

# A GRAVIDEZ E A DOENÇA INFLAMATÓRIA INTESTINAL



minha DII  
Informação e apoio sobre DII

**FERRING**  
PHARMACEUTICALS

## Índice

Introdução.....	03
À espera da cegonha.....	04
Peito ou mamadeira?.....	05
Alimentação na gestação.....	08

## Introdução

A gravidez não é uma fase fácil. Durante este período, mudanças acontecem ao mesmo tempo em que vão surgindo dezenas de perguntas: como deve ser o acompanhamento? A alimentação deve mudar? O que a gestante pode ou não fazer? Quando se é portadora de alguma DOENÇA INFLAMATÓRIA INTESTINAL, as dúvidas de multiplicam.

No entanto, este livro foi criado justamente para tirar algumas dúvidas que as mulheres portadoras da DOENÇA INFLAMATÓRIA INTESTINAL (DII) possuem, além de dar conselhos sobre como conviver com a DII durante a gestação. Pode também ser útil para seus familiares e amigos.

Vale lembrar que a leitura deste livro não isenta a futura mamãe de fazer um acompanhamento contínuo com seu médico e um pré-natal cuidadoso, com um número maior de consultas, controle e apoio profissional.



## A espera da cegonha:

### A DII PODE AFETAR A GRAVIDEZ E O PARTO OU PREJUDICAR O RECÉM-NASCIDO?

A maioria das mulheres grávidas com estas doenças, têm partos normais e bebês saudáveis na mesma proporção que as mulheres da população em geral. Porém, a probabilidade de existir um problema que afete a gravidez é maior numa mulher com DOENÇA DE CROHN (DC) ou com RETOCOLITE ULCERATIVA (RCU) na fase ativa, que são doenças inflamatórias intestinais. Nestas mulheres, o risco de parto prematuro ou aborto espontâneo é maior do que nas mulheres com DOENÇA INTESTINAL INFLAMATÓRIA inativa.



## Peito ou mamadeira?

VOCÊ PODE AMAMENTAR SEU BEBÊ, APESAR DA DOENÇA. MAS TEM QUE SER ACOMPANHADA DE PERTO PELO SEU MÉDICO, POIS HÁ REMÉDIOS PROIBIDOS NESTA FASE.

O sonho da grande maioria das mulheres é ter um filho. Não vamos entrar aqui no mérito da questão sobre qual é a época certa ou a idade mais adequada para engravidar. Isso cada mulher tem que resolver por sua conta, conforme o que for melhor para ela. As mulheres mais informadas sabem que as DOENÇAS INFLAMATÓRIAS INTESTINAIS (DII) e a gravidez podem conviver muito bem. É uma fase tão feliz que muitas vezes a futura mamãe nem lembra das crises chatas e dolorosas que já teve. Além do mais, os meses de gestação costumam ser bastante tranquilos para as pacientes de DC ou RCU. A situação pode ser mais difícil depois que o bebê nasce, pois é aí que surgem as dúvidas sobre a amamentação.





Além da insegurança natural que toma conta de toda mulher que acaba de ter bebê, as mães portadoras de DII têm alguns medos extras. Passam por sua cabeça perguntas do tipo “será que eu vou poder amamentar tomando remédios fortes?” “Será que há perigo de eu passar os medicamentos para o bebê através do meu leite?” “Será que o meu leite vai prejudicar o bebê de alguma forma?” A aflição é grande, pois nessa hora não dá para esquecer o quanto são categóricas as campanhas a favor da amamentação: “O melhor leite é o leite materno”. A situação das mães que têm DC ou RCU, de fato, é bem mais delicada. Mas não é impossível amamentar, se alguns cuidados forem tomados.

É fundamental saber quais são os remédios mais adequados para essa fase, quais são aqueles sobre os quais não existem dados seguros quanto ao seu uso para lactantes, e quais são os contraindicados. É claro que o ideal seria a mãe não tomar remédio algum, mas, com essas precauções não há problema. Os pediatras costumam dar algumas orientações para as pacientes nestas condições, como tomar seu remédio logo após as mamadas. Se for preciso usar um medicamento mais forte por um curto período de tempo (cerca de dez dias), a amamentação tem que ser suspensa. Mas a mãe deve continuar tirando seu leite com a bombinha e jogá-lo fora para estimular a produção e poder continuar amamentando o bebê depois.



Para que o período de amamentação seja realmente tranquilo, as pacientes precisam ser acompanhadas de perto pelo seu médico desde o início da gestação, e não só pelo pediatra. Cada pediatra tem sua opinião sobre os medicamentos que podem ser indicados e isso, numa roda de conversa entre mães novatas, pode gerar dúvidas sobre o que é melhor fazer. Confiança total é o nome do jogo nessa fase da relação médico/paciente.



## Alimentação na gestação:

Em geral, as grávidas com DOENÇA INFLAMATÓRIA INTESTINAL - DC ou RCU - devem seguir a mesma dieta equilibrada que é recomendada para qualquer grávida. É necessário adotar uma alimentação balanceada. Comer bem e com saúde, faz bem para todo mundo.

Vamos deixar claro que a gravidez não é o momento de comer tudo o que quer e a hora que quiser. A frase “agora tenho que comer por dois porque estou grávida” não é válida. Durante toda a gravidez, a mulher deve comer a cada três horas. Os especialistas recomendam uma alimentação bastante variada e colorida. Não se esquecendo de beber pelo menos dois litros de água por dia.

O obstetra e/ou gastroenterologista pode, adicionalmente, recomendar alimentos específicos, vitaminas e minerais.



Uma das coisas mais importantes que você pode fazer é entender tudo o que puder sobre sua doença e participar ativamente de seu cuidado. Converse com seu médico para tomar decisões e resolver as dúvidas que tiver, o que o(a) ajudará a recuperar o controle. É muito útil conversar aberta e honestamente sobre suas preocupações e fazer perguntas sempre que tiver algo que você não entenda ou se uma resposta não tiver sido clara.

Você também pode fazer alguns ajustes realmente significativos a seu estilo de vida para ajudar a controlar sua DII. A dieta e o bem-estar emocional podem realmente exercer um impacto positivo sobre sua condição.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

*Doença de Crohn na Prática Médica*, de Dr. Flavio Steinwurz (Editora Elsevier)

Revista ABCD em Foco, nº 51, 2012



# É POSSÍVEL CONVIVER COM AS DIIS

Lutar contra uma DII todos os dias é sinônimo de coragem, porque as batalhas são mais difíceis do que as pessoas imaginam. Justamente por isso, todo paciente com DOENÇA DE CROHN (DC) ou RETOCOLITE ULCERATIVA (RCU) é um vencedor, mesmo quando a esperança parece estar por um fio. Quer conhecer um novo ponto de contato, conteúdo e colaboração da Internet?



Acesse o site: [www.minhadii.com.br](http://www.minhadii.com.br)



Curta nossa Fanpage: [fb.com/minhadii](https://fb.com/minhadii)