



Enfermeiros querem partos mais naturais e em novas posições

Grávidas. 'Maternidade com qualidade' é um projeto que visa reduzir uso de medicamentos, cortes vaginais e incentivar partos ativos

DIANA MENDES

A Ordem dos Enfermeiros quer dar mais "qualidade à maternidade". E por isso convida os hospitais a aderir a um projeto que pretende tornar as mulheres mais ativas no trabalho de parto e no próprio parto. Exemplos: optar mais por posições no parto como as de cócoras, de gatas, de lado ou até de pé, pôr a mulher a caminhar e a mexer-se durante o trabalho de parto e dar às futuras mães informação sobre o processo. O uso de menos instrumentos, fármacos, episiotomias ou cesarianas, fazem parte de um conjunto de metas a atingir.

O enfermeiro Vítor Varela, presidente do colégio da especialidade de Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica da Ordem dos Enfermeiros, diz que o projeto 'Maternidade com qualidade' vem ao encontro "de uma maior qualidade e segurança nos cuidados de saúde, satisfação e direito à escolha". Depois de um manual onde defendem o direito ao parto normal, os enfermeiros definiram agora um conjunto de cinco indicadores de evidência e medida do projeto que poderão trazer ganhos na saúde.

Vítor Varela explica que a adesão é voluntária e que, para isso, "as equipas de enfermeiros devem candidatar-se até 10 de novembro, precisando do aval dos enfermeiros diretores e da direção de serviço", mas espera que haja uma adesão de cerca de "25% das unidades num ano". A fase seguinte "envolve os centros de saúde, para que se aposte na prevenção e se prepare a mulher para o nascimento, comum projeto individualizado".

Dos cinco indicadores na área hospitalar, pode haver uma opção só por parte dos mesmos, que serão monitorizados. Alguns deles são muito ambiciosos, outros já estão na prática clínica. "O contacto entre mãe e bebé após o parto já é muito frequente. No caso da amamentação na primeira hora, queremos que atinja uma meta de 90%, à semelhança da primeira."

Outra meta é mais polémica, mas o enfermeiro acredita que terá impacto na redução de internamentos, partos instrumentalizados e até na dor sentida pela mulher. "A posição facilita muito o trabalho de parto e a expulsão. E isso é sabido, mas na prática as mulheres estão sempre deitadas. É má prática, mas acho que há abertura



Posições de parto em pé ou de cócoras ajudam à saída do bebé

dos serviços para mudar." Para cada um dos cinco indicadores, a Ordem disponibilizou dados, bibliografia e evidência: mais dor, maior demora na descida do feto, mais necessidade de cortes no perinéu e menor oxigenação fetal. Pelo contrário, posições como a de cócoras, lado, gatas ou mesmo a ereta reduzem estes riscos. Mas o

mais importante, diz o enfermeiro, "é incentivar a mulher a mover-se durante o trabalho de parto e não a ficar sempre deitada na cama".

O acesso a informação pré-natal acima dos 25% das grávidas é outra meta futura graças ao cumprimento dos indicadores (ver caixa), tal como a redução das cesarianas partos instrumentalizados

INDICADORES

ALÍVIO DA DOR NO PARTO COM MENOS REMÉDIOS

- > Atingir taxa de uso de medidas não farmacológicas (como mobilidade, acupuntura, técnicas de massagem) > meta de 50%
- > Envolver mulher/casal no controlo da dor com mobilidade durante o parto > meta de 70%

PROMOVER A INGESTÃO DE ALIMENTOS

- > Atingir uma percentagem de 50% de ingestão (chá, sumo sem polpa e água) com baixo risco

REDUÇÃO DO NÚMERO DE EPISIOTOMIAS

- > Redução em partos normais:
- > 50% em partos de um só bebé
- > 70% em partos de vários bebés
- > Incremento do número de perineos íntegros

MENOS EPISIOTOMIAS

- > Redução da episiotomia em 50% em partos de um só bebé e 70% em partos de vários bebés
- > Incremento do número de perineos íntegros

POSIÇÃO NO PARTO

- > Aumentar a livre escolha da posição de parto pelas parturientes.
- > Promover a livre escolha e informação das posições
- > Reduzir em 50% a posição de litotomia (barriga para cima)

CONTACTO PELE A PELE E AMAMENTAÇÃO

- > Atingir uma prática pele a pele > meta de 90%
- > Promover o aleitamento materno com colocação de bebé à mama na primeira hora em 90%

ou a subida do aleitamento materno em exclusivo até aos seis meses.

Vítor Varela explica que é importante aumentar a alimentação no parto, com chá, água e até "gelatina ou bolachas, para que a mulher tenha energia e esteja ativa. A opção por outras estratégias de redução de dor em vez de fármacos são defendidas em nome da escolha.