



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Karen Estevam Rangel – Pós-parto

Logo depois do parto, muitas são as dúvidas e transformações que ocorrem na vida da mulher. Além do aspecto físico, torna-se ainda mais concreta a responsabilidade de cuidar de um novo ser. Para o bebê, este também é um período de mudanças e adaptação. Por isso, informação é fundamental para que o pós-parto seja saudável e o mais tranquilo possível.

Para saber mais sobre os cuidados nesta fase, confira a entrevista com Karen Estevam Rangel, enfermeira obstetra que trabalha em Curitiba (PR).

O que é o período chamado de pós-parto?

Clinicamente, o pós-parto é o momento a partir do nascimento do bebê até o 42º dia após esse nascimento. Mas, a gente sabe que é muito mais do que isso. Pode durar um mês ou dois meses, depende de como será a adaptação da mãe com o bebê.



O que acontece no corpo da mulher no período do pós-parto?

Acontece uma readaptação do corpo feminino. Imagine o útero: ele cresceu por 40 semanas e, dependendo do peso do bebê, conseguiu segurar três quilos do neném, mais 1,5 quilo de placenta e líquido amniótico. O pós-parto é o período em que tudo isso vai voltar ao local.

Quais problemas podem ocorrer com a mulher no período do pós-parto?

Sabemos que hoje a maior causa de morte materna é a hemorragia pós-parto. Então, a gente tem o puerpério (pós-parto) do bebê que acabou de nascer e, nas duas primeiras horas, temos de ter todos os cuidados com a mulher. Nesse momento, o útero voltou ao local ideal, contraiu e está bem rígido. Temos que ver se ele está sangrando em uma quantidade considerada normal ou se está sangrando a menos. Se há risco de infecção

para essa mulher, se ela está tendo febre ou alguma reação à anestesia. Temos de ficar de olho em tudo isso.

Que orientação a mulher recebe sobre o aleitamento materno?

Se a mãe for para uma maternidade que não entende que o aleitamento materno é ideal para criança, ela não vai receber orientação nenhuma. Ela precisa querer, ela precisa entender que exige paciência e muita perseverança dela, porque é uma adaptação dela e do bebê.

Como a mulher que acabou de ter bebê pode administrar o sono e a alimentação?

Não tem regra. Não existe essa coisa de dar de mamar mais durante o dia para que o bebê durma mais de noite. Nos primeiros três meses, a criança vai necessitar muito da mãe. Passados uns 15/30 dias, esse bebê vai entender o que é dia, o que é noite e vai se readequar. Nas primeiras semanas, ela não vai dormir como ela dormiria. Mas, se ela entender o processo de adaptação do bebê, ela consegue descansar um pouquinho mais do que as mulheres que não entenderam.

A mulher também deve cuidar do aspecto emocional, não é mesmo?

Eu acho que não é só a mulher cuidando dela. A gente precisa cuidar dessa mulher. Como é que ela está se adaptando a tudo isso, a esse momento que é o puerpério (pós-parto) e, ao mesmo tempo, cuidando de um bebê? Como podemos ajudar como agentes de saúde e como comunidade? O que podemos fazer para ajudar essa mulher?

Quais orientações a mulher deve receber no hospital logo após ter ganho o seu bebê?

Normalmente, a gente orienta que ela faça uma consulta sete dias após o parto, independente de ter sido cesariana ou parto normal. Ela tem que ir nessa consulta na Unidade de Saúde ou, se for particular, marcar uma consulta com o seu obstetra. Tem a consulta com o pediatra, que irá ver a questão de peso do bebê, se ele está ganhando peso, mamando bem, se tem cuidados em casa. Já o obstetra vai ver o sangramento, nas secreções vaginais, se tem um odor normal, se a mãe apresenta alguma dor de cabeça, se aumentou o sangramento ao invés de ter diminuído e se ela está com dificuldade na amamentação. É importante sempre retornar ao local que se teve o bebê. Fora todos os cuidados com o bebê, como a higiene do bebê, a higiene da mãe, e se abre um leque para um monte de coisas. Por isso, precisamos orientar.

Quais os documentos que a mulher recebe no momento da alta hospitalar?

No momento da alta, a mulher recebe a carteirinha do bebê, a carteirinha dela do pré-natal, os papéis de orientação sobre o retorno nas consultas e a Declaração de

Nascimento do bebê, para que ela possa registrar o seu filho no cartório mais próximo de sua casa.

Quais são os sinais que representam perigo e que a mulher deve ficar atenta?

Febre; mau cheiro, nas secreções vaginais ou mesmo na incisão da cesariana; dor de cabeça, principalmente, para aquelas mulheres que tiveram cesárea. É preciso, também, prestar atenção nos locais que dêem abertura para alguma infecção.

Existem muitas histórias sobre o período do pós-parto, como a crença de que a mulher não pode lavar a cabeça, que tem de andar só de meia e que não pode comer certos alimentos. Essas histórias são reais?

Nem todas são verdades. Lá na maternidade, por exemplo, a gente não tem problema nenhum quanto a lavar a cabeça. Se ela quiser ficar os 40 dias sem lavar a cabeça, tudo bem. Mas, se ela vier pedir uma orientação para mim, eu vou dizer que não tem problema algum ela lavar a cabeça. A questão da canja, que é um alimento mais forte, mais líquido, faz com que aumente a produção de leite, mas isso não quer dizer que a mulher tenha que comer só isso ou que devemos impedir ela de comer outros alimentos. O engraçado da meia é que usamos ela para o trabalho de parto. Quando o pé está quente, o útero fica quente.

Por que ainda ocorrem tantas mortes de mulheres no período do pós-parto?

Eu participo do Comitê de Mortalidade Materna de Curitiba (PR), e nós percebemos que há má assistência, intervenções desnecessárias no período da gestação e do trabalho de parto, um alto número de cesarianas, que nos coloca na primeira posição no Ranking Mundial de Cesarianas, o que não é legal. São tantas as intervenções durante o trabalho de parto, para acelerar esse processo, que causam as mortes maternas. Precisamos, urgentemente, rever tudo isso. Falta uma boa assistência no pré-natal, que ajude a identificar e a usar somente esses procedimentos em situações de risco.