Ordem dos Enfermeiros AÇORES

Os Enfermeiros e...?

Plano de parto: entre desejos e realidade

COORDENAÇÃO: **TIAGO LUZ ALMEIDA** EMAIL: **tiago.almeida@ordemenfermeiros.pt**

Plano de parto: entre desejos e realidade

Falar de gravidez é, muitas vezes, falar de sonhos, expetativas e emoções. Mas também é falar de direitos, informação e escolhas conscientes.





Falar de gravidez é, muitas vezes, falar de sonhos, expetativas e emoções. Mas também é falar de direitos, informação e escolhas conscientes. É neste contexto que surge o plano de parto: um documento elaborado pelo casal grávido, onde este regista as suas preferências para o trabalho de parto, parto e pós-parto. A sua elaboração pressupõe que o casal esteja devidamente informado sobre o processo do parto, sendo fundamental o apoio do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica. Não se trata de um contrato inflexível, é um guia de desejos que ajuda a humanizar a assistência e a melhorar a comunicação entre a grávida e os profissionais de saúde.

O documento pode abordar diversos aspetos, tais como: acompanhante, ambiente, mobilidade, medidas para alívio da dor, posição preferida para o parto, contacto com o bebé, aleitamento, bem como cenários alternativos. Um bom plano de parto também contempla as preferências em caso de situações inesperadas como, por exemplo, uma cesariana emergente.

É importante realçar que o plano de parto não é apenas uma lista de desejos sem valor legal. Em Portugal, a Lei n.º 110/2019, vem reforçar os direitos das grávidas no momento do parto e pós-parto, defendendo práticas baseadas na evidência científica e o respeito pelas opções informadas da mulher.

> **Garantir que cada mulher é ouvida, respeitada e envolvida nas decisões que dizem respeito ao seu corpo e ao seu bebé não é apenas uma opção, é um direito. Informar é cuidar e cuidar também passa por dar voz.**

Estudos realizados em vários países mostram que as mulheres que elaboram e veem os seus planos de parto respeitados tendem a ter menos intervenções desnecessárias, sentirem-se menos ansiosas durante o trabalho de parto, ficarem mais satisfeitas com a experiência do parto e a estabelecerem uma ligação mais precoce com o bebé.

É fundamental perceber que o plano de parto deve ser encarado com flexibilidade. Embora seja importante que a equipa de saúde respeite ao máximo as preferências da mulher, existem situações clínicas que podem exigir alterações ao que estava planeado, no sentido de garantir a segurança e o bem-estar da mãe e do bebé. Nestas situações, o mais importante é que a equipa de saúde explique à mulher e ao seu acompanhante, de forma clara e acessível, a necessidade de alterar o plano inicial, bem como qualquer intervenção, envolvendo-os nas decisões, tanto quanto a situação clínica o permitir.

O plano de parto deverá ser pensado e escrito durante a gravidez. A grávida deve informar-se, esclarecer dúvidas e refletir sobre o que é realmente importante para si. O documento deve ser levado para a maternidade no dia do parto e entregue à equipa que a acompanha para que todos os profissionais possam conhecer as suas preferências.

Mais do que um documento, o plano de parto é um instrumento de diálogo, reflexão e participação ativa no processo de nascimento. O nascimento é um momento único e transformador. Garantir que cada mulher é ouvida, respeitada e envolvida nas decisões que dizem respeito ao seu corpo e ao seu bebé não é apenas uma opção, é um direito. Informar é cuidar e cuidar também passa por dar voz. ■



Enfermeira Patrícia Simões
Especialista em Saúde Materna e Obstétrica | Hospital do Divino Espírito Santo