

Relato de Parto do Lucas – Mamãe Ju e Papai Guto

Um pouquinho da busca pelo parto normal/natural...

O desejo de um parto normal sempre esteve presente em minha vida, talvez pela bela experiência da minha mãe, que teve sete filhos de partos normais (quiabos) e meu pai só conseguiu assistir o quarto filho, porque enquanto a maioria de nós estava nascendo ele estava preenchendo a ficha rsrsrs.

A princípio a escolha do médico não me parecia tão comprometedora, afinal se meu corpo reagisse bem à gravidez e eu tinha certeza que tudo correria bem (tenho o gene de parideira nas veias ☺) eu teria o parto normal que tanto desejava. Então, escolhi o médico!!! Ele Já havia feito os três partos da minha cunhada, a cesárea de outra cunhada e acompanhou minha Irma também, que teve seu parto sofrido no SUS (normal, mas com o pacote de intervenções completa e uma hemorragia por causa da episio, coitada!!). Adorava conversar com ele, me passava muita confiança. Explicava-me tudo com detalhes e muita paciência.

O tempo se passou e minha busca insaciável por informações sobre o parto me levou a encontrar o site do núcleo bem nascer e a ONG bem nascer, que no início achava que eram uma coisa só. Iniciei o curso de preparação para o parto normal no núcleo e fiquei encantada. Já havia lido bastante a respeito da fisiologia do parto e o parto de cócoras me parecia o mais sensato. Ele respeita a fisiologia do corpo e as leis naturais e cada vez mais me interessei sobre este parto. No início eu falava com o tom de brincadeira que teria meu filho como as índias. Mal sabia eu que ele viria no mundo desta forma! Rsrtrs

Com o curso, fui tomando coragem de assumir meu desejo. Mas o empoderamento veio mesmo com a participação na lista de discussão da ONG. Eu já estava com 33 semanas quando iniciei minha participação. Minha busca era principalmente por ajuda com relação ao meu médico, porque eu começava a desconfiar que ele não poderia me ajudar a realizar o parto como eu desejava. Quando eu o questionei sobre a episio de rotina, ele me explicou que fazia em todas as pacientes e ele acreditava que era realmente necessário. Eu ainda não havia contado pra ele sobre meu desejo do parto de cócoras! Quando isso aconteceu, ele me falou que para nós mulheres da cidade, este parto não é muito indicado porque não estamos acostumadas com esta posição. Saí do consultório bastante decepcionada. Como assim, eu não daria conta daquele tipo parto? Mas ele é o mais sensato de todos! Fiquei muito receosa mas também muito desconfiada.

Na lista de discussão da ONG encontrei várias mulheres poderosas, dispostas a me ajudar! Algumas se encontraram comigo, me relataram suas experiências e fui me encorajando a assumir e lutar pela minha vontade. Eu tinha muito medo!!! Medo de decepcionar o médico (afff, que idiotice minha!), medo do julgamento, medo de dar alguma coisa errada! Encontrei na lista essas mulheres maravilhosas que me ajudaram a mudar o rumo das coisas. Para mim o

mais difícil foi mudar de médico! No fundo eu sabia que ele não estava preparado para assistir meu parto como eu queria, mas me faltava coragem para assumir isso.

Todas as sugestões da lista eram para eu ir parir no Sofia, mas confesso que foi bem difícil pensar nesta possibilidade. Tinha muito preconceito com o SUS e eu pagava plano de saúde para não ter que depender desta instituição. Mas aí veio o susto! O índice de cesárea absurda na rede particular. Se eu não quisesse ir para o SUS teria que confiar a meu médico minha sorte, correndo o risco de uma cesárea desnecessária ou um parto normal cheio de intervenções. Minha cabeça estava a mil. Fui visitar a casa de parto do Sofia e fiquei encantada! Lugar ideal para parir. Naquele momento decidi que teria meu filhote La. Continuaría com meu médico até o final, fazendo o pré natal e quando a hora P chegasse iria para a CPN do Sofia. Mas aí veio a surpresa: Streptococcus positiva! Nestas condições eu não poderia ir para a CPN. E eu não tive coragem de correr o risco (mesmo sabendo que era baixíssimo) de contaminação do meu Lucas por esta bactéria. Mais uma confusão pra minha cabecinha grávida! Iria para o Santa Fé? Mas, e o médico? Ai ai ai... As semanas foram passando, já estava com 3 cm de dilatação e com 38 semanas. Conversei com o médico a possibilidade de ter o parto na cadeira de cócoras do Santa Fé. Ele me falou que lá não tinha mais a cadeira. Foi a gota d'água pra mim. Eu sabia da existência da cadeira (pelos médicos do núcleo) e essas palavras foram pra mim um total descaso com minha vontade. Comecei a pensar no Sofia novamente... A CP era um sonho!! Mas e o strepto? Fiz até a receita do alho para negatar, mas não funcionou. Talvez eu não tenha feito direito... foi aí descartei a possibilidade da CP. Quanto dilema meu Deus, no momento em que eu mais precisava de sossego para permitir o nascimento do meu Lucas! Foi então que resolvi pedir ajuda a algum médico do núcleo Bem Nascer. Liguei para o Dr Hemmerson Magioni. Pelo telefone, ele conversou comigo por algum tempo e me sugeriu procurá-lo no Odete Valadares, onde ele estava de plantão naquele dia. Encontrei nele um amigo, em um momento de tanta fragilidade. Ele me recebeu de coração aberto, me escutou e aconselhou. Sai do hospital mais confiante e menos chorona e no outro dia fui com o Guto procurá-lo e pedir para que ele me ajudasse no meu parto! Graças a Deus ele aceitou e eu sou muito grata por isso.

UFA! Nunca pensei que parir fosse tão complicado!!! rrsrs

As semanas seguintes foram mais tranquilas (tirando a ansiedade do nascimento, neh?). Estava confiante que eu iria conseguir parir. Mesmo conhecendo pouco meu novo GO (eu já estava com 39 semanas quando fui procurá-lo) tinha uma confiança enorme nele e isso me ajudou muito.



A hora P

A ansiedade tomava conta de mim. Fiz ioga, hidro e trabalhei o quanto pude, mas a hora P não saía da minha cabeça. Recebi um chá de bênçãos na 38ª semana. Fiquei envolta por uma energia incrível, foi um momento muito especial. O fato de já estar com dilatação desde 37 semanas me deixou muito ansiosa, poderia nascer a qualquer momento. Ainda, o tampão foi saindo aos pouquinhos... na minha cabeça ia ser por aqueles dias! Minha DPP era dia 30/05 e todos da família esperavam que o Lucas nascesse até mesmo antes desta data. E ele sacaneou com todo mundo rrsrsrs... veio no tempo dele, 10 dias depois da DPP. E chegou neste mundo lindo, forte e corado, num momento iluminado e cheio de amor!

Os primeiros sinais de TP vieram numa noite em que eu estava bastante relaxada. Estávamos assistindo um filme na globo (“o casamento de Romeu e Julieta”) e rindo muito – nem sei se o filme é tão engraçado assim!! Hehe. De repente, comecei a sentir umas cólicas fraquinhas e estranhas. Andava um pouco pela casa e sentava novamente para assistir o filme. Resolvi tomar um banho. Quando percebi que tinha sangue na minha calcinha fiquei desesperada. Pensei no Lucas, que podia estar em sofrimento... Na verdade eu sabia que estava chegando e comecei a chorar. Uma mistura de medo e de alegria. Aquele momento era totalmente novo pra mim, não sabia o que me esperava, só sabia que ia ter meu filhote em meus braços logo logo e isso me deixava feliz. Fui pro Chuveiro, as contrações dolorosas vieram e eita lugar bom pra aliviar este incomodo viu! A famosa Aquadural rrsrs. Ligamos pro Dr Hemmerson primeiro, eu estava com medo, pelo sangue que saiu. Ele me acalmou como sempre e combinamos de nos encontrarmos no Santa Fé. Liguei pra Polly. Por telefone tentamos contar o tempo das contrações. O tempo entre elas estavam diminuindo muito rápido e a Polly já estava a caminho da minha casa. Fiquei muito apreensiva, eu não estava preparada para ter meu bebe em casa e queria ir logo pro Hospital. Não consegui esperar a Polly e nos encontramos no caminho do hospital. Chegamos todos juntos (Eu e o Guto, a Polly e o Dr Hemmerson). O médico já havia adiantado muita coisa por telefone e fomos ao consultório para uma primeira avaliação: incríveis 8cm de dilatação! Eu achei que teria um parto super rápido e isso me animou muito. Não tinha sentido muita incomodo ainda, e neste momento percebi que a dor é muito relativa e quando você se prepara pra ela fica mais fácil suportá-la. Na verdade, eu tinha mais medo da cirurgia do que da dor do parto.

Fomos para o quarto por volta de 1h da manha e as contrações iam e vinham de minuto em minuto. Meu querido anjo Guto, me acariciando e andando pra la e pra ca comigo, segurando minhas mãos e me lembrando da chegada do nosso anjinho. Minha Doula querida sempre me dando força, lembrando as respirações e fazendo as preciosas massagens que ajudaram muito!!! Santa Polly 😊. E meu querido Médico, com todo seu carinho e atenção dando-nos



conforto e coragem a todo momento. Com uma equipe assim não tinha como não ter o parto dos sonhos!!! E seguimos pacientes, conversando nos intervalos das contrações, indo pro chuveiro de vez em sempre ☺... e foi assim até a bolsa romper, por voltas das 5 hs da manhã. Estas contrações ritmadas são bastante cansativas. As respirações (cheirando uma flor e soprando uma vela ☺) me ajudaram muito. Em muitos momentos a dor parecia se intensificar... mas eu tinha uma doula!! A Polly me lembrava sempre da respiração! Aí eu acalmava. Mas o bicho pegou mesmo depois que a bolsa estourou. E literalmente estourou. Foi como uma explosão. Eu estava sentada no vaso sanitário (tbn uma posição bem confortável pra sentir contrações) quando isso aconteceu. Levei um susto, foi um momento muito marcante! Começaram os puxos (uma vontade enorme de fazer coco). Fui examinada e estava com 9,5 cm. Ainda não estava na hora de ir para o bloco, mas acho que o Dr Hemmerson ficou com medo de nascer no quarto e levar uma bronca do hospital rrsrrsrs. Chegando no bloco fui logo pra cadeira de cócoras. De início era para teste, mas a posição estava muito confortável e não quis sair de lá. Sentir as contrações nesta posição foi bem mais agradável. Até o momento do nascimento ainda foram muitas contrações... mas na fase do expulsivo são contrações que vem com a vontade de fazer força. Não dói, é simplesmente fisiológico esta vontade. O momento de maior incômodo que senti, mas que passa muito rápido e não vale a pena tomar anestesia por conta disso (pelo menos foi a impressão que tive), é quando a cabecinha do bebe está passando pelo canal vaginal. Senti uma ardência muito forte (conhecido por muitas como círculo de fogo). Mas quando o bebezinho sai de vc e vc o tem nos braços, vc se realiza completamente, se sente poderosa!!! E a dor, que dor? Rrsrrsrs Passaria (e se Deus quiser passarei) por tudo novamente. Foi uma experiência deliciosa!

E finalmente, as 7:12 de uma linda manhã do dia 10 de junho, nasceu meu pequenino. A coisinha mais linda que já vi na minha vida. Nasceu ao som suave de uma linda música do Chico Buarque (CD MPBaby – culpa do Dr Hemmerson ☺) e com a luz do sol entrando pela sala onde estávamos, eventos estes que contribuiram para tornar ainda mais especial aquele momento.

Lucas nasceu olhando tudo, tentando perceber todas as novidades que o cercava. Que momento mágico, Quanta emoção! Quanta benção! Eu estava tão encantada com meu filhote que quase não percebi o nascimento da placenta. Foi muito rápido e nem me lembro direito se senti algum incomodo rrsrrs



O meu estado consciente permitiu que eu vivesse aquele momento com toda intensidade possível. Meu pequenino ficou ali comigo por um longo tempo, grudado no meu corpo, tentando lidar com todas as novas sensações que estavam surgindo. No primeiro momento ele não quis mamar. Também quase não chorou, apenas observou tudo atentamente!!

A presença da pediatra Dr Soraya foi fundamental para que meu bebezinho não ficasse “ambientalizando” no berçário, como acontece freqüentemente neste hospital. Ela o levou para os procedimentos básicos de pesagem, medida e colírio (o Guto estava junto) e logo ele já estava nos meus braços, se adaptando ao mundo grudado na mamãe. Minha recuperação foi ótima! Levei apenas uns dois pontinhos, muito superficiais. Quase não tive sangramento pós-parto. Eu estava inteira para viver aquela nova etapa da minha vida e cuidar do meu neném com todo amor e disposição possível.

Minha experiência de parto foi mágica. Hoje em dia sou defensora ferrenha do parto ativo, onde as mulheres são as protagonistas do seu parto. Espero contribuir com a mudança da idéia equivocada de muitas mulheres a respeito do parto, compartilhando minha experiência.

Agradecimentos

Agradeço muito a Deus por ter me proporcionado a benção de parir e de ser mãe.

Agradeço a minha mãezinha querida pela inspiração e ajuda preciosa la do plano espiritual. E a toda minha querida família pela confiança e respeito pelos meus desejos.

Agradeço muito a equipe maravilhosa de marido, doula e médico, que facilitaram muito este momento feliz. E as mulheres incríveis da ONG Bem Nascer que sempre se prontificaram a ajudar e acolher, independentemente de qualquer coisa, simplesmente por amor e caridade.