
  - 1 fralda descartável;
  - 1 conjunto de roupa interior;
  - 1 conjunto de roupa exterior;
  - 1 gorro de algodão.

## **PARA A MAMÃ:**

- 1 par de chinelos de borracha.

## **NOTA:**

Tem disponíveis diversas opções não farmacológicas de controlo e alívio da dor. Poderão ser por si solicitadas e serão disponibilizadas sempre que a sua situação individual o permita, nomeadamente:

- Deambulação durante o trabalho de parto;
  - Utilização da Bola de Pilates;
  - Utilização de sistema de som de acordo com as suas preferências, de forma a proporcionarmos um ambiente tranquilo e acolhedor;
  - Utilização do duche para relaxamento;
  - Ingestão de gelatina e chá açucarado durante o trabalho de parto.

# **ROUPA PARA O SERVIÇO DE INTERNAMENTO DE OBSTETRÍCIA**

## **PARA O BEBÉ:**

- 1 manta;
  - 3 fraldas de pano;
  - Fraldas descartáveis;
  - 5 conjuntos de roupa interior;
  - 5 conjuntos de roupa exterior;
  - 2 toalhas de banho;
  - Produtos que considera adequados para a higiene do seu bebé (ex.: escova/pente cabelo, lima descartável de unhas).

## PARA A MAMÃ:

- Camisas de noite largas e abertas à frente e/ou pijamas;
  - Soutiens sem aros metálicos (ex.: amamentação ou desportivos);
  - Cuecas de algodão ou descartáveis;
  - 1 par de chinelos;
  - Toalhas de banho;
  - Artigos de higiene pessoal;
  - Pensos higiénicos;
  - 1 saco para a roupa suja.



## APONTAMENTOS