



# PLANO DE PARTO

Enfª Letícia Demarche Frutuoso  
Enfª Luciane de Avila

## O que é o plano de parto



O plano de parto é uma conduta incentivada pela OMS desde 1986 e que aos poucos começa a ser adotado e implantado em algumas maternidades, é uma lista com itens relacionados ao parto.

É classificada nas Condutas que são claramente úteis e que deveriam ser encorajadas (OMS)

“O plano de parto serve para conscientizar a mulher de que ela pode se orientar a respeito das opções existentes e definir o que ela deseja para o seu parto



Quem elabora o plano de parto

É elaborado pela gestante durante o pré-natal

A equipe de saúde pode auxiliar na elaboração do plano de parto nas consultas de pré-natal, em rodas de conversas ou nos grupos de gestante.

## Que questões abordar no plano de parto

O que seria importante para mim nesse momento? Como eu gostaria que fosse meu parto? Essas são algumas questões que surgem quando começamos a refletir sobre o Plano de Parto.

1. Já visitei o local onde será meu parto?
2. Quero ter acompanhante? Meu acompanhante deve permanecer todo tempo?
3. Como quero o ambiente ? (música, aromas, luminosidade)
4. Quero fotografar/filmar o parto?
5. Quero ficar em jejum?
6. Quero me movimentar (andar, fazer exercícios) durante o trabalho de parto?
7. O que desejo utilizar para o alívio da dor durante o trabalho de parto?
8. Quero ser informada sobre as condutas a serem tomadas durante meu trabalho de parto? (rompimento de bolsa, episiotomia, uso de medicação)
9. Qual posição quero ter o parto ?
10. Quem cortará o cordão umbilical?
11. Quero ficar com meu bebê no colo logo após o nascimento?
12. Quero amamentar?



## Roteiro para aplicação da roda de conversa sobre plano de parto em centro de saúde



### Preparo do local (20')

- ✓ Disposição dos materiais e do caminho de EVA
- ✓ Distribuição dos crachás

### RODA DE CONVERSA

- 1º - Boas vindas (explicar os objetivos da oficina) (5')
- 2º - Acolhimento usando atividades da mala surpresa (15')
- 3º - Construção conjunta do plano de parto (20')  
(as participantes escolhem os pezinhos ou escrevem o que desejam)
- 4º - construindo a caminhada rumo ao parto com os pezinhos e pedras (15')

## Perguntas utilizadas nos pezinhos

<b>Pezinho Cor Azul ( chegada à maternidade)</b>	<b>PEZINHO COR VERDE</b>
O que vou levar para mim e para o bebê na maternidade?	Em que posição posso ter meu filho?
O que é importante eu fazer antes de me preparar para o parto?	Como quero que seja o meu primeiro contato com o bebê?
Com quem eu vou e como vou para a maternidade?	O que meu acompanhante pode fazer durante o parto?
Quem será meu acompanhante?	Meu parto pode ser fotografado/filmado?
Quero conhecer/saber com antecedência a maternidade onde vou ter bebê	Como posso ajudar meu bebê a nascer?
<b>Pezinho Cor Amarela</b>	
Quero ser informada sobre o que vai acontecer comigo no trabalho de parto	
Posso comer/ beber algo durante o trabalho de parto?	
Como quero o ambiente onde vou ter o bebê?	
Como aliviar as dores durante o trabalho de parto?	



## 5º - construção individual do plano de parto (através do modelo de plano De parto) (10')

### PLANO DE PARTO

Para atendermos suas necessidades no parto é fundamental o registro prévio dos seus desejos e expectativas. O acompanhamento do parto deverá iniciar quando as contrações estão regulares e o colo do útero apresenta-se fino e dilatado. Em caso de perda de líquido ou sangue, mesmo sem contrações, a mulher deve procurar o serviço de saúde. Poderá ter o acompanhante que desejar.

#### 1. Acompanhante que deseja durante a internação na maternidade:

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Marido/ parceiro/ pai do bebê | <input type="checkbox"/> Mãe           |
| <input type="checkbox"/> Filha (o)                     | <input type="checkbox"/> Amigos        |
| <input type="checkbox"/> Outros familiares             | <input type="checkbox"/> Doula         |
| <input type="checkbox"/> Nenhum                        | <input type="checkbox"/> Outros: _____ |

No trabalho de parto é recomendado que a mulher se movimente livremente. A posição deitada de costas deve ser evitada. A raspagem dos pêlos é desnecessária, assim como a lavagem intestinal. Caso deseje, poderá solicitar um supositório de glicerina para esvaziar o intestino, evitando saída de fezes no momento do parto.



#### 2. Deseja usar supositório de glicerina?

- Sim  Não

Várias técnicas podem ser utilizadas para aliviar a dor durante o trabalho de parto. Você pode, ainda, escolher usar remédios para aliviar a dor. Neste caso, o anestesista irá injetá-los num espaço próximo da coluna vertebral.

#### 3. Métodos para alívio da dor que deseja ter como opção

- Massagens  Respiração profunda  
 Exercícios de relaxamento com bola do nascimento  
 Banho de banheira ou de chuveiro

Anestesia com medicamentos  
Outros: \_\_\_\_\_

#### 4. Você também pode tomar líquidos para manter-se hidratada. Líquidos que deseja ingerir:

- Sucos de frutas  Chás  
 Gelatina  
 Outros: \_\_\_\_\_



#### 5. Manter o ambiente com pouca luminosidade e com músicas pode ajudar a relaxar e tranquilizar.

- Desejo um ambiente com pouca luminosidade durante o trabalho de parto.  
 Desejo ouvir música durante o trabalho de parto.

A posição do parto deve ser escolhida pela mulher.

#### 6. Em qual posição deseja ter o parto?

- Sentada/ Cócoras  
 Deitada com cabeceira elevada  
 De lado  
 Outras: \_\_\_\_\_



Em poucos casos pode ser necessário o corte da vagina. Caso necessário você deverá ser informada pelo profissional e dar seu consentimento.

O bebê que nasce bem é secado e mantido em contato pele a pele com a mãe, antes mesmo de cortar o cordão. Este só deve ser cortado após parar de pulsar (depois de um minuto de vida). O bebê deve ser colocado para mamar logo que nascer e permanecer junto da mãe durante toda a internação hospitalar.



#### 7. Quanto ao corte do cordão umbilical, deseja que seja feito:

- Pelo profissional  
 Por você mesma  
 Pelo marido/ parceiro/pai do bebê  
 Outros

Após o parto administra-se vitamina K no músculo da perninha do bebê, para evitar hemorragia, e pinga-se um colírio nos olhos para evitar infecção. Deve-se evitar dar banho nas primeiras horas para que o bebê não esfrie e o curativo do coto umbilical é feito com álcool. Se a mãe estiver bem, pode tomar banho e alimentar-se do que desejar. Os profissionais avaliam periodicamente o sangramento após o parto e ajudam na amamentação.



#### 8. Caso tenha outros desejos e expectativas em relação à vivência do parto, registre aqui:

## Roteiro para aplicação da roda de conversa sobre plano de parto em centro de saúde

6º- Exibição do "filme andando com fé" (10')

7º Reflexão sobre o filme (5')

8º - Término da roda de conversa usando as carínhas (10')

9º- Encerramento da roda de conversa com a leitura do poema (5')



OBRIGADA!



“Para mudar o  
**mundo,**  
primeiro é preciso  
mudar a forma de  
**nascer**”  
(Michel Odent)