

CUIDADOS DURANTE O PARTO E O NASCIMENTO

O que esperar ao chegar ao BMC Labor and Delivery

Ao chegar ao BMC Labor and Delivery, você fará seu registro na recepção. Em seguida, você vai para a triagem. A triagem é onde verificaremos como você e o bebê estão e ajudaremos a decidir se você deve ou não ser internada. Às vezes, quando o trabalho de parto começou há pouco tempo, pode ser muito cedo para ficar no hospital. Se você e seu bebê estiverem saudáveis, você poderá ser mandada para casa para aguardar o progresso do trabalho de parto.

Durante o trabalho de parto, você terá uma enfermeira primária e uma parteira ou médico encarregados de cuidar de você e de seu bebê. Você também poderá ser atendida por médicos residentes durante o trabalho de parto. Os anestesistas estão disponíveis se você quiser receber anestesia epidural durante o trabalho de parto. Estudantes de medicina, parteiras estudantes, ou médicos assistentes também podem ajudar você no trabalho de parto.

Vamos:

- Verificar os batimentos cardíacos do bebê
- Verificar a dilatação do colo do seu útero
- Coletar sangue para alguns exames
- É possível que seja colocado um soro (nem todos os trabalhos de parto exigem soro)
- Discutir suas opções para controle da dor



A maioria das gravidezes e nascimentos acontecem sem complicações. No entanto, às vezes surgem problemas. Esta seção responderá algumas de suas perguntas sobre os problemas mais comuns. Conversamos com todas as

pacientes sobre estes problemas e pedimos que assinem um formulário que afirma que você os compreende e concorda em nos deixar ajudar você e seu bebê se algum destes problemas acontecer.



PERGUNTAS FREQUENTES SOBRE PROBLEMAS COMUNS DURANTE O TRABALHO DE PARTO

E se meu trabalho de parto precisar ser iniciado ou induzido?

- É possível utilizar o misoprostol, a oxitocina (pitocina) e um cateter balão cervical para iniciar o trabalho de parto.
- O misoprostol e a pitocina são medicamentos que causam contrações. Às vezes, eles tornam as contrações muito fortes.
- Seu bebê pode ter dificuldades com as contrações fortes. Seu profissional de saúde pode mudar seu medicamento caso você ou seu bebê tenham algum problema.
- Uma sonda Foley pode ajudar a preparar o colo do útero para o parto, abrindo-o mais.

E se meu trabalho de parto desacelerar?

- Mudar de posição, descansar, ou obter fluido extra por meio de soro são coisas que podem ajudar a acelerar o trabalho de parto.
- Seu profissional de saúde pode recomendar o rompimento de sua bolsa (amniotomia). Isto é feito com uma pequena agulha, como uma agulha de crochê. Esse procedimento não provoca dor. Ele pode abreviar seu trabalho de parto.
- Recomendamos a oxitocina (pitocina) (veja acima).
- Seu profissional de saúde pode usar um cateter de pressão intra-uterino. Trata-se de um pequeno tubo que seu profissional de saúde coloca dentro de seu útero que mostra a força de suas contrações.
- Talvez seja necessário submeter-se a um parto cesáreo (cesariana) porque outros tratamentos não ajudaram. (veja abaixo)

E se houver um problema com os batimentos cardíacos de meu bebê?

- Mudar sua posição, respirar oxigênio extra através de uma máscara ou obter fluido extra através de soro intravenoso são coisas que podem ajudar os batimentos cardíacos do bebê.
- Para ajudar os batimentos cardíacos do seu bebê, seu profissional de saúde pode parar os medicamentos que tornam as contrações mais fortes.
- Em alguns casos, seu profissional pode usar um eletrodo de escalpe fetal (FSE). Trata-se de um pequeno monitor colocado na cabeça do bebê. Ele fornece mais informações sobre os batimentos cardíacos do seu bebê.

- Talvez seja necessário submeter-se a um parto cesáreo (cesariana) porque outros tratamentos não ajudaram, (veja abaixo)

E se meu bebê precisar de ajuda para sair rapidamente?

- Episiotomia. Este é um pequeno corte em sua vagina que dá mais espaço para o bebê nascer. A maioria das mulheres não precisa de uma episiotomia. As episiotomias podem aumentar o risco de lacerações profundas na vagina. As lacerações no reto podem causar problemas com a retenção de gases ou evacuação.
- Fórceps ou ventosa. São ferramentas colocadas na cabeça do bebê para ajudar a puxar o bebê para fora enquanto você empurra para ajudá-lo a nascer rapidamente. Embora a maioria dos bebês se adaptem com fórceps ou ventosa, há riscos

potenciais. O fórceps pode machucar a pele do bebê ou, em casos raros, ferir um nervo no rosto do bebê. A ventosa pode causar inchaço no couro cabeludo do seu bebê ou, em casos raros, ferir vasos sanguíneos na cabeça do bebê. O uso de fórceps ou ventosa pode aumentar o risco de ferir os músculos da sua pelve.

- Parto cesáreo (cesariana). As cesarianas são realizadas quando seu médico faz um corte na pele e no útero para dar à luz seu bebê. Entre 15-35% dos nascimentos são cesarianas. Algumas cesarianas são planejadas antes do parto e outras acontecem durante o trabalho de parto.

Algumas razões pelas quais seu bebê pode precisar nascer por cesariana incluem:

- Seu bebê apresenta um problema durante sua gravidez ou no trabalho de parto.
- Seu trabalho de parto é interrompido.
- Você já fez uma cesárea antes e precisa fazer uma novamente.
- Seu bebê não está na posição correta.
- Você tem um problema de saúde.

Que problemas pode causar uma cesárea?

- Perda de sangue (hemorragia)
- Infecção
- Dor após a cesariana
- Cicatrizes (isto pode tornar outras cirurgias abdominais mais difíceis)
- Os raros problemas incluem:
 - Danos à sua bexiga, intestinos ou vasos sanguíneos
 - Um pequeno corte em seu bebê

- Histerectomia (cirurgia para remover seu útero) (1-2 em cada 1000)
- Morte (1 em cada 10.000)

Posso ter um parto vaginal depois de uma cesariana?

Em muitos casos, sim. Embora seja raro (menos de 1 em cada 100), a cicatriz em seu útero pode se romper durante o parto (ruptura uterina). É mais provável que ela se rompa se você tiver tido mais de uma cesariana. Sua parteira ou médico falará com você sobre a chance de ter problemas na próxima gravidez.

E se eu tiver febre durante o trabalho de parto?

Uma infecção no seu útero pode causar febre. Seu profissional de saúde pode recomendar um antibiótico através do seu soro. Seu bebê também pode precisar de antibióticos intravenosos após o nascimento. Isto acontece em cerca de 2-3 de cada 100 partos vaginais. As infecções são mais comuns após uma cesariana e todas as mulheres recebem antibióticos para prevenir infecções.

E se meu bebê ficar preso ao sair?

Quando a cabeça do bebê nasce, mas o ombro fica preso atrás do osso púbico, isto é chamado de distócia de ombros. Esse quadro é uma emergência. Acontece em 2 de cada 100 nascimentos. Seu profissional de saúde pode pedir para que você mude de posição. É possível seja feita uma episiotomia. A clavícula de seu bebê pode quebrar durante o nascimento. Na maioria dos casos melhora sozinho. Às vezes, a pressão no ombro do bebê pode ferir um nervo no braço do seu bebê. Na maioria das vezes, o nervo melhora com a fisioterapia. Em casos raros, é possível ocorrer dano cerebral ou morte quando um bebê fica preso por um longo período de tempo.



PERGUNTAS FREQUENTES SOBRE PROBLEMAS COMUNS APÓS O NASCIMENTO

E se minha vagina se lacerar durante o parto?

- Muitas pessoas que dão à luz sofrem pequenas lacerações na vagina durante o nascimento.
- Às vezes é recomendada uma episiotomia, (ver seção anterior)
- Seu profissional de saúde verificará a existência de lacerações em sua vagina após o nascimento de seu bebê.
- Você pode precisar de pontos para cicatrizar a laceração. Os pontos se dissolvem sozinhos. Uma compressa fria ajuda nas dores no primeiro dia.

E se eu sangrar demais?

- *Massagem.* Seu profissional de saúde pode massagear seu útero para ajudá-lo a se contrair.
- *Oxitocina e outros medicamentos.* Estes medicamentos podem impedir que seu útero sangre.
- *A placenta pode ficar presa dentro de você e seu profissional de saúde pode precisar alcançar o interior do útero para removê-la.* Isto não é muito comum.
- *Dilatação e curetagem.* Esta é a cirurgia para retirar qualquer tecido remanescente em seu útero após o parto. Ela pode ajudar a estancar o

sangramento. A dilatação e curetagem podem aumentar o risco de infecção e danos ao útero, bexiga ou intestino.

- *Transfusão de sangue.* É quando você recebe sangue novo para substituir o sangue que perdeu. Isto ocorre em 4 de cada 1000 nascimentos.
- *Histerectomia.* É quando seu médico retira seu útero para estancar o sangramento. Pouquíssimas pessoas precisam de uma histerectomia (1-2 de cada 1000).

E se meu bebê precisar de ajuda após o nascimento?

- A maioria dos bebês começa a respirar sozinha após o nascimento. Às vezes os bebês precisam de ajuda extra, conhecida como ressuscitação neonatal. Seu profissional de saúde pode dar oxigênio ao seu bebê através de uma máscara ou colocar um tubo nos pulmões do bebê (intubar) para ajudá-lo a respirar.
- O mecônio é o primeiro movimento intestinal do bebê. O bebê pode expelir o mecônio no líquido amniótico antes do nascimento. Se isto acontecer, um pediatra estará presente no nascimento de seu bebê, caso ele precise de ajuda para respirar.
- Temos pediatras especializados trabalhando no hospital que podem cuidar de seu bebê no caso de uma emergência.

Nosso objetivo é proporcionar o parto mais seguro possível para você e sua família. Embora a maioria das mulheres deem à luz sem grandes complicações, não podemos prever como será seu parto e pode haver resultados inesperados. Este documento é para informar você sobre possíveis complicações no momento do parto. Você teve a oportunidade de revisar este documento e fazer perguntas a seu profissional de saúde antes de assinar o consentimento para o parto.

FOLHETO DE DADOS SOBRE A AMAMENTAÇÃO



A maioria das pessoas sabe que a amamentação é boa para os bebês e que há uma série de outros benefícios decorrentes da amamentação. Isso não se aplica apenas aos bebês, mas também às pessoas no pós-parto. Por exemplo:

BENEFÍCIOS PARA AS FAMÍLIAS QUE AMAMENTAM

- Desenvolve uma relação emocional especial e uma ligação com seu bebê
- O leite materno é GRATUITO, o que reduz ou elimina o custo da fórmula
- Os bebês amamentados adoecem menos, reduzindo assim os custos de saúde para a família e exigindo menos tempo longe do trabalho
- Redução do risco de cânceres de mama e ovários
- Redução do risco de anemia
- Proteção contra osteoporose e fratura de quadril no futuro
- Ajuda a retornar seu corpo ao seu estado de pré-gravidez mais rapidamente
- Ajuda a retardar o retorno da fertilidade e a espaçar as gravidezes seguintes

BENEFÍCIOS PARA OS BEBÊS QUE ESTÃO SENDO AMAMENTADOS

- O leite humano fornece às crianças a combinação ideal e mais completa de nutrientes
- O leite materno muda à medida que o bebê cresce. Ele dá ao bebê a melhor nutrição em todas as etapas.
- Os bebês desfrutam de uma relação especial de ligação e emocional com suas famílias.

- Protege contra diarreia, gastroenterite e outros distúrbios estomacais
- Redução do risco de diabetes
- Proteção contra infecções de ouvido e doenças respiratórias
- Redução do risco de SIDS (síndrome da morte súbita infantil)
- Proteção contra meningite, linfoma infantil, doença de Crohn e enterocolite ulcerativa
- Redução da incidência e gravidade das alergias
- O aleitamento materno desempenha um papel importante no desenvolvimento emocional
- Os bebês têm melhor desenvolvimento do cérebro e do sistema nervoso

BENEFÍCIOS AMBIENTAIS E SOCIAIS DA AMAMENTAÇÃO

- A amamentação reduz o custo da saúde ao proporcionar crianças e mães mais saudáveis.
- Amamentar é bom para o meio ambiente! Não exige embalagens ou materiais extras.
- Menos dias de trabalho perdidos porque as crianças são mais saudáveis



BEM-VINDO, BEBÊ!

O QUE VOCÊ PRECISARÁ SABER AO DEIXAR O HOSPITAL COM SEU NOVO BEBÊ

Após o nascimento de seu bebê, ambos irão para seu quarto compartilhado de pós-parto no BMC Labor and Delivery. A equipe proporcionará a você e sua família os melhores cuidados possíveis durante este período tão especial. Aqui, você aprenderá sobre seu novo bebê e como cuidar dele/dela e de você mesma. Enfermeiras especializadas no pós-parto colaborarão com você para realizar todas as etapas necessárias para preparar você e seu bebê para uma transição segura para casa.

EXAMES E TESTES PARA O BEBÊ

Podemos cuidar de seu bebê em seu quarto e fazer exames e testes para seu bebê lá.

Eles incluem:

- **Imunização contra a hepatite B:** Esta é a primeira de três injeções para prevenir a infecção pela hepatite B.
- **Triagem do metabolismo do recém-nascido e triagem da bilirrubina:** estes testes de triagem requerem amostras de sangue, que são retiradas do calcanhar do seu bebê. O sangue será coletado para estes dois testes ao mesmo tempo.
- **Teste de audição:** Este teste é simples e indolor e leva apenas alguns minutos.
- **Triagem cardíaca:** Feito para garantir que o coração de seu bebê seja saudável.
- **Primeiro banho:** Quando seu bebê tiver 12-24 horas de vida. Atrasamos o banho para ajudar seu bebê a se manter quente e para garantir que a glicose no sangue permaneça dentro do intervalo normal.

- **Remoção da pinça do cordão umbilical:** removeremos a pinça do cordão umbilical de seu bebê 24 horas após o nascimento.

Avise-nos se desejar que guardemos a pinça para você.

- **Circuncisão:** aguardamos até que o bebê tenha pelo menos 12-24 horas de vida, tenha urinado pelo menos uma vez e esteja mostrando sinais de que não está tendo nenhum problema para comer. Este procedimento é feito em uma sala de exame na unidade de pós-parto.

PARA OS PAIS NO PÓS-PARTO

- É possível que você deva tomar algumas vacinas, como COVID, gripe, tríplice viral (sarampo, caxumba e rubéola) ou catapora.
- Sua enfermeira preencherá o formulário do programa de Alimentação e Nutrição para Mulheres, Bebês e Crianças (WIC), se for necessário.
- Se estiver amamentando, forneceremos informações sobre

Agradecemos sua confiança para cuidarmos de você e de sua família.

grupos de apoio à amamentação como Baby Cafe. Mais informações sobre o Baby Cafe do BMC estão disponíveis em [BMC.org/obgyn/babycfe](https://www.bmc.org/obgyn/babycfe).

- Se estiver alimentando com fórmula, daremos informações sobre como preparar com segurança a fórmula infantil.

Quando você e seu bebê estiverem prontos para deixar o BMC, sua enfermeira removerá a pulseira de segurança (HUGS) de seu bebê.

LISTA DE AFAZERES DOS NOVOS PAIS

- **Bebê-conforto:** Traga seu bebê-conforto de casa o mais rápido possível. Queremos ter certeza de que você sabe como colocar seu bebê em segurança no bebê-conforto e que dispõe de tempo suficiente para praticar e fazer perguntas.
- **Certidão de nascimento:** Nossos especialistas em certidões de nascimento virão ao seu quarto para garantir que você assine a papelada. Se possível, traga um registro geral, como carteira de motorista ou um passaporte para um ou ambos os pais.
- **Consulta do recém-nascido:** Selecione um profissional de saúde para seu bebê. Marcaremos a primeira consulta de seu bebê para quando ele/ela tiver de 3 a 5 dias de vida.
- **Volta para casa:** Comece a planejar seu retorno para casa. Nosso objetivo é que você e seu bebê saiam até às 11h da manhã.



CONFORTO NO TRABALHO DE PARTO



Oferecemos muitas opções para lhe proporcionar conforto durante seu trabalho de parto e nascimento. Estas opções incluem vários medicamentos ou métodos naturais (sem medicamentos).

Educação para o parto

Participar de uma aula de educação para o parto pode ajudar você a se preparar para o trabalho de parto. Mesmo que você planeje usar medicamentos quando estiver em trabalho de parto, é bom conhecer algumas maneiras naturais de lidar com a dor do parto que podem ser usadas em casa quando o trabalho de parto começar. Visite BMC.org/obstetrics/childbirth-education para saber mais e se inscrever em uma aula de educação para o parto.

TRABALHO NATURAL (SEM MEDICAMENTOS)

Cada parturiente lida com a dor do parto de sua própria maneira. Entender como seu corpo funciona e sentir-se relaxada, amada e apoiada ajudará você a lidar com o trabalho de parto.

As técnicas naturais de trabalho de parto que você pode fazer incluem:

- Respirar durante suas contrações
- Use compressas quentes ou compressas de gelo onde doer
- Caminhe se possível
- Mude sua posição quando for difícil de lidar

- Use uma bola de Pilates para ajudar o trabalho de parto
- Escolha uma pessoa para ajudar você nas contrações. Pergunte a seu profissional de saúde sobre nosso Programa de Irmãs de Parto se estiver interessada em apoio extra.
- Hidroterapia/banheira
 - A hidroterapia utiliza água morna para ajudar a aliviar a dor. Você pode usar o chuveiro ou uma das banheiras de parto para ajudar a aliviar a dor do parto. Estudos médicos demonstram que não há problemas no uso de banheiras durante o trabalho de parto. Algumas mulheres acham que é muito relaxante durante o trabalho de parto e isso pode ajudar a usar menos medicação para as dores durante o trabalho de parto.

MEDICAÇÃO E CONFORTO NO TRABALHO DE PARTO

Algumas parturientes escolhem medicação para lidar com a dor do parto. Existem três tipos de remédios: medicação narcótica, óxido nitroso e medicação anestésica.

Narcóticos:

Este é um medicamento administrado através de seu soro ou por injeção.

Vantagens:

- Pode tirar um pouco da dor
- Faz você se sentir mais relaxada e sonolenta
- Pode ajudar a dormir no intervalo das contrações

Desvantagens:

- Talvez não tire toda a dor
- Algumas pessoas sentem tonturas ou náuseas

Óxido Nitroso “gás e ar”

Este é um medicamento inalado através de uma máscara. Ele só funciona enquanto está sendo inalado e os efeitos desaparecem quando se deixa de respirar na máscara.

Vantagens:

- Pode tirar um pouco da dor
- Pode fazer você se sentir mais relaxada
- Talvez você ainda sinta dor, mas não se importa tanto com isso.

Desvantagens:

- Talvez não tire toda a dor
- Algumas pessoas sentem tonturas ou náuseas

Anestesia

Este é um medicamento dado por um anestesista (médico especialmente treinado para dar anestesia) para insensibilizar as dores de parto. Durante o parto ou uma cesárea, a anestesia pode ser administrada de três (3) maneiras diferentes:

1. Epidural: Quando o anestesista coloca um cateter ou tubo nas costas. A medicação para dor passa pelo tubo para adormecer as dores do trabalho de parto. Você pode receber mais medicação para dor através do tubo conforme sua necessidade durante o parto. Leva cerca de 20 minutos para a dor parar. É a forma mais comum de administrar medicação anestésica para dor.

2. Anestesia raquidiana: O anestesista dá uma injeção de medicação para dor nas costas. A anestesia raquidiana entorpece as dores do parto em pouco tempo e é mais frequentemente utilizada para cesarianas.



Vantagens:

- A anestesia peridural e anestesia raquidiana ajudam a insensibilizar a maioria de suas dores de parto
- Menos dor faz você se sentir mais relaxada

Desvantagens:

- A anestesia epidural e raquidiana podem deixar suas pernas muito dormentes e pesadas
- Elas podem diminuir o ritmo de suas contrações e aumentar o tempo de expulsão
- Podem causar dores de cabeça que podem durar vários dias

3. Anestesia geral: em alguns casos, o anestesista terá que administrar medicamentos para que você adormeça durante a cirurgia. Um tubo será colocado na garganta para ajudar você a respirar enquanto estiver dormindo. A anestesia geral não é usada com muita frequência.



EM CASO DE UMA EMERGÊNCIA

MINHA DATA PREVISTA DO PARTO É:

TELEFONES DO CONTATO DE EMERGÊNCIA:

NOME DO MEU PROFISSIONAL DE SAÚDE:

QUANDO LIGAR PARA PEDIR AJUDA

Se você apresentar algum dos seguintes sinais de alerta, ligue para o número indicado.
Após o horário comercial, ligue para **617.414.2000** ou para o número fornecido por seu profissional de saúde:

- Náusea muito forte com vômitos que não passam.
- Dor ou ardor ao urinar.
- Dor de estômago muito forte.
- Sangramento vaginal.
- Golpe ou pancada forte em sua barriga.
- Calafrios ou febre maior que 100,4 graus Fahrenheit.
- Dificuldade para respirar ou dor no peito.
- Seu bebê não está se movendo tanto quanto antes.
- Sinais de hipertensão arterial (pré-eclâmpsia):
 - Dor de cabeça muito forte que não passa.
 - Dor muito forte na barriga, especialmente abaixo de sua costela direita.
 - Sua visão está desfocada ou você vê flashes de luz.
- Trabalho de parto prematuro (trabalho de parto antes de 37 semanas):
 - Contrações (sua barriga fica dura) mais de 4 vezes em uma hora.
 - Cólicas na barriga como quando você menstrua.
 - Dor lombar branda e fraca.
 - Sangue ou líquido proveniente de sua vagina

DICAS PARA CUIDAR DE SEU NOVO BEBÊ

SE SEU RECÉM-NASCIDO PUDESSE FALAR, EIS O QUE ELES DIRIAM A VOCÊ...

“Uau, nascer é um exercício e tanto! Eu deveria tentar mamar dentro de uma hora após o nascimento, mas depois talvez eu queira dormir muito nas próximas 24 horas”.

“Adoraria ser segurado pele a pele com você o máximo possível, basta perguntar à enfermeira como fazer isso com segurança”.

“Preste atenção aos sinais de que estou ficando com vontade de comer, como mover meus lábios e tentar colocar minhas mãos na boca, ou quando começo a acordar e a mover meus braços e pernas”.

“Se estou com sono, mas preciso comer, tente me tirar das cobertas ou trocar minha fralda. Ainda com sono? Continue me segurando pele a pele e tente novamente em uma hora”!

“Você sabia que seu corpo começou a fazer leite para mim no início da sua gravidez? Meu estômago é muito pequeno, do tamanho de uma bola de gude pequena; não preciso de muito leite; você tem tudo o que eu preciso”!

“Se eu não me agarrar ao seu peito nas primeiras 12-24 horas, ou se eu tiver problemas, você poderia colocar um pouco daquele “ouro líquido” de que tenho ouvido falar nos meus lábios ou pedir à enfermeira para lhe mostrar como me alimentar com uma colherzinha”?

“Embora a amamentação seja ‘natural’, podemos precisar de alguma ajuda e orientação de nossa enfermeira; peça ajuda se eu não puder me agarrar ou pedir à enfermeira para ver como estamos indo”.

“Depois de acordar um pouco mais (após as primeiras 24 horas), provavelmente vou querer comer com frequência. (Gosto de comer especialmente à noite, quando você quer dormir!) Agora eu quero mamar pelo menos 8-12 vezes em um período de 24 horas. Me alimentar com frequência vai ajudar a produzir mais leite para mim”!

“Se você me colocar no berço quando eu terminar de me alimentar, logo poderei acordar e querer mamar novamente. Não é porque estou com fome, mas porque é muito reconfortante”.

“Estou entusiasmado para conhecer sua família e amigos, mas precisamos de muito tempo para nos conhecermos e você também precisa dormir, mamãe”!