



ponto de encontro

SAÚDE BRB PUBLICA CARTILHA DA GESTANTE

A gestação é uma época de emoções e descobertas diárias, mas, também, de muitas dúvidas e ansiedades. Deve, portanto, ser bem orientada, para que tudo transcorra de forma serena e saudável, tanto para a mamãe quanto para o bebê.

Para manter as futuras mães bem informadas, o corpo Clínico da

SAÚDE BRB elaborou cartilha esclarecedora. A publicação contém orientações e informações que contribuem para o cuidado com o bem-estar físico e mental das gestantes. Nela, são abordados os principais temas relacionados à saúde da mulher nesse momento especial. O documento aborda

assuntos como: amamentação, nutrição, cuidados com o corpo e a aparência, saúde mental, sexo na gravidez e outros.

A Cartilha da Gestante está disponível no *site* institucional, mas também será entregue impressa às Beneficiárias participantes do projeto Nascer Saudável. Leia e compartilhe!

Além das dicas da Cartilha, as gestantes também têm à sua disposição a equipe multiprofissional do projeto: médico de família, ginecologista-obstetra, endocrinologista, enfermeira, psicólogo e nutricionista, todos prontos para esclarecer as dúvidas, por telefone ou presencialmente.

