

O que levar para a maternidade?

Para a MÃE:

- 01 (uma) peça de roupa confortável para alta hospitalar;
- Materiais de higiene pessoal;
- Absorvente pós-parto;
- Prendedor de cabelo;
- Chinelo confortável e seguro;
- Roupas íntimas (calcinhas/sutiã).

Para o BEBÊ:

- 02 (duas) toalhas de banho;
- 05 (cinco) cueiros;
- 03 (três) conjunto de roupas;
- 04 (quatro) fraldas de tecido;
- Chinelo confortável e seguro;
- Fraldas descartáveis;
- 01 (um) conjunto de roupa para alta hospitalar;
- 02 (duas) meias e 02 (dois) sapatinhos;
- Sabonete líquido.

Documentação

Documentos necessários:

- RG e CPF da paciente e do acompanhante que ficará responsável pela paciente;
- Caderneta Pré-Natal/Cartão da gestante;
- Cartão SUS físico ou digital ;
- Certidão de casamento;
- Comprovante de endereço.

Endereço: R. Coriolano Milhomem, nº 42 - Centro, Imperatriz - MA



MONITORES

João Emmanuel Fernandes Queiroz, Kewen Salgueiro de Sousa, Lívia Gabriela Santos Ribeiro, Maria Eduarda Silva Alvarez, Marina Ferreira Costa, Marisa Lacerda Guida de Brito, Raysa Pessoa Saraiva, Vinicius Dias Ribeiro, Vitória Cristiny dos Santos Leal, Sara Ingrid Barbosa Santos.

PRECEPTORA

Samua Carvalho Silva Figueiredo

COORDENADORES

Lívia Maia Pascoal
Marcelino Santos Neto

REFERÊNCIAS

<https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/1000568/2/1%20-%20Trabalho%20de%20parto%20-%202025.pdf>



Vamos conversar sobre o parto!

Este é um material sobre informações e orientações para o preparo do parto, esclarecendo dúvidas e diminuindo os anseios e medos relacionados ao momento do nascimento do bebê

"No trabalho de parto,
nasce um bebê... e
também uma mãe."

Desconstrução dos medos e temores do trabalho de parto

Dor



1. Apoio físico e emocional do acompanhante
2. Banho (chuveiro ou banheira)
3. Exercícios de respiração e visualização
4. Massagem e aplicação de calor

Não ter acompanhante

É seu direito ter um acompanhante durante todo o período de trabalho de parto, parto e pós-parto imediato - Lei 11.108/2005



Anestesia da cesariana



Você terá uma equipe preparada ao seu lado o tempo todo. Você pode pedir para alguém ficar ao seu lado.

Passar da hora

Realizar acompanhamento pré-natal semanal no último mês de gestação reduz a possibilidade de passar da hora do nascimento do bebê.



Vias de Parto

O Ministério da Saúde recomenda o parto vaginal como a melhor forma de dar à luz!



PARTO NORMAL/VAGINAL
Saída do Bebê via Vaginal.

PARTO CESÁRIO
Saída do Bebê por cirurgia via corte abdominal.



ATENÇÃO: Ter o primeiro parto por cesariana não significa que os próximos também precisarão ser.

Seja protagonista do seu parto

A Água
Banho de chuveiro quente na região lombar ajuda a relaxar os músculos.

O Toque
Massagens firmes nas costas feitas pelo acompanhante aliviam a tensão.

O Movimento
Sentar e rebolar na bola suíça ou caminhar ajuda o bebê a descer e acelera o parto.

Aromaterapia e Musicoterapia
Podem ser utilizadas como técnicas de relaxamento no momento do parto.

Aromaterapia e Musicoterapia

PLANO DE PARTO: toda gestante tem direito a elaborar um plano de parto. Trata-se de uma ferramenta que organiza suas preferências e escolhas, contribuindo para um parto mais humanizado, seguro e respeitoso, com valorização de sua autonomia e desejos.

Algumas posições de parto

POSIÇÕES DE PARTO

POSIÇÃO: SENTADA NA BANQUETA
Favorece a gravidade, abre a pelve, relaxa o perineo.

POSIÇÃO: QUATRO APOIOS
Alivia dor nas costas, facilita a rotação fetal, reduz intervenções.
Des Alivia dor nas costas, facilita a rotação fetal, reduz intervenções.

POSIÇÃO: LATERALIZADA COM A BOLA DE FEIÇÃO
Abre a pelve, ajuda no descanso, melhora a circulação.

POSIÇÃO: SEMI-SENTADA NA MACA
Descrição: Alivia confort, cadada, a gonicidade de parto.
Conforto ajustável, permite monitoramento, favorece o descanso.

OBS: A posição escolhida para o parto deve ser segura para a mãe e para o bebê.

Etapas de parto

1. PRÓDRÔMOS: SINAIS INICIAIS COM CONTRAÇÕES IRREGULARES ANTES DA FASE LATENTE
CONTRAÇÕES IRREGULARES
DIA ANTES

2. FASE LATENTE: DILATAÇÃO INFERIOR A 4-5 CM
3 CM

3. FASE ATIVA: CONTRAÇÕES INTENSAS E FREQUENTES. ATÉ DILATAÇÃO DE 10 CM
10cm

Relógio da Contração



3 contrações em 10 minutos, durando pelo menos 30 segundos cada, é hora de ir para a maternidade!