Meu Plano de Parto

Aline Pereira de Queiroz Maia

ACOMPANHANTES:

Papai do Arthur e Vovó Roseli

Minhas Preferências:

- Quero que meu companheiro Davi Maia me faça massagens e fique constantemente me apoiando.
- Desejo ouvir músicas calmas para que eu possa relaxar.
- Ficaria muito grata em receber instruções de como lidar e aliviar a dor quando ela estiver muito intensa.
- Não tenho preferência na posição do parto, quero apenas estar confortável.
- Gostaria que fosse mantido um clima descontraído, porém harmônico, nos intervalos das contrações, e de silêncio e concentração durante as contrações.
- Após o nascimento do meu pequeno, quero amamentar assim que possível.
- Desejo que o Papai de o primeiro banho.
- O Papai ira cortar o cordão umbilical.
- Ao nascer, quero que meu bebê seja colocado no meu peito.
- Desejo que o ambiente esteja á meia luz.

Em Caso de Ter que Irmos a um Hospital:

No caso de necessidade de alguma intervenção hospitalar, espero ir para a Maternidade **Amparo Maternal** Endereço: Rua Loefgreen, 1901 - Vila Clementino, São Paulo - SP, 04040-032 Telefone: (11) 5089-8277 e ter ao meu ado o meu esposo Davi Maia.

Caso eu não tenha condições de resolver nada, meu companheiro tem autonomia para decidir por nós dois o que lhe parecer mais adequado.

- Presença de meu marido.
- Sem tricotomia (raspagem dos pelos pubianos).
- Sem perfusão contínua de soro e ou ocitocina.
- Liberdade para beber água e sucos enquanto seja tolerado.
- Liberdade para caminhar e escolher a posição que quero ficar.
- Sem rompimento artificial de bolsa.
- Quero ser informada de todo e qualquer procedimento feito a mim e ao meu bebê.
- NÃO quero de modo algum que minha barriga seja empurrada para baixo.
- NÃO quero Episiotomia.

- Se precisar de anestesia, evitem me dar coisas que me deixem grogue e me façam perder o senso das coisas. Não quero ser "apagada". O parto normal continua sendo nossa primeira opção – mesmo em ambiente hospitalar. Só me levem p/ uma cesárea se houver risco p/ mim e/ou bebê.

* "Toques"... Só se for realmente necessário e somente durante trabalho de parto ativo.

Recebido 14/11/16