

Conheça Seus Direitos

LEGIS

ANTES, DURANTE E DEPOIS DA GRAVIDEZ... E ALÉM

VOCÊ TEM O DIREITO DE...



OBTER E RECEBER CUIDADOS DE SAÚDE DE QUALIDADE
antes de engravidar, durante a gravidez e 12 meses após o parto.



CUIDADO E TRATAMENTO PRÉ-NATAL DIGNO E RESPEITOSO
que mantém sua privacidade, é livre de danos e valoriza suas preferências culturais.



TER UM PLANO DE PARTO

ter uma doula ou pessoa de sua escolha para apoiá-la e dizer NÃO às intervenções.



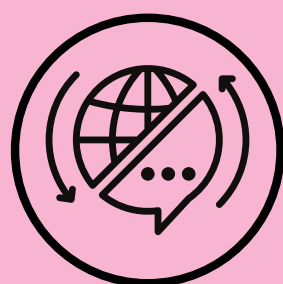
TOMADA DE DECISÃO COMPARTILHADA

fazendo perguntas ao seu provedor e sentindo que suas preocupações estão sendo ouvidas e abordadas.



CONSENTIMENTO INFORMADO

isso inclui saber quais são os exames de urina e sangue e por que estão sendo feitas recomendações para procedimentos e/ou medicamentos.



TIRE SUAS DÚVIDAS NO IDIOMA DE SUA PREFERÊNCIA

com interpretação de qualidade, conforme necessário.



OBTER RECURSOS E APOIO SOCIAL

disponíveis na comunidade, incluindo acesso a informações e aconselhamento caso você sofra de depressão ou perda gestacional.



Como fazer minha voz ser ouvida

Perguntas para fazer ao meu médico

Antes, durante, depois da gravidez... E ALÉM

Você pode me explicar isso de outra maneira?

Há algum motivo para eu estar preocupado?

Que outras opções eu tenho?

Eu preciso tomar essa decisão imediatamente?

Posso ter um minuto para pensar sobre isso?

Isso é necessário? Pode me mostrar por quê?

*Aqui é onde posso pedir uma segunda opinião

Nota para mim mesma:

Anotar as dúvidas que tenho antes da minha consulta.

É uma boa ideia levar alguém de confiança — como um familiar ou amigo — às minhas consultas. Eles podem me ajudar a lembrar o que o médico disse e tirar dúvidas que eu possa ter esquecido. Ter alguém comigo pode me deixar mais confortável e me ajudar a entender tudo melhor.

