

RELATO DE PARTO VICENTE VBAC DOMICILIAR

A linda história do nascimento do Vicente e meu renascimento começou há muito tempo, no nascimento da minha filha Beatriz.

Beatriz estava pélvica e na época fiz todos os exercícios que me indicaram para que ela ficasse de cabecinha pra baixo, mas ela queria mesmo era nascer de bumbum virado pra lua. Marcamos uma VEC (versão externa cefálica) para o dia 08/05/2006 às 18:00hs, mas às 2:40hs da manhã minha bolsa rompeu e com uma evolução de TP não satisfatória acabamos numa cesárea. Ela nasceu pequena, com 2,1 kg e com medo de hipoglicemia o pediatra ministrou leite por sonda. Em poucos dias estava com 1,7kg, sem reflexo de sucção; demorou a aprender a mamar. Foi muito difícil superar e acreditar que a gestação havia acabado e no meu não-parto. Chorei durante muito tempo, sentia falta da minha barriga e tinha certeza de que meu próximo filho não nasceria daquela forma. Olhava aquela bebezinha, tão pequena e frágil, e não conseguia acreditar que era o mesmo bebezinho que pouco antes habitava meu ventre.

Depois que ela nasceu fiquei muito tempo processando minha cesárea e pensando o porquê. Comecei a ler ainda mais sobre gestação e parto acabando por me apaixonar pelo assunto. Foi um caminho sem volta. Descobri que havia doulas e quis ser uma para poder ajudar outras mulheres nesse processo de trazer ao mundo seus filhos. Descobri minha vocação.

O Vicente já era muito desejado por nós e estava em nossos planos, acho que por isso se apressou um pouco e veio um ano antes do planejado. Coincidência ou não, veio habitar meu ventre 2 ou 3 dias após “parir” o relato de nascimento da Beatriz.

Acho que ele estava esperando por isso. Esperando eu ter curado a cicatriz da alma pra poder chegar e mostrar que tudo poderia ser diferente.

Assim como aconteceu na gestação da Bea, passei muito mal quando da nidação. Estávamos na Ilha do Mel e meu marido brincou que eu estava ficando grávida. Meu filhote fixou-se ao meu útero e passou a habitar essa casinha que seria somente sua por aproximadamente 37 semanas.

Meus fluxos sempre foram regulares e, com 4 dias de atraso, estava fazendo um curso sobre amamentação quando apareceu na tela a imagem de um bebê recém-nascido. Neste momento pensei: estou grávida! Quando cheguei em casa falei pro Marlon, meu marido, ele riu e não acreditou daí combinamos que no dia seguinte faria o teste de farmácia.

Acordei às 6:30hs da manhã e fui ao banheiro fazer o teste e não acreditei quando vi aquelas duas faixas rosa. Voltei pra cama chorando. Era um misto de medo e alegria.

A gestação transcorreu tranquilamente. Quase não tive tempo de curtir, pois além do meu trabalho como advogada tinha as doulagens, os encontros do GAPP, a Bea pra cuidar. Curtimos a barriga juntas e ela sempre dormia com a cabeça no irmão e falava muito com ele.

Sempre falei que minha primeira filha nasceria no hospital e o segundo em casa.

Após acompanhar alguns partos tinha certeza que não havia lugar melhor pra parir meu pequeno que a minha casa. Não me imaginava em

trabalho de parto indo para um hospital. Queria estar cercada das pessoas que amo e confio, no meu ninho.

Em setembro de 2007 conheci a Felicitas, que também é doula e acabamos nos tornando amigas. Foi “amor a primeira vista”. É como se fossemos amigas de uma vida toda. É aquela amiga que além de você gostar simplesmente porque gosta, ainda temos muitas afinidades. Ambas somos apaixonadas por gestação e partos e acreditamos que todas as mulheres podem e merecem parir respeitosamente.

Já sabia que queria que nascesse em casa. Tinha o apoio de meu marido e da minha querida amiga-doula que tem 3 filhos nascidos de partos naturais, sem intervenções e o último domiciliar.

Desde que a Bea nasceu já falava com meu obstetra – o mesmo que deu à luz a minha pequena - sobre parto domiciliar e assim que me descobri grávida conversei com ele que queria que nascesse em casa. Ele topou a empreitada.

Equipe formada. A partir de então sabia que cada vez mais estava próxima de realizar meu grande sonho: trazer meu filho ao mundo sem intervenções no aconchego do nosso lar.

Às 33 semanas de gestação o Vicente, como a irmã, estava sentado e assim permaneceu até a 35ª semana. Foi um período de grande expectativa e ansiedade, pois fiquei com medo de que ele não virasse e não pudesse parir em casa.

Com 35 semanas pensei que entraria em trabalho de parto prematuro, tantas eram as contrações, pressão no baixo ventre e dor e na lombar que eu sentia. Conversava muito com o Vicente e dizia a ele que ainda não era hora. Que ele só poderia nascer depois da 38ª semana e principalmente depois que eu doulasse todas as 4 gestantes que estava acompanhando.

E assim foi. Acompanhamos – Felicitas e eu – 4 partos em 3 dias. Foi uma maratona. Duas noites sem dormir. Um barrigão de praticamente 37 semanas.

No sábado que antecedeu o parto estávamos acompanhando um parto e em vários momentos achei que minha bolsa havia rompido, pois sentia descer muito líquido que por algumas vezes chegou a molhar minha roupa. Hoje penso que poderia ser uma ruptura alta da bolsa. Senti muitas contrações também. Em determinado momento tinha mais contrações do que a gestante que estávamos doulando. Achei até que pariria antes dela. As contrações e líquido continuaram no domingo.

Segunda-feira acordei muito disposta, arrumei várias coisas, comprei algumas coisas que faltavam para o parto domiciliar, mandei manipular a vitamina K e, embora não achasse que fosse necessário, fiz questão de buscar neste mesmo dia. Antes de dormir senti uma contração muito forte, um pouco diferente das que estava sentindo até então.

Na madrugada senti a bolsa romper. Eram 03:30hs do dia 15/07. Em princípio não quis acreditar, pois ainda estava de 37 semanas e 2 dias e temia ser um empecilho para realizar meu VBAC domiciliar. Tentei voltar a dormir, mas quando virei pro outro lado da cama senti escorrer mais líquido. Levantei e fui ao banheiro e tive certeza de que o show iria começar. Liguei pra minha querida amiga-doula pra compartilhar.

Ao voltar pra cama senti a primeira contração. Acocorei e esperei passar. Deitei. Outra contração. Resolvi levantar e organizar e limpar o apartamento.

Por volta das 7:30 da manhã estava tudo limpo – brinquedos organizados, louça lavada. O Marlon fazendo a dinâmica e eu curtindo contração por contração. Como foi bom poder vivenciar tudo isso. Tomei um banho e as contrações estavam de 4 em 4 minutos.

Resolvi telefonar pro meu obstetra e deixá-lo a par. Combinamos que ele viria pra minha casa um pouco mais tarde, já que estava tudo tranqüilo e ainda ia demorar.

Logo após desligar o telefone o Carlos telefonou e conversou com o Marlon acerca de eu estar de 37 semanas e haver um risco maior de desconforto respiratório – isso não era um impeditivo para o PD, mas deveríamos estar avisados caso fosse necessário irmos pro hospital. Neste momento eu estava com uma contração bem dolorida, mas ouvi o Marlon falando com o Carlos que eu havia contado a ele que nós – Carlos e eu – havíamos conversado durante o último parto que acompanhamos juntos e que 37 semanas não era mais tecnicamente prematuro e que se fosse necessário durante o TP ou logo após iríamos ao hospital.

Durante as contrações eu acorava e meu marido fazia massagem. Às 09:30hs, logo após o telefonema do Carlos, Felicitas chegou e nesse momento tive uma senhora contração e senti o Vicente descer.

Era isso que eu temia. Entrar em TP antes da 38ª semana. Eu não queria sair de casa para parir. Tinha o apoio incondicional do meu marido e da minha amiga-doula. Resolvemos ligar pra Ana Cris, que foi um anjo e nos tranqüilizou, nos orientando que deveríamos deixar o ambiente bem aquecido pra chegada do pequeno.

Telefonei pro Carlos e conversamos que ficaríamos em casa e que se fosse necessário iríamos ao hospital. Era uma responsabilidade compartilhada e eu acredito nisso: Parto Domiciliar é responsabilidade compartilhada.

Minha filhotinha Beatriz – 2 anos e 2 meses – acordou e eu falei pra ela que o irmão iria nascer. Jamais esquecerei aquela carinha de alegria e espanto. Pediu um mamá e pra ir pra casa dos primos – minha cunhada mora no mesmo condomínio. Estranhamente passou o dia lá e não pediu pra voltar pra casa. Certamente ela sentiu que alguma coisa iria acontecer. Pra mim foi ótimo ela não estar em casa, porque acho que ficaria muito preocupada em não assustá-la durante as contrações.

O Carlos chegou às 10:30hs. Nesse momento as contrações estavam de 3 em 3 minutos durando 1 minuto. Fez um toque: 4cm de dilatação, colo centralizado, fininho e o Vicente estava baixo – 2+ de De Lee. Viva!!!! Era tudo o que eu queria ouvir. Tudo estava caminhado como deveria.

Ficamos conversando sobre os partos que acompanhamos. Durante as contrações eu ficava de cócoras, Felicitas massageava e no intervalo contávamos piadas.

Conversamos com a Pata e a Rebeca – amigas-doulas-amadas - por MSN e telefone. Mandaram boas vibrações. Li as mensagens postadas nas listas e foi muito importante recebê-las e saber que tantas pessoas estavam na torcida para que meu parto fosse maravilhoso. A Polly, outra amigoula enviou

uma mensagem que me deixou muito tocada e emocionada, dizia que estava comigo e me doulando em pensamento. Achei lindo!

O tempo passava e quando sentei para almoçar senti uma contração muito forte. Passou. 2 minutos depois outra e outra. Novo toque: 5cm.

Comi o que consegui da lasanha e senti que “o bicho estava pegando”. Corri pro chuveiro. Foi ótimo: bola, chuveiro, apoio do marido e da doula.

Perdi a noção de tempo. A dor era muita. Misto de cólica com câimbra. Meu corpo não tinha mais posição. Sentia o Vicente descer. 2 horas depois sai do chuveiro. 7 cm.

Fiquei um pouco no quarto. Estava com muito sono. Cochilei entre as contrações. Pedi massagem nos pés. Estava com muita dor. Voltei pro chuveiro.

A dor e o cansaço estavam me enlouquecendo. As contrações emendavam umas nas outras, parecia que estava no mar, me afogando e não conseguia sair das ondas. Falei com o Vicente, disse a ele como tinha sido bom o tempo em que ele estava na minha barriga, como eu era grata por essa nova oportunidade de gestar e parir e que a partir daquele momento ele poderia nascer, pois eu já não sentiria mais falta da barriga. Foi incrível, ele começou a se mexer – tinha passado o dia todo quieto. Comecei a chorar. Foi lindo. Muito intenso. A partir dali entrei realmente em transe. Gemia durante as contrações, mas não era um gemido de dor, era como se fosse uma música. Embalava o corpo e cantarolava sem ritmo. Acalentava-me. Foi uma dança linda, do meu corpo com o meu bebê que estava para nascer. Tomei água de coco. Comi pêra.

Comecei a sentir muita vontade de empurrar. Às 17:30hs novo toque: 9cm com rebordo de colo. Fiquei com medo de fazer força. Rebatemos o rebordo. A dor é alucinante.

Os toques não me incomodaram. Na verdade precisava saber como estava a evolução. Saber que tudo estava caminhando me dava forças para seguir.

Sentei no vaso e senti o Vicente descer e tudo “crescer” embaixo. O gemido dessa hora foi gutural e percebi uma correria. Felicitas foi chamar o Carlos que já estava a caminho e disse que era pra eu ficar aonde e como estivesse mais confortável.

Não estava confortável no vaso e não queria que nascesse ali. Fui pra sala e fiquei de cócoras, mas não gostei, ajoelhei e tive a impressão de que iria lacerar muito. Sentei no colo do meu marido pra tentar cócoras sustentada, mas também não ficou confortável.

Fui para o quarto, para a minha cama que estava com o lençol verde e branco que eu tanto gosto. O Carlos sugeriu de lado. Gostei. Fiquei confortável.

Fiquei inclinada, apoiada em almofadas, de lado e cercada por meu marido e amiga-doula. Comecei a gritar muito. Durante os puxos fazia força e gritava ao mesmo tempo e a força se perdia e eu não conseguia empurrar. Estava muito cansada e tudo o que eu queria era dormir e continuar no dia seguinte. Cochilei entre os puxos.

Perguntei ao Carlos quanto tempo mais demoraria, quantas forças mais teria que fazer. Ele riu e disse que não demoraria muito, mas eu queria e precisava saber em números, então ele falou: umas 3 forças. Mas eu queria

saber em tempo e ele falou: uns 15 minutos. Fiquei aliviada. Se ele me falasse 3 horas não faria diferença, eu precisava saber que uma hora iria acabar. Nesse momento ele me disse pra me tocar que eu sentiria a cabecinha do Vicente uns 2 centímetros pra dentro. Foi o que fiz e a sensação é indescritível. Nesse momento tive certeza que só dependia de mim fazê-lo nascer.

A enfermeira obstetra que estava conosco carinhosamente me explicou que eu deveria direcionar a força. Engraçado, nos partos que acompanhamos muitas vezes explicamos como fazer, mas na hora eu não lembrei e a força acabava se perdendo junto com meus gritos.

O Marlon posicionou um espelho pra que eu pudesse ver. Não escutava mais nada. Não via mais ninguém. Quando fazia força a cabecinha dele aparecia. Então, comecei a fazer muita força. Senti o círculo de fogo e aí não vi mais nada queria apenas curtir a sensação de senti-lo passando, nascendo. Foi a melhor sensação da minha vida. Um misto de dor, êxtase, prazer, euforia. Joguei o corpo pra traz e quando senti que os ombros tinham saído procurei-o com as mãos e o Carlos entregou-o a mim e eu o trouxe para meu colo.

Não dá pra descrever o que senti. Apaixonei-me imediatamente. Não acreditava que ele havia nascido. Era lindo e perfeito. Nasceu rosado e chorando. Como eu havia sonhado com aquele momento! E agora não era mais um sonho e sim uma realidade.

Vi meu marido ao meu lado com os olhos marejados. Como fui grata a ele por estar ali comigo, vivenciando o nascimento do nosso filho.

Minha amiga-doula quieta, nos olhando com a maior cara de alegria. Apoio fundamental e irrestrito.

O Carlos super orgulhoso da primeira assistência domiciliar.

O cordão foi cortado pelo pai após parar de pulsar. Sentir o cordão pulsando também é uma emoção que não dá pra descrever, pois foi mágico sentir a força que nutriu meu pequeno dentro de mim todo o tempo. Mais uma força e a placenta saiu. Não doeu. Na verdade foi um alívio e bem prazeroso.

Vicente no peito. Pega perfeita. Mamou a valer.

Nasceu de 37 semanas e 2 dias, às 19:16hs do dia 15 de julho de 2008, com 2.830kg e 46 cm – medidos no dia seguinte no pediatra.

Logo após o nascimento nossa filhotinha desceu do apartamento da minha cunhada para ver o irmão. Assim que ela entrou no quarto e falou ele virou a cabeça para procurá-la. Foi lindo ver a carinha dela de surpresa e feliz.

A família toda apareceu em casa após o nascimento.

Depois de um tempo, após mamar bastante, o Vicente dormiu. Levantei, tomei banho e fui para sala comer pizza junto com todos meus companheiros de parto.

Estava plenamente realizada. Uma sensação de vitória. Sim, eu era capaz, não só de gerar, mas também de parir. De trazer lindamente ao mundo meu filhotinho da maneira que acredito ser a mais saudável.

Foi uma experiência única, maravilhosa e empoderadora. Não poderia parir de outro jeito e em outro lugar. Foi muito gratificante.

Agradeço a todos os envolvidos no processo.

Ao meu marido por todo o seu amor, companheirismo, apoio, confiança de que eu queria o melhor pro nosso bebê e pra mim e por entender o quanto era importante trazer nosso filho ao mundo no aconchego do nosso lar.

À minha amada amiga doula Felicitas, dinda de umbigo do Vicente, pela sua amizade, por me acompanhar durante toda a gestação, por acreditar que eu era capaz de parir, por todo o seu apoio, carinho, dedicação. Tê-la ao meu lado foi essencial, teria sido muito difícil sem ela. Pouco falamos durante o TP, mas a sua presença me trouxe muita paz e segurança. Somos cúmplices de nascimentos lindos.

Ao meu amigo e obstetra Carlos Miner por todo o seu apoio, paciência, respeito. A sua presença trouxe a segurança e paz que eu precisava. Com sua assistência tinha certeza que tudo sairia do jeitinho que eu tinha planejado. Sinto o maior orgulho dele, afinal, o meu foi o primeiro parto domiciliar que acompanhou. Tenho certeza que não será o único.

À Shunaida, enfermeira obstetra que nos assistiu. Pelo seu carinho e respeito ao nosso momento.

À Ana esposa do Carlos por compartilhar conosco esse momento único. Pelas palavras de incentivo e pela filmagem do parto.

E finalmente à minha cunhada Dani, dinda do Vicente, que além de compartilhar desse momento tão sublime, eternizou tudo em fotografias.

