

## “Dia do descobrimento do Brasil, 22 de abril...”.



Na madrugada do dia 21 de abril, por volta de uma hora da manhã acordei com um líquido morno escorrendo entre as pernas...

Imediatamente acordei meu marido e disse Vaner a bolsa estourou... ele pulou da cama e parou em pé atordoado sem saber o que tinha acontecido, pedi que pegasse uma toalha e ele ficou desesperado procurando uma, e eu falando corre que vai molhar a cama, logo que ele a encontrou, sentei encima dela e em seguida fui para o banheiro. Certifiquei que se era realmente a bolsa que havia se rompido (era um liquido claro e com cheiro de água sanitária, do

jeitinho que haviam me falado).

Liguei para a Dr<sup>a</sup>. Gisele e a Dr<sup>a</sup>. Quesia, combinamos de aguardar até a 8 horas da manhã em casa, depois internar no Hospital da Unimed do Grajaú para iniciar a profilaxia com penicilina (meu resultado do swab para pesquisa de Estreptococos tinha dado positivo). Tomei um banho e voltei para a cama, consegui cochilar até 5:30h, depois comecei a sentir contrações bem suaves, enchi a banheira e fiquei lá até 7:20 da manhã, contando de quanto em quanto tempo vinham as contrações.

As 7:30 liguei para a Dra. Gisele, disse que estava bem e que conseguia tocar a cabeça do meu bebê no fundo do canal de parto e sentir até seus cabelos, mas que estes estavam protegidos por uma pele grossa(acho que era o colo do meu útero). Ela disse que tinha acabado de dar alta na paciente que estava no apartamento do PPP (Pré-parto, Parto e pós parto) e que eu já poderia ir para o hospital.

Tomei meu café tranquilamente antes de sair de casa, conferi as bolsas que levaria para a maternidade. Fui acompanhada do meu marido e da minha mãe. Eles estavam apreensivos com medo do Cauã nascer dentro do carro.

Às 11h da manhã comecei a tomar o antibiótico no pré-parto enquanto aguardava a desocupação do PPP, fui examinada: estava com 2 para 3 cm de dilatação, de 70 a 80% de apagamento do colo e contrações fracas. Não estava com medo e nem ansiosa, pois era a primeira vez que entrava em trabalho de parto e não poderia temer o que não tinha vivenciado. Pouco tempo depois fui liberada para o apartamento. E claro não deixei de dar um reforço no meu café da manhã (trabalho de parto dá muita fome).



Às 15h chegaram a Dr<sup>a</sup>. Quesia e a doula Isabel, a Dr<sup>a</sup>. Gisele foi embora. Deixamos o ambiente mais aconchegante e tranquilo, desligamos a TV e procurei estar mais relaxada possível, para os momentos mais intensos do trabalho de parto que viriam.

Meus sogros, minha cunhada e meu marido foram para outro ambiente, enquanto minha mãe e a Isabel ficaram comigo no PPP, fiz caminhadas pelos corredores, exercícios na bola e nas barras, subi e descii escadas. Estava sentindo toda a liberdade que precisava. Não senti fome ou sede em tempo algum.



Às 18h fui examinada pela Dr<sup>a</sup>. Quesia e foi constatado que não tinha tido progressão no trabalho de parto, optamos pelo uso do Misoprostol para dilatação do colo uterino, fiquei de repouso por uma hora. Depois jantei, pois estava morrendo de fome.

As 20h fui novamente examinada e não havia tido um resultado satisfatório. Foi inserido outro comprimido de Misoprostol. Às 21h tomei um banho morno relaxante, quando tinha contrações me apoiava em algum lugar, inspirava e expirava profundamente até a contração passar.

Às 23h já começava sentir contrações mais fortes, estava com 5 cm de dilatação e 90% do colo apagado. O tempo todo estava a Doula Isabel ao meu lado, massageando as minhas costas durante as contrações, conversando comigo sobre o momento que estava passando, e me estimulando a respirar profundamente. A cada contração ela dizia: Andréia... menos uma contração, menos uma... e eu pensando meu Deus mais quantas serão no total, porque se faltarem muitas eu vou morrer de tanta dor.

Até a minha mãe e o meu marido aprenderam técnicas de relaxamento ensinadas pela Isabel e juntos me ajudavam a seguir com bravura pelo caminho que levaria ao nascimento do Cauã.

00h20min fui para a banheira, meu marido massageava minhas costas durante as contrações, que estavam cada vez mais fortes. Ao perceber que estava difícil suportar dores tão fortes, pedi analgesia pelo amor de Deus. A Dra. Quesia foi ao bloco cirúrgico conversar com o anestesista e ver se ele poderia ir até o apartamento (os minutos que ela precisou para resolver isso, me pareceram horas), quando ela voltou dizendo que eu deveria ir para o bloco, vesti minha camisola e disse que iria andando (seria mais rápido do que esperar a maca me buscar) e às 01h20min da manhã estava recebendo a anestesia peridural no bloco cirúrgico, já estava com 8 cm de dilatação (o difícil foi ficar quieta para receber a anestesia sentido dor, ainda bem que o anestesista era tranquilo).

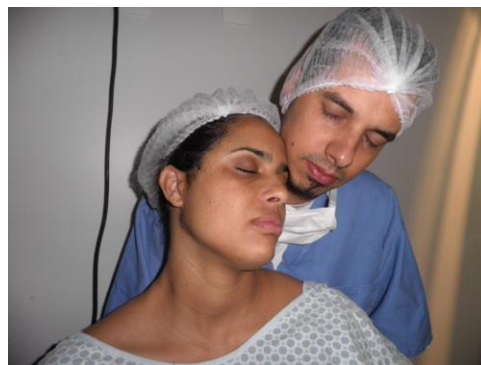


Conforme o combinado a sala do Centro Cirúrgico estava na penumbra, música relaxante, banquinho de cócoras a minha disposição, meu marido comigo o tempo todo, podia circular livremente e assumir posições que desejasse durante as contrações. Tive náuseas e vômitos (minha ocitocina estava nas alturas), mas nada que me desanimasse.

Toquei a cabeça do meu bebê várias vezes e

podia perceber a descida dele pelo canal de parto. Perdi a noção de tempo e espaço e me concentrei exclusivamente no que estava prestes a acontecer.

O meu marido estava morto de sono e cansaço, mas não falava nada, eu ficava morrendo de dó, ele foi muito forte. Antes eu achava que ele não daria conta de me acompanhar, mas sempre deixei claro que era ele que eu gostaria que estivesse ao meu lado quando o nosso Cauã nascesse.



Eram 3 horas da manhã quando ele saiu um pouco para descansar, voltou meia hora depois e nada do Cauã nascer e eu fiquei lá.... Nasce Cauã... a mamãe te ajuda... quando ele estava coroadando coloquei a mão em sua cabeça , torcendo para que ele saísse e eu pudesse pega-lo de primeira.

Algumas horas depois pedi um repique da anestesia, porque estava sentindo a dor da contração de novo e a Deus que me ajudasse porque estava difícil de agüentar. A ardência que sentia na região perianal só aumentava, a Isabel dizia que era o circulo do fogo (eu não sabia que esse fogo ardia tanto). Olhava no relógio que estava de frente e falava agora nasce, fazia força na hora da contração e nada dele nascer.

Senti que ele estava nascendo, deitei na mesa de cirurgia com a cabeceira elevada a 45° e as pernas flexionadas, quando vinham às contrações colocava os pés nos suportes das perneiras e os empurrava, com as mãos fazia força contraria. Nesse momento a Dr<sup>a</sup>. Quesia fazia massagem no meu períneo com óleo de semente de uva. O período expulsivo durou cerca de 2 horas.



As 05h29min de 22 de abril nasceu o Cauã (depois de 29 horas de bolsa rompida) e foi imediatamente colocado em meu peito, chorou de mansinho e ficamos nos olhando por alguns instantes. Cortei seu cordão umbilical, depois o entreguei para a pediatra examiná-lo e me foi devolvido logo em seguida, ficando deitadinho no meu peito escutando meu coração extasiado de tanta emoção.

Eu e o meu marido estávamos juntinhos observando o nosso bebê, quase sem acreditar que um milagre se concretizara ali diante dos nossos olhos. Vimos à placenta e pude observar com o auxílio de um espelho que meu períneo estava íntegro, sem nenhuma laceração, exatamente como acreditara que pudesse acontecer.

Como o Cauã nasceu um pouco cansado, a pediatra o levou para ficar recebendo oxigênio no berço aquecido. Foi limpo e vestido, recebeu todos os cuidados conforme combinado, alguns minutos depois eles me entregaram e

nunca mais nos afastamos um do outro. Ele mediu 50 cm e pesou 3.110g. Apgar 8 e 9.

Coloquei-o para mamar quando ainda estava no bloco cirúrgico aguardando nossa liberação para o apartamento, ele só dava umas lambiscadas e eu pensava se teria leite, porque a minha mama estava aparentemente vazia. Mas devargarziho o leite foi chegando, dois dias depois ela encheu tanto de leite que precisei fazer ordenha (achei que doeu bastante), a enfermagem do hospital começou e eu pedi para continuar porque a dor estava muito grande. Só consegui resolver o problema quando fiz a ordenha com a bomba elétrica, ela suga a mama igual ao bebê, não dói e alivia demais o incomodo gerado pela ingurgitação (o leite fica empedrado e não consegue sair). Precisei esvaziar as mamas somente uma vez, elas ficaram macias e não voltaram a doer. Foi um alívio imenso.

Poucas horas depois do parto tomei meu banho sozinha, sem precisar de ajuda, pois estava muito bem. Quanto ao cansaço, resolvi com uma soneca depois de chegar ao apartamento e tomar um café da manhã reforçado.

Consegui cuidar do Cauã tranquilamente, ao contrario de outras mães que encontrei nos corredores da maternidade (andando encolhidas por causa dos pontos recebidos no parto), que precisavam de ajuda dos familiares e da enfermagem.

Há quem acredite que eu sofri demais, mas não vejo desta forma, poder realizar um sonho não tem preço, todo esforço valeu a pena.

Não pude ir embora ao dia seguinte, porque o Cauã tinha que ser observado por 48 horas (protocolo para filhos de mães que tiveram Estreptococos +), e infelizmente essa não foi o único empecilho. Ele desenvolveu icterícia devido à incompatibilidade de grupo sanguíneo, o meu é O<sup>+</sup> e o dele A<sup>+</sup>, (igual ao do pai dele). Ficou fazendo fototerapia. Cinco dias depois fomos embora para casa.



Minha recuperação pós-parto foi excelente, o Cauã é super tranquilo e bem nascido. Faríamos tudo de novo, ficamos muito satisfeitos com a assistência prestada pela equipe do **Núcleo Bem Nascer**, sem eles acredito que dificilmente o parto dos meus sonhos seria realizado.

**Mamãe, neném e a Dra. Quesia...**