

Plano de PARTO



Gestante

Acompanhante

Bebê

DPP

Hospital

Obstetra

Obstetriz

Doula

Pediatra

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

DURANTE O TRABALHO DE PARTO

- Presença de meu (minha) acompanhante e doula;
- Sem perfusão contínua de soro e ou ocitocina se não for necessário;
- Liberdade para beber água e comer enquanto for tolerado;
- Liberdade para caminhar e escolher a posição que quiser ficar;
- Liberdade para o uso ilimitado de chuveiro e banheira;
- Monitoramento fetal: apenas quando for essencial e não contínuo;
- Analgesia: Peço que não seja oferecido anestésicos ou analgésicos. Eu pedirei quando achar necessário;
- Não realizar rompimento artificial de bolsa (por rotina). Somente se necessário;
- Caso seja necessário induzir o parto, favor me informar todos os procedimentos que serão realizados e optar por opções não farmacológicas;
- Manter luz baixa.

Plano de PARTO



DURANTE O PARTO

- No momento do expulsivo gostaria de sentir quando coroar;
- Prefiro ficar na posição que eu achar mais confortável no momento (cócoras, semi-sentada... entre outras). Não quero posição ginecológica;
- Prefiro fazer força só durante as contrações, quando eu sentir vontade e caso eu precise ser guiada que seja com calma e não forçada;
- Gostaria de um ambiente especialmente calmo nesta hora;
- Não vou tolerar que minha barriga seja empurrada para baixo;
- Não quero Episiotomia;
- Gostaria que as luzes fossem apagadas (penumbra) para que nosso filho possa nascer em um ambiente calmo e silencioso;
- Gostaria de ter nosso filho colocado imediatamente no meu colo após o parto e com liberdade para amamentar;
- Gostaria que o(a) acompanhante cortasse o cordão após o mesmo ter parado de pulsar;
- Gostaria que todos os procedimentos com o bebê fossem feitos no quarto na minha presença e com minha autorização;
- Não gostaria que o banho na bebê fosse no primeiro dia de vida.

NO PÓS-PARTO

- Solicito aguardar a expulsão espontânea da placenta, sem manobras, tração ou massagens, caso não seja possível aceitarei ajuda;
- Gostaria de ter auxílio da amamentação;
- Gostaria de deixar meu (minha) filho sempre próxima a mim na sala de parto, caso não seja possível gostaria que meu (minha) acompanhante estivesse junto a ele/ela.

Plano de PARTO



CUIDADO COM O BEBÊ

- NÃO gostaria da aplicação de nitrato de prata ou antibióticos oftálmicos (minhas sorologias são negativas);
- Quero realizar a amamentação sob livre demanda;
- Em hipótese alguma, oferecer água glicosada, bicos ou qualquer outro suplemento ao bebê;
- Manter alojamento conjunto o tempo todo. Meu (minha) acompanhante ficará com o nosso filho caso eu esteja muito cansada ou necessite de ajuda;
- Gostaria de dar o banho no nosso filho e fazer as trocas (ou eu ou meu (minha) acompanhante).

CASO A CESÁREA SEJA NECESSÁRIA

- Exijo o início do trabalho de parto antes de se optar pela cesárea;
- Quero a presença da doula, da obstetrix e do meu (minha) acompanhante na sala de parto;
- Anestesia: peridural, sem sedação em momento algum;
- Não quero os meus braços amarrados;
- Gostaria que as luzes e ruídos fossem reduzidas;
- Após o nascimento, gostaria que colocassem o nosso filho sobre meu peito e que minhas mãos estejam livres para segurá-lo;
- Gostaria de permanecer com o bebê no contato pele a pele enquanto estiver em cirurgia;
- Também gostaria de amamentar o bebê e ter alojamento conjunto o quanto antes.

DATA ____/____/_____