

## **Relato de parto: Nascimento do Thomas**

Dia 15 de dezembro de 2008, eu já estava com 40 semanas de gestação, e ansiosa para ter meu bebê nos braços, acordei as 7h com uma cólica fraca, dormi e não senti mais. No café da manhã, senti mais uma cólica fraquinha, também passou, mas pensei, será que são os pródomos? Já que não sentia nada até este dia. Tive mais umas cólicas fracas na hora do almoço, mas não me empolguei. Estas cólicas iam e vinham bem irregulares. As 15h, elas já estavam pouco mais freqüentes e resolvi ligar para minha doula Paty, que me aconselhou deitar e descansar: se passasse não era TP. Fiquei deitada por 1h no sofá e fui anotando os intervalos das contrações, estavam a cada 5 e 6 minutos, nada regulares. Queria ter certeza pra começar a falar pro pessoal que estava em casa, minha mãe, minha sogra, minha cunhada e meu sobrinho, todos esperando o Thomas nascer. Só falei que achava q estava em TP para meu marido. Minha mãe, há 40 dias em minha casa, precisava assinar um documento em sua cidade e já tinha comprado passagem para aquele dia, como eu ainda não tinha certeza do TP, poderia durar uns 2 dias, só falei para ela desistir da viagem no início da noite.

No final da tarde precisávamos ir ao mercado, fomos eu, meu marido e minha cunhada, eu sentia as contrações, mas estava tranquilo, eram mais fortes, mas nos intervalos era como se nada tivesse acontecendo. Chegando em casa, resolvi falar pro pessoal das contrações, mas já avisei que poderia demorar, minha mãe conseguiu trocar a passagem e deu tudo certo, foi bem legal, todos ficaram felizes e não me deixaram nervosa ou ansiosa, me sentia muito bem.

As 22h, eu já estava deitada, sentindo as contrações mais fortes e resolvi ligar para Paty de novo, pois elas teriam que vir mesmo naquela noite, era o grande dia! Ela e a Felicitas chegaram mais tarde e me sugeriram um banho de chuveiro na bola, achei bom, melhorava um pouco a dor. Logo saí e voltei para cama e as meninas começaram com as massagens com um óleo bem cheiroso durante as contrações, nossa foi tudo de bom, me aliviava a dor na lombar após a contração, eu também andava no quarto e na hora da contração agachava.



Assim foram massagens, contrações, anotações dos intervalos, fotos, conversas, dores, até mais ou menos 1h, os intervalos das contrações estavam a cada 3 minutos, as doulas acharam melhor ligar para meu obstetra, que sugeriu irmos pra maternidade. Pegamos as malas e fomos, a Paty foi conosco no carro e ia me massageando no banco de trás, pois sentir as contrações no carro passando em buracos não é nada fácil.

Chegamos na maternidade e fui para a salinha para ser examinada, o plantonista fez o toque, e acreditem, 2 cm de dilatação, aluuu, tudo isto para 2 de dilatação, pensei que não fosse agüentar, o médico falou para voltar as 8h da manhã, desanimei total, as meninas iam até embora depois deste balde de água fria, mas como as dores estavam realmente fortes, resolvemos voltar todos para minha casa. As meninas disseram para eu tentar dormir um pouco, mas que nada, eu descansava nos intervalos das contrações, mas dormir mesmo, não dava.



Fiquei na cama, segurava a mão de meu marido, que foi muito importante também, recebendo as massagens da Paty, me pendurando no pescoço da Felicitas, fomos para o chuveiro na bola de novo, começou a sair o tampão, bem pouco, fiquei um pouco por lá e quis sair logo, preferia ficar fora do chuveiro, neste período, eu tomava água de côco para não desidratar, e depois a Felicitas me deu gelatina na boca, olha só, eu não tinha força pra comer e nem muita vontade, mas ia precisar de energia. Elas também iam falando que eu estava ótima, eu toda descabelada e elas sorrindo e dizendo palavras de conforto, foi muito bom tê-las conosco, pois eu estava fragilizada e precisava de apoio.



As 5h comecei a sentir vontade de fazer força e achava que o neném iria nascer ali no meu quarto mesmo, então as meninas ligaram pro Dr. Carlos, que falou pra irmos pra maternidade. E vamos nós novamente de mala e cuia, tudo de novo, ninguém ouviu a gente sair de casa, contrações no carro, massagens, etc.

O plantonista fez o toque novamente, no intervalo das contrações, desta vez entrei sozinha, durante a contração eu apertei a mão da enfermeira que me foi solidária, isto já era umas 6h, eu estava com 7 pra 8 de dilatação, o medico ligou para meu obstetra e me perguntaram se eu ia querer anestesia, eu engoli seco e fui firme, NAO, rsrs queria agüentar até o final. Da salinha já saí com a camisolinha branca, não tava nem aí, e fomos andando até o quarto, no caminho saiu o tampão, senti uma meleca no meio das pernas, saiu bem pouco sangue. No caminho eu ia abaixando e me pendurando nas meninas, rsrs.

No quarto, fui para a cama na posição ajoelhada apoiada na bola, logo já chegou o Dr. Carlos, que fez o toque e monitorou o batimento cardíaco do bebê, eu já estava com 9,5 cm de dilatação, o bebê estava ótimo, mas ainda um pouco alto. Então as meninas pediram pra eu descer no chão, ficar de cócoras e andar de patinha, foram 2 passos e tive outra contração daquelas, ah eu gritava bastante hehe, dali a pouco fiquei em pé, outra contração, eu estava apoiada no pescoço do meu marido, e rompeu a bolsa, o líquido estava bem claro, tudo normal. Eu estava com muita vontade de empurrar, já estava na fase de expulsão. As contrações já não são tão fortes.



Meu marido sentou na escadinha da cama, eu na frente dele e me segurou por trás, fiquei de cócoras sustentada, e força, força, me falavam pra concentrar na força certa, pois tendia a fazer força no pescoço. A Paty estava no chão também segurando o espelhinho e já dava para ver a cabecinha, que emoção, o Thomas estava chegando, apesar de na hora eu nem queria ver direito, só queria fazer força.



Todos me apoiando, o Dr. Carlos no chão também, só com o paninho esperando rsrs, a Felicitas de cinegrafista, meu marido todo calmo, a Paty toda empolgada com o espelho e me abanando, pois eu suava em bicas, acabada de tanto fazer força, até que fiz uma força descomunal, a cabecinha já saiu, o Dr. Carlos ajudou no giro e o corpinho saiu de uma vez, dei uma tremida, senti arder no períneo, e ele veio para mim, o bebê mais lindo do planeta rsrs, foi incrível, a sensação é indescritível, maravilhosa. O papai cortou o cordão umbilical depois que parou de pulsar, ele adorou, achou emocionante. O Thomas nasceu às 7h22m do dia 16 de dezembro de 2008, e deu tempo da Felicitas assistir tudo, pois precisava entrar no trabalho às 8h, ela saiu correndo, mas também se emocionou, a Paty ficou comigo até o bebê pegar o seio pra mamar, ela que me ensinou colocar o bico certinho na boca do neném, foi tudo perfeito, não tive fissura ou rachadura nos seios.



Tive uma laceração superficial e precisou dar 5 pontos, com anestesia local, mas mesmo assim doeu, eu beliscava o Dr Carlos hehe...

Ah depois que o pediatra pegou o bebê pra fazer as avaliações, eu tive mais uma contração e a placenta saiu inteira, uma bolona de sangue, perfeita.

Concluindo, tive o parto como eu queria, natural e no quarto, o bebê não saiu de nossas vistas nenhum minuto, gostaria de agradecer a Deus, que me deu forças, às minhas doulas, que me orientaram durante a gravidez, me incentivaram e me apoiaram neste momento tão especial, ao Dr Carlos, um médico humanizado, que teve paciência, atendendo meu desejo, ao meu marido que sempre me apoiou e esteve do meu lado, ao pediatra que fez tudo como combinamos, a minha família, que não interferiu ou pressionou para eu desistir, pelas orações de todos meus amigos que torceram por mim.