ordem dos enfermeiros

Mesa do Colégio
da Especialidade de Enfermagem
de Saúde Materna e Obstétrica

plano de parto

escolhas que marcam a vida...

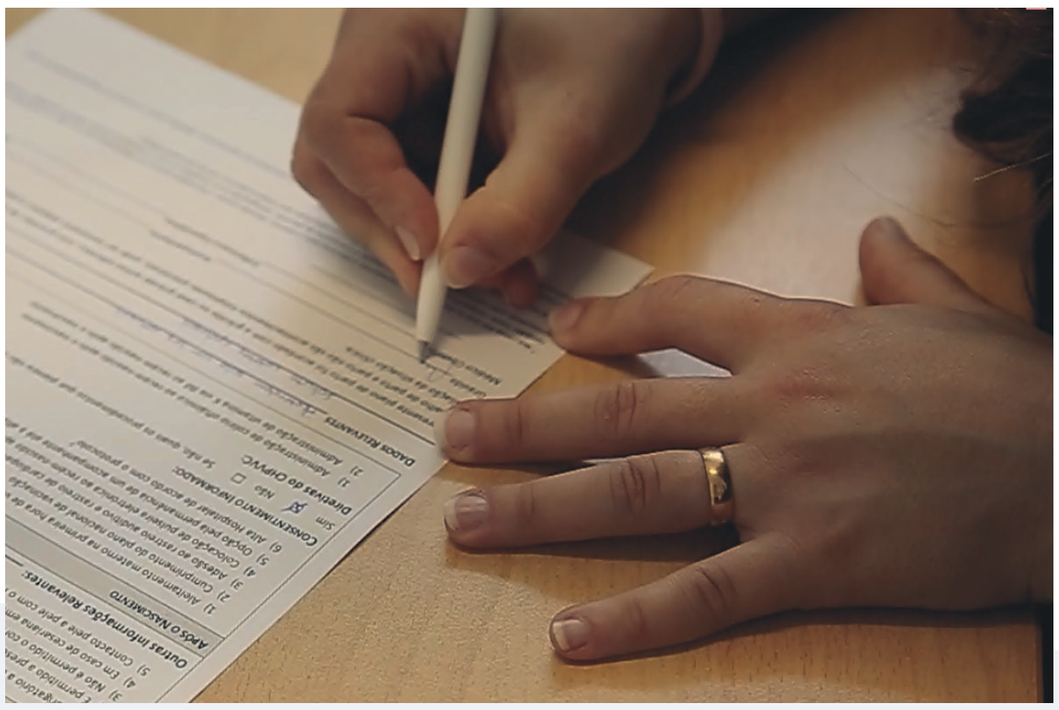
O que é o Plano de Parto?

O Plano de Parto é um **documento elaborado pelo casal** durante a gravidez, reflexo das expectativas individuais, dos valores familiares, da cultura, da forma de estar na vida e da informação que obtêm sobre o processo do trabalho de parto e parto.



Quando devo fazer o meu plano de parto?

Desde as **28 semanas de gestação** até ao momento do parto podem ser realizados os planos de parto e adaptação à parentalidade.



Que opções posso tomar?

- Obter o consentimento para a realização de procedimentos
- Início espontâneo de contracções
- Luz suave e ambiente calmo
- Liberdade de movimentos
- Métodos não farmacológicos de alívio da dor
- Chuveiro
- Musicoterapia
- Respeitar os tempos do nascimento
- Monitorização fetal intermitente
- Contacto pele a pele e amamentação na primeira hora de vida
- Corte do cordão umbilical realizado por pessoa significativa
- Prestar cuidados de higiene ao bebé após as 24 horas de vida

O Enfermeiro Especialista em Saúde Materna e Obstétrica é um apoio fundamental na elaboração deste documento, prima pela qualidade e valoriza as necessidades individuais de cada mulher/casal grávido. Este acompanhamento incluiu informação credível, confiança, respeito pelas suas escolhas durante a gravidez, trabalho de parto e parto.

Fale com o seu Enfermeiro Especialista em Saúde Materna e Obstétrica!

Ordem dos Enfermeiros
Mesa do CEESMO

Avenida Almirante
Gago Coutinho,
n.º 68 B, r/c,
1700-031 Lisboa

Tel. (+351) 218 455 230
Fax (+351) 218 455 259

mail@ordemenfermeiros.pt

www.ordemenfermeiros.pt