

Por Fernanda Moscatelli

Parto Humanizado

Há alguns anos conversando com uma amiga que estava grávida, ela me contou como havia sido o nascimento de sua primeira filha, e logo depois me disse acariciando a barriga: “está aqui, prefiro que nasça num carro de bombeiro, do que passar por uma experiência daquelas de novo...”

Não entendi! Como assim, alguém desejaria ter seu bebê num carro de bombeiros?

Foi então que ela me explicou como havia sido a assistência que recebeu no hospital, como ela se sentiu, e como muitos daqueles procedimentos feitos nela e na bebê poderiam ter sido evitados. A partir daí, passei a me interessar pelo assunto, até porque eu tinha o desejo de engravidar, e foi então que tudo começou. Afinal de contas, o que é o parto humanizado? É ter um parto normal na banheira? Em casa? De cócoras? Com música e à luz de velas?

Parto humanizado é um modelo de atendimento em que cada caso é individualizado, e a mulher participa de todo o processo de tomada de decisões. Recebendo o atendimento de uma equipe transdisciplinar que aguarda o início do processo de trabalho de parto e nascimento, ela tem uma assistência menos medicalizada e com menos intervenções. É um parto conduzido de forma mais humana e acolhedora, tendo a gestante e o nascituro como protagonistas. Não quer dizer necessariamente que apenas partos normais são humanizados; quando a cirurgia é realmente necessária, ela também é conduzida de forma em que a mãe e o bebê sejam respeitados em suas particularidades e vontades.

A verdade é que no cenário obstétrico atual brasileiro, para se ter um filho de parto normal de forma respeitosa, você precisa travar uma luta contra o sistema. Segundo os últimos dados, na rede de saúde suplementar, as taxas são em média de 85% de nascimentos via cesárea, e no SUS, essa taxa é em média de 45%, números que estão muito acima do que a OMS (Organização Mundial de Saúde) recomenda, que é de 15 a 20%.

Em países como Holanda, Inglaterra, Canadá, entre outros, o parto é visto como um processo fisiológico e natural, conduzido em sua maioria por *midwives* (parteiras - obstetrizes), que são as profissionais indicadas para as gestações de baixo risco, durante o pré-natal, parto e pós-parto. Em nosso país, com as demandas e participação ativa das gestantes, vem ocorrendo uma mudança ainda tímida, mas que já trouxe melhoras para o cenário da assistência ao parto. Humanizar também é o direito de informação e escolha da mulher.

Então, como conseguir um parto humanizado? Eu sempre digo que, assim como em qualquer grande projeto, é necessário estudar e pesquisar bastante para entender todo o processo e estar segura para tomar as melhores decisões para você e seu filho. Existem algumas atitudes que podem auxiliar uma mulher que queira conquistar um parto com respeito. É muito importante conhecer bem o cenário e as opções de profissionais e maternidades/casas de parto disponíveis em sua cidade, participar de grupos de gestantes e mães - presenciais ou virtuais, assistir filmes e documentários, ler livros e artigos confiáveis sobre a fisiologia do nascimento, procedimentos e intervenções, elaborar um plano de parto, e (ufa!) contratar uma Doula.

Como uma Doula pode ajudar? A Doula é a profissional que acompanha a mulher durante a gestação, parto e pós-parto. Ela oferece suporte físico e emocional, proporcionando conforto, tranquilidade e encorajamento em todo o processo. Do grego, significa “mulher que serve”. Não exerce função técnica na cena da assistência e sim de instrução - sobre o universo do gestar, parir, amamentar - e apoio às necessidades da gestante, papel que antigamente era preenchido pelas mulheres mais experientes da família e comunidade, mas que atualmente, com a medicalização do processo, não participam mais de forma ativa e presente, deixando a gestante sem os cuidados básicos, físicos e emocionais que a gravidez traz.

Existem dados que comprovam cientificamente que a presença da Doula reduz os índices de cesarianas, a duração do trabalho de parto, e demais intervenções, como uso de analgesia e ocitocina sintética, assim como aumentam as chances de sucesso na amamentação, satisfação com a experiência do parto, reduzindo a ansiedade e depressão no pós-parto. A OMS e o Ministério da Saúde reconhecem e recomendam o suporte do trabalho da Doula a todas as gestantes. Várias cidades brasileiras já contam com a Lei da Doula, uma lei que permite a presença das profissionais dentro das maternidades, além do acompanhante.

Portanto, independente das escolhas de cada mãe, as condições para que o parto humanizado aconteça devem ser alcançadas com muita escuta, informação e acolhimento. Algumas ponderam, “... acho que parto humanizado não é para mim...”, pois eu afirmo que toda mulher deve ter um parto humanizado, afinal de contas, todas nós e nossos bebês merecemos respeito, não?