

# Plano de Parto

## Exemplo de Plano de Parto

Para atender 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 gestante deve procurar assistência de saúde. Poderá ter o acompanhante que desejar.

1. Acompanhante que deseja durante a internação na maternidade:

- Marido/ parceiro/ pai do bebê     Mãe  
 Filha (o)     Amigos  
 Outros familiares     Doula  
 Nenhum     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.

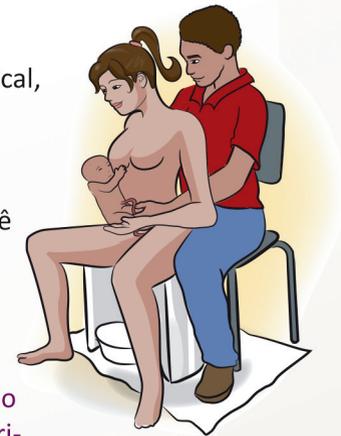


7. Quanto ao corte do cordão umbilical, deseja que seja feito:

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

Após a primeira hora de vida, 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.



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

BH Pelo Parto Normal



*Ajude a nascer esta idéia*



[bhpelopartonormal.pbh.gov.br](http://bhpelopartonormal.pbh.gov.br)