

**Pra que tudo corra bem  
com você e seu bebê**

Se a gravidez tiver acontecido por um ato de violência (conhecido por familiar, conhecido ou estranho), a lei permite que você faça o aborto em um hospital público.

Os profissionais de saúde são pessoas que podem ajudar você, neste momento tão especial da sua vida.

Informe-se sobre as atividades para adolescentes, gestantes e familiares que acontecem nos postos de saúde.

Depois do parto, vá ao posto fazer o acompanhamento de sua saúde e do seu bebê.

Este folheto foi elaborado pela equipe de PROSAD/SMS-RJ, baseado no Esclarecimento da Criança e do Adolescente, na Lei Federal nº 6.903 de 17.04.75, nas normas do Ministério da Saúde e na Lei Municipal nº 1.042 de 28.06.07.

**Prefeitura  
da Cidade  
RIO**  
Secretaria de Saúde

**PROGRAMA DE SAÚDE DO ADOLESCENTE**

**Adolescente  
se você está grávida  
aqui vai nosso recado**

# Corra atrás de seus direitos



Nos postos de saúde, maternidades e hospitais, você deve ser tratada com respeito e ter garantia de atendimento.



Nas consultas de pré-natal, peça que preencham o seu "cartão da gestante".



Durante a gravidez e depois de ter bebê, você deve continuar estudando e, após o 8º mês de gestação, pode receber a matéria e os exercícios em casa e fazer as provas na escola.



Ao se internar para o parto na maternidade, você pode ficar com um acompanhante. No final da gravidez procure escolher quem irá com você.



Se você achar que seus direitos não estão sendo respeitados, procure o Conselho Tutelar mais próximo de sua residência. Este é o órgão encarregado de zelar pelo cumprimento dos seus direitos.

Informe-se pelo tel : **293-0317**

## É legal tomar alguns cuidados



Assim que você souber que está grávida, vá ao posto de saúde fazer o pré-natal; aproveite bem as consultas para conversar, se informar e tirar dúvidas.



Se sentir que algo não vai bem, procure atendimento mesmo se for antes do dia da consulta marcada.



Os exames são muito importantes, inclusive o teste anti-HIV (teste da Aids), lembre-se de buscar o resultado antes do parto.



Mesmo grávida, use camisinha sempre que transar; assim você se protege, e também ao bebê, das doenças sexualmente transmissíveis, como a sífilis e a Aids.



Alcool, cigarros e drogas fazem mal à sua saúde e à do bebê; não use.



Quanto mais você souber sobre o parto, mais tranquila vai ficar. Procure se informar, participe de um grupo de gestantes e tente conhecer uma maternidade.



Leve o seu "cartão da gestante" para a maternidade quando for ter o bebê.



Informe-se sobre os cuidados com o bebê e prepare-se para amamentar.



Depois do parto é importante pensar em adiar uma nova gravidez. Pergunte no seu posto como conseguir métodos anticoncepcionais.