

Sugestão de Plano de Parto para a Mulher

A. Dados Pessoais:

Nome: _____

Data Provável de Parto ___ / ___ / _____. Local de Parto _____

B. Pessoas que eu gostaria que me apoiassem durante o trabalho de parto:

Companheiro Mãe Irmã Filhos

Amiga Enfermeira Especialista em Saúde Materna Doula

Médica Obstetra Médica Anestesista Médica Pediatra

Outras: _____

Pessoas que eu gostaria que estivessem presentes durante o parto:

Companheiro Mãe Irmã Filhos

Amiga Enfermeira Especialista em Saúde Materna Doula

Médica Obstetra Médica Anestesista Médica Pediatra

Outras: _____

C. Aspectos que considero mais positivos quando penso no trabalho de parto:

D. Aspectos que considero menos positivos quando penso no trabalho de parto:

E. Relativamente às medidas de apoio e conforto durante o trabalho de parto e o parto:

pretendo ter exclusivamente o apoio e conforto por métodos não farmacológicos, sem recorrer a qualquer tipo de medicamentos

pretendo utilizar adicionalmente às medidas de apoio e conforto não farmacológicas, fármacos para redução da dor

Outras medidas: _____

F. Das medidas sugeridas pela Organização Mundial de Saúde para enfrentar o desconforto que poderá estar associado às contracções durante o trabalho de parto, gostaria que me fossem oferecidas as seguintes:

- Massagem Epidural Bola de parto Banho de imersão/jacuzzi/duche
- Vestir a minha própria roupa Usar várias almofadas (trarei as minhas de casa)
- Liberdade total de movimentos e posicionamentos
- Aplicação localizada de gelo Outras _____

G. Após o nascimento do bebé, gostaria:

- Que colocassem o bebé imediatamente sobre mim
- Que o bebé fosse embrulhado num cobertor antes de lhe pegar
- Que o bebé fosse lavado antes de lhe pegar
- Que o cordão umbilical fosse cortado o mais tardiamente possível
- Que fosse _____ a cortar o cordão umbilical
- Que fosse _____ a colocar a primeira fralda
- Outras _____

H. Gostaria de ser informada na altura do parto dos motivos, se surgirem, que poderão levar os profissionais a sugerirem:

- Administração de ocitocina artificial Rotura artificial de membranas
- Algaliação Episiotomia Indução de trabalho de parto
- Aplicação de ventosas ou fórceps Cesariana Outro _____

I. Após o parto, para me apoiar no meu papel como mãe, gostaria de ter o apoio mais próximo de:

- Companheiro Mãe Irmã Amiga
- Enfermeira Doula Médica Pediatra Outra: _____

J. O apoio que sinto que irei precisar é no sentido de:

- Cuidar do bebé Apoio e orientação na amamentação
- Tarefas domésticas Tomar conta do bebé para eu descansar
- Outros _____