MEDIDAS FARMACOLÓGICAS PARA ALÍVIO DO DESCONFORTO DURANTE O TRABALHO DE PARTO

- Medicamentos analgésicos administrados através do soro;
- Analgesia epidural, que reduz o desconforto das contrações, pela administração de medicação através de um cateter, colocado na região lombar pelo médico anestesista.

PESSOA SIGNIFICATIVA

A pessoa que escolhe para a acompanhar durante o trabalho de parto, contribui para que se sinta mais segura.

RELAÇÃO PRECOCE MÃE/FILHO

O contacto pele a pele e amamentar na primeira hora de vida:

- Promove o sucesso da amamentação em exclusivo;
- Promove a relação afetiva mãe/filho;
- Favorece o sistema imunitário do recém-nascido.

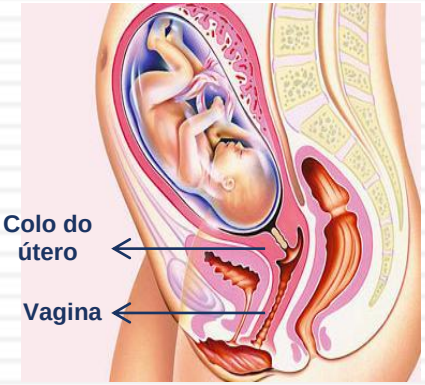
Centro Hospitalar Barreiro Montijo, E.P.E.
Av. Movimento das Forças Armadas | 2834-003 Barreiro
Urgência Obstétrica e Ginecológica
Telefone: 21 214 73 00
www.chbm.min-saude.pt

O PAPEL DA MÃE / PAI DURANTE O TRABALHO DE PARTO

Cada parto constitui um marco para a vida da mãe e do filho!

TRABALHO DE PARTO

ÚTERO – É um órgão muscular que, como qualquer músculo, contrai e descontrai.



CONTRAÇÃO - O útero fica duro e empinado.

O trabalho de parto só é possível com contrações uterinas, que provocam algum desconforto.

A duração da contração é crescente até ao máximo de um minuto, existindo sempre intervalo entre cada uma.

Existem medidas não farmacológicas e farmacológicas para diminuir o desconforto provocado pelas contrações.

MEDIDAS NÃO FARMACOLÓGICAS

Promovem o desenvolvimento do trabalho de parto, o conforto da grávida, a segurança e o bem-estar materno-fetal.

CONTROLO DA GRÁVIDA

Período de dilatação

Durante a contração:

- Descontrair totalmente, relaxar;
- Inspirar pelo nariz e expirar pela boca lentamente (ex: cheirar uma flor e soprar uma vela sem apagar);
- No intervalo da contração respirar normalmente.

Período expulsivo (parto) - Durante a contração:

- Inspirar pelo nariz e manter o ar;
- Juntar o queixo ao peito;
- Dobrar os cotovelos e puxar o apoio de braços;
- Fazer força como para evacuar.

BOLA PILATES

- Facilita a adaptação do bebé à bacia;
- Reduz a perceção das contrações;
- Aumenta a flexibilidade e fortalece a musculatura pélvica;
- Previne as lacerações do períneo.

DEAMBULAÇÃO

Sempre que possível pode caminhar no quarto, pois:

- Diminui o desconforto das contrações;
- Facilita a evolução do trabalho de parto.

HIDROTERAPIA

A utilização da água através do duche:

- Facilita o relaxamento muscular;
- Diminui a sensação de desconforto.

MUSICOTERAPIA

Música ambiente individualizada:

- Facilita o relaxamento;
- Dá tranquilidade à mãe e ao bebé.

MASSAGEM

Movimentos circulares na região lombar, que podem ser executados pelo acompanhante.

INGESTÃO DE LÍQUIDOS

Apenas os fornecidos pela enfermeira.