

PLANO DE PARTO

Parturiente: Telefones: (63)
Acompanhante: () pai do bebê () mãe () sogra () amiga () _____
Bebê:
Obstetra:
Doula:

Estamos cientes de que o parto pode tomar diferentes rumos. Abaixo listamos nossas preferências em relação ao nascimento do nosso filho. Sempre que os planos não puderem ser seguidos, gostaríamos de ser previamente avisados e consultados a respeito das alternativas.

TRABALHO DE PARTO

- Presença de meu marido e minha Doula;
- Sem tricotomia (raspagem dos pelos pubianos) e enema (lavagem intestinal);
- Sobre o uso de ocitocina ou qualquer medicamento para indução ou aceleração do trabalho de parto: Apenas sob REAL necessidade médica e depois de me serem apresentadas todas as alternativas;
- Monitoramento Fetal Eletrônico (CTG): Apenas se houver real indicação médica, prefiro a ausculta intermitente com sonar;
- Exame de Toque: Não gostaria que fosse realizado com frequência, pois acho muito desconfortável, se necessário, que possa ser em intervalos de 4 horas;
- Liberdade para caminhar e escolher a posição que quero ficar;
- Uso ilimitado da banheira e/ou chuveiro;
- Peço que não seja oferecido anestésicos ou analgésicos. Eu pedirei quando julgar necessário;
- Rompimento artificial da bolsa: apenas depois do início do trabalho de parto e sob real necessidade médica;
- Quero permanecer no apartamento de parto, com privacidade e baixa luminosidade;
- Ouvir música durante o trabalho de parto;
- Gostaria que fossem feitas fotos ou filmagens apenas se me sentir à vontade para isso, combinarei antes com um fotógrafo com experiência nessa área ou com a minha Doula;
- Quero poder tomar água ou comer durante o trabalho de parto, caso eu sinta necessidade.

PARTO

- Gostaria de ficar livre para decidir minha própria posição de parto;
- Gostaria de um ambiente especialmente calmo nesta hora;
- Gostaria de orientações com relação à quando empurrar ou não para evitar uma laceração maior.
- Não vou tolerar que minha barriga seja empurrada para baixo;
- Episiotomia: só se for **realmente** necessário. Não gostaria que fosse uma intervenção de rotina;
- Quero que as luzes sejam apagadas e o ar condicionado desligado na hora do nascimento;
- Gostaria de ter meu bebê colocado de imediato no meu colo com liberdade para amamentar quando ele der sinais que quer mamar, e aí permanecer por no mínimo 1 hora, os demais cuidados como pesar e medir deverão ficar para depois desse tempo.

APÓS O PARTO

- Aguardar a expulsão espontânea da placenta, sem manobras, tração ou massagens, a menos que seja, estritamente necessário, (emergência);
- Quero ter o bebê comigo o tempo todo, seja na suíte de parto ou bloco cirúrgico;
- Quero que o pediatra o avalie encima do meu peito;

- Liberação para o apartamento o quanto antes com o bebê junto comigo.

CUIDADOS COM A CRIANÇA

- Não administração de **nitrito de prata - CREDE**, sob hipótese nenhuma, outro antibiótico oftálmico, apenas se necessário, quero ser consultada antes;
- Quero que a injeção de vitamina K, Kanaquion, seja feita enquanto ele estiver no meu colo;
- Quero fazer a amamentação sob livre demanda;
- Em hipótese alguma, oferecer bico, chupeta ou complemento ao bebê;
- Quero que não seja retirado todo o vernix do bebê ao nascer e que o **primeiro banho** só seja dado **após 24 horas de nascido**;
- Alojamento conjunto o tempo todo;
- Gostaria que todos os procedimentos que sejam necessário ser realizados com o bebê, que seja feito no quarto, na minha presença, caso haja a necessidade de levar o meu bebê para algum outro lugar, quero que meu marido o acompanhe.

CASO A CESÁREA SEJA NECESSÁRIA

- Exijo o início do trabalho de parto antes de se resolver pela cesárea;
- Quero a presença da Doula e do marido na sala de parto;
- Anestesia: peridural, sem sedação em momento algum;
- Gostaria que as luzes e ruídos fossem reduzidas e o ar condicionado desligado;
- Na hora do nascimento gostaria que o campo fosse abaixado para que possa vê-lo nascer;
- Se meu bebê nascer bem, quero que seja colocado imediatamente em contato pele-a-pele, preferencialmente ser passado por baixo do campo cirúrgico, e que ali fique durante todo procedimento cirúrgico, se possível por 1 hora, quero minhas mãos livres para poder segurá-lo, se ele quiser mamar, quero ajuda para conseguir colocá-lo no peito, já que estarei deitada;
- Quero clameamento tardio do cordão, no mínimo 1 minuto, mas a preferência é que a placenta seja retirada e só depois o clameamento ser feito, preferencialmente pelo meu esposo;
- Só depois desse tempo, 1 hora, ou após a finalização de todo processo cirúrgico, ser retirado para pesar, medir, colocar a roupinha;
- Também gostaria de ser estimulada a amamentar sob livre demanda e o mais precocemente possível;
- Quero que meu bebê saia do bloco cirúrgico comigo, sobre meu peito, quero ele o tempo todo comigo.

Agradeço muito a equipe envolvida e a ajuda para tornar esse momento especial.

Por estar ciente dos desejos do casal, abaixo assinamos:

Pais

Obstetra

Doula

Pediatra