

## RESUMO - ENFERMAGEM

### SAÚDE DA MULHER

*Maria Helena (mariahelendemoura3525@gmail.com)*

*Leticia Silva Dos Santos (integrado.enfermagem@gmail.com)*

*lasmini Dos Santos (santossiasmiini@gmail.com)*

*Guilherme De Amaral Lourenco (guilhermedeamarallourenco@gmail.com)*

*Ana Vitória (toriaana535@gamil.com)*

*Camila Pawelski (camila.pawelski@grupointegrado.br)*

*Franciele Milani Pressinate (franciele.milani@grupointegrado.br)*

O pré-natal é o planejamento reprodutivo é valioso para cuidar da saúde da mulher e do bebê. O pré-natal visa consentir a gestação e precaver riscos durante o parto. O planejamento reprodutivo certifica o direito de decidir de forma responsável sobre a reprodução com a afluência a métodos contraceptivos seguros e ensinios sobre a saúde sexual e reprodutiva . O pré-natal tem como objetivo de assegurar o desenvolvimento saudável da gestação, garantindo um parto com menos riscos tanto para a mãe quanto para o bebê. Para isso é necessário manter uma hidratação de forma adequada, ingerindo água e sucos naturais, assim, evitando refrigerantes, alimentar-se de forma correta com alimentos nutritivos, como: verduras, legumes, carnes e peixes, realizar atividades físicas com baixo impacto e realizar exames exigidos para uma gestação sem complicações. O planejamento reprodutivo, também conhecido como planejamento familiar, garantido ao usuário do SUS pela lei

9.263/1996 trata dos direitos sexuais e reprodutivo de homens e mulheres, envolvendo adolescentes, jovens e adultos, com vida sexual, oferecendo métodos contraceptivos eficazes como, preservativos, DIU, pílulas além de métodos cirúrgicos, como laqueadura e vasectomia. A Atenção na Saúde da Mulher tem o papel que atua para garantir o bem-estar físico e mental, permitindo a prevenção de doenças, promovendo a atenção integral à saúde das mulheres em todos os ciclos de vida, oferecendo suporte na prevenção de doenças. O câncer de mama é um exemplo disso, que pode ser tratado com mais eficiência e menor agressividade se descoberto logo no começo. A coleta de preventivos tem o papel crucial na vida das mulheres, o exame de Papanicolau deve fazer parte da rotina de saúde de todas as mulheres, pois ajuda a evitar o aparecimento e desenvolvimento de uma série de complicações. Em conclusão, dá pra perceber que o pré-natal e o planejamento reprodutivo são muito importantes pra saúde da mãe e do bebê. O pré-natal ajuda a evitar problemas durante a gestação e o parto, enquanto o planejamento reprodutivo permite que as pessoas decidam com responsabilidade quando querem ter filhos. Além disso, é essencial ter acesso a informações e métodos contraceptivos, porque isso ajuda a cuidar melhor da saúde e a garantir uma vida mais segura e tranquila.

Palavras-chave: pré-natal; planejamento reprodutivo; sus e saúde da mulher.