

Perguntas sobre a gravidez a fazer na sua primeira consulta pré-natal

Chegou a sua primeira consulta pré-natal — que emoção! Com tanto a acontecer, é útil ter uma lista de perguntas sobre a gravidez à mão para colocar ao seu médico.

- Faça perguntas sobre qualquer risco de problemas de saúde ou complicações.

- Faça perguntas sobre quaisquer testes de rastreio futuros. Consulte A sua [lista de perguntas pré-natais para mais informação](#). ^[1]

- Faça perguntas sobre a sua dieta na gravidez. O que comer e o que evitar.

- Faça perguntas sobre exercícios na gravidez, quais deve fazer e em que quantidade.

- Faça perguntas sobre sexo durante a gravidez.

- Faça perguntas sobre viagens durante a gravidez.

- Faça perguntas sobre produtos de beleza. Poderá haver produtos a evitar.

- Faça perguntas sobre proteção solar durante a gravidez.

- Faça perguntas sobre medicação durante a gravidez. Leve uma lista de qualquer medicação que esteja a tomar, pois pode existir alguma proibição.

- Faça perguntas sobre as melhores vitaminas e suplementos pré-natais.

- Faça perguntas sobre aulas pré-natais. Quando começam e onde se realizam?

- Faça perguntas sobre aumento de peso na gravidez. O que deve esperar ver na balança e quando?

- Faça perguntas sobre a diabetes gestacional.

- Faça perguntas sobre as posições seguras para dormir.

- Faça perguntas sobre sintomas comuns na gravidez e aqueles que requerem assistência médica.

- Faça perguntas sobre o seu plano de parto e quando começá-lo.

- Faça perguntas sobre as opções de parto.

- Faça perguntas sobre exercícios para o pavimento pélvico.

- Faça perguntas sobre o atestado de gravidez, para quando for de licença de maternidade, dependendo do local onde vive. Descubra o que tem de fazer para tratar da licença de maternidade e do subsídio de maternidade com a nossa útil lista. [2]

- Faça perguntas sobre a marcação da ecografia das 12 semanas. Consulte a nossa lista de Perguntas a fazer na sua ecografia das 12 semanas para ficar preparada. [3]

URL de origem: <https://www.nestlebebe.pt/apoio-a-parentalidade/dicas/perguntas-sobre-gravidez>

Ligações

[1] <https://www.nestlebebe.pt/apoio-a-parentalidade/dicas/diagnostico-pre-natal-perguntas>

[2] <https://www.nestlebebe.pt/apoio-a-parentalidade/dicas/licenca-e-subsidio-de-maternidade-duvidas>

[3] <https://www.nestlebebe.pt/apoio-a-parentalidade/dicas/ecografia-12-semanas>