

- MANUAL DO -

Plano de Parto

*Um guia com instruções para ajudar
você a elaborar um dos documentos mais
importantes da gestação.*



É hora de planejar a chegada do seu grande amor ao mundo!

Na intensa jornada que é a maternidade, pode ser que você esteja lidando com um turbilhão de sentimentos, sem contar a expectativa de ter o seu bebê nos braços. Ao mesmo tempo, é preciso pensar em uma **série de detalhes**, como as consultas de pré-natal, o quarto, as roupinhas, a mala da maternidade e o mais importante: o parto.

Elaborar um Plano de Parto é uma forma de se tranquilizar sobre essa etapa. Afinal, neste documento, você pode manifestar suas principais vontades sobre o momento do nascimento do bebê.

Não sabe por onde começar? Neste guia, a Unimed-BH reuniu as principais informações para ajudar você no processo. Conte com a gente e não se esqueça: o Plano de Parto deve ser criado juntamente com o seu parceiro ou sua parceira e também com o obstetra responsável pelo seu pré-natal.

Boa leitura!

Sumário

CONHECENDO MAIS O PLANO DE PARTO	4
<i>O que é Plano de Parto?</i>	5
<i>Direitos da mãe e do bebê</i>	8
<i>Qual a importância deste documento?</i>	10
PASSO A PASSO PARA CRIAR O SEU PLANO DE PARTO	12
<i>Principais informações para inserir no seu Plano de Parto</i>	14
<i>Quando devo montar o meu Plano de Parto?</i>	16
<i>A quem devo entregar o meu Plano de Parto?</i>	17

A high-angle photograph of a woman with long dark hair, wearing a light pink ribbed sweater, sitting on a grey carpet. She is writing in a spiral-bound notebook with a white pen. To her left, a laptop is open. The scene is lit with soft, circular bokeh lights. The text 'Conhecendo mais o Plano de Parto.' is overlaid in the top right corner.

Conhecendo mais o *Plano* de Parto.

*O **Plano de Parto** é uma ferramenta essencial para possibilitar que a vontade da gestante seja ouvida no momento de dar à luz. Mas, para construí-lo da maneira correta, é importante conhecer um pouco mais o assunto.*



O que é Plano de Parto?

O Plano de Parto é um documento escrito pela futura mãe, juntamente com o seu parceiro ou sua parceira e com o obstetra, durante as consultas de pré-natal.

Este documento deve conter o maior número de informações possível sobre o que a gestante deseja em relação às etapas do trabalho de parto, do parto e dos cuidados com o bebê, como:

- ➔ Quem serão os acompanhantes durante o parto.*
- ➔ Como deve ser feita a preparação do ambiente.*
- ➔ Quais métodos de alívio da dor a gestante quer usar.*
- ➔ Em quais posições a gestante prefere ficar.*

*O Plano de Parto será utilizado como um **guia para o obstetra e a equipe de assistência**, e estes, por sua vez, deverão priorizar as decisões contidas ali, realizando mudanças apenas em caso de situações que possam colocar em risco a saúde da mãe e do bebê.*



 **LEMBRE-SE!**

Para elaborar um **Plano de Parto** completo e personalizado, é fundamental saber quais são os tipos de parto existentes, como cada um deles é feito e quais são os pontos positivos e negativos de cada opção. Conte com o seu obstetra nesse processo!

[CLIQUE NO LINK SUBLINHADO ACIMA.](#)

Direitos da mãe e do bebê

Tamanha a importância do Plano de Parto para a futura mãe, o documento é recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). O Ministério da Saúde, por seu turno, também assegura esse direito às gestantes por meio das Diretrizes de Assistência ao Pré-natal e Parto. Segundo essa diretriz, é dever do profissional de saúde:

- 1** Ler e discutir o Plano de Parto durante as consultas de pré-natal.
- 2** Justificar, verbalmente e por escrito, mudanças na condução do trabalho de parto, caso haja, informando à mãe e ao acompanhante.





Além disso, a Lei nº 11.108/2005 garante à gestante a possibilidade de ter um acompanhante à sua escolha durante o parto.



***Qual a importância
deste documento?***

O Plano de Parto é uma ferramenta que possibilita mais **autonomia e segurança à gestante**.

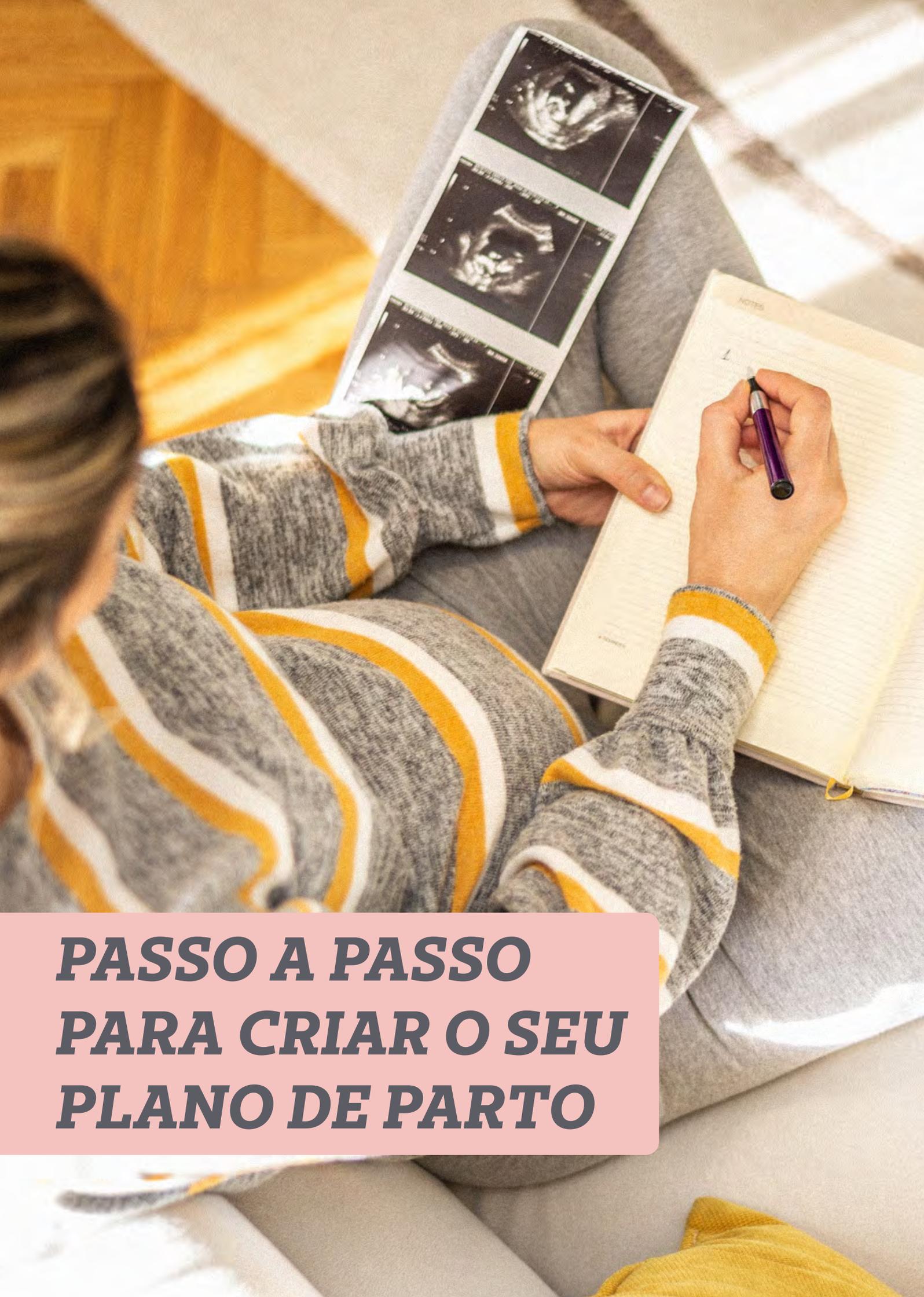
Documentando seus desejos e restrições e compartilhando este documento com a equipe que vai assisti-la durante o parto, a gestante expõe suas escolhas de forma clara, tornando-se protagonista do seu cuidado.

Além do Plano de Parto, a **confiança no obstetra** responsável pelo seu pré-natal é fundamental.

Aproveite, **clique abaixo e confira:**

**PREPARAÇÃO PARA O PARTO:
COMO ESTAR MAIS SEGURA E
CONFIANTE NESTE MOMENTO?**

CLIQUE AQUI!



**PASSO A PASSO
PARA CRIAR O SEU
PLANO DE PARTO**

Para que o Plano de Parto cumpra a sua função, é preciso que sua **vontade seja expressada de forma clara e objetiva**. Por isso, busque se informar sobre:

- ➔ Os tipos de parto existentes.
- ➔ Os procedimentos relacionados ao nascimento do bebê.
- ➔ Abordagens normalmente utilizadas em caso de emergência.

Opte por canais confiáveis para estudar sobre o assunto, como o Portal Viver Bem, da Unimed-BH, e conte com o seu obstetra para tirar dúvidas, explicar detalhes e construir o documento junto com você.



DICA IMPORTANTE:

Antes de consultar com seu médico, veja as principais questões a ser abordadas para não se esquecer de nenhum detalhe durante o atendimento. O conteúdo **Perguntas sobre Pré-natal** tem o checklist que você precisa!

CLIQUE NO LINK SUBLINHADO ACIMA.

A pregnant woman with long dark hair, wearing a white and orange striped t-shirt, is sitting on a grey sofa. She is smiling and looking to her right. She is holding a pink ceramic mug in her left hand and resting her right hand on her pregnant belly. The background shows a living room with a grey sofa, patterned pillows, and framed pictures on the wall.

***Principais
informações
para inserir
no seu Plano
de Parto***

- ➔ *Preferência da gestante durante o trabalho de parto — presença de acompanhante, uso de luzes e música no ambiente, liberdade de movimentos no espaço.*
- ➔ *Conduta durante o parto — a posição escolhida para o período expulsivo, ou seja, a episiotomia.*
- ➔ *Procedimentos após o parto — desejo ou não de ver a placenta e o corte do cordão umbilical.*
- ➔ *Cuidados com o bebê — amamentação imediata depois de dar à luz, banho do bebê.*
- ➔ *Outras observações — uso de medicamentos para alívio da dor, indução do parto, exame de toque vaginal, etc.*

Quando devo montar o meu Plano de Parto?



EM CASA

*Pesquisa sobre os tipos de parto
Anotação de dúvidas para o
obstetra*



**NO
PRÉ-NATAL**

*Tira-dúvidas com o obstetra
Construção dos tópicos*

Agora que você sabe tudo sobre um Plano de Parto, chegou a hora de preenchê-lo.

Acesse e preencha-o com muito carinho. Afinal, este momento é muito especial.

[ACESSAR PLANO DE PARTO](#)

CLIQUE AQUI

