

## RELATO DE NASCIMENTO DE ELEONORA (LOLA) – QUE VEIO TRAZER MAIS LUZ PRAS NOSSAS VIDAS

Não foi uma gestação fácil: contrações passaram a fazer parte do meu dia a dia desde as 18 semanas. Sentia muito enjôo, daqueles de amanhecer abraçada ao vaso. Cólicas e episódios de sangramento.

Quando estava com 22 semanas meu marido foi hospitalizado: 30 horas de UTI e mais 3 dias de internamento.

Se na gestação da Bea eu sentia medo de tudo e na do Vicente não tinha medo de qualquer coisa e a certeza de que tudo daria certo, nestes meus sentimentos oscilavam: ora sabia que estava tudo bem, mas ora pensava na possibilidade de algo dar errado. Era um medo sem qualquer motivo, talvez o medo de não dar conta, pois afinal três crianças em casa não me parecia nada fácil.

Com 32 semanas passei horas com contrações doloridas. Era domingo para segunda. Após 5 horas com contrações que duravam quase um minuto e algumas com intervalo de 2 minutos resolvi ir pra maternidade com medo de trabalho de parto prematuro. Lá chegando fui examinada por GO de plantão. Colo fechado, sem qualquer sinal de esvaecimento. Tomei um soro pra hidratar e passar a dor e fui para casa. Passei uns três dias de repouso. Estava tudo bem.

Diante do fato de estar tudo bem fisicamente, mas das contrações continuarem (doloridas e fortes) decidi procurar uma terapeuta, que me ajudou muito.

Abri espaço na minha vida para mais este bebê, que veio sem avisar, mas que fazia uma festa dentro de mim. Lola mexia muito, como nenhum dos dois havia mexido antes. Eram “mexidas” fortes e ao contrário dos dois irmãos, era um bebê grande, com peso acima da média. Talvez por esse motivo eu tinha a idéia de que nasceria antes. Comecei a preparar as coisas pra sua chegada e isso me aliviava as contrações.

Desejava muito que Lola nascesse em casa, na água. Na casa da minha sogra, que é como uma mãe, aliás, é quem nos socorre quando precisamos, quem está sempre ao nosso lado, quem se preocupa conosco.

Minha meta era chegar às 37 semanas, porque assim Lola poderia nascer em casa. Ainda, tinha um parto para acompanhar antes dela nascer, da minha doulada e amiga Camila, que estava Felipe, quem eu já havia acompanhado em fevereiro de 2009 no nascimento do primeiro filho Leonardo. Sempre falava pra Lola que ela só poderia nascer depois do Felipe. E que eu queria muito passar mais um Natal e Ano Novo grávida, rsrs.

Felipe nasceu no dia 04 de janeiro. Num parto lindo. Fiquei muito feliz por poder novamente acompanhar minha amiga Camila e participar deste momento tão sagrado.

O “melhor” foi quando estava indo pra Maternidade com ela e ela dizendo pra mim que logo, logo eu ia ver como doía sentir contração, rsrs.

Passamos das 37 semanas e pela primeira vez esperei por um bebê, sim, porque antes disso estamos fazendo um bebê e não esperando.

Combinei com minha amiga e parteira Adelita de fazermos uma pintura na barriga e uma belly cast (máscara de gesso) e foi um momento muito gostoso.



Aos poucos fui me despedindo do meu estado de grávida – amo estar grávida – e imaginando Lola do lado de fora.

Ficava pensando quando seria o dia. O mágico do parto é que num dia estamos grávida e no outro com um bebezinho no colo.

Na quarta-feira dia 12 de janeiro, pela primeira vez – não aconteceu nas minhas gestações anteriores – perdi o tampão mucoso. Fiquei na expectativa se a grande hora estava próxima, mas além das contrações que já me acompanhavam a muito, nada aconteceu.

Desta vez eu queria muito mais que um parto domiciliar e natural, eu queria um parto consciente. Eu queria sentir meu corpo trabalhando e saber o que estava acontecendo, seguir meus instintos. Não me perder na dor e me sentir em trabalho de parto apenas no momento em que fosse impossível ignorá-lo.

Na sexta-feira dia 14 de janeiro resolvi fazer um jantar pros dindos da Lola. Estava muito gostoso, criançada correndo (6 no total) e conversa rolando solta. Saíram de minha casa às 2 da manhã, fui dormir às 3 e pensei que não seria muito bom entrar em TP naquele dia pois certamente estaria muito cansada. Lembro que na sexta-feira à tarde conversei com Eleonora e pela primeira vez desejei de verdade que ela nascesse. Já estava com vontade de conhecer aquele bebezinho que me habitava há quase 39 semanas. O jantar foi como uma alegre despedida.



Às 5:30hs da manhã me liga uma gestante em trabalho de parto. Ficamos em contato por telefone e às 8 da manhã a encontrei no hospital. João nasceu às 11:37hs. Segundo menino a nascer na água. Pensei que dia 15 era um lindo dia pra se nascer, pena que Lola não nasceria naquele dia, eu achava, já que não havia qualquer sinal.

Liguei pro meu marido e almoçamos na feirinha comida mineira que eu amo. A dona da barraquinha perguntou pra quando era o bebê e eu respondi pra qualquer hora, poderia até ser naquele mesmo dia, e rimos.

Fomos pra casa e minha filha Beatriz ia ao cinema com nossa amiga Marilza, uma das dindas da Lola. Eu estava muito cansada pra acompanhá-las. Arrumamos a pequena e ela foi.

Por volta das 16 horas, meu filho Vicente dormiu. Eu estava andando pela sala quando senti um “creck” seguido de uma contração muito forte e com muita pressão. Corri pro banheiro e

sentei-me no vaso. Fiz um auto-toque. Senti a bolsa d'água bem protusa e tinha certeza que logo romperia. Estava perdendo bastante muco.

Resolvi tomar um banho bem quentinho e relaxante. Durante o banho senti mais algumas contrações fortes e com bastante pressão, mas não fiquei marcando o tempo. Fiquei de cócoras quando elas vinham. Cantei pra minha pequena, disse a ela que havia chegado a hora e que eu estava pronta e que faríamos um lindo trabalho juntas, o primeiro de muitos. Eram 16:20hs.

Saí do banho e senti a bolsa romper seguido do cheiro inconfundível de líquido amniótico. Uma alegria imensa tomou conta de mim. Liguei pro meu marido e avisei que havia chegado a hora.

Liguei pro Carlos, meu amigo e obstetra e pra Adelita, minha amiga e enfermeira obstetra - parteira, que me acompanhariam no nascimento da Lola, avisando que a bolsa havia rompido, mas que ainda não estava em trabalho de parto e que íamos nos falando.

Comecei a sentir contrações bem doloridas, com bastante pressão, mas bem irregulares. Aproveitei pra arrumar a casa, as roupas das crianças, ver quem poderia ficar com elas. Ligamos para meus sogros que estavam na Ilha do Mel e eles em poucos minutos estavam no barco a caminho de Curitiba.

As dindas da Lola chegaram a minha casa e fiquei totalmente tranqüila com relação as crianças. Bea ficou dividida com quem iria ficar e se ia ou não conosco para o parto da Lola, mas deixei que ela decidisse e ela decidiu ficar em casa com o irmão à espera da maninha que não demoraria a nascer.

As contrações continuaram fortes e ainda irregulares, mas comecei a sentir necessidade de ficar sozinha. Peguei tudo o que precisávamos e fomos para casa dos meus sogros, mas antes paramos na panificadora e eu consegui comprar o mundo, já que imaginava que Lola nasceria apenas pela manhã e precisaríamos nos alimentar durante a madrugada. O mais engraçado é que as contrações estavam presentes e fortes e nós bem tranqüilos na fila.

Chegamos a casa (dos sogros) e a prefeitura havia cortado algumas árvores do bosque ao lado e os galhos impediam a entrada do carro na garagem. Nisso meus sogros chegaram da praia e meu sogro ajudou meu marido a tirar os galhos enquanto minha sogra foi conferir se estava tudo ok com a banheira para o parto.

Foi muito gostoso encontrá-los. Meu sogro fez um mate (chimarrão) para mim. Eu entre uma contração e outra tomava um mate e organizava alguma coisa.

Adelita chegou e se juntou a nós nesta grande festa.

Meus sogros foram embora (para minha casa ficar com as crianças e na expectativa da chegada da segunda menininha da família). Eram 21:45hs e a Adelita fez um toque e eu estava com 5-6cm, colo fino, centralizado e Lola ainda bem alta. Avisamos o Carlos que disse que logo viria nos encontrar – apesar de eu achar que ainda tínhamos longas horas pela



frente. Desanimei, pois não me importava que a dilatação fosse pouca, mas eu queria um bebê baixinho. Falei isso pra Ade e ela me disse pra não me preocupar porque Lola desceria rápido como um parafuso, rs.

Resolvi desencanar e relaxar. Ade propôs um relaxamento com o rebozzo e foi muito maravilhoso. Amei sentir meu corpo sendo balançado e “espremido”. Marlon participou desse ritual maravilhoso. Comecei a sentir contrações mais fortes e freqüentes, acho que estava mesmo precisando relaxar pro trabalho de parto começar.

Senti o primeiro puxo, levantei, desci as escadas e corri sentar no vaso. Fiz força, impossível não fazer. Senti que tudo estava diferente. Ao mesmo tempo, Carlos tocou a campainha. Chegou junto com meu primeiro puxo. Ade pediu pra tocar – 8cm e Lola havia descido (plano 0 de De Lee). Imaginei que ainda tinha algumas horas pela frente, mas estava pronta pro tempo que fosse.

O telefone não parava de tocar e isso me irritou um pouco. Corri pra atender, mas parou antes que eu chegasse.

Entre no chuveiro e outro puxo. Fiquei lá tomando um banho bem quentinho e cada vez as contrações eram mais fortes. A banheira começou a encher e enquanto isso eu aproveitava o chuveiro.



Conversamos entre os intervalos, até que eu me toquei e senti a cabeça da Lola. Pedi pro Carlos tocar e confirmar se era. Estava com 9 de dilatação e Lola baixa.

Comecei a sentir cada vez mais vontade de empurrar, na verdade não era vontade, mas necessidade. Era o que chamam de “reflexo de ejeção”.

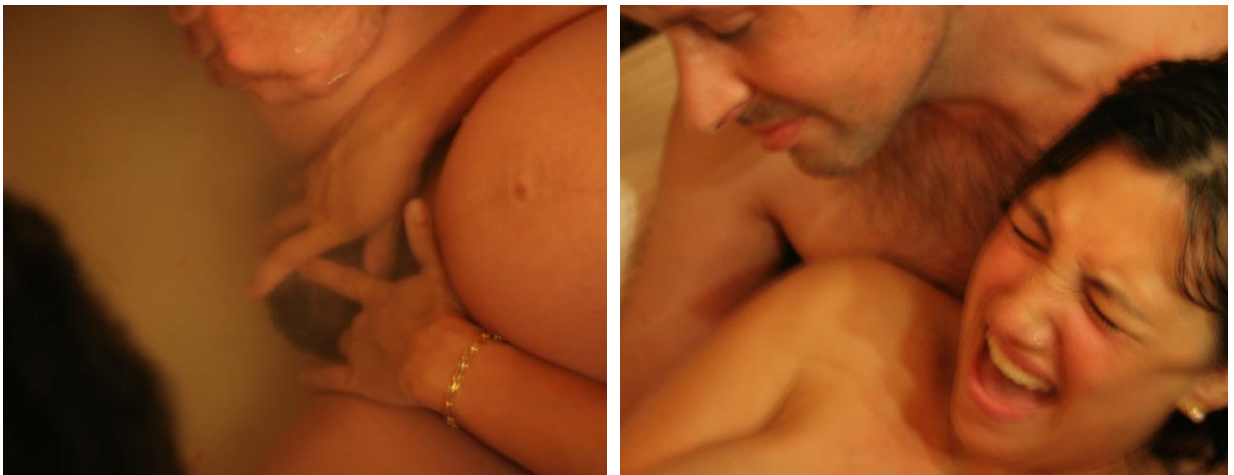
No intervalo entre as contrações (1 minuto) conseguíamos conversar. A cada contração eu me concentrava, respirava, vocalizava e relaxava meu corpo pra não fazer força. Alias meu único desejo para o parto da Lola era estar consciente o tempo todo e não me perder na dor. Em determinado momento Marlon quis entrar na água e eu “corri” com ele dali, rs. Mas, ele foi paciente e assim que eu permiti entrou na banheira comigo e então eu me apoiei nele e relaxei o corpo todo. Foi ótimo. Era o que faltava pra que Lola nascesse.

A cada contração sentia ela descer mais. Impressionante como é possível sentir isso nitidamente. Cada vez mais pressão e sentindo que minha filhinha queria vir pra nós. Toquei e senti ela no canal, perguntei que horas eram: 23:13hs, perguntei se nasceria aquele dia. Queria que ela nascesse aquele dia.

Então, senti-a coroar, relaxei o corpo e me concentrei pra não fazer força, pois a contração já era forte e queria que ela nascesse suave. Senti o círculo de fogo e Carlos protegeu meu períneo pra não lacerar. Senti os cabelinhos dela e meu marido também quis sentir.

Passou a contração e eu relaxei meu corpo e respirei, veio outra e a cabecinha começou a sair. Novamente me concentrei pra não fazer força e vocalizei.

Fiquei durante todo o tempo com a mão na sua cabecinha e vocalizava durante as contrações.



Mais uma contração e a cabecinha dela estava quase toda de fora. Acariciei. Senti-a mexer. Mais uma contração e senti a mãozinha da minha pequenina filha que me procurou e segurou meu dedo e assim, segura, na próxima contração, mergulhou pra sua vida aqui fora.

Peguei-a e a trouxe para meu colo, ajudada pelo meu marido.

Ela apenas tossiu e nos olhou com seus olhinhos curiosos, não chorou, apenas corou. Linda e perfeita!

Neste instante o tempo parou. Eu tinha conseguido outra vez, e lá estava minha menina cheia de luz no meu colo. Eram 23:20hs, apenas 50 minutos após o meu trabalho de parto engrenar.



Ficamos na banheira e quando o cordão parou de pulsar Marlon cortou, num ato simbólico de que agora éramos duas.



Continuamos na água namorando nossa pequena e logo a placenta dequitou e então cerca de 20 minutos após Lola nascer saímos da água e fui para cama para verificar o períneo. Não houve qualquer laceração.

Lola começou a procurar o peito e mamou. Coisa mais linda, com uma pega perfeita.



Tempo depois levantei e fui pro banho. Aproveitamos pra pesar a pequena: 3.650grs.

Meus outros dois filhos, Beatriz e Vicente, chegaram junto com meus sogros e meus amigos Arizoê e Neruda, dindos da Lola e então foi só festa.

Ficamos na mesa, lanchando até às 4:00hs da manhã. E depois dormimos, uma nova família, completa, com a chegada da caçulinha.

Foi um parto maravilhoso e perfeito. Totalmente consciente. Em nenhum momento me perdi na dor. Sabia que a cada contração minha filha estava mais próxima do meu colo e focava no quanto eu queria pari-la naturalmente, sem qualquer intervenção e sem me perder no processo.

Entendo que quem faz o parto é a mulher e eu fiz meu parto, eu pari minha filha, mas só foi tranquilo porque estava acompanhada de três pessoas incríveis e imprescindíveis nesse processo:

- Meu marido Marlon, amor, amigo, companheiro de uma vida, pai maravilhoso, que estava comigo incondicionalmente e sonhou meu sonho de parir nossa pequena na água, no aconchego do lar;



- Meu amigo e obstetra Carlos Miner, companheiro de muitos partos, que me apoiou, acompanhou e assistiu durante toda a gestação e parto, trazendo a segurança e paz necessárias para que eu confiasse e me entregasse nessa grande, incrível e maravilhosa aventura que é parir;

- Minha amiga parteira Adelita, que com sua suavidade, carinho, amizade, curtiu comigo a barriga e me apoiou durante a gestação e parto e acreditou que eu podia e que seria tranqüilo, me passando muita confiança e tranqüilidade.

Aos três minha eterna gratidão e amor! Sem vocês não seria perfeito.

Ainda, agradeço todo o apoio dos meus sogros, que foi essencial. Entenderam o quanto era importante pra mim parir a pequena na casa deles, cuidaram das crianças e comemoram conosco. E também meus amigos Arizoê, Neruda, Evans e Marilza, dindos da Lola, que nos ajudaram com o trabalho e as crianças. A todos meu agradecimento com muito carinho. Vocês fazem parte da linda historia do nascimento da Lola.

Hoje, olhando minha filhinha, compreendo a sensação de família completa quando olhamos para nossos filhos e decidimos que teríamos apenas eles - Bea e Vicente: Lola já estava conosco, em meu ventre, trazendo mais luz para nossas vidas!

