

## Programa Acompanhando Fases

Instituto de Radiologia do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP

CGP - Centro de Gestão de Pessoas



A gravidez, como sabemos, é um período muito aguardado por muitas mulheres. Nesta fase alguns cuidados são necessários, como acompanhamento pré-natal, exames e uma atenção especial em relação à saúde psíquica da mulher.

A psicóloga *Érica Huttner Halty*, especialista em comportamento humano, comenta sobre esta fase:

*“Ainda que a gravidez seja um momento muito bonito e que traga sentimentos fortes de felicidade, beleza e plenitude, a mulher também passa por momentos de fragilidade emocional durante esse período. Estas transformações são os resultados das mudanças hormonais que ocorrem no corpo da mulher grávida, além da debilidade física, visto que sua energia está dividida entre ela mesma e o feto. Também existem os fatores psicológicos que influenciam no estado emocional.*

*Quando a mulher está em sua primeira gestação, esses sintomas se manifestam fortemente, pois haverá toda uma transição em sua vida e este fato é ansiogênico, pois a responsabilidade de tornar-se mãe é grande. Será necessária a adaptação de sua vida pessoal e conjugal ao novo ser que está por vir. Este fato leva a grávida a ter sentimentos de insegurança, tristeza, medo e ansiedade. Esta situação, vai exigir que seu companheiro, família e amigos lhe prestem apoio, deem atenção, e ainda, ajudem a grávida fazer exercícios leves e manter uma alimentação saudável, buscando o equilíbrio.”*

*O artigo escrito por Guilherme Wendt – Equipe SIS.Saúde, extraído do site [www.sissaude.com.br/sis/inicial.php?case=2&idnot=1013](http://www.sissaude.com.br/sis/inicial.php?case=2&idnot=1013) em 14/05/2013, onde pode ser consultado na íntegra.*

Com o intuito de dar uma atenção especial as nossas colaboradoras gestantes, a equipe do Centro de Gestão de Pessoas do InRad, criou o Programa **“Acompanhando Fases”**, que está em andamento desde janeiro deste ano.

Assim que somos comunicados pela colaboradora sobre a gravidez, imediatamente, incluímos seu nome na lista das gestantes do Instituto, e ela começa a ser acompanhada por nossa equipe em todas as últimas terças-feiras de cada mês até a sua licença maternidade. Mensalmente, a colaboradora receberá a visita de alguém da equipe do CGP em sua área de trabalho.

Na primeira visita solicitamos informações sobre o tempo da gestação, se já está fazendo o acompanhamento pré-natal, se realizou algum exame, se conhece a data prevista para o parto, suas condições físicas, e entregamos como “mimo” um sapatinho de lã.

Ao completar o 5º mês de gestação, além da visita, receberá como “mimo” um pacote de fralda descartável, e no 7º mês o “mimo” será um macacão.

As anotações são feitas em uma planilha de Excel com as informações cedidas pela futura mamãe, incluindo o sexo e o nome escolhido para o bebê, além das fotos das visitas.

Este programa é um trabalho voluntário da equipe do CGP, que se mobiliza para comprar os mimos com seus recursos pessoais, além de oferecer uma atenção humanizada às gestantes do InRad, acompanhando as fases deste período tão importante para a futura mamãe.

Até o momento, foram contempladas neste programa as colaboradoras:



Vivian Lays Raeli  
Locateli,  
colaboradora do  
Financeiro, mãe da  
Luiza, parto  
realizado em  
20/05/13.





Tatiane de Barrios,  
colaboradora do Pronto Socorro -  
3º trimestre de Gestação.



Lilium Barbosa Braga, colaboradora da  
Saúde Suplementar – 1º trimestre de  
Gestação.

***Por Kênia Cristina Paternes  
Centro de Gestão de Pessoas- InRad***