



POU ENFÒMASYON RELE "Alô mãe" 08002000202

Disponib depi lendi rive vandredi depi
8h rive 22h nan aswè e samdi depi 8h
rive 15h nan aprè midi.

alô mãe

Si yo ta rive pa respekte swa konsiltasyon
pré-natal ou, chèche wè ak direktè Sant
Sante a, osinon kontakte lòt enstitisyon
responsab tankou Koodomatè yo.

Enfòmasyon ak kontak:

Responsab Rejional Sante Sant:

3107-1816 / 3101-7727 - Sé

Responsab Rejional Sante Lwès:

Butantã, Lapa, Pinheiros
3073-1178 / 3073-1347 -

Responsab Rejional Sante Lès:

Cidade Tiradentes, Ermelino Matarazzo, Guaianases,
Itaim Paulista, Itaquera, São Mateus, São Miguel.
3397-0931 / 3397-0933 / 3397-0934 / 3397-0935

Responsab Rejional Sante Nò:

Casa Verde / Cachoeirinha, Freguesia / Brasilândia,
Jaçanã / Tremembé, Perus, Pirituba, Santana/Tucuruvi,
Vila Maria/Vila Guilherme.
2224-6800

Responsab Rejional Sante Sidès:

Aricanduva / Formosa / Carrão, Ipiranga, Jabaquara,
Mooca, Penha, Vila Mariana, Vila Prudente, Sapopemba.
2591-3011 / 2215-3147

Responsab Rejional Sante Sid:

Campo Limpo, Capela do Socorro, Cidade Ademar, M'Boi
Mirim, Parelheiros, Santo Amaro.
2075-1200 / 2075-1140 / 2075-1146

Oswa visit: prefeitura.sp.gov.br/saude

Oubyen rele grátis nan 156 (sèlman na potigè)

Koodomatè yo (11) 3361-4443/3361-4445
ouvidoria@prefeitura.sp.gov.br

Fanm Imigran ak Fanm Refijye ki Ansent

SUS SE POU YO TOUT



prefeitura.sp.gov.br/saude

[f](#) [i](#) [t](#) [saudeprefsp](#)

Fanm Imigran ak Fanm Refijye ki Ansent

SUS SE POU YO TOUT



**PREFEITURA DE
SÃO PAULO**
SAÚDE

Kesyon pré-natal la, sa vle di moman wap swiv doktè avan ou akouchman, se yon dwa ke tout fanm imigran e refijye genyen nan peyi brezil, se pou tèt sa Sistèm Inik sante a(SUS) li piblik, gratis, li garanti tou aksè pou tout moun.

Nan São Paulo rezo pwoteksyon manman Paulistana se rezo sigòy Se yon estrateji SUS pou akompanye fanm ansent pandan moman sa, depi nan konsiltasyon pré-natal yo, nan akouchman, nan pueperium jiskaske timoun nan rive nan de lane.

**OU PANSE
OU ANSENT,
SAW DWE FÈ?**



Lè yon fanm panse li ansent li dwe chèche yon Sant Sante ki pi prè kote li rete, travay oswa lekòl pou fè yon tès grosès gratis. Si grosès la konfime, ou dwe fè yon anrejistremant nan pwogram grosès. Anrejistremant as fètak katon SUS nan menm sant sante a.

SI OU ANSENT...

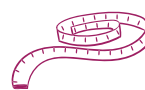


Li enpòtan pou kòmanse byen bonè ak kesyon pré-natal la (avan twa mwa grosès) e vini nan konsiltasyon chak mwa.

Men sa yo egzaminen nan tout konsiltasyon yo:



Tansyon



Grosè vant lan



Konbyen ou peze nan balans



Eseye tande batman kè timoun nan

Sa yo se egzamen yo mande nan moman grosès la: ki kalite san ou genyen, serolojik pou toxoplasmosis, glikoz nan san, serolojik pou VIH, sifilis, epatit, pipi ak matyè fekal ak ultrason.

Mande enfòmasyon sou kesyon vaksinasyon, pwomoyon nan bay tete ak akouchman natirèl.

Fanm ki ansent lan gen dwa poul akompanye de mari li osinon youn moun li fé konfyans nan moman konsiltasyon pré-natal yo e nan kesyon akouchman.



Akouchman natirèl la trè enpòtan, li genyen anpil benefis nan sante yon fanm (nan kesyon reprann li pi vit aprè akouchman, diminye risk enfeksyon epi nan senyen) epi ti bebe a tou (facilite nan bay tete, epi atachman ak manman).

chèche konen lopital wap akouchman a, ekip Sant Sante a ap ka edew nan sans sa.

Lòt opsyon tou se Kay akouchman yo, ki se:

Casa de Parto Ângela
(11) 5852-5332

Casa de Parto Sapopemba
(11) 2702-6043



SWEN POU FANM ANSENT



Chèche byen manje, sa vle di nouriti ekilibre pou evite eksè nan kesyon pwa (ideal la se genyen yon kilo chak mwa), oswa, evite manje bagay dous, manje ki gen anpil idrat kabon (ki gen farinn), fritay ak manje ki sot nan endistri. Li pi bom pou manje anpil fwi, salad vèt, legim, soja, pwason, diri ak sòs pwa. Kenbe prensip aktivite fizik menm si se mache de tan zantan.