



# PLANO DE PARTO

## INTRODUÇÃO

A equipa multidisciplinar do serviço Núcleo de Partos, Obstetrícia e Neonatologia do CHEDV tem como principais objetivos avaliar, vigiar e assistir as suas utentes grávidas, no sentido de promover o parto o mais natural possível, prevenindo qualquer complicação.

Tanto quanto nos for possível, queremos conhecer e atender as suas expetativas e desejos, com vista à prestação de cuidados humanizados, para que posteriormente olhe a experiência do parto no CHEDV como harmoniosa, bem sucedida e gratificante.

A situação clínica do trabalho de parto será acompanhada por profissionais de saúde especializados, médicos obstetras e enfermeiras especialistas em saúde materna e obstetrícia (parteiras), que farão a vigilância contínua do bem-estar materno e fetal.

A avaliação do bem-estar materno passa pela avaliação periódica da tensão arterial, pulso, temperatura e dor.

A nível fetal, a vigilância é efetuada através da auscultação do foco cardíaco ou da realização de cardiotocografia (CTG).

A evolução do trabalho de parto é avaliada através de toques vaginais, efectuados com a regularidade necessária, pelos profissionais acima referidos.

Deste modo, solicitamos que, após reflexão e esclarecimento das suas dúvidas/ questões, preencha o seu Plano de Parto e o devolva à equipa do Núcleo de Partos no dia do seu internamento, para que esta o possa ter em consideração indo de encontro às suas expetativas.

O seu nome é \_\_\_\_\_ A data prevista do parto é \_\_\_\_\_

O seu médico assistente é \_\_\_\_\_

A pessoa que vai acompanhar / participar no trabalho de parto é (com idade superior a 18 anos):  
\_\_\_\_\_

Estão a frequentar ou pretendem frequentar:

☐ curso de preparação para o parto - Onde: \_\_\_\_\_

☐ sessão de esclarecimento à grávida/acompanhante no CHEDV

☐ visita ao serviço Núcleo de Partos do CHEDV



### **CONHECÊ-LA UM POUCO...**

Aspetos relevantes que queira informar-nos:

\_\_\_\_\_

Existe algo que gostaria que soubéssemos de si, no que respeita a preocupações, medos, ansiedades, atitudes: \_\_\_\_\_

O seu objetivo é:

- ☐ usar medidas de apoio e de conforto fornecidas pelas enfermeiras especialistas de apoio às salas de parto
- ☐ usar adicionalmente às medidas de apoio e de conforto, fármacos para redução da dor (epidural)
- ☐ outras medidas, por favor explique \_\_\_\_\_

### **PRIMEIRA FASE DO TRABALHO DE PARTO... LIDAR COM AS CONTRAÇÕES**

As seguintes medidas foram consideradas úteis para enfrentar o desconforto associado às contrações. Verifique por favor que medidas de conforto gostaria que lhe fosse proporcionado durante o trabalho de parto:

- ☐ banho no chuveiro / duche
- ☐ andar a pé / sentar no sofá
- ☐ usar várias almofadas ( poderá trazer as suas)
- ☐ panos húmidos, quentes ou frios
- ☐ massagem
- ☐ ouvir a sua própria música
- ☐ medicação analgésica
- ☐ epidural
- ☐ utilizar a bola de Pilates / disco de proprioceção
- ☐ adotar posições antiálgicas para o alívio da dor
- ☐ outras \_\_\_\_\_



### **DURANTE O TRABALHO DE PARTO**

A equipa está disponível para qualquer **esclarecimento** sobre procedimentos efetuados durante o trabalho de parto, como por exemplo:

- indução do parto
- monitorização fetal externa / interna
- fármacos para o alívio da dor / analgesia epidural
- rutura artificial das membranas
- tricotomia
- episiotomia
- fórceps / ventosa
- cesariana
- outros \_\_\_\_\_

### **PERÍODO EXPULSIVO / NASCIMENTO DO BEBÉ**

A enfermeira irá ajudá-la a encontrar posições diferentes e confortáveis para o período expulsivo. Quais das seguintes gostaria de experimentar:

- ☐ usar a barra para se poder agachar / ou apoios laterais
- ☐ usar os apoios laterais
- ☐ usar as perneiras
- ☐ fazê-lo sozinha
- ☐ outras \_\_\_\_\_

Depois do bebé nascer, sempre que possível, gostaria que:

- ☐ fosse eu / o acompanhante / o profissional de saúde a cortar o cordão umbilical (sublinhar o que gostaria)
- ☐ de efetuar contacto pele a pele
- ☐ fosse \_\_\_\_\_ a pôr a primeira fralda
- ☐ fosse \_\_\_\_\_ a fotografar após o nascimento
- ☐ outras \_\_\_\_\_



O Serviço Internamento de Obstetrícia defende que o melhor para a mãe e bebé é mantê-los juntos 24 horas por dia, pelo que a equipa de enfermagem irá apoiá-la e ajudá-la a tratar do seu bebé na enfermaria.

Queremos, portanto, saber se está informada sobre os benefícios e vantagens do aleitamento materno: ☐ sim ☐ não

Pretende amamentar: ☐ sim ☐ não

Durante a sua estadia no serviço de Obstetrícia, gostaria de:

- ☐ ter sempre o seu bebé consigo
- ☐ ser informada dos procedimentos e exames a realizar ao bebé
- ☐ estar presente caso o bebé tenha que fazer algumas análises
- ☐ estar presente no momento de administração das vacinas
- ☐ que a enfermeira demonstrasse como dar o banho ao bebé
- ☐ outros \_\_\_\_\_

Gostaria de ter a visita dos seus outros filhos:

- ☐ no serviço de internamento de Obstetrícia
- ☐ em nenhum momento

Quando regressar a casa, terá a ajuda das seguintes pessoas (Opcional):

\_\_\_\_\_

Comentários e ideias adicionais:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## AValiação DO PLANO DE PARTO

Todo e qualquer assunto deverá ser sempre avaliado, para que possa ser ajustado/ melhorado.  
Como tal, pedimos a sua avaliação relativamente a este documento:

- ☐ pouco útil                      ☐ útil                      ☐ muito útil

\_\_\_\_\_  
Data

\_\_\_\_\_  
Assinatura da Grávida

\_\_\_\_\_  
Progenitor / Acompanhante de Apoio



Anexo II – Exercícios Pélvicos e Métodos não farmacológicos para o alívio da dor.





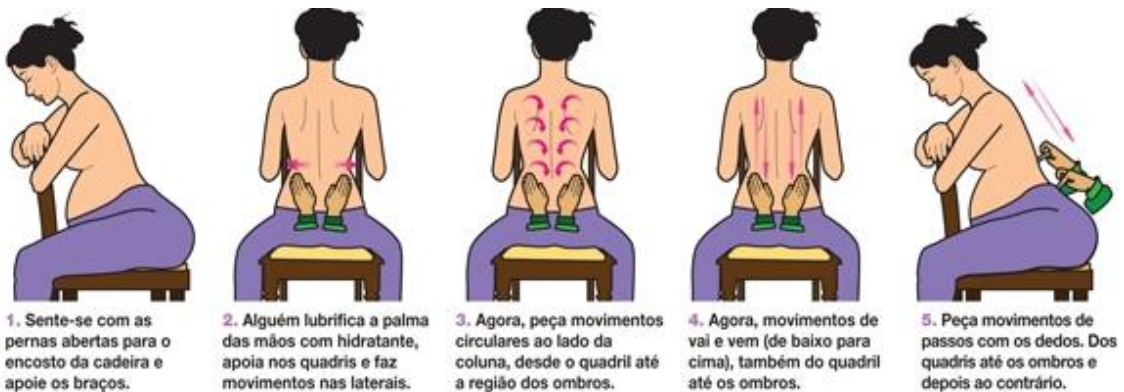
### Exercícios com cadeira



### Exercícios com Bola de Pilates



### Massagem



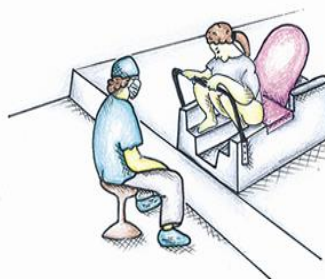




### Exercícios de cócoras, com almofadas



### Exercícios com barra



### Banho no chuveiro / Duche



### Disco de Proprioção

