



Quando e como vai ser o parto



A gravidez dura em média 40 semanas.
Isto significa que algumas grávidas terão
o parto antes e outras depois desta data.

Idealmente, o parto deverá ocorrer entre as 37 semanas e as 41 semanas e 3 dias de gravidez. Chama-se a este período o termo da gravidez. Os bebés que nascem neste intervalo são os que têm menos complicações nos primeiros dias de vida. Na gravidez que decorre sem patologia aguarda-se que o trabalho de parto se inicie espontaneamente durante este período.



Linha de apoio à grávida
964 020 654 · 964 020 688

nascersaojoao@chs.j.min-saude.pt
www.chsj.pt/nascersaojoao



OBS-IM084-1



Parto prematuro

Antes das 37 semanas os bebês são considerados prematuros (ou pré-termo) e têm maior risco de desenvolver complicações nos primeiros tempos de vida (dificuldade respiratória, infecções, hemorragia, etc). Estas complicações são tanto mais frequentes quanto mais precocemente ocorre o parto, sendo geralmente menos relevantes após as 34 semanas. Por vezes é necessário terminar a gravidez antes do tempo, nomeadamente quando os riscos para a mãe ou para o bebé da continuação da gravidez são elevados.

Duração máxima da gravidez

Quando a gravidez ultrapassa as 41 semanas e 3 dias, aumenta progressivamente o risco de complicações para o bebé, razão pela qual na maioria dos países se propõe a indução do parto (provocar o parto) que não se desencadeou espontaneamente nesta altura. O seu médico informá-la-á quando isto acontecer.

Parto provocado

Se não entrar espontaneamente em trabalho de parto, o seu médico propor-lhe-á a indução do mesmo, pelas razões expostas no parágrafo anterior. Em algumas situações da patologia da gravidez e em certas doenças pré-existentes, pode ser também necessário induzir o parto, por vezes antes das 37 semanas. O seu médico informá-la-á se for esse o caso.

O parto provocado sem ser por motivos de saúde (apenas com o intuito de programar o dia de nascimento), não é internacionalmente considerado uma boa prática médica, porque está associado a maior duração e intensidade das dores do parto, maior risco de sofrimento para o bebé e um maior número de cesarianas.

O parto provocado tem maior risco, e não deve ser considerado sem que haja um motivo de saúde

Cesariana

A cesariana é uma cirurgia que envolve a abertura do abdómen e útero da mãe para extração do bebé. A grande maioria das grávidas não necessita de uma cesariana e um baixo número de cesarianas num hospital é internacionalmente considerado como indicador de um elevado nível de cuidados de saúde.

A maioria das vezes a cesariana é realizada quando o parto não está a progredir normalmente ou quando existem sinais de que o bebé pode entrar em sofrimento. Quando isto ocorre, o médico que está na sala de partos irá explicar-lhe a situação e propor a cesariana. Por vezes as complicações desenvolvem-se rapidamente e é necessário efetuar uma cesariana de emergência. Em alguns casos de doenças pré-existentes ou complicações que surgem durante a gravidez, torna-se necessário programar uma cesariana antes do início do parto. O seu médico informá-la-á se for esse o caso.

A cesariana é uma cirurgia segura

A cesariana é geralmente considerada uma cirurgia segura porque a maioria das mulheres grávidas são saudáveis e têm uma boa capacidade de recuperação. No entanto qualquer cirurgia tem riscos. As mulheres submetidas a cesariana têm maior risco de hemorragia, infeção e tromboembolismo após o nascimento do bebé. Existe também um risco adicional devido à anestesia.

Outro dos inconvenientes manifesta-se em futuras gravidezes, onde há maior probabilidade de ocorrer uma placenta prévia (placenta que recobre a canal de saída do útero) ou uma placenta muito aderente ao útero. Ambas as situações podem causar hemorragia abundante e são potencialmente perigosas. A seguir à cesariana a recuperação da mãe é mais lenta e dolorosa do que após um parto normal. Para o bebé, os riscos da cesariana e parto normal (devidamente vigiado num hospital) são semelhantes.

A cesariana impede ter incontinência um dia mais tarde?

Existem muitos estudos que avaliaram esta questão, mas de momento não há evidência segura de que a cesariana proteja a grávida de uma futura perda involuntária de urina ou fezes, nem de uma descida (prolapso) dos órgãos genitais.

O parto normal continua a ser considerado a forma mais segura de ter um bebé

Parto normal após uma cesariana

É possível e muitas vezes recomendável ter um parto normal, quando o parto anterior foi por cesariana. O seu médico avaliará a sua situação e transmitir-lhe-á as recomendações adequadas ao seu caso. Nas situações em que já ocorreram duas ou mais cesarianas o risco do útero "rasgar" durante o trabalho de parto está aumentado, pelo que geralmente se recomenda a realização de uma nova cesariana.

Parto normal não é uma experiência traumatizante

A maioria das grávidas tem algum receio em relação ao parto, o que é um sentimento normal e compreensível. No entanto, o parto é atualmente muito menos doloroso e traumatizante do que há umas décadas. Existem técnicas muito eficazes para evitar as dores do parto (ver panfleto sobre analgesia epidural). O ambiente calmo da sala de partos e a presença constante de um acompanhante contribui muito para uma experiência mais tranquila e menos stressante.

Consulte o nosso site e mantenha-se informada sobre as próximas datas das sessões de esclarecimento.