

*Fórum Perinatal da Rede Cegonha
Região Nordeste - Plano de Parto*



Plano de Parto

OMS – recomenda o uso do Plano de parto desde 1986
Ministério da saúde – Rede Cegonha



Definição

Plano de Parto é uma carta de intenções, na qual a gestante declara qual é o atendimento que espera para si e para o seu bebê, durante o processo de nascimento. Ele fala quais os procedimentos médicos e intervenções que aceita se submeter, quais são suas expectativas, como quer ser tratada!



Atualidade

Plano de Parto retrata um novo momento na obstetrícia, no qual as mulheres estão, novamente, se empoderando e se transformando em protagonistas do seu Parto.



Pré Natal - preparação



Pré Natal - preparação



Pré Natal - preparação

Trabalho de parto

Algumas coisas que você deve saber para ter um bom parto:

Você tem direito a um ambiente sossegado, privativo, arejado, sem ruídos, só para você e seu acompanhante, durante o trabalho de parto e o parto. É fundamental que você seja apoiada por pessoas que lhe tragam ânimo e confiança!



Existem vários procedimentos que **não** devem ser realizados de rotina, mas apenas em algumas situações, como, por exemplo:

- **Lavagem intestinal** – é desagradável e desnecessária; durante o trabalho de parto você esvaziará seu intestino naturalmente.
- **Raspagem dos pelos íntimos** – não é preciso fazer, nem em casa, nem quando chegar à maternidade. Seus pelos são uma proteção natural para a vagina.
- **Romper a bolsa das águas** – o rompimento artificial da bolsa aumenta os riscos de infecção e problemas com o cordão umbilical do bebê.
- **Soro com ocitocina** – torna as contrações mais incômodas e dificulta sua movimentação.
- **Episiotomia** – é um pique na vagina; pode causar dor e desconforto após o parto e aumentar os riscos de infecção.

O que você pode fazer para favorecer seu parto

Você pode mudar de posição, buscando maior conforto em cada momento: sentada, deitada de lado, ajoelhada, de cócoras, sentada na bola ou no banquinho, de quatro, de pé e caminhando. Estas posições podem aliviar a dor.

- **Caminhar e movimentar-se** pode diminuir o tempo do parto.
- **Tomar banho de chuveiro ou banheira** é um ótimo método para aliviar a dor.
- **Beber água e comer alimentos leves** dão mais força e energia para você e seu bebê.
- **Respirar profundamente**, no ritmo da contração, facilita a abertura e a saída do bebê.



Algumas posições e massagens ajudam a aliviar a dor. Experimente!

Pré Natal - preparação

Posições de parto



A posição de cócoras ajuda muito no parto.



Ficar apoiada em seu(sua) acompanhante pode ajudar a dar força no período final do parto.

Dense em algumas coisas que podem ajudá-la no trabalho de parto. Por exemplo, ouvir música.



A bola ajuda o bebê a se encaixar melhor, a dilatar mais rápido e a aliviar a dor. Debaixo do chuveiro pode ser melhor ainda.



Ficar agachada ou de joelhos ou de quatro pode facilitar o parto, experimente. Encontre a posição que achar mais fácil.

O parto

O parto é uma grande experiência para a mulher e o bebê, e também para o pai. Pode ser um momento de grande prazer: a saída do bebê, o fim das contrações e o encontro com esse pequeno ser.

Você deve ter ouvido falar várias coisas sobre a dor do parto. É importante saber que essa dor varia de intensidade de mulher para mulher e se torna maior se a mulher está tensa e com medo.

Você está acostumada a ver as mulheres deitadas para o parto, mas as posições de cócoras, sentada ou de joelhos são melhores para favorecer a saída do bebê: o canal de parto fica mais curto, a abertura da vagina fica maior e a circulação de oxigênio para o bebê é melhor. Experimente e encontre a posição mais adequada para você.

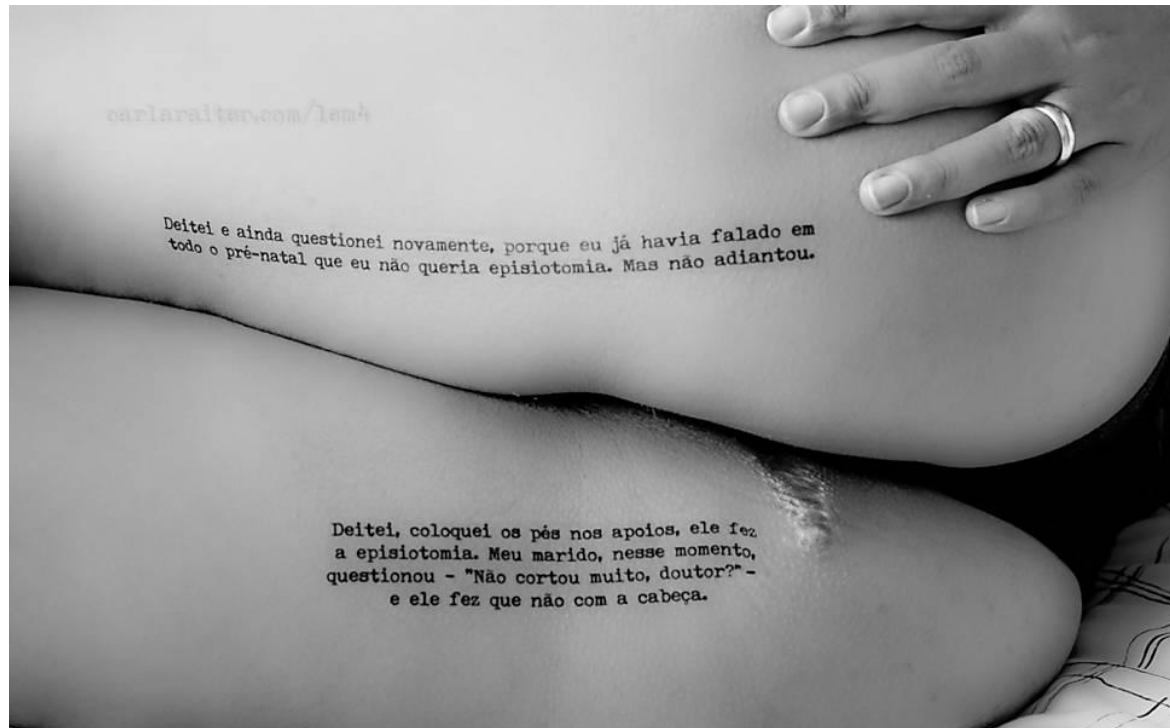


Pré Natal - preparação



Conduitas

Evidências Científicas



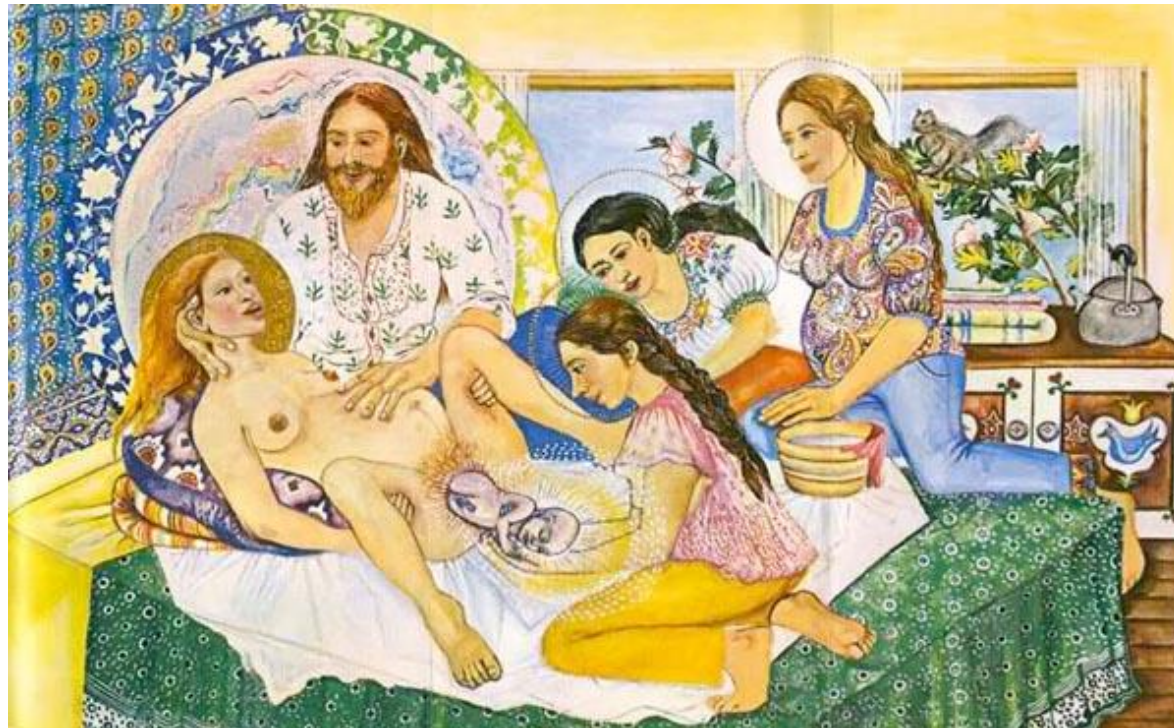
Desmistificar conceitos



Liberdade de Movimento no TP



Escolher o local onde queira Parir



Parir como se sentir mais confortável



Ser encorajada para Parir



Não separar o bebê de sua mãe



Hora dourada



Clampeamento tardio do cordão Umbilical



Sensibilização dos Profissionais



Sensibilização dos Profissionais



Colher



Acolher

PARTO HUMANIZADO

O parto é voltado para as necessidades da mulher; é a futura mãe quem toma as decisões. A gestante deve ficar em um local que tenha privacidade, não deve passar fome nem ter sede ou alguma privação.

O ar-condicionado do hospital deve ser desligado, pois ela não pode passar frio. Se, durante o parto normal, ela sentir vontade de andar ou se agachar, ela pode. Quando o bebê chega, deve haver o aleitamento imediato, se a criança estiver bem. A prioridade é a experiência da mãe ao partir seu filho.

EDITORIA DE ARTE / HÉLVIO/OTEMPO



NATURAL

Nesse caso, o papel do médico é o de acompanhar. Não há uso de anestésicos e não são feitas a episiotomia (corte do períneo) nem a indução.



NORMAL

Também conhecido como parto vaginal, é realizado de acordo com a dilatação do colo do útero. Se as dores forem intensas, pode ser aplicada a anestesia peridural. Também podem ser realizadas a episiotomia e a indução (com medicamentos ou rompimento da bolsa d'água).



CESÁREA

Procedimento cirúrgico, é indicado somente aos partos de risco, como quando há posição inadequada do feto ou descolamento de placenta.



SEM DOR

No Brasil, é feito com a aplicação de anestesia peridural ou raqui-anestesia. Acredita-se, também, que o acompanhamento da mãe por pessoas queridas tenha um papel na diminuição da dor.



DOMICILIAR

Realizado na casa da futura mãe, é recomendado apenas para gestações de baixo risco e deve ser conduzido por um médico ou enfermeiro obstetra.



DE CÓCORAS

Uma variação do parto normal ou natural, na qual a mãe fica de cócoras em uma cadeira ou sentada em um banco especial. A posição auxilia a saída do bebê e alivia a dor das contrações.



FÓRCEPS

Usado nos momentos finais de um parto normal em que há sofrimento do bebê, o fórceps funciona como uma pinça, auxiliando a saída da criança do útero.



NA ÁGUA

Indicado somente para a gravidez de baixo risco, o nascimento é feito dentro de uma banheira, com água à temperatura do corpo da mãe para que a saída da criança seja de um ambiente líquido e quente para outro com as mesmas características.



LEBOYER

A ideia aqui é um nascimento em ambiente com pouca luz, dando banho no bebê logo após o parto para oferecer ao recém-nascido uma chegada calma e sem estresse ao mundo.

Como se nasce no Brasil

Parto normal x Cesariana

SUS

38,4%
cesarianas
746.800

2011

1.197.992
61,6%
parto
normal

36,8%
cesarianas
951.948

2010

1.243.822
63,2%
parto normal

Particulares - Não há pesquisas nacionais

FONTE: Ministério da Saúde e Agência Nacional de Saúde Complementar

Como se nasce no Brasil

Parto normal x Cesariana

GERAL



53,7%
cesarianas

1.566.116

2011

1.340.310

46%
parto normal

52,3%
cesarianas

1.496.034

2010

1.362.287

47,6%
parto normal

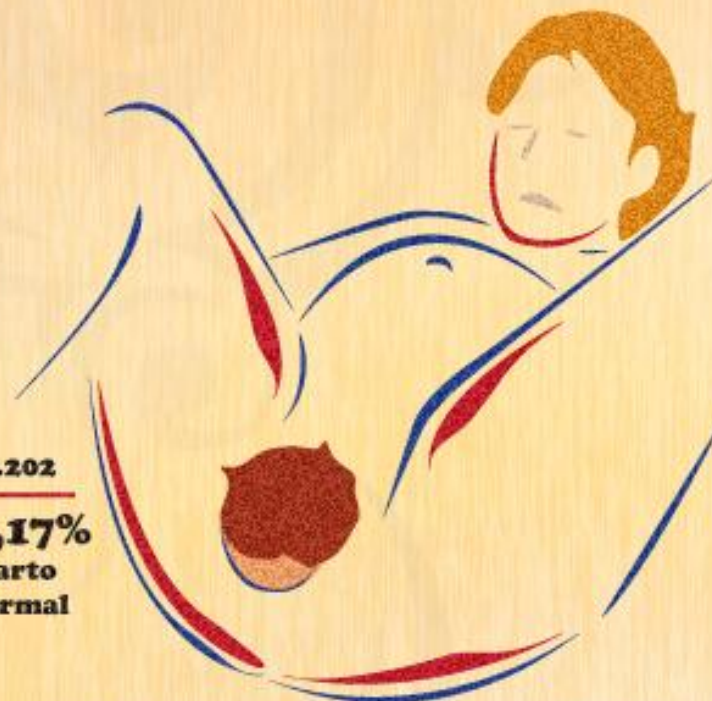
O índice de cesarianas considerado aceitável pela OMS (Organização Mundial de Saúde) é de até 15%.

FONTE: Ministério da Saúde e Agência Nacional de Saúde Complementar

Como se nasce no Brasil

Parto normal x Cesariana

Rede Suplementar
(Convênios Médicos)



FONTE: Ministério da Saúde e Agência Nacional de Saúde Complementar

Plano de Parto

Recomendações da OMS (Organização Mundial da Saúde) no Atendimento ao Parto Normal (1996).

A) Condutas que são claramente úteis e que deveriam ser encorajadas

B) Condutas claramente prejudiciais ou ineficazes e que deveriam ser eliminadas

C) Condutas freqüentemente utilizadas de forma inapropriadas

D) Condutas freqüentemente utilizadas de modo inadequado

Referências

- * WHO, Appropriate Technology for Birth, The Lancet, 2, 436-7, 1985.
Assistência ao Parto Normal: Um guia prático - 1996.
- * Cadernos Humaniza SUS – disponível:
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_humanizasus_v4_humanizacao_parto.pdf
- * Rede Cegonha – MS
- * Caderno 32 – MS – 2012



DEPOIS QUE
UM CORPO
COMPORTA
OUTRO CORPO
NENHUM
CORACÃO
SUPPORTA O
POUCO.

- Alice Ruiz